

10. Prodan, A.Y., Radchenko V.A., and Korzh N.A. (2007), *Deheneratyvnye zabolevaniya pozvonochnyka* [Degenerative diseases of the spine], YPP "Kontrast", Kharkov, Ukraine.
11. Eichhorn-Kissel, J., Dassen, T., Lohrmann, C. (2012), Responsiveness of the care dependency scale for rehabilitation (CDS-R), *Scand. J. Caring Sci*, Vol. 25, pp. 194–202.
12. Goodgold, J. (2007), *Rehabilitation Medicine*, Toronto: Mosby Company.
13. O' Sullivan, S. *Physical rehabilitation* (2007), Philadelphia: Davis Company.
14. Robinson, R., BJORKE, G., and Kvale, A. (2009), Reliability and validity of a palpation technique for identifying the spinous processes of C7 and L5, *Man. Ther.* Vol. 14. (no. 4), pp. 409–414.

УДК 796.011
ББК 75.1

Юрій Бріскін,
Вікторія Богуславська, Мар'ян Пітин

МЕТОДОЛОГІЯ ТЕОРЕТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ В ЦИКЛІЧНИХ ВИДАХ СПОРТУ

Мета дослідження полягала в обґрунтуванні напрямів та методологічного апарату наукового вивчення теоретичної підготовки в циклічних видах спорту.

Основними напрямами розв'язання зазначеної проблеми можуть виступати: узагальнення організаційно-методичних положень теоретичної підготовки у системі багаторічного вдосконалення спортсменів в циклічних видах спорту, визначення структури теоретичної підготовки в циклічних видах спорту і встановлення вимог до теоретичної підготовленості спортсменів в циклічних видах спорту та спортивних дисциплінах; обґрунтування інформаційного наповнення теоретичної підготовки в окремих циклічних видах спорту; розробка засобів та методів та технології теоретичної підготовки спортсменів в окремих циклічних видах спорту на різних етапах багаторічного вдосконалення та експериментальна перевірка їхньої ефективності, а також узагальнення та інтегрування знань щодо теоретичної підготовки в циклічних видах спорту до системи підготовки кадрів зі спеціальності 017 "Фізична культура і спорт".

Ключові слова: напрями досліджень, теоретична підготовка, циклічні види спорту.

The aim of the study was to substantiate trends and methodological apparatus scientific study of theoretical training in cyclic sports.

The main directions of solving this problem may be: generalization organizational and methodological provisions theoretical training in the system of multi improving athletes in cyclic sports, determining the structure of theoretical training in cyclic sports and establish requirements for theoretical training of sportsmen in cyclic sports and sports disciplines; study of theoretical training content in specific cyclic sports; development of tools and methods and technologies theoretical training athletes in individual cyclic sports at various stages of multi-year improvement and experimental verification of their effectiveness as well as the synthesis and integration of knowledge on theoretical training in cyclic sports system training specialty 017 "Physical culture and sport".

Keywords: areas of research, theoretical training, cyclic sports.

Постановка проблеми та аналіз результатів останніх досліджень. Аналіз стану теоретичної підготовки в циклічних видах спорту вказує на ігнорування цього розділу підготовки у багаторічному спортивному вдосконаленні спортсменів [1, 3].

Разом з тим, роботами багатьох науковців [4, 7, 11, 13, 14, 17, 20, 21] підтверджено потребу в теоретичній підготовці спортсменів на всіх етапах багаторічного спортивного вдосконалення, а відсутність належного науково-методичного обґрунтування структури і змісту теоретичної підготовки в циклічних видах спорту та об'єктивних критеріїв контролю за її рівнем і обумовлює необхідність подальшого дослідження.

Сьогодні спортивні змагання – це не лише демонстрація техніко-тактичної майстерності, фізичних та морально вольових якостей спортсменів, це крім того, високий рівень знань та розвиток мислення спортсмена та його тренера [1, 3, 13, 14].

