**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**

# Вступ до спеціальності

конспект лекцій
для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
освітньої програми «Середня освіта (фізична культура)»
галузі знань 01 - Освіта/педагогіка
спеціальності 014.11 - Середня освіта(фізична культура)
та конспект лекцій
для здобувачів другого(магістерського) рівня вищої освіти
освітньої програми «Фізична культура і спорт»
галузі знань 01 Освіта/Педагогіка
спеціальності 017 Фізична культура і спорт
денної та заочної форм навчання.

Луцьк 2021

УДК 796(07)
В 84

До друку
Голова вченої ради факультету цифрових, освітніх та соціальних технологій Луцького НТУ_____Г.А. Герасимчук

Затверджено вченою радою факультету цифрових, освітніх та соціальних технологій Луцького НТУ, протокол №_____від «____»_____2021 року.
Електронна копія друкованого видання передана для внесення в репозитарій Луцького НТУ.
Директор бібліотеки_____С.С. Бакуменко
Рекомендовано до видання на засіданні кафедри фізичної культури, спорту та здоров'я Луцького НТУ, протокол №_____від «_____»____2021 року.
Завідувач кафедри ФКСЗ_____В.Я. Ковальчук
Укладачі:_____О.В. Гребік, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичної культури, спорту та здоров'я Луцького НТУ.
_____О.О. Панасюк, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичної культури, спорту та здоров'я Луцького НТУ.
_____В.В. Гайдучик вчитель фізичної культури НВК ЗОШ 1-3 ступеня д. садок с. Гута, Заболоттівської ОТГ.
Рецензент:_____В.С. Дмитрук, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичної культури, спорту та здоров'я Луцького НТУ.

Відповідальний за випуск:_____В.Я. Ковальчук, кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри фізичної культури, спорту та здоров'я Луцького НТУ.

В-84

**Вступ до спеціальності** [Текст]: конспект лекцій для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти освітньої програми «Середня освіта (фізична культура)» галузі знань 01 - Освіта/педагогіка спеціальності 014.11 - Середня освіта(фізична культура) та конспект лекцій для здобувачів другого(магістерського) рівня вищої освіти освітньої програми «Фізична культура і спорт» галузі знань 01 Освіта/Педагогіка спеціальності 017 Фізична культура і спорт денної та заочної форм навчання./ укладачі: к.пед.н., доц. Гребік О.В., к.пед.н., доц. Панасюк О.О., Гайдучик В.В., вчитель фізичної культури НВК ЗОШ 1-3 ступеня д. садок с. Гута, Заболоттівської ОТГ, 2021. – 120 с.

© Гребік О.В., Панасюк О.О., Гайдучик В.В. 2021

# Зміст

Вступ ..... 5
Лекція № 1. Фізична культура як суспільне явище ..... 6
Лекція №2 Організація навчального процесу у вищому навчальному закладі ..... 16
Лекція № 3-4 Міжнародний спортивний рух. Фізкультурно-спортивний рух в Україні ..... 20
Лекція 5 Організаційні засади, структура і матеріальна основа розвитку фізкультурно-спортивного руху в україні. ..... 33
Лекція 6 Система вищої освіти та кадрове забезпечення галузі. ..... 38
Лекція 7 Програмно-нормативні засади розвитку галузі фізичної культури. ..... 43
Лекція 8 Професійна діяльність тренера-викладача. ..... 49
Лекція 9 Професійна діяльність фахівців фізичної культури ..... 56
Лекція 10 Навчання та інші види діяльності студента. ..... 71
Лекція 11 Професійна діяльність фахівця з фізичної реабілітації. ..... 74
Лекція 12 Поняття систему фізичного виховання. ..... 78
Лекція 13 Місце фізичної культури в загальній культурі людства. ..... 84
Лекція 14 Професійна діяльність керівника фізичної ткультури та спорту. ..... 94
Лекція 15 Фізична культура нового. ..... 113
Література ..... 117

# Вступ

Реформа вищої професійної освіти, радикальні зміни у соціальному, економічному і політичному житті країни настійливо вимагають перегляду низки ключових позицій вищої освіти в цілому і фізкультурної освіти зокрема. Виходячи з цього, перед вітчизняною системою освіти ставляться нові задачі по підготовці висококваліфікованих спеціалістів, здатних засвоїти новітні технології, та оволодіти високою мобільністю і адаптацією до виробничих і соціальних вимог, що постійно змінюються. Крім того, в умовах відновлення всіх сфер життя, наголос все більше робиться на якість освіти, на особистісну орієнтованість навчального процесу, його інформатизацію, визначальну важливість освіти у забезпеченні сталого людського розвитку. Необхідність цих процесів диктується Європейською орієнтацією України загалом та входження її у Європейське освітнє і наукове поле зокрема. Україна здійснює модернізацію освітньої діяльності в контексті Європейських вимог. Курс «Вступ до спеціальності» галузі - 01 Освіта/педагогіка є обов'язковим у програмі навчання студентів спеціальностей «Середня освіта (фізична культура)» та «Фізичне виховання і спорт» за рівнем бакалавр та магістра. Знання, засвоєння яких передбачає дисципліна є важливими і необхідними незалежно від майбутнього профілю фахової діяльності спеціалістів. «Вступ до спеціальності» галузі «Фізичне виховання і спорт» викладається одним із перших у вищому навчальному закладі для майбутніх фахівців галузі фізичного виховання і спорту та покликаний комплексно представити галузь їх майбутньої професійної діяльності та особливості організації навчального процесу у вищій школі. «Вступ до спеціальності» галузі 01 Освіта/педагогіка, спеціальностей «Середня освіта (фізична культура)» та «Фізичне виховання і спорт», як навчальна дисципліна, логічно пов'язана з іншими дисциплінами, що вивчаються студентами вузу: історією фізичної культури, теорією і методикою фізичної культури, організацією і методикою оздоровчої фізичної культури, організацією і методикою масової фізичної культури та ін. Одночасно, «Вступ до спеціальності» галузі «Фізичне виховання і спорт» є базовим предметом для подальшого вивчення основ наукової діяльності, фізичної реабілітації, управління у сфері фізичного виховання, спортивної метрології, теорії і методики юнацького спорту, теорії і методики олімпійського спорту тощо.

## Лекція № 1. Фізична культура як суспільне явище

План

1. Місце фізичної культури в загальній культурі людства.
2. Основні завдання, форми і засоби фізичної культури.
3. Спортивна термінологія. Основні термінологічні поняття галузі.

### 1.Місце фізичної культури в загальній культурі людства

Фізична культура сьогодні є одним із визначальних чинників суспільного життя світової спільноти, важливим елементом освіти, виховання, охорони здоров'я, військової справи, професійно-прикладної підготовки, соціальної сфери, політики, економіки, мистецтва тощо.

Словосполука «фізична культура» характеризує означене поняття як частину (різновид) культури взагалі.

Початковий зміст поняття «культура» (з латинської мови означало «обробіток») нині значно розширився. У загальновживаному значенні воно включає в себе певні особисті риси, форми, стиль поведінки й діяльності окремої особи або спільноти, тобто різноманітні форми суспільного життя з одного боку, і результати діяльності (твори, структури, базу) з іншого.

Отже до поняття «культура» в широкому розумінні слова входять такі складові як мистецтво, наука, ідеологія, фізична культура, а також результати діяльності людини у цих сферах. Культуру умовно поділяють на матеріальну і духовну.

У сфері культури людина проявляється в трьох аспектах:

- пізнає попередній історичний досвід (вивчає літературу, мистецтво, техніку);
- виступає як носій культурних цінностей;
- сама створює, формує культурні цінності, які стають базою подальшого розвитку культури.

**Фізична культура**, як культура в цілому, не дана людям від природи, а є наслідком суспільної та індивідуальної творчості.

Найчастіше терміном «Фізична культура» називають процес, спрямований на підготовку людей до життя та праці шляхом виконання фізичних вправ, використання цілющих сил природи, особистої і громадської гігієни та певного раціонального побуту і праці.

До поняття «галузь фізичної культури» відноситься не лише система вправ, теоретичних знань, але й матеріальна база фізичної культури та її організаційна система.

З розвитком цивілізації, внаслідок зменшення в житті людей ролі важкої фізичної праці, значення і місце фізичної культури в житті людей постійно зростають. По суті, фізична культура є основним (якщо не єдиним) засобом, який гарантує порятунок людства від фізичної деградації і виродження. Бо ж збіднення рухового арсеналу людини спричиняється до погіршення її здоров'я, занепаду творчої активності тощо.

Тільки достатня рухова активність і певний режим праці та побуту в

поєднанні з іншими засобами, запобігають зниженню продуктивності праці. За дещо застарілими і можливо викривленими даними радянської статистики, продуктивність праці на виробництві робітників, які займалися фізичними вправами, була на 6—12 % вищою. Недаремно чимала увага до фізичної культури приділяється у багатьох високорентабельних фірмах Західної Європи, США, Японії. Для працівників тут створюються прекрасні умови для занять фізичною культурою і спортом. А робітники, які не хворіють, не палять цигарок, провадять здоровий спосіб життя і займаються спортом, користуються істотними пільгами: додаткові відпустки, персональні доплати, гарантія праці в пенсійному віці тощо.

Формуючись у процесі розвитку людського суспільства, фізична культура чітко позначила залежність між підготовкою до праці та її результатами. Ускладнення змісту людської діяльності щоразу підвищує вимоги до рівня фізичної та психічної підготовленості, як це має місце при підготовці космонавтів, пілотів, моряків-підводників та представників інших сучасних професій. Функції фізичної культури проявляються також у постійному нагромадженні й передачі досвіду, в створенні нових методів і засобів впливу на психофізичний стан людей. Цей досвід складає основу теорії фізичного виховання і спорту, яка оформилася в самостійний науковий напрям. Якщо фізична культура є засобом підвищення продуктивності праці та досягнення високого рівня суспільного виробництва, то останнє в свою чергу, забезпечує відповідні умови (матеріальні та духовні) для розвитку фізичного виховання і спорту.

Фізична культура і спорт, які донедавна були лише споживачами високих технологій, нині самі стали постачальниками таких для багатьох галузей (медицина, психологія, матеріалознавство, будівництво й архітектура тощо).

Основні завдання, форми і засоби фізичної культури Основними завданнями фізичної культури є:

- забезпечення рухової активності людей;
- сприяння гармонійному розвитку особи;
- формування позитивних рис характеру;
- підтримання рівня здоров'я та працездатності;
- нагромадження і використання знань про здоров'я та здоровий спосіб життя;
- соціальна адаптація громадян.

Фізична культура є специфічним багатофункціональним явищем у сфері якого вирішується широке коло завдань - від особистих до державних і загальнолюдських.

До поняття «галузь фізичної культури» відноситься також матеріальна основа фізичної культури, структура спортивних організацій, та науково-методична база.

У сфері суспільних інтересів фізична культура виконує такі функції:

- відтворення робочої сили і підготовки громадян до виробничої і творчої діяльності;

- фізичне, розумове і естетичне виховання громадян;
- удосконалення природних (генетичних) і набутих якостей особи;
- формування у громадян активної творчої життєвої позиції;
- державного будівництва та міжнародного представництва (особливо у сфері спортивної діяльності).

Фізична культура і спорт об'єктивно сприяють політичному, економічному, соціальному і науково-технічному прогресу людства.

Основними засобами фізичної культури є фізичні вправи у всій їхній різноманітності. Проте не варто ігнорувати і такі засоби, як використання оздоровчих сил природи, різноманітні гігієнічні процедури, раціональні режими побуту, праці, відпочинку і харчування.

У поєднанні різноманітності засобів — головна запорука успіху при виконанні завдань, що стоять перед фізкультурно-спортивним рухом.

Форма проведення занять суттєво впливає на характер, кількість і ефективність використання відповідних засобів та визначається побутовими і службовими обставинами. Форма занять має обов'язково відповідати поставленій меті.

Найпоширенішими є такі форми занять фізичними вправами:
- уроки та заняття в середніх навчальних закладах всіх типів;
- самостійні заняття;
- заняття в групах професійної та військово-прикладної фізичної підготовки;
- спортивні тренування;
- реабілітаційно-оздоровчі заняття.

Сферами впровадження фізичної культури і спорту є:
- навчально-виховна;
- виробнича;
- соціально-побутова.

Основними показниками стану розвитку фізичної культури в державі, регіоні чи організації є:
- стан здоров'я та рівень фізичного розвитку;
- рівень забезпеченості кваліфікованими кадрами;
- наявність відповідних організаційних структур;
- кількість фізкультурників і спортсменів;
- наявна матеріальна база;
- рівень науково-методичного та інформаційного забезпечення;
- рівень спортивних досягнень окремих осіб, команд, клубів.

В Україні розроблено і затверджено Державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України для визначення рівня фізичної підготовленості різних вікових категорій населення.

**2. Спортивна термінологія. Основні термінологічні поняття галузі.**

Сучасна термінологія спорту почала бурхливо розвиватися в період активного формування спорту як соціального явища, тобто з кінця XIX століття. Саме тоді в Європі відбувалося організаційне оформлення окремих

видів спорту: засновувалися спортивні федерації, формували єдині правила змагань, зароджувалася теорія спортивного тренування як наука.

Не дивно, що чимало спортивних термінів мають саме західноєвропейське походження. В основі багатьох спортивних термінів лежать переважно англійські, французькі та німецькі корені (спорт, бокс, рекорд, крос, матч, гол, нокаут, футбол, волан, естафета, медаль, тир, рапіра, шпагат тощо). А звичні для нас терміни грецького чи латинського походження (стадіон, гімнастика, акробатика, атлет, олімпієць, диск, біатлон, ритміка, реабілітація, кваліфікація, капітан та ін.) набули інтернаціонального, міжнародного характеру й зрозумілі усім без будь-якого перекладу.

Звичайно, змістове наповнення таких слів значно змінювалося та розширювалося, а позначувані ними поняття іноді віддалилися від свого первинного значення. Досить скористатися французьким коренем слова

«спорт», яке в дослівному значенні перекладалося як «розвага», «вільне проведення часу», «гра». Нині це термін, яким позначається поширене соціальне явище, що стало невід'ємною рисою сучасної цивілізації.

Водночас із поширенням спорту з країн Західної Європи в Україну прийшла і переважна більшість тоді вживаних спортивних термінів (волейбол, пінг-понг, баскетбол, старт, голкіпер). Це був, умовно кажучи, перший етап мовних запозичень в галузі спорту.

Друга хвиля прийшла із мов держав, у складі яких в першій половині ХХ століття перебували українські землі. Українська галузева термінологія поповнювалася словами й словосполуками з російської, німецької, польської, угорської мов (фізкультура, хокей, гонщик, фізрук, рекордсмен, гірськолижник, кошиківка (баскетбол), брамкар (воротар), копаний м’яч (футбол), карний мет (штрафний удар), штафета (естафета), лижі й т. ін.).

