

Практичне заняття № 1

Тема Поглиблений аналіз термінологічних понять спортивної та фізичної підготовки

Мета заняття:

Сформуванати глибоке розуміння класифікації та структури термінологічного апарату в сфері спортивної та фізичної підготовки; навчитися аналітично застосовувати теоретичні поняття у практичному контексті, диференціювати терміни за функціональним навантаженням і контекстом використання у наукових та практичних джерелах.

Теоретична частина:

1. Поняття "підготовка" у фізичній культурі та спорті:

- Загальна характеристика поняття.
- Сутність та структура підготовки спортсменів.
- Відмінності між спортивною та фізичною підготовкою.

2. Класифікація видів підготовки:

- Фізична, технічна, тактична, теоретична, психологічна та інтегральна підготовка.
- Їх місце у тренувальному процесі.
- Сутнісні відмінності між фізичною культурою, фізичним вихованням, фізичним розвитком, фізичним станом тощо.

3. Термінологічна чіткість:

- Проблема термінологічної плутанини у наукових джерелах.
- Стандартизація термінів: підходи, приклади та значення у професійній комунікації.

Практична частина:

1. Аналітична робота:

- Ознайомитися з 5-ма науковими статтями з теми підготовки спортсменів.
- Виписати та класифікувати використані терміни за видами підготовки.
- Побудувати логіко-семантичну карту термінів, що охоплює зв'язки між поняттями.

2. Порівняльний аналіз:

- Вибрати два терміни: *"фізична підготовка"* та *"фізичний розвиток"*.
- Провести детальне порівняння за такими критеріями:
 - дефініція;

- сфера застосування;
- цільова спрямованість;
- залежність від зовнішніх факторів (вік, рівень підготовленості тощо).

3. Розв'язання практичної ситуації:

- Вам запропоновано тренувальний план підготовки спортсменів у період передзмагального макроциклу. На основі плану визначте, які терміни повинні бути використані для опису різних етапів і чому. Аргументуйте відповідь, посилаючись на теоретичну частину.

Домашнє завдання:

1. Аналітична робота:

- Скласти таблицю з 10 термінів, що пов'язані з фізичною або спортивною підготовкою, із зазначенням їхнього авторського тлумачення (не менше трьох джерел на кожен термін).
- Визначити семантичні розбіжності у визначеннях.

2. Есе (1200 слів):

- На тему: *«Проблема термінологічної неоднозначності в наукових підходах до спортивної підготовки»*.
- Зробити акцент на наслідках неточностей у використанні термінів для наукового аналізу та тренерської діяльності.

Питання для самостійної роботи:

1. У чому полягає функціональна різниця між підготовкою та розвитком?
2. Чи можна вважати фізичну підготовку самодостатнім процесом для досягнення спортивного результату?
3. Яким чином стандартизація термінів може впливати на ефективність тренувального процесу?
4. Визначте поняття "психологічна підготовка" та охарактеризуйте її особливості у контексті різних видів спорту.
5. Проаналізуйте, які терміни найчастіше плутають у літературі, та запропонуйте шляхи вирішення проблеми.