На думку деяких авторів, теоретичні знання з біології, фізіології, біохімії, біомеханіки, медицини та ін. наук не лише сприяють всебічному гармонійному розвитку

особистості а й в значному ступені визначають спортивний результат, а отже, повинні бути обов'язковим елементом у річному циклі підготовки спортсменів [8, 20, 21].

Таким чином, теоретична підготовка, є невід'ємною складовою в системі багаторічного вдосконалення спортсменів і її роль, в загальному процесі підготовки спортсменів, зростає з підвищенням їх спортивної кваліфікації [4, 13].

Зв'язок роботи з науковими темами та планами. Робота буде виконуватися в межах тем: “Основи теоретичної підготовки в спорті” на 2013–2017 рр. (номер державної реєстрації 0113U000659) та “Теоретико-методичне обґрунтування управління тренувальною та змагальною діяльністю у видах олімпійського спорту, професійного спорту та спортсменів різних нозологій в адаптивному спорті” на 2016–2020 рр. (номер державної реєстрації 0116U003167) плану науково-дослідної роботи Львівського державного університету фізичної культури.

Мета дослідження – обґрунтування методології та напрямків теоретичної підготовки спортсменів в циклічних видах спорту.

Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення наукових джерел, вивчення документальних матеріалів, індукції та дедукції, системний підхід.

Результати дослідження та їх обговорення. Потужний стимул розвитку сучасної системи спорту обумовлений створенням упорядкованих наукових знань, які охоплюють різноманітні питання, що стосуються підготовки спортсменів і виступу їх у змаганнях. Постійні наукові пошуки нових, більш ефективних засобів і методів підготовки спортсменів, підвищення ефективності та раціональності виконання змагальних вправ, проявляються високими спортивними досягненнями у змаганнях Всеукраїнського та Міжнародного рангу [2, 9, 14, 15].

Істинні загальні уяви про багатовекторність підготовки висококваліфікованих спортсменів можна отримати тільки при трактуванні процесу підготовки з позицій загальнотеоретичних та методологічних основ діалектичного розвитку. Такий підхід, сприяючи формуванню наукових уявлень про становлення спортивної майстерності, розвиває потребу в передачі інформації від педагога до спортсмена, що сприяє формуванню в останнього усвідомленої рухової навички. Реалізація такої потреби можлива через теоретичну підготовку, значення якої збільшується зі зростанням спортивної кваліфікації спортсмена [1, 3, 4, 13, 20, 21].

Чим вищий етап багаторічного процесу підготовки спортсменів, тим більшого значення набуває організаційно-методичне, науково-технічне, медико-біологічне, менеджментне, економічне забезпечення навчально-тренувального процесу. Осмислення цього потребує від спортсмена високих інтелектуальних здібностей.

Аналіз науково-методичних праць дозволив визначити, що існує чимало фундаментальних робіт, присвячених таким сторонам підготовки, як фізична, технічна, тактична, психологічна, інтегральна [2, 5, 6, 9, 10, 12, 14], а теоретична інформація присутня у більших або менших відносних величинах в обсягах реалізації кожної із обумовлених сторін підготовки [13, 14].

Разом з тим, лише в окремих працях розглядаються деякі питання теоретичної підготовки спортсменів [4, 7, 11, 17].

Невирішеною залишається проблема комплексного підходу до застосування теоретичних знань в навчально-тренувальному процесі спортсменів. Нехтування цим є причиною багатьох недоліків підготовки – від методологічних помилок до зниження морально-ціннісних орієнтацій спортсмена.

Однак інтерес до ідеї креативності, яку неможливо здійснити без наукових знань, у навчально-тренувальному процесі на етапах багаторічної підготовки спортсменів не згасає, оскільки він стимулює спонтанність і творчий розвиток особистості.

Подекуди передові тренери самостійно створюють і застосовують нові форми роботи зі своїми вихованцями, щоб додати сучасного змісту процесу підготовки та підвищити мотивацію спортсменів. Так, на думку А. Niel (1978), важливим на занятті є саме “креативний клімат”, що стимулює розумові здібності спортсменів. Для цього необхідно оволодіти теоретичною базою спорту як сфери суспільної діяльності, в результаті чого формується власний стиль змагальної боротьби спортсмена [18].