Своєрідним був період 20-30-х років ХХ століття, коли в Україні спостерігалося активне піднесення в ділянці спортивного термінотворення. В час «золотого десятиліття» наукові та методичні вимоги до термінів викристалізувалися у процесі практичної роботи вчених наддніпрянської України та Галичини. При цьому основними напрямками такої праці було прагнення подолати розрив між науковою термінологією і термінологією практики спорту, збільшити частку національних термінів, виробити єдині підходи до словотворення. З'являються такі виразні терміни та словосполуки як, наприклад: «плигун», «пішоходець», «м'ясень», «серцевожильна система», «корегувальна гімнастика», «ковзанева спілка», «лижвяні станції», «перебіг» (забіг), «веслування двопарне зі стерначем», «гонові судна», «травяний гокей», «скраклі» (городки), «зарахувальні змагання», «безбол» тощо. Поява такої великої кількості термінів свідчила про активні процеси українізації галузі та адаптацію в українськомовне середовище слів і понять зі сфери спорту.

Саме тоді бурхливо розвивається галузева періодика, створюються перші україномовні підручники, укладаються спеціалізовані словники, друкуються правила змагань.

Зважаючи на політичні обставини така праця краще розгорталася у

західній частині України. Впродовж кількох десятків років тут виходило друком понад ЗО найменувань спеціалізованих періодичних видань, які були активними пропагандистами спортивної термінології. Чималий внесок у розвиток вітчизняної терміносистеми спорту внесли видатні галицькі діячі - проф. Ярослав Рудницький, проф. Зенон Кузеля, проф. Іван Боберський, Тарас та Петро Франки, Степан Гайдучок та інші. Саме І. Боберським, якого ще за життя називали батьком українського тіловиховання, було введено в обіг такі терміни як «відбиванка» (волейбол), «гаківка» (гокей), «ситківка» (теніс), «столівка» (настільний теніс), «наколесництво» (велоспорт), «лещетарство» (лижний спорт), «санкарство» (санний спорт), «бій навкулачки», «навкулачництво» (бокс), «біжня» (бігова доріжка), «скічня» (трамплін), «вихідна постава» (вихідне положення) та багато інших.

З моменту включення західних областей України до складу СРСР в 1939 році, українські спортивні організації були розпущені, спортивні діячі у переважній більшості репресовані, розвиток національного спорту в Україні в цілому загальмовано. Природно, що припинився і процес творення і засвоєння української спортивної термінології, на заміну якій дуже швидко прийшли відповідні запозичення з російської мови. Розвиток питомої національної термінології продовжувався хіба що в середовищі української діаспори, де створилася доволі розгалужена мережа українських спортових організацій.

Саме з практики спорту в середовищі зарубіжного українства ми черпали прагнення зупинити навалу чужомовності, яка нехтуючи особливостями української мови, наповнювала українське спортивне середовище.

Із відновленням Україною державної незалежності, термінологічні проблеми в галузі фізичної культури не зникли. Навпаки, гострота їх, як і мовних проблем взагалі, зросла. Сьогодні немає компетентної інституції, яка б фахово займалася вирішенням проблем української спортивної термінології.

У Львові заходами Української спортивної асоціації (УСА) у 1991 році було проведено представницьку міжнародну конференцію «Українська спортивна і військово-похідна термінологія», яка викликала неабияку зацікавленість серед фахівців. Згодом, у вересні 1994 року, в рамках проведення ІІІ-ї міжнародної конференції «Українська науково-технічна термінологія», вперше працювала секція «Український спортивний і військово-похідний стиль». На цьому велелюдному науковому форумі було, зокрема, прийнято звернення до Олімпійської Академії України про створення мовно-термінологічної комісії та ухвалено рішення про створення подібної комісії при Комітеті стандартизації й метрології. Подібні конференції проводилися ще в Києві, Одесі та інших містах, проте мовні проблеми спорту радше були окреслені, а не вирішені.

А тим часом спорт, який динамічно розвивається, створює все нові термінологічні проблеми. Зароджуються і здобувають широке визнання чимало нових видів спорту. Навіть їх механічний перелік представляє для

українця певні труднощі. Складно навіть вимовити назви нових, але популярних видів спорту: армрестлінг, снобордінґ, сьорфінґ, кьорлінґ, віндсерфінг, фрістайл, боулінґ, таеквондо, картінґ, стретчінґ, шортрек, бодібілдінґ тощо. Знаходження їх відповідників в українській мові, або хоча б відповідна їх «натуралізація» згідно правил українського словотворення і правопису, є нагальною необхідністю.

Попри те, фізична культура, як і будь-яка специфічна галузь діяльності має свою нині усталену систему термінів, якими позначаються ті чи інші поняття і явища. Без чіткого окреслення основних термінологічних понять можуть виникати труднощі при сприйманні теоретичного матеріалу та в практичній діяльності. Тому до фундаментального їх засвоєння на лекціях зі спеціальних предметів (теорія і методика фізичного виховання, теорія і методика підготовки спортсменів, теорія і методика обраного виду спорту тощо) потрібно провести попереднє ознайомлення з ними. Таке визначення деяких з основних термінологічних понять сприятиме однозначності їх трактування. Тож познайомимося з найуживанішими у спортивній теорії та практиці термінами й поняттями, а також коротко охарактеризуємо позначувані ними явища.

**Фізична культура** - складова частина загальної культури суспільства, спрямована на зміцнення здоров'я, розвиток фізичних, морально-вольових та інтелектуальних здібностей людини з метою гармонійного формування її особистості, або сукупність досягнень суспільства у створенні й раціональному використанні спеціальних засобів, методів і умов цілеспрямованого фізичного та духовного удосконалення людини.

Фізична культура є важливим засобом підвищення соціальної і трудової активності людей, задоволення їх моральних, естетичних та творчих запитів, життєво важливої потреби взаємного спілкування, розвитку дружніх стосунків між особами та спільнотами.

У широкому розумінні фізична культура як галузь діяльності включає в себе всю сукупність теоретичних знань, практичних навичок, матеріальну і виробничу сфери, організаційну структуру, кадровий потенціал тощо.

Основними показниками стану фізичної культури є рівень здоров'я і фізичного розвитку різних верств населення, ступінь використання фізичної культури у різних сферах діяльності, рівень розвитку системи фізичного виховання і самодіяльного спорту, досягнення спортсменів України в окремих видах спорту, рівень забезпеченості кваліфікованими кадрами, спортивними спорудами тощо.

Основним засобом фізичної культури є виконання фізичних вправ.

**Фізичні вправи** - спеціальні рухи і складні види рухової діяльності, які спрямовані на вирішення завдань фізичного виховання і підпорядковані його закономірностям. Фізичні вправи умовно поділяються на загальнорозвиваючі і спеціальні.

Загальнорозвиваючі вправи використовуються з метою загального гармонійного фізичного розвитку особи, вдосконалення її рухових і функціональних можливостей, підвищення працездатності, розвитку

основних фізичних якостей.

Загальнорозвиваючі вправи використовуються фізкультурниками і спортсменами різних рівнів підготовки. У процесі багаторічної підготовки спортсменів зростає і роль спеціальних вправ.

Спеціальні вправи застосовуються переважно для розвитку фізичних якостей, потрібних у обраному виді спорту, а також з метою засвоєння технічних і тактичних прийомів. Спеціальними вправами розвивають не лише силу окремих, визначальних у даному виді змагань, груп м'язів, але й такі недостатньо піддатливі для розвитку якості, як швидкість рухових реакцій і швидкість рухів.

Спеціальні вправи представляють собою здебільшого елемент або зв'язку кількох рухів властивих даному виду спорту.

До спеціальних вправ відносяться дуже поширені в тренувальному процесі імітаційні вправи. Для дієвості імітацій необхідним є поєднання зовнішньої подібності рухів і дій спортсмена з рухово-просторово-емоційною уявою спортсмена про виконувані ним елементи вправ (наприклад, момент ковзання в лижника) або змагальний епізод («бій з тінню» у боксерів).

Вплив спеціальних вправ на спортсмена цілком залежить від умов їх виконання (тотожність змагальним потребам, інтенсивність, тривалість, емоційне тло).

Фізичне виховання - це педагогічний процес, спрямований на фізичне і духовне вдосконалення людини, оволодіння нею систематизованими знаннями, фізичними вправами та способами їх самостійного використання протягом життя.

Фізичне виховання здійснюється насамперед у навчально-виховній сфері: дошкільних виховних закладах, середніх загальноосвітніх, професійних, навчально-виховних та вищих навчальних закладах.

Характерною ознакою фізичного виховання є здійснення його за затвердженими програмами і забезпеченість відповідним фінансуванням, матеріальними засобами, спеціально підготованими фахівцями.

Фізична підготовка - процес спрямований на розвиток генетичних і набутих фізичних та морально-вольових якостей, вид фізичного виховання, що має безпосередньо прикладну спрямованість (солдат, пожежник, космонавт) і передбачає досягнення рівня фізичного розвитку, який забезпечує передумови для спеціалізації в певному виді діяльності.

Фізична підготовленість - результат фізичної підготовки, виражений в певному рівні розвитку фізичних якостей, придбаних рухових навичок та умінь, необхідних для здійснення певної діяльності.

Фізичний розвиток - процес морфологічного і функціонального розвитку організму людини, її фізичних якостей і здібностей, обумовлений внутрішніми фактами і умовами життя.

Фізичні якості - якості, що характеризують фізичний розвиток людини, її здатність до рухової діяльності.

Вирізняються такі основні фізичні якості: сила, швидкість, витривалість, спритність, гнучкість, координація.

**Спорт** - діяльність суб'єктів сфери фізичної культури і спорту, спрямована на виявлення та уніфіковане порівняння досягнень людей у фізичній, інтелектуальній та іншій підготовленостях шляхом проведення спортивних змагань та відповідної підготовки до них.

Соціальна значимість спорту визначається його стимулюючим впливом на поширення фізичної культури серед різних верств населення. Основною формою функціонування та вияву спорту (системно-утворюючим фактором) є спортивні змагання як вид регламентованого неантагоністичного суперництва, що відбувається за відповідними правилами з метою виявлення та уніфікованого порівняння досягнень людей в різних видах спорту.

Умовно спорт розділіть на три рівні: масовий (спорт для всіх), спорт вищих досягнень, професійний, інвалідний, дитячий тощо.

Самодіяльний масовий спорт, що є складовою частиною фізичної культури і включає змагальну діяльність та підготовку до неї з врахуванням віку, стану здоров'я та рівня фізичного розвитку особи. Його організаційну основу становлять різноманітні фізкультурно-спортивні секції, оздоровчо-спортивні клуби, школи здоров'я, індивідуальні та групові форми занять.

До спорту вищих досягнень відноситься спортивна діяльність, пов'язана з певним видом спорту, яка має на меті шляхом поглибленої спеціалізації навчально-тренувального процесу досягти максимальних спортивних результатів.

Досягнення найвищих спортивних результатів в міжнародних змаганнях не лише вдосконалює і возвеличують особу спортсмена, але й сприяють підвищенню міжнародного авторитету України. Саме тому законом України «Про фізичну культуру і спорт» передбачено, що для спортсменів вищих категорій створюються умови для тренувань. Зокрема передбачені звільнення від роботи або навчання на час підготовки та участі в змаганнях. Передбачені також гарантії продовження строку навчання. Особи, що здобули звання чемпіона або призера Олімпійських ігор, чемпіони світу і Європи, заслужені майстри спорту користуються суспільно-побутовими пільгами.

Професійний спорт є комерціалізованою різновидністю спорту, яка основним своїм завданням ставить отримання матеріальної вигоди від демонстрації високих спортивних досягнень. В Україні професійний спорт перебуває на початковій стадії розвитку.

Спортивне тренування - планований процес, який складається з навчання та вдосконалення спортивної техніки і тактики, розвитку фізичних, психічних і морально-вольових якостей.

Тренування може бути спрямоване як на досягнення спортивних успіхів, так і на оздоровчі, освітньо-пізнавальні та інші цілі. В усіх випадках правильно побудоване тренування приводить до зміцнення здоров'я, всебічного гармонійного розвитку, розширення арсеналу рухових навичок і життєво важливих фізичних якостей, набуття теоретичних знань в галузях теорії спорту, анатомо-біологічних знань, громадської та особистої гігієни.

**Тренованість** - стан організму, що характеризується певними морфологічними і функціональними змінами, що сталися в результаті

тренувальної діяльності.

Тренованість залежить від стану здоров'я, фізичного розвитку, функціональних властивостей організму. Проте визначальним фактором є застосована тренувальна система (зміст тренувальних програм, їх тривалість, спрямованість, методична досконалість).

Рівень тренованості піддається прогнозуванню, педагогічному та лікарському контролю. Основним критерієм тренованості є пристосованість організму спортсмена до тренувальних і змагальних навантажень, коли функціональні можливості організму розкриваються найповніше. Вищою фазою трено ваності спортсмена є його перебування в так званій «спортивній формі».

Спортивна форма - стан найвищого рівня тренованості спортсмена і його готовності досягти максимального для себе рівня спортивного результату.

Для спортсмена в стані «спортивної форми» характерним є високий рівень розвитку фізіологічних функцій і узгоджена діяльність всіх основних систем організму, яка відповідає підвищени-м вимогам, змагальної діяльності. Належні самопочуття, сон, апетит, невисока, але стабільна вага, бажання тренуватися і змагатися є суб'єктивними ознаками «спортивної форми». В стані «спортивної форми» організм добре переносить фізичні навантаження, швидко відновлюється після них, що легко визначити шляхом застосування відповідних функціональних проб.

Пік «спортивної форми» є станом доволі нетривким. Його вдається утримувати від кількох тижнів (навіть днів) до декількох місяців. В останньому випадку неминучими є деякі заплановані (контрольовані) спади. Тому уміння досягти в певний час і утримувати до вирішальних стартів «спортивну форму» є основним показником методичної майстерності тренера і його учня, мірилом досконалості тренувального процесу.

Основним важелем управління «спортивною формою» є обсяг та інтенсивність тренувальних і змагальних навантажень і досконала система відновлення.

Втома - фізіологічний стан організму, що виникає внаслідок функціональної активності і проявляється в тимчасовому зниженні працездатності. При втомі знижується м'язова сила, погіршуються точність і координація рухів, може погіршуватися загальне самопочуття.

При втомі знижується м'язова сила, погіршуються точність і координація рухів, може погіршуватися загальне самопочуття. Втома є невід'ємним елементом фізичної культури і спорту. Саме завдяки мобілізації сили організму на відновлення притаманних організмові функцій і властивостей, які тимчасово погіршуються внаслідок дії тренувальних навантажень, досягається тренувальний ефект, який приводить системи організму до фази надкомпенсації і поступового росту тренованості. Відновлення працездатності при втомі залежить від ступеня втоми і наступає переважно протягом декількох годин (рідко діб). Ефективними засобами пониження рівня втоми і прискорення відновлювальних процесів є

правильне чергування тренувань і відпочинку, різноманітність тренувальних засобів, методів і форм занять.

Перевтома - це патологічної стан, що розвивається в людини внаслідок хронічної фізичної чи психологічної перенапруги, клінічну картину якого визначають функціональні порушення в центральній нервовій системі.

