

Лабораторне заняття 8

Тема: . Реалізація в тренуванні цілісного характеру змагальної діяльності

Завдання 1. Моделювання етапів досягнення результату команди

Мета: сформувати вміння аналізувати цілісний характер змагальної діяльності та визначати ступені досягнення спортивного результату в ігрових видах спорту (футбол, волейбол, баскетбол, гандбол тощо).

Ступені досягнення спортивного результату

Ступінь	Характеристика	Показники оцінювання	Вид роботи студентів	Очікуваний результат
Початковий	Нестабільне виконання техніко-тактичних дій	% помилок, втрати м'яча, неточні передачі	Аналіз відеозапису гри	Виявлення типових помилок
Базовий	Часткова узгодженість дій	Кількість результативних взаємодій	Статистичний аналіз матчу	Визначення ефективності комбінацій
Просунутий	Системна взаємодія гравців	Індекс командної ефективності	Розробка моделі гри	Формування тактичної схеми
Високий	Стабільна реалізація змагальної стратегії	Показники перемог, різниця очок	Порівняльний аналіз змагань	Обґрунтування факторів успіху

Пояснення видів робіт:

- **Аналітична робота** – опрацювання статистики та відеоматеріалів.
- **Моделювання** – створення структурної схеми досягнення результату.
- **Прогностична діяльність** – визначення перспектив покращення показників.

Завдання 2. Розробка інтегрованого тренувального заняття

Мета: навчити поєднувати різні сторони підготовки в межах одного тренування.

Інтеграційна модель тренування

Компонент підготовки	Засоби	Методи	Вид роботи	Контроль
Технічна	Комбіновані вправи з м'ячем	Повторний, варіативний	Розробка комплексу вправ	Тестування точності
Тактична	Ігрові ситуації 3x3, 5x5	Моделювання ситуацій	Аналіз тактичних схем	Експертна оцінка
Фізична	Інтервальні вправи	Круговий метод	Планування мікроциклу	Пульсометрія
Теоретична	Тактичний розбір гри	Дискусія	Підготовка міні-презентації	Усне опитування

Пояснення видів робіт:

- **Проектна діяльність** – складання плану-конспекту.
- **Практичне відпрацювання** – проведення фрагмента заняття.
- **Рефлексивний аналіз** – самооцінка інтеграції компонентів.

Завдання 3. Побудова структури інтегральної підготовки в мікроциклі

Мета: сформувати системне бачення взаємозв'язку компонентів підготовки.

Структура інтегральної підготовки (приклад тижневого мікроциклу)

День	Основна спрямованість	Інтегровані компоненти	Форми організації	Очікуваний ефект
Пн	Техніко-тактична	Техніка + швидкість	Командні вправи	Підвищення швидкості прийняття рішень
Ср	Функціональна	Витривалість + тактика	Ігрове моделювання	Стабільність дій у кінці гри
Пт	Контрольна	Комплексна	Навчальна гра	Оцінка інтегральної підготовленості

Види робіт:

- **Планувальна робота** – складання структури мікроциклу.
- **Сценарне моделювання** – опис перебігу тренувального дня.
- **Контрольно-аналітична діяльність** – визначення критеріїв ефективності.

Завдання 4. Розробка системи навчання ігровій діяльності

Мета: навчити студентів формувати цілісне бачення ігрової діяльності.

Етапи навчання ігровій діяльності

Етап	Зміст навчання	Засоби	Методичний прийом	Вид роботи
Ознайомчий	Основи командної взаємодії	Спрощені ігри	Пояснення + показ	Розробка методичної карти

Етап	Зміст навчання	Засоби	Методичний прийом	Вид роботи
Формувальний	Відпрацювання взаємодій	Ситуативні вправи	Частково-пошуковий	Проведення фрагмента заняття
Закріплювальний	Цілісна гра	Контрольна гра	Ігровий метод	Аналіз відео та самооцінка

Пояснення видів робіт:

- **Методична розробка** – створення алгоритму навчання.
- **Педагогічне моделювання** – проведення заняття.
- **Рефлексія** – визначення ефективності навчання.