Проблема активізації навчально-пізнавальної діяльності в спорті підсилюється також сукупністю засадних нормативно-правових документів, які регламентують сферу фізичної культури і спорту в Україні: Закон України “Про фізичну культуру і спорт” (1994), указ Президента України “Про національну доктрину розвитку і спорту” (2004), розпорядження Кабінету міністрів України “Про схвалення Концепції Державної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на період до 2020 року” (2015) та ін.

На необхідності урахування аспекту теоретичної інформації у фізичному вихованні школярів та студентів вищих навчальних закладів, наголошували і фахівці з фізичного виховання різних груп населення [16, 18].

Найближче до вирішення цієї проблеми підійшов М.П. Пітин, який у 2015 році [13] створив загальну концепцію теоретичної підготовки в спорті. Однак реалізаційні положення цієї концепції на сьогодні так і залишаються загальними, які, по суті, стоять осторонь практики окремих видів спорту. Зокрема, не існує належного науково-методичного обґрунтування структури і змісту теоретичної підготовки у циклічних видах спорту, інформаційного наповнення складових та алгоритмів її застосування для спортсменів різної кваліфікації, а також об'єктивних критеріїв контролю за її рівнем засвоєння, що і формує проблему нашої роботи.

Це загалом не дає змоги подати положення теоретичної підготовки в системі підготовки кадрів. У навчальних планах ВНЗ відсутні навчальні дисципліни та їх навчальні модулі метою викладання яких було б створення у майбутніх фахівців уявлення про систему знань спортсменів на різних етапах підготовки.

Ми виходимо з положення, що теоретична підготовка у циклічних видах спорту повинна відповідати особливостям структури та змісту змагальної діяльності та методології підготовки спортсменів [14,15]. Разом з тим, наукові дослідження у цьому напрямку обмежені.

Тому, виявлена нами науково-прикладна проблема теоретичної підготовки у циклічних видах спорту, яка обумовлює актуальність даної роботи, визначається протиріччями між:

- доведеною потребою у теоретичній підготовці та відсутністю програмно-нормативної бази і належного науково-методичного обґрунтування структури і змісту теоретичної підготовки в циклічних видах спорту
- загальними вимогами щодо контролю рівня підготовленості спортсменів та відсутністю об'єктивних критеріїв їхньої теоретичної підготовленості в циклічних видах спорту
- соціальним запитом щодо спеціальних (предметних, фахових) професійних компетентностей здобувачів вищої освіти рівня бакалавра, магістра та доктора філософії зі спеціальності 017 – “фізична культура і спорт” та відсутності відповідного змістовного наповнення навчальних дисциплін ВНЗ.

Встановлені нами протиріччя дозволили сформулювати мету нашого подальшого дослідження, яка полягатиме в обґрунтуванні структури і змісту теоретичної підготовки у циклічних видах спорту на різних етапах багаторічного вдосконалення та інтегрування знань щодо них до системи підготовки кадрів з фізичної культури і спорту.

Відповідно до мети дослідження були сформульовані основні кроки щодо вивчення теоретичної підготовки:

- узагальнити організаційно-методичні положення теоретичної підготовки у системі багаторічного вдосконалення спортсменів в циклічних видах спорту;
- визначити структуру теоретичної підготовки в циклічних видах спорту.
- встановити вимоги до теоретичної підготовленості спортсменів в циклічних видах спорту та спортивних дисциплінах;
- обґрунтувати інформаційне наповнення теоретичної підготовки в окремих циклічних видах спорту;
- розробити засоби та методи теоретичної підготовки спортсменів в окремих циклічних видах спорту на різних етапах багаторічного вдосконалення;
- розробити технологію теоретичної підготовки в циклічних видах спорту на різних етапах багаторічного вдосконалення та експериментально перевірити її ефективність;
- узагальнити та інтегрувати знання щодо теоретичної підготовки в циклічних видах спорту до системи підготовки кадрів зі спеціальності 017 “Фізична культура і спорт”.