Належним чином налагоджені контроль та самоконтроль за станом і самопочуттям спортсмена повинні (особливо на важливих етапах спортивної підготовки) виключити явища перевтоми.

Відсутність же такого контролю за процесом спортивного тренування може спричинитися до поглиблення негативних тенденцій і довести спортсмена до хворобливого стану перетренованості.

**Перетренованість** - стійке погіршення спортивної працездатності, нервово-психічного і фізичного стану спортсмена в результаті суттєвих недоліків в режимі і методиці тренувань. В стані перетренованості можуть опинитися високотреновані спортсмени на стадії підготовленості, близької до піку спортивної форми.

Для стану перетренованості характерними є порушення режиму сну (безсоння), відсутність апетиту і моральна депресія, супроводжувані порушенням функцій окремих органів і систем організму спортсмена.

При перетренованості спостерігаються суттєві зміни зі сторони нервової, серцево-судинної та інших систем організму, особливо в стадії глибокої перетренованості.

Варто врахувати, що розвиток перетренованості, як і вихід із цього стану є тривалим. Навіть при вжитті правильних заходів, вихід із стану перетренованості займає, проміжок часу «від декількох тижнів до декількох місяців.

Дуже глибока стадія перетренованості розвивається зрідка, але наступивши вона здатна взагалі перекреслити спортивну кар'єру спортсмена і нанести неабияку шкоду його здоров'ю. Це покладає неабияку відповідальність на тренерів і спортивних лікарів, які мусять знати, що спорт є особливим засобом фізичного розвитку організму людини.

Проте і надмірна перестраховка у визначенні стану спортсмена є недоречною. Дуже часто не лише самі спортсмени, але й спортивні лікарі, без належних для цього підстав, сприймають перенапругу за перетренованість. А неправильний діагноз завжди призводить до невластивого лікування.

Фізична реабілітація - система фізичних вправ, спрямована на відновлення втрачених функцій організму чи окремих органів та на відновлення фізичних якостей.

Рекреація - відновлення і зміцнення здоров'я з використанням фізичних вправ та оздоровчих сил природи (цілющі води, гірське повітря, сонячне проміння тощо).

## ВИСНОВОК

Таким чином, вивчення даної теми сприяє:

- розширенню уявлень студентів про фізичну культуру, як суспільного

явища;

- визначенню місця фізичної культури в загальній культурі людства;
- розкриттю сутності основних галузевих термінів.

Контрольні питання

1. Яке місце посідає фізична культура в загальній культурі людства?
2. Які основні завдання в суспільстві вирішує фізична культура?
3. Які основні чинники впливають на формування та розвиток галузевої терміносистеми?

Назвіть особливості формування та розвитку української спортивної термінології.

## Лекція №2
## Організація навчального процесу у вищому навчальному закладі

### План

1.Європейська кредитно-трансферна та система накопичення – ECTS.

2.Сутність та призначення навчальних занять, індивідуальних занять, самостійної роботи, практичної підготовки та контрольних заходів.

У положенні використано терміни, що надані у Законах України "Про вищу освіту" від 17.01.2002 р. № 2984-111 та "Про інноваційну діяльність" від 04.07.2002 р. № 40-V, Державному класифікаторі професій ДК 003-95, Державному класифікаторі видів економічної діяльності ДК 009-96, Комплексі нормативних документів для розробки складових системи стандартів вищої освіти (додаток № 1 до наказу Міністерства освіти України від 31.07.98 р. № 285 зі змінами та доповненнями, що введені розпорядженням Міністерства освіти і науки України від 05.03.2001 р. № 28-р), та наведені нові терміни відповідно Тимчасового положення про організацію навчального процесу в кредитно-модульній системі підготовки фахівців, затвердженого наказом Міністерства освіти і науки України від 23.01.2004 р. № 48 «Про проведення педагогічного експерименту з кредитно-модульної системи організації навчального процесу», а саме:

**Європейська кредитно-трансферна та акумулююча система (ECTS)** - забезпечує єдину процедуру, що гарантує академічне визнання навчання, що проходило за кордоном, і студент не втрачає часу на повторення пройденого курсу. Система дозволяє вимірювати і порівнювати результати навчання і передавати їх з одного навчального закладу до іншого, використовуючи загальні поняття і зрозумілі для всіх механізми — кредити та оцінки, а також забезпечує засобами для інтерпретації національних систем вищої освіти. ECTS базується на трьох ключових елементах: прозорості інформації про навчальні програми вищого навчального закладу та здобутки студента; взаємній угоді між вищими навчальними закладами - партнерами і студентом; використанні залікових одиниць (кредитів). Ці ключові елементи приводяться в дію через використання трьох основних документів: інформаційного пакету, договору про навчання і академічної

довідки оцінювання знань.

**ECTS забезпечує прозорість через такі засоби**:

1. Кредити ECTS, які є числовим еквівалентом індексу трудомісткості, що призначається навчальному курсу, щоб окреслити обсяг навчального навантаження студентів, необхідного для його повного опанування.

2. Інформаційний пакет, який дає загальну інформацію про навчальний заклад, його факультети, назву напрямів, спеціальностей, спеціалізацій спеціальностей, навчальні програми із зазначенням обов'язкових і вибіркових курсів, організацію навчального процесу, систему оцінювання тощо.

3. Перелік оцінок з дисциплін, який показує здобутки студентів у навчанні загальнозрозумілим способом і може легко передаватися з одного навчального закладу до іншого.

4. Форми заяв для студентів/договір на підготовку фахівця між студентом і вищим навчальним закладом.

**Кредит ECTS** — це одиниця виміру навчального навантаження студента, необхідного для засвоєння певного модуля. Кредити враховують всі види навчальної роботи, у т.ч. самостійну роботу і забезпечують уніфікований підхід до визначення трудомісткості освітньої діяльності студента.

Ціна кредиту ECTS складає 36 академічних годин. Нормативна кількість залікових одиниць на один навчальний рік — 60 кредитів ECTS.

Кількість кредитів ECTS на навчальну дисципліну визначається діленням загального обсягу годин з навчальної дисципліни на ціну кредиту (з округленням до 0,5 кредиту). Загальний обсяг годин з навчальної дисципліни повинен включати час на проведення лекцій, практичних, семінарських та лабораторних занять, консультацій, практик, самостійної та індивідуальної роботи і контрольних заходів.

**Кредитно-модульна система організації навчального** процесу – це модель організації навального процесу, яка ґрунтується на поєднанні модульних технологій навчання та залікових освітніх одиниць (залікових кредитів);

**Заліковий кредит** – це одиниця виміру навчального навантаження, необхідного для засвоєння змістових модулів або блоку змістових модулів;

**Модуль** – це задокументована завершена частина освітньо-професійної програми (навчальної дисципліни, практики, державної атестації), що реалізується відповідними формами навчального процесу;

**Змістовий модуль** – це система навчальних елементів, що поєднана за ознакою відповідності певному навчальному об'єктові.

**2. Сутність та призначення навчальних занять, індивідуальних занять, самостійної роботи, практичної підготовки та контрольних заходів.**

Формами організації процесу в умовах КМСОНП є: навчальні заняття (лекційні, практичні, семінарські та індивідуальні заняття, консультації), всі види практик, самостійна робота студентів, виконання індивідуальних

завдань, контрольні заходи та інші форми й види навчальної та науково-дослідницької діяльності студентів.

**Лекція** - це логічно вивершений, науково обґрунтований і систематизований виклад певного наукового або науково-методичного питання, ілюстрований, при необхідності, засобами наочності.

Лекція є однією з основних організаційних форм навчальних занять і, водночас, методів навчання у вищій школі. Вона покликана формувати у студентів основи знань з певної наукової галузі, а також визначати напрямок, основний зміст і характер усіх інших видів навчальних занять та самостійної роботи студентів з відповідної навчальної дисципліни.

Лекція повинна охоплювати все нове, що є в законодавчих документах, в літературі, виявляється на практиці, висвітлювати динаміку змін та суперечливі питання, які виникають при вивченні окремих тем дисципліни. При викладенні лекційного матеріалу можуть використовуватися результати науково-дослідної роботи самого лектора та викладачів кафедри, лекція має носити проблемний характер.

Лектор зобов'язаний дотримуватися навчальної програми щодо тем лекційних занять, але не обмежуватися в питаннях трактування навчального матеріалу, формах і засобах доведення його до студентів.

**Практичне заняття** - це організаційна форма навчального заняття, на якому викладач організовує детальний розгляд студентами окремих теоретичних положень навчальної дисципліни та формує вміння і навички їх практичного застосування шляхом індивідуального виконання студентами практичних завдань.

Основна мета практичного заняття - розширення, поглиблення й деталізація теоретичних знань, отриманих студентами на лекціях та в процесі самостійної роботи, і спрямування їх на підвищення рівня засвоєння навчального матеріалу, прищеплення умінь і навичок, розвиток наукового мислення та усного мовлення студентів.

Практичне заняття включає проведення попереднього контролю знань, умінь і навичок студентів, постановку загальної проблеми викладачем та її обговорення за участю студентів, розв’язування завдань з їх обговоренням, розв’язування контрольних завдань, їх перевірку, оцінювання.

Практичне заняття проводиться з однією академічною групою. З окремих навчальних дисциплін практичні заняття можуть проводитися з меншою, ніж академічна група, кількістю студентів.

Семінарське заняття

Семінарське заняття - це організаційна форма навчального заняття, на якому викладач організує обговорення студентами питань з тем, визначених робочою навчальною програмою. Семінарські заняття проводяться у формі бесіди, обговорення рефератів, доповідей та вирішення виробничих ситуацій, дискусій тощо.

Семінарське заняття проводиться з однією академічною групою.

**Самостійна робота студента** — це форма організації навчального процесу, при якій заплановані завдання виконуються студентом під

методичним керівництвом викладача, але без його безпосередньої участі.

Метою самостійної роботи студента є засвоєння в повному обсязі навчальної програми та послідовне формування у студентів самостійності як риси характеру, що відіграє суттєву роль у формуванні сучасного фахівця вищої кваліфікації.

В ході самостійної роботи студент має бути активним учасником навчального процесу, повинний свідомо ставитися до оволодіння теоретичними знаннями і практичними вміннями, вільно орієнтуватися в інформаційному просторі.

Самостійна робота студента є основним засобом оволодіння навчальним матеріалом у час, вільний від обов'язкових навчальних занять.

Навчальний час, відведений для самостійної роботи студента, визначається робочим навчальним планом і становить не менше 1/3 і не більше 2/3 загального обсягу навчального часу, відведеного для вивчення конкретної дисципліни.

Співвідношення обсягів аудиторних занять і самостійної роботи студентів визначається з урахуванням специфіки та змісту конкретної навчальної дисципліни, її місця, значення і дидактичної мети в реалізації освітньо-професійної програми.

Навчальний матеріал дисципліни, передбачений робочою навчальною програмою для засвоєння студентом в процесі самостійної роботи, виноситься на підсумковий контроль поряд з навчальним матеріалом, який опрацьовувався при проведенні навчальних занять.

**Індивідуально-консультативна робота** — це форма організації навчальної роботи викладача зі студентами, яка здійснюється шляхом створення необхідних умов для виявлення і розвитку індивідуальних особливостей студента на основі особистісно-діяльнісного підходу.

Індивідуально-консультативна робота проводиться з метою посилення мотивації студентів до пізнавальної діяльності і спрямування її в необхідному напрямку.

Індивідуально-консультативна робота проводиться у поза навчальний час за окремим графіком, який розробляється на кожний семестр кафедрою з урахуванням вимог робочої навчальної програми дисципліни і трудомісткості цієї роботи для студента та затверджується завідувачем кафедри у тижневий строк з початку семестру. Практична підготовка студента

Практична підготовка студентів є обов'язковим компонентом навчального процесу і має на меті набуття студентом професійних навичок та вмінь.

Організація практичної підготовки студентів академії регламентується Положенням про проведення практики студентів вищих навчальних закладів України, затвердженим наказом Міністерства освіти України від 8 квітня 1993 року № 93. Графік проведення практик та їх зміст визначаються Наскрізною програмою практики за відповідним освітньо-кваліфікаційним рівнем і напрямом підготовки.

Практика залежно від рівня підготовки, спеціальності чи спеціалізації може бути: ознайомлювальна, навчальна, виробнича, переддипломна.

З метою конкретизації змісту кожного виду практики та визначення переліку робіт, які студенти повинні виконати підчас практики, викладачами відповідної кафедри розробляється робоча програма практики. Робоча програма практики розглядається на засіданні кафедри та затверджується проректором з науково-педагогічної роботи.

Навчальна практика може здійснюватися як циклом, так і шляхом чергування з теоретичним навчанням по днях (тижнях) при умові забезпечення зв'язку змісту практики і теоретичного навчання. Виробнича та переддипломна практики проводяться з відривом від навчання та безпосередньо пов'язані з майбутньою професійною діяльністю.

Базами практики є фінансові органи, органи державної податкової служби, підприємства різних форм власності та господарської діяльності, органи місцевого самоврядування, банківські установи, страхові компанії та інші установи, з якими академією укладені договори про співробітництво або проходження практики студентами. Ознайомлювальна і навчальна практики можуть проводитися на базі вищого навчального закладу.

## Лекція № 3-4
## Міжнародний спортивний рух. Фізкультурно-спортивний рух в Україні

План

1. Міжнародний спортивний рух.
2. Фізкультурно-спортивний рух в Україні.

### 1.Міжнародний спортивний рух

Фізична культура з елементами суперництва, як суспільне явище, окреслилася відтоді, коли люди усвідомили, що мисли¬вець для того, щоб вижити мусить бути спритним і сильним, швидко бігати, стрибати, плавати, бути витривалим і спостере¬жливим.

Спорт, у спрощеному трактуванні, це не що інше як впоря¬дковане, неантагоністичне порівняння умінь і якостей окремих індивідуумів, або груп людей. Він має своє підґрунтя ще в гли¬бині тисячоліть, оскільки людині, щоб бути сильною, швидкою та влучною потрібно було постійно вправлятися і проявляти ці якості в порівнянні з іншими особами.

Печерні й наскальні зображення, що датуються епохою вер¬хнього палеоліту (близько 50 тисяч років тому) засвідчують ті¬сний зв'язок фізичних вправ з трудовою діяльністю людини. Мисливці зображуються на рисунках в бігові, стрибках, під час виконання ритуальних танців, а найчастіше метаючи знаряддя полювання чи бою: кам'яні сокири, булави, списи.

Фізичні вправи у всі епохи були пов'язані з трудовими опе¬раціями, культовими обрядами, вихованням, мистецтвом.

З розвитком суспільства, особливо наприкінці існування пе¬рвинно-общинного ладу (епоха військової демократії) зросло значення фізичних вправ, як засобу підготовки до збройної боротьби.

Фізична культура з кінця XVIII— початку XIX століття май¬же повсюдно в Європі стає елементом виховання й навчання у державних і недержавних органах освіти.

Ідея відновлення традиції проведення Олімпійських ігор у су¬часних умовах знайшли своє практичне здійснення понад сто років тому.

Спроби проводити змагання на кшталт Олімпійських ігор — панелінські Ігри як суто грецькі (1759, 1770, 1875, 1889) успіху не мали.

Момент відновлення Олімпійських ігор, чи правильніше початку проведення Олімпійських ігор сучасності не був випа¬дковим. На той час (кінець XIX ст.) визріли відповідні економіко-політичні та культурологічні передумови для надання їм світового звучання й сприйняття. Важливою була та обставина, що до того часу організаційно оформилися міжнародні федерації з багатьох видів спорту. Так, у 1881 р. було утворено міжнаро¬дну федерацію гімнастики, у 1982 р. — веслування і ковзаняр¬ського спорту, 1900 р. — велоспорту тощо. Створення єдиних міжнародних правил змагань з видів спорту також зіграло вирі¬шальну роль для консолідації міжнародного спортивного руху. Активний розвиток міжнародного спортивного руху призвів до заснування великої кількості міжнародних спортивних орга¬нізацій. На даний час їх налічується понад 200. Крім Міжнаро¬дного Олімпійського Комітету найвпливовішими є:

- Асоціація Національних Олімпійських Комітетів (АНОК),
- Генеральна Асамблея НОКів,
- Олімпійська рада Азії,
- Асоціація НОК Африки,
- Асоціація Європейських НОКів,
- Панамериканська спортивна організація,
- Національні Олімпійські Комітети Океанії,
- Генеральна Асоціація міжнародних спортивних організацій,
- Вища Рада спорту Африки,
- Міжнародна асоціація спортивної преси,
- Міжнародна Олімпійська академія,
- Міжнародні федерації з видів спорту.

Ці та інші організації проводять численні міжнародні спор¬тивні змагання, як комплексного характеру, так і з окремих видів спорту. Крім найпопулярніших Олімпійських і Параолімпійських ігор, проводяться:

- континентальні та регіональні Ігри (Панамериканські, Аф¬риканські, Азійські, Балканські, середземноморські тощо);
- ігри блокових країн (Британської співдружності, СНД);
- національні (етнічні) ігри (Маккабійські, Литовські, Па-нарабські);
- професійні ігри (залізничників, військовиків, моряків, сту¬дентів);
- релігійні ігри (мусульманські, католицькі);

- Ігри інвалідів (сліпих, глухих, розумововідсталих);
- вікові Ігри (для школярів, ветеранів спорту);
- чемпіонати, першості та кубки з видів спорту;
- комерційні змагання;

Найвищими органами, що координують роботу з видів спо¬рту є Міжнародні спортивні федерації. Міжнародні федерації провадять роботу через визнані ними Національні федерації та впливають відповідно на діяльність МОК через своїх представ¬ників у ньому. Представників спортивних федерацій у структу¬рах МОКу і НОКів має бути не менше 50 %.

Україна є повноправним членом усіх основних міжнарод¬них спортивних об'єднань.

Проте, над спортивним, зокрема олімпійським рухом, не таке вже й безхмарне небо. Незважаючи на неабиякий міжнародний авторитет і впливи, перед спортивним рухом періодично вини¬кають проблеми, які, у разі їх несвоєчасного або непрофесій¬ного розв'язання можуть набути загрозливих тенденції.

Деякі з таких проблем постійно перебувають у полі зору фахівців, спортивних організацій, громадськості. їх розв'язу¬ють або принаймні намагаються вирішувати. До таких нале¬жить проблема комерціалізації спорту. МОК десятиліттями вів безуспішну боротьбу проти комерціалізації спорту, яка завер¬шилася практично відмовою від протистояння комерційному тиску. Чимало міжнародних спортивних організацій самі ве¬дуть комерційну діяльність, а доходи МОК (найперше від рек¬лами) є фантастичними. Звинувачення ж МОКу в колосальних витратах на здійснення різних проектів відхиляються самим МОКом їхньою доцільністю. Матеріальні позиції МОКу вна¬слідок співпраці із обмеженою кількістю наймогутніших у світі компаній ніколи не були такими міцними як нині.

Щораз тривожнішими є повідомлення, що деякі з рішень, які приймаються спортивними організаціями, вмотивовані не ін¬тересами спортсменів, а приймаються на догоду рекламних фірм (напр. про формування програми змагань, час проведення тощо).

**Проблема надмірної політизації** спорту є ще однією з найпо¬мітніших, яка вже не раз загрожувала основам олімпійського руху. Вона походить від того, що існуючі в світі авторитарні режими охоче вдаються до послуг олімпійського спорту, щоб задекларувати міжнародній громадськості про свої політичні успіхи в управлінні країною.

Експлуатуючи нормальне почуття патріотизму своїх грома¬дян, правлячі верхи диктаторських режимів голосять про «пе¬реваги», які буцімто несе їхня влада, безпідставно трактуючи спортивний успіх на міжнародних змаганнях як аргумент аван¬гардності держави.

Політичний тиск на МОК подекуди бував таким сильним, що останній йде навіть на порушення власної Хартії. Так, готуючись до Олімпіади в Сеулі, МОК готовий був, в угоду войовничому комунофашизму Кім Ір Сена, віддати проведення частини олім¬пійської програми Корейській народно-

демократичній республі¬ці, хоча олімпійською Хартією не передбачалося доручати право на проведення Ігор одразу двом державам.

Перед Іграми в Барселоні МОК прийняв лукаве рішення про участь в Олімпіаді «об'єднаної команди країн СНД і Гру¬зії», хоча участь збірної команди від груп держав також не пе¬редбачено олімпійською Хартією.

Відмовивши Україні в участі окремою командою, МОК вод¬ночас надав право на самостійну участь в Іграх командам Хор¬ватії та Словенії, які тільки утверджували свою державну неза¬лежність. Україна на той час була визнаною суверенною дер¬жавою, країною-засновницею ООН.

Нині, в час відносно мирного (щоправда при палахкотінні низки місцевих військових конфліктів та при зростаючій за¬грозі терористичних актів) періоду розвитку і зменшення на¬пруги між Сходом та Заходом, політичні впливи на спортивні процеси є незначними. Проте в майбутньому вони можуть зно¬ву загостритися і тому несуть в собі потенційну загрозу для міжнародного спорту взагалі і олімпійського руху зокрема. Га¬рантією проти подібних загроз може бути лише остаточна і повсюдна відмова народів від диктаторських режимів і демок¬ратичний, мирний розвиток всіх держав.

**Альтернативні міжнародні змагання** також з часом можуть бути загрозою для нині монолітного олімпійського руху. За своєю популярністю і впливом вони вже нині здатні конкурувати з Олімпійськими іграми. Наприклад, маловідомі для нас, євро¬пейців, Азійські Ігри вже нині для китайців є мірилом міжна¬родних успіхів і престижу китайського спорту.

Еліни, які в свій час прискіпливо слідкували, чи майбутні олімпіоніки проходили перед змаганнями належну десятимісяч¬ну підготовку, були би дуже здивовані, прочитавши спортивний щоденник нинішнього кандидата в олімпійці. Півтори-дві тися¬чі тренувальних годин на рік — це ще не найбільше навантажен¬ня, яке витримують ті, хто мріє про олімпійські лаври сьогодні. Природно, що такий об'ємний режим тренувань, та ще й при великій інтенсивності, залишає для спортсмена мало часу і сили для навчання, культурних занять, загалом для гармонійного роз¬витку особи. При цьому варто враховувати й те, що спорт по¬стійно «молодшає», а в деяких видах стає просто дитячим.

Величезні навантаження (особливо нервові), подекуди до¬повнені вживанням недозволених препаратів, можуть перекре¬слити оздоровчу функцію спорту, і призвести до серйозних за¬хворювань, навіть до інвалідності.

Буває, що чемпіони, попри всі свої славні спортивні досяг¬нення, виявляються зовсім непідготовленими до нормального (після-спортивного) життя: матеріального, освітньо-фахового, пси¬хологічного.

Завершення спортивної кар'єри представляє неабияку соціа¬льну проблему, хоч нею мало хто займається. У 1993 році органі¬зація ветеранів спорту МАФІС (м. Київ) оприлюднила дані про опитування в низці західних країн 300 чемпіонів Олімпійських ігор. Опитування показало, що після завершення спортивних ви¬ступів серед колишніх олімпійців:

- 0,5 % займають високе становище в суспільстві;

- 10 % є матеріально забезпеченими;
- 10 % є інвалідами;
- 30 % є за межею бідності;
- 3 % представляють так зване соціальне «дно».

Отже, для більш як третини олімпійських чемпіонів немає підстав бути в категорії щасливих громадян. Додаймо ще значну чисельнішу групу спортсменів, які не здобули олімпійських ме¬далей і, значить, не отримали навіть моральної компенсації. Ве¬лика кількість молодих спортсменів, усвідомлюючи, що найви¬щі спортивні досягнення під-силу лише невеликій за чисельніс¬тю елітній групі, до яких вони себе не відносять, перестає займатися спортом. Таким чином, спорт із масового і демокра¬тичного перетворюється в елітний та малочисельний.

Олімпійський рух сучасності, попри свій 100-літній вік, ін¬тенсивно розвивається. Поки що нема підстав вважати, що він приближається до періоду застою чи занепаду. Але, щоб цього не сталося, постійно потрібно розв'язувати проблеми, які перед ним ставить життя.

**2. Фізкультурно-спортивний рух в Україні**

Конкретних історичних відомостей про первісне формуван¬ня та розвиток фізичної культури на території України маємо обмаль. Відтак у період Київської Русі сформувалася своєрідна сис¬тема військово-фізичної підготовки, яка провадилася в сім'ї, у військових і освітніх закладах при монастирях. У системі військ¬ково-фізичної підготовки використовувалися національно-своє¬рідні засоби вишколу з використанням іноземних запозичень. В Київській Русі не просто панував культ сили, але й поширювалися прообрази багатьох видів спорту: кінного спорту, стрі¬льби з луку, боротьби навкулачки, бігу, стрибків, метань, пла¬вання, веслування. Поєдинки були визнаним методом вирішення військових та правових конфліктів.

Військово-прикладне значення мала фізична культура і в добу Козаччини. На той час істотно розширився арсенал засобів фі¬зичної культури. Велику популярність набули поєдинки на шаблях й інших видах холодної зброї, стрільба з вогнепальної зброї, спортивні ігри з м'ячем, метання.

Низка українських національних єдиноборств переживає сьо¬годні період відродження. Серед них бойовий гопак, спас, хрест. Указ президента України «Про розвиток козацтва в Україні», підписаний у 2001 році, створює сприятливу атмосферу для активного поширення та розвитку національних видів спорту.

В складні 20—30-ті роки, в період «українізації» знову спостері¬гається активний розмах фізкультурно-спортивної роботи на над¬дніпрянській Україні. Починаючи з 1921 року проводяться Всеукра¬їнські олімпіади, згодом названі спартакіадами. Якщо на змаган¬нях Всеукраїнської спартакіади 1923 року брало участь 300 спортсменів, то вже у 1927 році на IV Спартакіаді — понад 20 ти¬сяч. На фінальні старти були запрошені

представники деяких ін¬ших країн (німці, чехи). Зросла і спортивна майстерність україн¬ців, про що свідчать перші місця, які посіли збірні України на Всесоюзній спартакіаді в Москві у 1928 р. Відзначилися українські волейболісти, гандболісти, баскетболісти, ватерполісти, гімнасти.

Велике значення для кадрового забезпечення сфери фізичної культури мало заснування в Україні закладів фізкультурної освіти і науки: Державного інституту фізичної культури в Харкові (1931 р.) та технікумів фізичної культури в Києві, Одесі, Дніпропетровсь¬ку, Луганську, Артемівську. З 1931 р. успішно функціонує Украї¬нський науково-дослідний інститут фізичної культури. З'являється спеціалізована спортивна преса, українською мовою друкуються правила змагань з видів спорту.

На жаль, організований на державному рівні голодомор (1931 — 1933 рр.) підірвав не тільки спортивний, але й генетич¬ний потенціал українського народу.

Національно-культурне піднесення, як правило, супроводжу¬ється і піднесенням фізкультурно-спортивним. Яскравою демонстрацією цього твердження є події в Західній Україні на початку XX століття, коли світовий спорт вже окреслився як самостійне соціальне явище. Саме на цей період припадає по¬чаток організованого українського фізкультурно-спортивного руху в Галичині, Буковині та Закарпатті.

Ціла низка спортивних, гімнастично-пожежних, січових, пла¬стових, туристичних товариств стає активним виразником укра¬їнського національно-культурного руху. Поруч з товариствами «Просвіти», «Рідної школи», кооперативно-допомоговими това¬риствами, спортивно-руханкові осередки були істотним чинни¬ком національного пробудження. Нерідко під прапорами спор¬тивних товариств консолідувалися і легалізувалися сили, натхнен¬ні національними ідеями, ідеями української державності.

Відомий ювілейний сокільський Шевченківський здвиг 1914 року за участі 14 тисяч соколів, який незважаючи на забо¬рону властей відбувся у «польському» на той час Львові, вразив не тільки польську владу. Здвиг красномовно засвідчив хто є хто у Галичині.

В умовах іноземного панування українська молодь Західної України гартувала тіло і волю для єдиної мети — боротьба за незалежність рідного краю. Тому характерною ознакою бага¬тьох спортивних товариств Галичини була їх очевидна мілітар¬на спрямованість. Фактичним проявом і результатом діяльнос¬ті численних січових, сокільських, пластових та спортивних товариств стало унікальне явище національної історії — Украї¬нське Січове Стрілецтво.

Стрілецтво майже цілком складалося з юнаків, які пройшли фізичний, духовний та національний вишкіл у спортивних то¬вариствах. Славою покрили себе імена вихованців сокільських чи спортивних товариств, такі як Сень Горук, Федь Черник, Клим Гутковський, Іван Косак, Омелян Гузар, Петро Франко, Роман Дашкевич та ін.

Лідерами військових формувань стали, насамперед, провід¬ники спортивно-гімнастичного руху. Керівник Січей Кирило Триловський очолив

Боєву Управу українського січового стрі¬лецтва. Членами Управи стали голова «Сокола-Батька» проф. Іван Боберський і кошовий, створеного перед війною, товари¬ства «Січові стрільці» Володимир Старосольський, командан-том Легіону Січових Стрільців було призначено Михайла Галу-Щинського — ініціатора й організатора Січей на Золочівщині та Рогатинщині. За умов відсутності вишколеного українського офіцерства, саме ці провідники спортивного і громадсько-куль¬турного руху очолили й керували легендарною українською вій¬ськовою формацією.

Військового спрямування дотримувалися тіловиховні орга¬нізації й пізніше, в 20—30-х роках. Рівно ж спортивне загартування пройшли багато лідерів та учасників національного руху ЗО—40-х років.