Об’єктом майбутнього дослідження визначено систему багаторічної підготовки спортсменів в циклічних видах спорту, а предметом дослідження – теоретичну підготовку спортсменів в циклічних видах спорту.

Висновки

1. Перспективним виявляється напрям наукового дослідження у царині теоретичної підготовки в спорті, пов’язаний із наявністю науково-прикладної проблеми, відсутністю належного науково-методичного забезпечення теоретичної підготовки спортсменів в циклічних видах спорту на різних етапах їх багаторічного удосконалення. Об’єктом такого дослідження може виступати система багаторічної підготовки спортсменів в циклічних видах спорту, а предметом – власне їх теоретична підготовка.

2. Основними напрямками розв’язання зазначеної проблеми можуть виступати: узагальнення організаційно-методичних положень теоретичної підготовки у системі багаторічного вдосконалення спортсменів в циклічних видах спорту; визначення структури і встановлення вимог до теоретичної підготовленості спортсменів в циклічних видах спорту; обґрунтування інформаційного наповнення теоретичної підготовки в окремих циклічних видах спорту; розробка засобів, методів та технології теоретичної підготовки спортсменів в циклічних видах спорту на різних етапах багаторічного вдосконалення та експериментальна перевірка їхньої ефективності, а також узагальнення та інтегрування знань щодо теоретичної підготовки спортсменів в систему підготовки кадрів зі спеціальності 017 “Фізична культура і спорт”.

Перспективи подальших досліджень передбачають реалізацію запропонованої методології дослідження і впровадження отриманих результатів у навчально-тренувальний процес ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ з циклічних видів спорту та у навчальний процес ВНЗ.

1. Богуславська В. Ю. Зміст теоретичної підготовки у лижних гонках / Богуславська В. Ю., Бріскін Ю. А., Пітин М. П. / Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія № 15. “Науково-педагогічні проблеми фізичної культури / фізична культура і спорт” : зб. наукових праць / за ред. О. В. Тимошенка. – К. : Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2016. – Вип. 9 (79) 16. – С. 22–25
2. Богуславська В. Ю. Вдосконалення функціональної та фізичної підготовленості веслувальників різними режимами тренувань на етапі попередньої базової підготовки / В. Ю. Богуславська, Ю. М. Фурман