Діяльність українських спортивних товариств Галичини, Бу¬ковини, Закарпаття не можна розглядати у відриві від загаль¬ного культурно-просвітницького руху. Як і чеському сокільст-ву, українському було притаманно відкриття поруч з руханко-вими чи спортивними секціями, самодіяльних хорових гуртків, театральних груп, оркестрів, бібліотек. Власне з музичної комі¬сії «Сокола-Батька» згодом постав вищий музичний інститут у Львові. Довкола спортивних товариств об'єднувалися передові діячі мистецтва, шкільництва, журналістики, церковні діячі. Певним чином зі спортивно-сокільським рухом в Західній Укра¬їні були пов'язані імена письменника Богдана Лепкого, компо¬зитора Дениса Січинського, географа Степана Рудницького, поета і композитора Романа Купчинського, етнографа Яросла¬ва Пастернака, журналіста Івана Белея (редактор «Діла»), мо¬вознавця Степана Смаль-Стоцького, лікаря Мар'яна Панчиши-на. Усіляко підтримував спортові і пластові товариства й митро¬полит Андрей Шептицький. Тобто, спорт на західноукраїнських землях був частиною і одночасно формуючим чинником укра¬їнської культури.

Внаслідок приєднання Галичини, Буковини та Закарпаття до колишнього Радянського Союзу в кінці 40-рр. самодіяльний на¬родний спортовий рух в цих регіонах було організаційно знище¬но і позбавлено національного підґрунтя. Багато відомих спор¬тивних діячів та спортсменів були репресовані чи навіть фізично знищені, подібно як і вся галицька наукова та культурна еліта.

Починаючи з 1939 р. спортивному рухові Західної України відводилася роль «інтернаціоналізації» населення, а безпереч¬но високий рівень спортивних досягнень мав на меті просла¬вити «переваги соціалізму».

Свою національну сутність спорт мав можливість проявляти протягом тривалого часу лише за межами УРСР, серед україн¬ської еміграції. Тому український еміграційний спорт можна розглядати, як природне продовження довоєнного західноук¬раїнського спорту та спортивного руху періоду «золотого деся¬тиліття» на Сході України.

Виразні заходи організованого **спортивного життя в еміграції** спостерігаються вже в часи інтернування українських вояків в роки Першої світової війни на територіях Польщі та Чехословаччини в таборах Німецького Яблінного, Йозефова, Ліберця.

Дещо пізніше організований український спорт виникає і за океаном. Так, в 1924 р. в Нью-Йорку, а згодом в Джерсі-Сіті та Нью-Арку (США) засновується спортивне товариство «Чорно¬морська Січ», яке успішно діє й донині.

У 1945—1948 рр. на німецькій землі діяла Рада Фізичної Культури (РФК), як координуючий орган усього українського еміграційного спортового життя. РФК затвердила нормативи «Відзнаки Фізичної Вправности» для визначення рівня фізич¬ної підготовленості. За ініціативою РФК у 1947 році було про¬ведено унікальну в своєму роді Олімпіаду — «Олімпіаду Ді-Пі». Це були міжнаціональні змагання біженців з України, Польщі, Білорусії, Югославії, Прибалтики.

З розселенням українських біженців у країни Європи, Аме¬рики та Австралії, український спортивний рух в еміграції на¬був нових організаційних форм. Відновлюючи чи заново ство¬рюючи українські спортові та пластові осередки за зразком і на традиціях західноукраїнського спортового руху, еміграційний спорт ніколи не втрачав національного підґрунтя. Саме ця риса надавала йому (спортові) притягальної сили серед тисяч знедо¬лених, гнаних війною і нуждою «переміщених осіб», які всупе¬реч обставинам усвідомлювали себе нероздільною частиною Української нації.

Найвищим проявом розвитку українського спорту за межа¬ми України було створення на американському континенті в 1955 році Української Спортової Централі Америки і Канади (УСЦАК), яка донині проводить цілеспрямовану координуючу роботу серед більшої частини українських спортивних клубів Америки та Канади. Спорт в умовах нинішнього еміграційного життя є вагомим чинником самовизначення українців, засобом протистояння асиміляційним процесам, дієвим виховним засо¬бом. Тому так важливо, щоб до його організацій долучилися представники новітньої української еміграції.

Спортивний рух в Західній Україні, як і пізніше в еміграції, був вагомим явищем в історії українського відродження. Оріє¬нтуючися на кращі зразки європейського спортивного руху, західноукраїнські спортивні товариства були глибоко націона¬льним за своєю суттю елементом культурно-просвітницького і національно-визвольного руху.

Органічне входження фізичної культури в загальний плин куль¬турного життя народу, було джерелом його популярності і сили. Спорт, коли він розвивається на позиціях національної самоусві-домленості, здатний підсилювати розвиток культури, а остання, в свою чергу, стимулює розвиток спорту. Це один з уроків з нашої вітчизняної спортивної історії, який належить засвоїти.

У нинішніх обставинах українська спортивна еміграція тіс¬но співпрацює з спортивними організаціями України, активно сприяючи українським спортсменам в їх виступах на міжнаро¬дних змаганнях.

УСЦАК постійно й тісно співпрацює з НОКом України, надаючи збірним командам України значну організаційну і ма¬теріальну допомогу.

Саме завдяки сплаті УСЦАКом вступних внесків, українські спортивні федерації в дуже короткий тер¬мін (1992 р.) були визнані міжнародними федераціями. Допо-мога надається в прийомі українських команд за кордоном, в їх зустрічах, розміщені, організації побуту і тренувань. У 2000 р. між Львівським інститутом фізичної культури і УСЦАКом укла¬дено угоду про виділення 10-ти спеціальних стипендій для сту¬дентів ЛДІФК. УСЦАК передає в Україну велику кількість ар¬хівної документації з історії розвитку українського спорту, ко¬лекції марок «Підпільної пошти України» олімпійської тематики, чимало спеціалізованої англо- і україномовної лі¬тератури. Подібним чином діють і інші організовані структу¬ри західної української діаспори та окремі громадяни украї¬нського походження.

Що ж внесли українці у розвиток світового спорту, олімпіз-му як спортсмени, судді, тренери, організатори, науковці? Де¬хто взагалі заперечує будь-яку роль України перед світовим спортом, з уваги на те, що впродовж майже всієї дотеперішньої історії олімпійського руху, Україна не існувала як окрема держава. В кращому випадку визнається внесок українців у олім-пійських здобутках інших держав.

Справді, українці, не маючи власної держави, не раз прино¬сили славу державам-метрополіям, або країнам поселення, за збірні команди яких змушені були виступати: Австро-Угорщи¬ну, Росію, Румунію, Польщу, Чехословаччину, Латвію, США, Канаду, Австралію, Аргентину.

Широко відомими у світі є імена уславлених українських спортсменів радянської доби: Марії Гороховської, Віктора Чука-ріна, Лариси Латиніної, Бориса Шахліна, Леоніда Жаботинсь-кого, Валентина Манкіна, Валерія Борзова, Віктора Цибуленка, Павла Ледньова, братів Бєлоглазових, Зінаїди Турчиної, Олек¬сандра Шапаренка, Володимира Голубничого та багатьох інших. Але переліком імен цих спортсменів та їх товаришів не вичерпу¬ється список осіб, які мали причетність до великого спорту.

До піонерів сучасного олімпійського руху, без сумніву, відно¬ситься Олексій Бутовський У 1894 році він брав участь в роботі міжнародного Атлетичного конгресу в Парижі, на якому було відновлено сучасні Олімпіади; був присутнім на Іграх I Олімпі¬ади в Греції, зробив чимало для популяризації олімпійського спорту, фізичної культури серед співвітчизників. І хоч він вва-жався представником від Росії, варто мати на увазі, що О. Бутовський був уродженцем Полтавської губернії, походив із знатної української родини. У списках запрошених почесних гостей та учасників паризького конгресу значиться також прізви¬ще киянина Дмитра Меленевського. На I Олімпіаду до Греції самотужки діставались атлети з Києва і Одеси. Неабиякі шанси на успіх в Афінах мав київський борець та стрілок Микола Ріттер, але з певних причин він не виступав на олімпійській арені.

На VIII Олімпіаді в Парижі в складі польської команди було восьмеро спортсменів зі Львова. А в чеській збірній виступав колишній сотник Української Народної Республіки гімнаст Ан¬дрій Фовицький. У цьому ж 1924 році на I зимових Олімпійсь¬ких іграх в Шамоні виступав американець

українського похо¬дження Валентин Білас (ковзани — 5000 м). Інший український американець Юрко Кояк (Коцай) на Іграх 1928 р. в Амстердамі з олімпійським та світовим рекордами переміг на 100-метровій дистанції в плаванні горілиць. Срібну нагороду на цій Олімпіаді здобув також син селян-емігрантів з Галичини Стефан Галайко, виступаючи за американську боксерську команду.

Під чужими прапорами виступали українці і в більш пізній час. Наприклад, за команду Румунії виступала гімнастка українського походження Надя Каманечі (Камінечна), володa¬рка восьми олімпійських медалей, серед яких п'ять золотих. Інший легендарний «румун», Іван Пацяхін (Пацайкін) встано¬вив своєрідний рекорд, ставши переможцем у веслуванні в ка¬ное на 5-ти (!) олімпіадах поспіль (з XIV по XVIII) і зібравши колекцію з 8-ми золотих олімпійських медалей. Було би неро¬зумно зараховувати Україні очки і медалі всіх країн, за які до¬водилося виступати вихідцям з України, але знати, що і украї¬нці мають чим гордитися потрібно.

**Шлях до офіційного визнання України** міжнародним спорти¬вним співтовариством був довгим і складним. Перші спроби самостійного виходу українських спортсменів на Олімпійські ігри зроблені були в недовгий період української державності 1917—1918 рр. Друга спроба нав'язати контакти з Олімпійсь¬ким організаційним комітетом була зроблена напередодні XI Олімпійських ігор в Берліні (1936 р.). На передолімпійському конгресі групою галицьких спортивних діячів (І. Боберський, С. Гайдучок) та українськими політичними й культурними дія¬чами Німеччини було запропоновано культурну програму від українців, та висловлене прохання офіційної акредитацію спе¬ціального кореспондента.

У 1940 році в час існування Карпатської України, пізніше збройно ліквідованої угорськими і німецькими фашистами, до Закарпаття, у столицю карпатської України — містечко Хуст, з'їжджалися спортсмени із Західної України з надією взяти участь в наступній Олімпіаді. Світова війна зруйнувала ці плани. У повоєнний час тільки діячі української спортивної еміг¬рації ще підіймали активний голос на захист незалежного укра¬їнського спорту. Вони проводили пресові конференції, опри¬людновували заяви та звернення, проводили демонстраційні акції на Іграх Олімпіадах (Мюнхен-72, Монреаль-76), налагоджували контакти з діячами Міжнародного і Національних олімпійсь¬ких комітетів. Ці зусилля не були марними. Врешті-решт того¬часний президент МОК американець Ейвері Брендедж підтве¬рдив принципову можливість визнання НОК України, якщо такий буде створено. Далі естафету боротьби за створення НОК було продовжено в Україні.

В деяких містах розпочався збір підписів за створення неза¬лежного НОК України. В короткий термін лише у Львові спорт¬сменами було зібрано десятки тисяч підписів. Водночас у Киє¬ві при Управі Народного Руху України за ініціативою тодіш¬нього голови Республіканської федерації санного спорту Валерія Шутого розпочав діяльність Український національний олім¬пійський комітет (УНОК). УНОК розгорнув бурхливе

листу¬вання з міжнародними спортивними організаціями, зокрема з МОКом, домагаючись свого визнання.

І хоч подібне визнання на той час ще було малоймовірним, заходи УНОКу дещо приспішили події в тодішніх владних ка¬бінетах.

Уже в 1990 році відповідними державними органами управ¬ління галуззю фізичної культури і спорту України було розроб¬лено перший проект Хартії Олімпійського Комітету України (ОКУ). Цей проект було запропоновано обговорити в регіонах. Проект Хартії був недосконалим, відстав від тодішньої полі¬тичної ситуації, яка наближала Україну до незалежності. Ця Хартія ще передбачала повну підлеглість ОКУ НОК СРСР. За¬вданням ОКУ, згідно з планами авторів проекту, мало бути під¬готовка спортивних резервів для збірних команд СРСР, а не самостійний виступ на міжнародних змаганнях.

Другий варіант Хартії, який було представлено Генеральній Асамблеї засновників НОК України, суттєво відрізнявся від першого проекту. Цю Хартію було затверджено Асамблеєю за¬сновників НОК України 22 грудня 1990 р. Асамблея того ж дня обрала персональний склад і першого президента НОК Украї¬ни. Ним став дворазовий олімпійський чемпіон з легкої атле¬тики Валерій Борзов.

Саме з грудня 1990 року розпочалася діяльність НОКу Укра¬їни, хоча до його офіційного визнання МОКом залишалося ще більше року. Офіційне визнання НОК України відбулося 9 бе¬резня 1992 року. Відразу після заснування НОК України, було створено Олімпійську Академію України (8 березня 1991 р.).

Процес офіційного олімпійського визнання України супро¬воджувався входженням Національних спортивних федерацій України в міжнародні федерації і повністю завершився у 1992 році. Належність України до авторитетних спортивних держав світу було підкреслено у 1994 році членством у МОК тодішнього президента НОК України та міністра Мінмолодьспорту Вале¬рія Борзова. У 2000 році членом Міжнародного Олімпійського Комітету став ще один видатний український олімпієць — лег-коатлет із Донецька Сергій Бубка.

На XVI зимових Олімпійських іграх в Альбервіллі та на Іг¬рах XXIV Олімпіади в Барселоні в 1992 р. спортсмени молодої української держави були позбавлені можливості виступати окремими командами. Провідні українські атлети виступали у складі «Об'єднаної команди країн СНД та Грузії». Блискуче проявили себе в Арбервіллі фігурист з Одеси Віктор Петренко та київський хокеїст Олексій Житник, які стали чемпіонами XVI зимових Олімпійських Ігор. На Іграх XXV Олімпіади в Ба¬рселоні (1992 р.) спортсмени України здобули загалом (в ко¬мандних і особистих змаганнях) 40 медалей: 17 золотих, 14 сріб¬них, 9 бронзових. Олімпійськими чемпіонами 1992 року стали українські представники Олег Кучеренко (боротьба), Олексан¬дра Тимошенко (художня гімнастика), Георгій Погосов (фехту¬вання), Олена Жирко і Марина Ткаченко (баскетбол), Сергій Бебешко і Юрій Гаврилов (гандбол), Ольга Бризгіна і Людмила Джигалова (легка

атлетика), Тетяна Гуцу, Тетяна Лисенко, Ігор Коробчинський, Рустам Шаріпов, Григорій Місютін (спортив¬на гімнастика).

Пам'ятним для історії українського спорту залишиться пер¬ший виступ спортсменів України на міжнародній спортивній арені самостійною командою. Таким став блискучий дебют сту¬дентської збірної на змаганнях Всесвітньої Універсіаді в Баф-фало (США, 1993 р.), де команда України посіла IV загально¬командне місце.

У лютому 1994 року відбулися XVII зимові Олімпійські ігри в норвезькому місті Ліллегаммері, де вперше збірна України виступала незалежною командою в Олімпійських іграх. Золота медаль фігуристки Оксани Баюл, як і бронзова біатлоністки Валентини Цербе гідно увінчали перші старти України на зи¬мових Олімпійських іграх.

Загалом 34 медалі (10-5-19) вибороли спортсмени неза¬лежної України на Іграх XXVI Олімпіади в Атланті (США, 1996 р.). Перші золоті олімпійські медалі на літніх Олімпіадах здобули для України В'ячеслав Олійник (боротьба), Інеса Кра¬вець (легка атлетика), Володимир Кличко (бокс), Тимур Тай-мазов (важка атлетика), Лілія Подкопаєва і Рустам Шаріпов (спортивна гімнастика), Ігор Матвієнко і Євген Браславець (ві¬трильний спорт), Катерина Серебрянська (художня гімнастика).

Варто зазначити про срібний успіхи біатлоністки Олени Петрової в Нагано (XVIII зимові Олімпійські ігри, 1998 рік).

Ігри XXVII Олімпіади в австралійському Сіднеї (2000 рік) принесли Україні 35 олімпійських медалей (3 — 20 — 12), серед яких золоті — плавчиня Яна Клочкова (дві медалі) та стендо¬вик Микола Мільчев.

Не надто невдалим виявився виступ українців на XIX зимо¬вих Олімпійських іграх у Солт Лейк Сіті (США, 2002 рік). Тіль¬ки три спортсмени здобули залікові очки неофіційного коман¬дного заліку, посівши 2 п'ятих і одне шосте місця (С. Кравчук — лижна акробатка; В. Шевченко — лижні перегони, Л. Лудан — санкарство).

Останні олімпійські успіхи України пов'язані з іменами пе¬реможців Ігор XXVIII Олімпіади 2004 року в Афінах. Серед них Яна Клочкова (плавання), Наталія Скакун (важка атлетика), Юрій Білоног (легка атлетика), Валерій Гончаров (спортивна гімнастика), Юрій Нікітін (стрибки на батуті), Олена Костевич (кульова стрільба), Іріні Мерлені та Ельбрус Тадєєв (боротьба).

В організаційних та фінансових справах НОКу України, дер¬жавним органам управління спортом, Всеукраїнським спорти¬вним федераціям істотно допомагає створений у діаспорі гро¬мадський комітет зі сприяння олімпійській підготовці і висту¬пам атлетів України. Спортивні діячі та відповідні структури в Україні та в діаспорі завжди приязно і по-діловому вирішу¬ють важливі галузеві справи.

За період незалежності спортивні зв'язки українців із зару¬біжними спортсменами і організаціями значно розширились. Чимала група команд і спортсменів, які раніше не мали виходу за кордон, тепер зважають хіба що лиш на фінансові обмеження. Спортсмени України, не враховуючи

різноманітні міжнаро¬дні турніри, щороку беруть участь у понад 1 000 офіційних зма¬ганнях. Проте перед українським спортом стоїть ціла низка складних проблем. Сформуємо їх за групами: організаційні, методичні, фінансово-матеріальні, морально-етичні.

У найближчому майбутньому в галузі фізичного виховання та спорту України потрібно вирішити такі завдання:

1. Реформувати систему фізичного виховання і спорту в Україні, фундаментально змінивши стосунки між державним органом управління галуззю і Національним Олімпійським Комітетом; між Федераціями з видів спорту і спортивними клу¬бами; між особою, як суб'єктом фізичної культури і спортив¬ними організаціями, покликаними служити людині.

2. Повернути українському спорту національний зміст, бо по справжньому народним і значить масовим, він може бути лише на власному історичному, культурному, мовному і еконо¬мічному грунті.

3. Переглянути теорію і практику фізичної культури, вихо¬дячи з нових реалій сучасного життя в Україні, з врахуванням державотворчих завдань, які стоять перед фізкультурно-спор¬тивним рухом.

4. Поліпшити кадрову ситуацію в спортивних структурах України, залучивши до роботи в них фахівців з відповідним рівнем підготовки і належним рівнем громадської та націона¬льної свідомості.

5. У процесі перебудови фізкультурно-спортивного руху, збе¬регти рівень спортивних досягнень, не допустити спаду резуль¬тативності в різних видах спорту, по можливості утримати або й розширити матеріальну базу.

6. Спорт із справи в основному державних структур, має стати психологічно, економічно і організаційно справою всіх і кож¬ного особисто. Зберегти та примножити власне здоров'я і фізи¬чну досконалість може лише свідома, з активною життєвою позицією людина.

Більшість концептуальних ідей та поглядів на роль, органі¬заційну структуру та завдання фізичної культури і спорту в Україні на період до 2016 року представлено в Національній доктрині розвитку фізичної культури і спорту. Цей важливий стратегічний документ містить вісім розділів:

I. Загальні положення.

II. Мета та завдання розвитку фізичної культури і спорту.

III. Фізичне виховання та масовий спорт (спорт для всіх) у формуванні здорового способу життя.

IV. Спорт вищих досягнень. Резервний спорт. Дитячо-юна¬цький спорт.

V. Економічна діяльність у сфері фізичної культури і спорту.

VI. Забезпечення розвитку фізичної культури і спорту.

VII. Міжнародна діяльність у сфері фізичної культури і спорту.

VIII. Очікувані результати.

**Контрольні питання**

1. Коли і як було відновлено сучасний олімпійський рух?
2. Що таке МОК? Коли він утворений і в чому полягає його діяльність?
3. Назвіть основні проблеми розвитку олімпійського руху су¬часності.
4. В чому полягають історичні особливості розвитку фізич¬ної культури

в різних регіонах України?

5. Коли утворено НОК України і які його основні завдання?

6. Який внесок зробили українці у розвиток сучасного олімпізму?

7. Які проблеми розвитку фізичної культури в Україні Вам відомі?

## Лекція 5.
## Організаційні засади, структура і матеріальна основа розвитку фізкультурно-спортивного руху в україні.

### План.

1. Структура, взаємозв'язок і характер діяльності фізкультурно-спортивних організацій україни.
2. Матеріально-технічна база фізичної культури і спорту.
3. Джерела фінансування галузі.
4. Науково-інформаційне забезпечення фізкультурно-спортивного руху.

Фізична культура у загальному розумінні це – сукупність матеріальних та духовних надбань суспільства, шо створюються і використовуються для фізичного вдосконалення людини.

Для ефективного розвитку сфери фізичної культури і спорту історично складалися різноманітні форми організації. в україні, як і у більшості зарубіжних країн, окрім широко розгалужених самодіяльних фізкультурно-спортивних об'єднань, успішно функціонують державні, регіональні, муніципальні органи координації і управління сферою фізичної культури та спорту.

**Державне управління** здійснюється здебільшого у формі спеціально створених міністерств, комітетів, департаментів чи управлінь, на які покладено обов'язки щодо координації та управління фізкультурно-оздоровчою і спортивною роботою в країні.

У деяких країнах функціонують спеціальні „президентські ради", які розробляють національні програми фізичного розвитку та фізичної підготовленості населення, або ж здійснюють експертні оцінки конкретних програм державного масштабу (наприклад, підготовки до проведення чемпіонатів європи, світу, олімпійських ігор).

Відповідні органи управління з фізичної культури та спорту існують і на регіональних рівнях. проте найбільш масовими, впливовими і функціонально спроможними є самодіяльні, самоврядні фізкультурно-спортивні об'єднання (спортивні клуби, асоціації, ліги, федерації тощо).

Україна успадкувала організаційну структуру і характер діяльності фізкультурно-спортивних організацій від колишнього радянського союзу, провівши тільки деяку їхню переструктуризацію із врахуванням нових завдань розвитку фізкультурно-спортивної сфери.

Згідно із законом україни „про фізичну культуру і спорт", державну політику і законодавче регулювання відносин у сфері фізичної культури і спорту, як і контроль за реалізацією державних програм з розвитку фізичної

культури і спорту, здійснює верховна рада україни та кабінет міністрів україни.

В окремі проміжки часу в україні центральним органом державної виконавчої влади у сфері управління фізичною культурою і спортом були держаний комітет україни з питань фізичної культури і спорту, міністерство у справах молоді і спорту україни, міністерство сім'ї, молоді і спорту україни, котрі в певні роки забезпечували реалізацію державної політики в галузі фізичної культури і несли відповідальність за її виконання.

У 2007 році уряд президента віктора ющенка поклав відповідальність за розвиток сфери фізичного виховання і спорту на перейменоване міністерство молоді і спорту україни на міністерство сім'ї, молоді і спорту україни.

Як зазначається у національній доктрині розвитку фізичної культури і спорту (2004 р.), держава реалізовує заходи, держава реалізовує заходи, спрямовані на формування та подальше вдосконалення сфери фізичної культури і спорту. держава стимулює об'єднання зусиль заінтересованих державних, громадських, приватних організацій та широких верств населення для визначення стратегічних напрямів розвитку сфери фізичної культури і спорту, прогнозування перспективних процесів, використання системного і програмно- цільового підходів у розробленні та здійсненні практичних заходів.

Місцеві органи державної влади і органи місцевого самоврядування створюють у своїй структурі відповідні органи управління фізичною культурою і спортом.

Крим, обласні, міст києва, севастополя (міські, районні) управління фізичної культури і спорту організовують виконання державної і регіональних програм і здійснюють широке коло заходів щодо координації зусиль спортивних та інших зацікавлених організацій на місцевому рівні.

При радах депутатів усіх рівнів функціонують відповідні депутатські комісії, які із свого боку займаються вирішенням питань з фізичної культури і спорту.

Третьою управлінською ланкою на регіональному та місцевому рівні створені відділи або визначені посадові особи (здебільшого заступники голів рад), які керують питаннями фізичної культури і спорту.

**Самоврядування** у сфері фізичної культури і спорту сприяє розвитку суспільної активності і залучає громадські організації до управління фізичною культурою і спортом. органи державної виконавчої влади і органи місцевого самоврядування можуть делегувати громадським фізкультурно-спортивним організаціям окремі свої повноваження. громадські фізкультурно-спортивні організації здійснюють свої повноваження відповідно до діяльності, яка визначена статутом і не суперечить чинному законодавству.

Основними громадськими організаціями, які здійснюють фізкультурно-спортивну діяльність у сфері спорту україни є національні федерації з видів спорту та національний олімпійський комітет україни (нок).

**Статус національної спортивної федерації** надається тільки одній

спортивній федерації з відповідного виду спорту (версії) за таких умов:

– її реєстрації як всеукраїнської громадської організації,

– відповідності її статутних документів статутним та регламентним вимогам відповідної міжнародної спортивної організації,

– проведення нею спортивних змагань та фізкультурних заходів,

– наявності в її складі висококваліфікованих спортсменів, тренерів, суддів та фахівців;

– наявності в її структурі легалізованих у встановленому порядку місцевих осередків (федерацій, асоціацій, спілок, об'єднань тощо) та їх взаємодії з місцевим органом виконавчої влади з фізичної культури і спорту щодо розвитку відповідного виду спорту (версії) згідно з укладеним двостороннім договором.

Клопотання про надання спортивній федерації статусу національної порушується її керівним органом шляхом подання заяви до центрального органу виконавчої влади з фізичної культури і спорту.

До заяви додаються:

– рішення керівного органу спортивної федерації про порушення клопотання щодо надання статусу національної;

– копія свідоцтва про реєстрацію, виданого міністерством юстиції україни, завірена в установленому порядку;

– копії документів, поданих до міністерства юстиції україни для здійснення реєстрації,

– копії статуту та регламенту відповідної міжнародної спортивної організації з перекладом їх на державну мову, завірені в установленому порядку;

– проект договору про співробітництво спортивної федерації з центральним органом виконавчої влади з фізичної культури і спорту,

– реквізити спортивної федерації – юридичної особи,

– документи, що підтверджують виконання умов, передбачених законом україни „про фізичну культуру і спорт”.

Заява про надання спортивній федерації статусу національної розглядається колегією центрального органу виконавчої влади з фізичної культури і спорту у місячний термін з дня надходження документів.

Питання про надання статусу національної спортивної федерації розглядаються в порядку, встановленому колегією центрального органу виконавчої влади з фізичної культури і спорту за участю представників цієї спортивної федерації.

За результатами розгляду заяви колегія центрального органу виконавчої влади з фізичної культури і спорту приймає рішення про надання статусу національної спортивної федерації або про відмову в наданні цього статусу, про що заявникові повідомляється письмово у 10-денним термін.

У разі прийняття рішення про надання спортивній федерації статусу національної вона заноситься до реєстру національних спортивних федерацій і їй у 10-денним термін видається відповідне свідоцтво.

Про зміни в статутних документах та керівних органах національна

спортивна федерація повідомляє в 10-денний термін центральний орган виконавчої влади з фізичної культури і спорту.

Про надання спортивній федерації статусу національної центральний орган виконавчої влади з фізичної культури і спорту повідомляє в друкованих засобах масової інформації.

Термін дії статусу національної спортивної федерації встановлюється за рішенням колегії центрального органу виконавчої влади з фізичної культури і спорту.

Спортивна федерація може добровільно відмовитися від статусу національної. повідомлення про таку відмову повинно бути направлено у письмовій формі до центрального органу виконавчої влади з фізичної культури і спорту.

Підставами для відмови у наданні статусу національної спортивної федерації є:

– невідповідність поданих документів законодавству україни, статутним та регламентним вимогам відповідної міжнародної спортивної організації або недотримання інших вимог, передбачених законом україни „про фізичну культуру і спорт”;

– наявність у поданих документах недостовірних даних;

– наявність національної спортивної федерації з відповідного виду спорту (версії).

Рішення про відмову повинно містити підстави такої відмови.

Відмова у наданні статусу національної спортивної федерації може бути оскаржена в судовому порядку.

Спортивна федерація може бути позбавленою статусу національної за рішенням колегії центрального органу виконавчої влади з фізичної культури і спорту у разі втрати фізкультурно-спортивної спрямованості у своїй діяльності, невиконання договірних зобов'язань у межах делегованих їй центральним органом виконавчої влади з фізичної культури і спорту повноважень.

Центральний орган виконавчої влади з фізичної культури і спорту може позбавити спортивну федерацію статусу національної:

– за дії та рішення, що порушують законодавство україни, на підставі рішення суду;

– за порушення статуту, регламенту відповідної міжнародної спортивної організації на підставі її офіційного повідомлення.

Центральний орган виконавчої влади з фізичної культури і спорту у 10-денний термін письмово повідомляє про це спортивну федерацію, скасовує запис у реєстрі національних спортивних федерацій і направляє повідомлення у відповідну міжнародну спортивну організацію.

Свідоцтво про надання спортивній федерації статусу національної втрачає чинність відповідно до законодавства.

Спортивній федерації, що набула статусу національної, держава в особі центрального органу виконавчої влади з фізичної культури і спорту надає:

– певні повноваження щодо розвитку відповідного виду спорту (версії)

згідно з укладеним двостороннім договором,

– виключне право представляти відповідний вид спорту (версію) у відповідних міжнародних спортивних організаціях та на міжнародних спортивних змаганнях,

– виключне право на організацію та проведення офіційних міжнародних змагань на території україни та національних змагань.