- // Молода спортивна наука України : зб. наук. праць з галузі фізичної культури та спорту. Вип. 13 : у 4 т. – Львів : НВФ “Українські технології”, 2009. – Т. 1. – С. 31–36.
3. Бріскін Ю. А. Проблеми теоретичної підготовки в спорті / Ю. А. Бріскін, М. П. Пітин, В. Ю. Богуславська // Фізична культура, спорт та здоров'я нації: зб. наук. праць. Вип. 1 / за ред. В.М. Костюкевич. – Вінниця: ТОВ “Планер”, 2016. – С. 257–261.
 4. Буйлин Ю. Ф. Теоретическая подготовка юных спортсменов / Ю. Ф. Буйлин, Ю. Ф. Курамшин. – М. : Физкультура и спорт, 1981. – 193 с.
 5. Вознюк Т. В. Основи теорії та методики спортивного тренування : навчальний посібник / Т. В. Вознюк. – Вінниця : ФОП Корзун Д.Ю., 2016. – 240 с.
 6. Воронова В. И. Психология спорта : учеб. пособие / Воронова В. И. – К. : Олимпийская литература, 2007. – 298 с.
 7. Голец А. В. Ценностно-смысловые ориентации квалифицированных спортсменов в процессе многолетней подготовки (на примере спортивных игр) / Голец А. В. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : наук. моногр. / за ред. С. С. Єрмакова. – Х., 2007. – № 11. – С. 25–27.
 8. Драчук С. П. Біомеханіка людини. Тлумачний словник-довідник / С. П. Драчук, В. Ю. Богуславська, О. Г. Соколяк. – Вінниця : ТОВ “Нілан-ЛТД”, 2016. – 360 с.
 9. Келлер В. С. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів : навч. посіб. / Келлер В. С., Платонов В. М. – Львів : Українська спортивна асоціація, 1992. – 269 с.
 10. Линець М. М. Основи методики розвитку рухових якостей / Линець М. М. – Л. : Штабар, 1997. – 207 с.
 11. Максименко І. Г. Перспективні напрямки оптимізації процесу багаторічної підготовки юних спортсменів (на прикладі спортивних ігор) / І. Г. Максименко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : наук. моногр. / за ред. С. С. Єрмакова. – Х., 2012. – № 3. – С. 79–81.
 12. Мітова О. О. Інтегральна підготовка баскетболістів 17–19 років при переході в команди суперліги: дисс. ... канд. наук з ф. в. і с. – Дніпропетровськ, 2004. – 248 с.
 13. Пітин М. П. Теоретична підготовка в спорті: монографія / М. П. Пітин. – Львів : ЛДУФК, 2015. – 372 с.
 14. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : учеб. тренера высш. квалиф. / В. Н. Платонов. – К. : Олимпийская литература, 2004 – 584 с. – ISBN 966-7133-64-8.
 15. Платонов В. М. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение / В. М. Платонов. – К. : Олімпійська література, 2014. – 624 с. – ISBN 978-966-8708-66-4.
 16. Сіренко Р. Теоретична підготовка студентів з навчальної дисципліни “Фізичне виховання” / Романа Сіренко // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. – Л., 2008. – Вип. 12, т. 2. – С. 187–190.
 17. Строкатов В. В. Теоретическая подготовка пловцов / Строкатов В. В., Чаплинский М. М. // Актуальные вопросы спортивного плавания : сб. науч. тр. – Омск : ОГИФК, 1985. – С. 96–98.
 18. Томенко О. Неспеціальна фізкультурна освіта учнівської молоді: теорія і методологія [Електронний ресурс] / Олександр Томенко, Тетяна Круцевич // Спортивна наука України. – 2012. – № 1 (45). – С. 18–23. – Режим доступу : <http://www.sportscience.org.ua/index.php/Arhiv.html>
 19. Niel A. Du professeur a l'animateur // le francais dans le monde. – Paris : Hachette / Larousse, 1978. – № 140. – P. 51–53.
 20. Pityn M. Features of theoretical training in combative sports / Pityn Maryan, Briskin Yuriy, Zadorozhna Olha // Journal of Physical Education and Sport. – 2013. – Vol. 13 (2). – P. 195–198.
 21. Technical devices of improvement the technical, tactical and theoretical training of fencers / Briskin Yu., Pityn M., Zadorozhna O., Smyrnovskyy S., Semeryak Z. // Journal of Physical Education and Sport. – 2014. – Vol. 3. – P. 337–341.

References:

1. Bohuslavskaya, V. Yu., Briskin, Yu. A. and Pityn, M. P. (2016), “Contents of theoretical knowledge in ski racing”, *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M.P.Drahomanova*, Vol. 9 (79)16, pp. 22–25.
2. Bohuslavskaya, V. Yu. and Furman, Yu. M. (2009), “Improving functional and physical fitness veslualnykiv different modes of training during pre-basic training”, *Moloda sportyvna nauka Ukrainy no. 13*, Lviv: NVF “Ukrainski tekhnologii”. Vol. 1, pp. 31–36.
3. Briskin, Yu. A., Pityn, M. P. and Bohuslavskaya, V. Yu. (2016), “Problems theoretical training in sport” *Fizychna kultura, sport ta zdorovia natsii: zb. nauk. prats. Vinnytsia: TOV “Planer”*, Vol. 1, pp. 257–261.