Національна спортивна федерація може отримувати від держави матеріальну та фінансову допомогу на діяльність, передбачену її статутом.

Центральний орган виконавчої влади з фізичної культури і спорту:

– здійснює контроль за використанням коштів, виділених національній спортивній федерації з державного бюджету, та за виконанням наданих їй повноважень;

– затверджує за поданням національної спортивної федерації умови та порядок організації проведення всіх всеукраїнських спортивних змагань.

Рішення центрального органу виконавчої влади з фізичної культури і спорту, видані в межах його повноважень, є обов'язковими для виконання національною спортивною федерацією.

Центральний орган виконавчої влади з фізичної культури і спорту проводить консультації з національною спортивною федерацією щодо міжнародних контрактів і договорів, які укладаються від імені україни, стосовно відповідного виду спорту (версії).

Національна спортивна федерація:

– погоджує з центральним органом виконавчої влади з фізичної культури і спорту та іншими органами виконавчої влади і органами місцевого самоврядування питання щодо проведення на території україни міжнародних спортивних змагань,

– інформує центральний орган виконавчої влади з фізичної культури і спорту про наміри проведення всіх спортивних заходів та про рейтинг спортсменів за підсумками змагань.

**Національний олімпійський комітет україни** (нок україни) є неурядовою громадською організацією, яка координує розвиток олімпійського руху в україна. у своїй діяльності нок керується законодавством україни, олімпійською хартією міжнародного олімпійсь-кого комітету та власною хартією. нок україни має виключне право представляти державу на іграх літніх та зимових олімпійських іграх, в міжнародному олімпійському комітеті, інших міжнародних олімпійських організаціях. нок україни має також виключне право на використання власної олімпійської символіки. першим в історії членом мок для україни у 1994 р. було обрано валерія борзова, а в 2000 р. членом мок став ще один відомий український легкоатлет сергій бубка. держава сприяє діяльності нок україни, розвитку його матеріально-технічної бази, надає фінансову підтримку. проте безпосереднє втручання будь-якого державного чи якогось іншого органу або особи у внутрішні справи ноку є таким, що суперечить олімпійській хартії.

Організацію фізичної культури і спорту, а також професійну фізичну підготовку у відомствах здійснюють спеціально створені для цієї мети

комітети, спортивні товариства та клуби. нині діють такі основні спортивні товариства україни.

До 2001 року діяло добровільне спортивне товариство „гарт”, створене для організації і координації роботи з фізичного виховання і спортивної роботи у навчальних закладах усіх рівнів. на його основі було утворено нині чинний комітет фізичного виховання і спорту міністерства освіти і науки україни.

У структурі міністерства оборони україни діє управління спорту, а в регіонах – спортивні клуби армії і військово-морського флоту (ска).

Працівники і службовці міністерства внутрішніх справ україни обслуговує відомче спортивне товариство „цинамо”, яке має свої регіональні підрозділи.

У 1995 році поновило свою діяльність добровільне спортивне товариство „спартак”, яке сьогодні активно розгортає свою діяльність в регіонах україни.

Добровільне фізкультурно-спортивне товариство профспілок „україна” (дфстп „україна”) створено з метою організації фізкультурно-оздоровчої і спортивної роботи з працівниками виробничої сфери, а кооперативно – профспілкове фізкультурно-спортивне товариство лолос" – з працівниками агропромислового комплексу та жителями сільської місцевості.

Для репрезентації спортсменів-залізничників у міжнародних організаціях, в рамках дфспт „україна” діє спортивний клуб локомотив". з цією ж метою створено українську студентську спортивну спілку. в україні також створені і функціонують структури параолімпійського руху, асоціація ветеранів фізичної культури і спорту, федерації інвалідного спорту тощо.

На регіональному та місцевому рівнях утворюються різні самодіяльні спортивні, спортивно-оздоровчі, фізкультурно-спортивні клуби, клуби з видів спорту, спортивні клуби за місцем проживання тощо.

В останні роки в україні з'являються професійні спортивні клуби та ліги. усі ці організації вносять свій позитивний внесок у широку палітру фізкультурних і спортивних організацій україни. співпраця, взаємодопомога і взаємодоповнюваність між ними сприяють розвитку фізичної культури і спорту як засобів фізичного і духовного вдосконалення.

## Лекція 6.
## Система вищої освіти та кадрове забезпечення галузі.

### План

1. Структура системи освіти в Україні.
2. Система навчальних закладів України.
3. Ступенева підготовка фахівців.
4. Підготовка наукових кадрів.

### Структура системи освіти в Україні

Метою освіти є всебічний розвиток людини як особистості та найви- щої

цінності суспільства. Вища освіта ґрунтується на засадах гуманізму, демократії, національної самосвідомості. Керування освітою в Україні здійснюється на принципі поєднання діяльності органів державного керування освітою й органів громадського самоврядування. В Україні встановлена та діє єдина структура системи освіти. Вона включає:

– дошкільне виховання;
– загальну середню освіту;
– професійну освіту;
– вищу освіту;
– післядипломну освіту;
– аспірантуру;
– докторантуру;
– підвищення кваліфікації;
– перепідготовку кадрів;
– позашкільне навчання і виховання;
– самоосвіту.

**Система навчальних закладів України**

Під системою навчальних закладів розуміють сукупність взаємопов'язаних установ та організацій, що здійснюють і контролюють освіту, а також засобів, методів і способів організації, нормативних основ, цілей та принципів здійснення освіти в Україні.

В Україні вищим навчальними закладами (ВНЗ) є училища, техні- куми, коледжі, інститути, консерваторії, академії, університети. ВНЗ мо- жуть створювати навчальні, навчально-методичні та науково-виробничі комплекси й об'єднання.

Система вищої освіти – це сукупність вищих закладів освіти, які забезпечують фундаментальну наукову, професійну і практичну підготовку, здобуття випускниками освітньо-кваліфікаційних рівнів, удосконалення наукової та професійної підготовки, перепідготовку та підвищення кваліфікації.

**Ступенева підготовка фахівців**

В Україні запроваджено ступеневу структуру підготовки фахівців. Ступеневість вищої освіти полягає у здобутті різних освітньо-кваліфікаційних рівнів на відповідних етапах (ступенях) вищої освіти.

Виходячи зі структури вищої школи, її перший ступінь передбачає здобуття кваліфікаційного рівня молодший спеціаліст; другий – бакалавр (базова вища освіта); третій – спеціаліст, магістр (повна вища освіта) (Войнар Ю., 2005). Законом «Про вищу освіту» в Україні введено багатоступеневу систему вузівської освіти. Вона передбачає здобуття державного освітнього цензу(табл. 7.1, рис. 7.1):

а) за освітнім рівнем:·неповна вища освіта; базова вища освіта; повна вища освіта;

б) за кваліфікацією: молодший спеціаліст; бакалавр; спеціаліст; магістр;

в) за науковим ступенем: · кандидат наук; · доктор наук;

г) за науковим званням:· старший науковий співробітник; · доцент;

·професор.

Бакала́вр – це освітній ступінь, що здобувається на першому рівні вищої освіти та присуджується закладом вищої освіти у результаті успішного виконання здобувачем вищої освіти освітньо-професійної програми, обсяг якої становить 180–240 кредитів ЄКТС.

Магістр – освітній ступінь, що здобувається на другому рівні вищої освіти та присуджується вищим навчальним закладом у результаті успішного виконання здобувачем вищої освіти відповідної освітньої програми.

**Види діяльності, які здійснюють вищі навчальні заклади**

Вищі навчальні заклади здійснюють такі види діяльності:

– підготовку фахівців різних рівнів кваліфікації;

– науково-дослідну роботу;

– підготовку наукових і науково-педагогічних кадрів вищої кваліфіка-

– атестацію наукових і науково-педагогічних кадрів;

– підвищення кваліфікації, перепідготовку кадрів;

– культурно-освітню, видавничу, фінансово-економічну, господарську, науково-виробничу, комерційну діяльність;

– здійснення зовнішніх зв'язків.

Органи державного керування освітою

Державними органами керування освітою є:

– Міністерство освіти і науки України (МОН України);

– інші міністерства і відомства, які мають у своєму підпорядкуванні навчально-виховні заклади (Міністерство молоді та спорту, Міністерство охорони здоров'я України, Міністерство аграрної політики та ін.).

У регіонах обласними та районними державними адміністраціями створюються обласні, міські, районні органи керування освітою.

Зовнішнє та внутрішнє керування вищим навчальним закладом

Керування вищим навчальним закладом є зовнішнім і внутрішнім.

Зовнішнє керування ВНЗ здійснюється:

- Кабінетом Міністрів України;
- Міністерством освіти і науки України; Організацією-засновником;
- Місцевими органами влади; Регіональною Радою ректорів ВНЗ.

Внутрішнє керування ВНЗ здійснюють:

- Ректор;
- колективні органи керування;
- посадові особи інституту.

**Колективні органи керування вищим навчальним закладом**

До колективних органів керування відносять:

- Загальні збори (конференція) ВНЗ; вчена рада ВНЗ;
- Ректорська рада (ректорат) ВНЗ;
- науково-методичні ради (вузівські, факультетські); деканати;
- громадські організації ВНЗ та його підрозділів.

**Нормативні документи, що регулюють діяльність вищих навчальних закладів**

Основним внутрішнім нормативним документом ВНЗ є Статут, який укладається у відповідності до нормативних документів органів державного управління освітою та засновника, затверджується загальними зборами (конференцією) і реєструється засновником ВНЗ. На підставі Статуту розробляється і відповідним чином затверджується комплект нормативних документів (положень), які врегульовують всі основні напрямки діяльності ВНЗ і його підрозділів. Чим чіткіше розроблені положення, тим чіткіше вирішуються всі питання життя вузу.

У ВНЗ на підставі Статуту можуть бути розроблені додаткові документи, серед яких, наприклад:

Положення про студентське самоврядування;

Положення про порядок утворення і використання фонду матеріального стимулювання праці;

Положення про фонд соціальної допомоги студентам; Положення про факультет;

Положення про навчально-наукову (виробничу) лабораторію; Положення про студентський гуртожиток;

Положення про навчальний науково-методичний комплекс; Положення про організацію виховної роботи.

У деяких підрозділах ВНЗ розробляються документи, що регулюють внутрішні трудові стосунки (внутрішній розпорядок).

Ректор здійснює керівництво всією діяльністю вищого навчального закладу. Він обирається загальними зборами (конференцією) ВНЗ і призначається на посаду органом державного управління на умовах контракту. Ректор несе повну відповідальність за результати роботи вищого навчального закладу. У своїх діях він керується чинним законодавством, виступає від імені ВНЗ, представляє його в усіх органах, розпоряджається майном ВНЗ, заключає угоди, видає доручення тощо. У межах компетенції ректор ВНЗ видає накази і дає розпорядження, які є обов'язковими для виконання всіма співробітниками, студентами та іншими особами. Ректор здійснює прийом на роботу і звільнення з роботи робітників і службовців і забезпечує заміщення посад професорсько-викладацького складу, педагогічних і наукових працівників, призначає керівників структурних підрозділів, які входять до складу ВНЗ.

Органом керування факультету є вчена рада факультету, головою якої є декан. Принципи формування і права ради визначаються Статутом ВНЗ. Рада (вчена рада) ВНЗ може частину своїх повноважень передавати раді факультету.

Керівництво діяльністю факультету здійснює декан. Декан у рамках своїх повноважень видає розпорядження, які обов'язкові для всіх працівників і студентів факультету. Декан несе повну відповідальність за результати роботи факультету.

Керівництво діяльністю кафедри здійснює завідувач кафедри, який обирається вченою радою ВНЗ та призначається ректором. Завідувач несе повну відповідальність за результати роботи кафедри.

**Акредитація вищих навчальних закладів**

Вищі навчальні заклади є 4 рівнів:

ВНЗ 1-го рівня (технікуми, училища) – готують молодших спеціалістів; ВНЗ 2-го рівня (коледжі, інститути, консерваторії) – готують бакала- ВНЗ 3-го рівня (інститути) – готують спеціалістів і магістрів; ВНЗ 4-го рівня (інститути, академії, університети) – готують спеціалістів і магістрів.

Рівень ВНЗ не залежить від його назви чи засновника, а виключно від рівня державної акредитації.

Акредитація вищого навчального закладу – це процес ознайомлення з умовами і результатами діяльності вищих навчальних закладів, який завершується офіційним визнанням права ВНЗ здійснювати свою діяльність на рівні державних вимог і стандартів освіти. Акредитація здійснюються у відповідності до Положення, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України № 303 від 1 червня 1992 року. Акредитованими можуть бути окремі спеціальності або ВНЗ в цілому.

Акредитація здійснюється у три етапи: ліцензування, атестація і вла- сне акредитація. Акредитацію здійснює міжгалузева акредитаційна комісія разом із міністерствами і відомствами, що мають у своєму підпорядкуванні ВНЗ.

Безпосередньо акредитацію проводять експертні групи відповідно до напрямків підготовки фахівців. Експертні групи проводять:

- експертизу рівня вищої освіти з кожної спеціальності;
- професійне тестування випускників;
- вивчення умінь випускників розв'язувати завдання щодо професійної діяльності;
- експертизу якості виконання дипломних і курсових робіт;
- вибіркове опитування випускників, що працюють у народному господарстві;
- аналіз досягнень випускників ВНЗ після його закінчення;
- експертизу механізму оновлення кадрів;
- експертизу розвитку наукових досліджень.

За результатами експертизи готується мотивований висновок, який подається Міжгалузевій акредитаційній комісії. Акредитованому ВНЗ видається відповідний сертифікат з визначеним строком його дії. У залежності від рівня акредитації ВНЗ, органом державного управління йому може бути надана автономія з певних питань (Національні університети).

**Підготовка наукових кадрів**

Основними формами підготовки науково-педагогічних і наукових кадрів є аспірантура та докторантура, що функціонують при вищих навчальних закладах та наукових установах. Порядок вступу та навчання в аспірантурі та докторантурі встановлюється Кабінетом Міністрів України. Відкриття і закриття аспірантури та докторантури у ВНЗ і наукових установах

здійснює Міністерство освіти і науки України. В аспірантурі та докторантурі навчаються, відповідно, аспіранти та докторанти.

**Аспірант** – особа, яка має повну вищу освіту й кваліфікаційний рівень магістра або спеціаліста, навчається в аспірантурі ВНЗ або наукової установи для підготовки дисертації на здобуття наукового ступеня кандидата наук.

**Докторант** – особа, яка має науковий ступінь кандидата наук і зарахована до докторантури для підготовки дисертації на здобуття наукового ступеня доктора наук.

Підготовку та перепідготовку кадрів фізкультурної галузі в Україні здійснюють такі заклади вищої освіти:

1. Національний університет фізичного виховання і спорту України (м. Київ) – акредитований за IV рівнем акредитації.

2. Державні інститути (академії) фізичної культури:

– Львівський – акредитований за IV рівнем;

– Харківський – акредитований за IV рівнем;

– Дніпропетровський – акредитований за IV рівнем;

3. Технікуми та коледжі фізичної культури:

– Івано-Франківський коледж фізичної культури – акредитований за III рівнем;

– Дніпродзержинський технікум фізичної культури – акредитований за II рівнем.