4. Builyn, Yu.F. and Kuramshyn, Yu.F. (1981.), *Teoreticheskaia podgotovka junyh sportsmenov*. [Theoretical Preparation of young athletes], Fizkultura i sport, Moskov, Russia.
5. Vozniuk, T.V. (2016), *Osnovy teorii ta metodyky sportyvnoho trenuvannia: Navchalnyi posibnyk*, [Basic theory and methodology of sports training: Textbook], FOP Korzun D.Iu., Vinnytsia, Ukraine.
6. Voronova, V. Y. (2007), *Psykhohohyia sporta: ucheb. Posobye* [sports Psychology: Tutorial], Olympyskaia lyteratura, Kiev, Ukraine.
7. Holets, A. V. (2007), "Value-semantic orientation of skilled athletes in the process of long-term preparation (for example, sports games)", *Pedahohika, psykhohohyia ta medyko-biolohichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu*: Kharkov, no. 11, pp. 25–27.
8. Drachuk, S.P., Bohuslavska, V.Yu. and Sokolvak O.H. (2016), *Biomekhanika liudyny. Tlumachnyi slovnyk-dovidnyk*, [Biomechanics of man. Glossary Directory], TOV "Nilan-LTD", Vinnytsia, Ukraine.
9. Keller, V. S. and Platonov, V. M. (1992), "*Teoretyko-metodychni osnovy pidhotovky sportsmeniv: navch. Posib*", [Theoretical and methodological basis of training athletes: Tutorial], Ukrainska Sportyvna Asotsiatsiia, Lviv, Ukraine.
10. Lynets, M. M. (1997), *Osnovy metodyky rozvytku rukhovyykh yakosteï* [Основи методики розвитку рухових якостей], Shtabar, Lviv, Ukraine.
11. Maksymenko, I.H. (2012), "Promising areas of process optimization long-term preparation of young athletes (for example, sports)", *Pedahohika, psykhohohyia ta medyko-biolohichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu: nauk. Monohr*, Kharkov, Vol. 3, pp.79–81.
12. Mitova, O.O. (2004), "The integrated training basketball players of 17–19 years, the transition team in Super League", Thesis abstract for Cand. Sc. (Physical Education and Sport), Dnipropetrovsk, Ukraine.
13. Pityn, M.P. (2015), *Teoretychna pidhotovka v sporti: monohrafiia* [Theoretical training in sport: monograph], LDUFK, Lviv, Ukraine.
14. Platonov, V. N. (2004), *Systema podhotovky sportsmenov v olympyiskom sporte. Obshchaia teoriia y ee praktycheskye prylozhenia : ucheb. trenera vyssh. kvalyf.* [The system of training athletes in Olympic sports. The general theory and its practical applications: a textbook of highly qualified coach], Olympyskaia lyteratura, Kiev, Ukraine.
15. Platonov, V. M. (2014), *Peryodyzatsyia sportyvnoi trenyrovky. Obshchaia teoriia i ey praktycheskoe pryvnenyie* [The periodization of sports training. The general theory and its practical application]. Olimpyiska literatura, Kiev, Ukraine.
16. Sirenko, R. (2008), Theoreticity pidgotovka studentiv s navchalnoï distsiplini "Fizichne vihovannya", *Moloda sportyvna nauka Ukrainy : zb. nauk. pr. z haluzi fiz. kultury ta sportu.*, Lviv, Vol. 12, no. 2, pp. 187–190.
17. Stokatov, V. V. and Chaplynskyi M. M. (1985), "Theoretical training swimmers", *Aktualnye voprosy sportyvnoho plavanyia*, Omsk: OHYFK, pp. 96–98.
18. Tomenko, O. and Krutsevych T. (2012), "Non-special physical education of students: theory and methodology", *Sportyvna nauka Ukrainy*. Vol. 1 (no. 45), available at: <http://www.sportscience.org.ua/index.php/Arhiv.html> (accessed March 15, 2016).
19. Niel, A. (1978), *Du professeur a l'animateur. Le francais dans le monde*. Paris, Hachette/ l'arousse, no. 140. pp. 51–53.
20. Pityn, M., Briskin Y. and Zadorozhna O. (2013), Features of theoretical training in combative sports *Journal of Physical Education and Sport*. Vol. 13, pp. 195–198.
21. Briskin, Y., Pityn M., Zadorozhna O., Smyrnovsky S., Semeryak and Z. Technical (2014), Devices of improvement the technical, tactical and theoretical training of fencers. *Journal of Physical Education and Sport*. Vol. 3, pp. 337–341.