4. Факультети фізичного виховання університетів і педагогічних вузів

– ліцензовані за III та IV рівнем акредитації;

5. Вищі училища фізичної культури в містах і областях України – акредитовані (ліцензовані) за I рівнем акредитації.

**Використання кадрових ресурсів**

Основними принципами державної кадрової політики є соціальна справедливість, комплексність та послідовність її проведення; збалансованість суспільних інтересів та інтересів окремих суспільних груп; професіоналізм; збалансованість представництва досвідчених та молодих працівників з урахуванням гендерної рівності; відповідальність держави за створення передумов для реалізації життєво важливих інтересів людини, реалізації громадянами права на освіту і працю; взаємоповага у відносинах між особою та державою, працівником та роботодавцем; партнерство Держави і недержавного сектору; безперервність навчання.

## Лекція 7
## Програмно-нормативні засади розвитку галузі фізичної культури.

### План

1. Законодавча база розвитку фізичної культури і спорту в Україні.
2. Державні програми розвитку фізичної культури і спорту в Україні.

**Законодавча база розвитку фізичної культури і спорту в Україні.**

Діяльність у сфері фізичної культури в Україні, як і будь-яка інша діяльність в межах держави, регулюється відповідними законами і розробленими на їх підставі підзаконними актами: постановами, указами, рішеннями, програмами, наказами, інструкціями, статутами, положеннями тощо.

Прийняття Верховною Радою України відповідного закону, як правило, супроводжується постановою про порядок введення цього закону в дію. Постановою передбачається створення найнеобхідніших підзаконних актів, які утворюють механізм функціонування прийнятого закону. Інші підзаконні акти складаються державними органами управління різних рівнів і стосуються питань, що належать до їхньої компетенції.

Підзаконні акти не можуть суперечити положенням, викладеним у законі, як і закони не повинні суперечити один одному.

За роки незалежності прийнято понад 170 нормативно-правових актів у сфері фізичної культури та спорту. Це дає підстави констатувати, що зусилля держави спрямовуються на вдосконалення механізмів правового, наукового, організаційного, медичного, інших видів забезпечення функціонування галузі, та приведення їх у відповідність до соціально-політичних, економічних реалій.

На вирішення конкретних питань фізкультурно-спортивної діяльності впливають законодавчі акти економіки, освіти, медицини та інших галузей.

Основним законом для галузі фізичної культури і спорту є закон України

«Про фізичну культуру і спорт» режим доступу: http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12.

Крім цього закону, для сфери фізичної культури важливими є:

- Укази Президента України «Про державну підтримку розвитку фізичної культури і спорту в Україні» (1994), режим доступу: http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/334/94 та «Про додаткові заходи щодо державної підтримки розвитку фізичної культури і спорту в Україні» (2002), режим доступу: http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/998/2002
- розпорядження Президента України «Про розвиток олімпійського руху в Україні» (1992), режим доступу: http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/137/92-%D1%80%D0%BF;
- Цільова комплексна програма «Фізичне виховання - здоров'я нації» (1998), режим доступу: http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/963%D0%B0/98;
- Тести і нормативи для проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України (2016), режим доступу: http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0195-17;
- Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту (2004), режим доступу: http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1148/2004;
- Постанови Кабінету Міністрів України про підготовку спортсменів України до Ігор Олімпіад та зимових Олімпійських ігор;
- Концепція Загальнодержавної цільової соціальної програми розвитку

фізичної культури і спорту на 2012-2016 роки, режим доступу: http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/828-2011-%D1%80;

- Державна цільова соціальна програма розвитку фізичної культури та спорту в Україні на період до 2020 року, режим доступу: http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/115-2017-%D0%BF;

- Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя - здорова нація» (Указ Президента від 9 лютого 2016 року № 42/2016), режим доступу: http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/42/2016.

Із прийняттям законів України «Про місцеве самоврядування» та «Про місцеві державні адміністрації» підвищується роль регіонів у соціально-культурній сфері. Це вимагає чіткого законодавчого розподілу повноважень, відповідальності, розмежування фінансово-економічної бази між загальнодержавними, територіальними і місцевими органами. До підзаконних правових актів належать також рішення галузевих міністерств та відомств, ті, що стосуються питань спортивно-оздоровчої діяльності; перш за все це центральні органи управління тощо.

Закон України «Про фізичну культуру і спорт» (режим доступу: http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12), прийнятий 24 грудня 1993 р. Він визначає загальні правові, соціальні, економічні й організаційні основи фізичної культури і спорту в Україні, участь державних органів, посадових осіб, а також підприємств, установ, організацій, незалежно від форм власності, у зміцненні здоров'я громадян, досягненні високого рівня працездатності та довголіття засобами фізичної культури і спорту.

У законі наголошується, що держава створює умови для правового захисту інтересів громадян у сфері фізичної культури і спорту, розвиває фізкультурно-спортивну індустрію та інфраструктуру, заохочує громадян зміцнювати своє здоров'я, вести здоровий спосіб життя.

Відповідно до цього державні органи вирішують такі завдання:

1) розвиток дитячо-юнацького спорту;

2) розвиток серед працездатного населення;

3) фізичне виховання і заняття спортом громадян похилого віку та інвалідів;

4) створення спортивної інфраструктури, для розвитку масового спорту як в освітніх закладах, так і за місцем проживання;

5) будівництво спортивних споруд для розвитку спорту вищих досягнень за основними видами спорту;

6) забезпечення підготовки, перепідготовки і підвищення кваліфікації фахівців з фізичної культури і спорту;

7) підвищення зацікавленості різних категорій громадян до занять фізичною культурою і спортом шляхом пропаганди фізичної культури, спорту і зорового способу життя;

8) удосконалення нормативно-правової бази фізичної культури і спорту;

9) створення умов для розвитку спорту вищих досягнень, підготовки спортивного резерву.

Управління розвитком сфери фізичної культури і спорту – державно-громадське. Питання державного управління у сфері фізичної культури і спорту розкрито в розділі I (статях 5 та 6), громадське управління розкрито у розділі II.

Органи державного і громадського управління сфери фізичної культури і спорту мають одну спільну мету і завдання: задоволення індивідуальних та громадських запитів й потреб громадян України у фізичній та спортивній підготовці.

Фізична культура впроваджується у наступні сфери (розділ III Закону):

- у сферу освіти (обов'язкові заняття у дошкільних, загальноосвітніх, професійно-технічних закладах та закладах вищої освіти здійснюється відповідно до навчальних програм, затверджених у встановленому порядку);

- соціально-побутову (фізкультурно-оздоровча діяльність: за місцем проживання та відпочинку громадян; серед сільського населення; фізкультурно-оздоровча діяльність і фізкультурно-спортивна реабілітація інвалідів; фізкультурно-оздоровча діяльність у місцях попереднього ув'язнення та в установах виконання покарань;

- виробничу сферу (фізкультурно-оздоровча діяльність: за місцем роботи громадян; фізична підготовка у Збройних Силах України та інших військових формуваннях, утворених відповідно до законів України, у правоохоронних органах, рятувальних та інших спеціальних службах).




Статтею 42 передбачено присвоєння спортсменам і тренерам спортивних звань та спортивних розрядів з видів спорту, визнаних в Україні.

В Україні присвоюються такі спортивні звання:

- заслужений тренер України; заслужений майстер спорту України;
- майстер спорту України міжнародного класу; гросмейстер України;
- майстер спорту України.
- спортивні розряди:
- кандидат у майстри спорту України; перший розряд;
- другий розряд; третій розряд;
- перший юнацький розряд; другий юнацький розряд;
- третій юнацький розряд.

Всі спортивні звання та спортивні розряди присвоюються відповідно до затвердженого Положення про Єдину спортивну класифікацію України з урахуванням пропозицій всеукраїнських спортивних федерацій.

Організаційне, кадрове, фінансове, матеріально-технічне, кадрове та наукове забезпечення діяльності у сфері фізичної культури і спорту розкрито у розділі V Закону України «Про фізичну культуру і спорт», режим доступу: http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12.

Державні програми розвитку фізичної культури і спорту в Україні Цільова комплексна програма «Фізичне виховання - здоров'я нації»

затверджена Указом Президента України у 1998 році. Режим доступу: http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/963%D0%B0/98 ;

Цим Указом:

1. Зобов'язано виконкоми місцевих Рад розробити регіональні програми розвитку фізичної культури.

2. Засновано 100 президентських стипендій для перспективних спортсменів України.

3. Зобов'язано Кабінет Міністрів України:

- вирішити питання про матеріальні винагороди для чемпіонів та призерів Олімпійських ігор, чемпіонів світу, Європи;

- забезпечити фінансування участі збірних команд України в міжнародних змаганнях.

Головною метою Цільової програми є створення необхідних соціально-економічних, нормативно-правових, організаційно-технічних умов щодо підвищення життєздатності сфери фізичної культури і спорту та адаптації її до ринкових відносин.

Основними завданнями програми є: зміцнення здоров'я населення на принципах здорового способу життя; посилення впливу фізичної культури на підвищення продуктивності праці та обороноздатності; сприяння економічному і соціальному прогресу; утвердження міжнародного авторитету України.

Найважливішими напрямками розвитку фізичної культури Програма стверджує такі:

- фізичне виховання у навчально-виховній сфері;
- фізкультурно-оздоровча робота у виробничій і соціальні побутовій сфері;
- фізична підготовка військовослужбовців;

- фізкультурно-оздоровча та спортивна діяльність серед інвалідів;
- спорт вищих досягнень.

Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту (2004), режим доступу: http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1148/2004.

Метою Доктрини є орієнтація українського суспільства на поетапне формування ефективної моделі розвитку фізичної культури і спорту на демократичних та гуманістичних засадах. Важливим положенням цього стратегічного документу є те, що фізична культура розглядається як складова загальної культури, суспільними проявами якої є фізичне виховання та масовий спорт, є важливим чинником здорового способу життя, профілактики захворювань, організації змістовного дозвілля, формування гуманістичних цінностей та створення умов для всебічного гармонійного розвитку людини. Зазначається, що спорт сприяє досягненню фізичної та духовної досконалості людини, виявленню резервних можливостей організму, формуванню патріотичних почуттів у громадян та позитивного міжнародного іміджу держави.

Важливим завданням Доктрини є забезпечення оптимальної рухової активності громадян у повсякденній діяльності, подолання недооцінки можливостей фізичної культури у формуванні здорового способу життя та зміцненні здоров'я (передусім серед молоді) та у розв'язанні інших важливих соціально-економічних проблем.

Концепція Загальнодержавної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на 2012-2016 роки, режим доступу: http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/828-2011-%D1%80

Мета Програми полягає у створенні умов для:

- залучення широких верств населення до масового спорту, популяризації здорового способу життя та фізичної реабілітації;
- максимальної реалізації здібностей обдарованої молоді у дитячо-юнацькому, резервному спорті, спорті вищих досягнень та виховання її в дусі олімпізму.

Державна цільова соціальна програма розвитку фізичної культури та спорту в Україні на період до 2020 року, режим доступу: http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/115-2017-%D0%BF

Метою Програми є визначення провідної ролі фізичної культури і спорту як важливого фактору здорового способу життя, профілактики захворювань, формування гуманістичних цінностей, створення умов для всебічного гармонійного розвитку людини, сприяння досягненню фізичної та духовної досконалості людини, виявлення резервних можливостей організму, формування патріотичних почуттів у громадян та позитивного іміджу держави у світовому співтоваристві.

Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя - здорова нація» (Указ Президента від 9 лютого 2016 року № 42/2016), режим доступу: http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/42/2016.

У Стратегії зазначається, що: «Результати всеукраїнського опитування

свідчать, що на початку XXI століття достатній рівень оздоровчої рухової активності (не менше 4 - 5 занять на тиждень тривалістю одного заняття не менше 30 хвилин) мали лише 3% населення віком від 16 до 74 років, середній рівень (2 - 3 заняття на тиждень) - 6%, низький рівень (1 - 2 заняття на тиждень)

- 33% населення. Для більшої частини дорослого населення характерною є гіпокінезія. Серед дітей зростає популярність малорухомого способу проведення дозвілля.

Загальновідомо, що ведення населенням здорового способу життя для збереження та зміцнення здоров'я є у п'ять разів ефективнішим, ніж лікувально-діагностичні процедури. За інформацією Всесвітньої організації охорони здоров'я, співвідношення витрат і прибутків від виконання програм здорового способу життя становить 1 до 8.».

Метою Національної стратегії є формування у суспільстві умов до оздоровчої рухової активності та здорового способу життя для формування здоров'я громадян як найвищої соціальної цінності в державі.

Контрольні питання

1. Якими основними законодавчими актами врегульовано діяльність фізкультурно-спортивних організацій?
2. Що ви знаєте про Закон України “Про фізичну культуру”.
3. Що ви знаєте про Цільову комплексну програму “Фізичне виховання – здоров’я нації”?
4. Які проблеми розвитку фізичної культури в Україні вам відомі?
5. Що таке спортивна класифікація і яка її роль у спорті?
6. Що ви знаєте про Державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України?
7. Як здійснюється наукове забезпечення галузі фізичної культури і спорту?
8. Як здійснюються інформаційне забезпечення розвитку фізичної культури і спорту?
9. Які складові матеріальної бази фізичної культури?
10. Як здійснюється фінансування розвитку фізичної культури та спорту?

## Лекція 8.
## Професійна діяльність тренера-викладача.

### ПЛАН

1. Структура підготовленості тренера: загально-теоретична базова, спеціально-теоретична, професійно-педагогічна, професійно-практична підготовленість тренера.
2. Модельні характеристики професійної кваліфікації тренера
3. Професійні здібності тренера
4. Особистість тренера та стилі керівництва

**1. Структура підготовленості тренера: загально-теоретична базова, спеціально-теоретична, професійно-педагогічна, професійно-практична підготовленість тренера.**

В структурі підготовленості тренера розрізняють:

- загально-теоретичну базову підготовленість
- спеціально-теоретичну базову підготовленість;
- професійно-педагогічну підготовленість;
- професійно-практичну підготовленість.

Загально-теоретична базова підготовленість

Загально-теоретична базова підготовка включає ту частину дисциплін навчального плану, які на першому етапі підготовки фахівців забезпечують оволодіння базовими знаннями, що необхідні для формування світогляду, вдосконалення особистості і громадських якостей майбутнього фахівця з олімпійського та професійного спорту. Комплекс цих дисциплін передбачає формування наступних знань:

- історико-соціологічних, культурологічних, політологічних, правових, економічних та філософських засад суспільного життя;
- про основні закони, форми і функції біологічного існування і розвитку людини;
- загальних психолого-педагогічних аспектів індивідуального та суспільного розвитку людини;
- про технологічні, економічні та санітарно-гігієнічні умови забезпечення галузі фізичного виховання і спорту.

Спеціально-теоретична базова підготовленість

Тренер-викладач повинен знати, вміти пояснювати та використовувати у своїй практичній діяльності: історію зародження та розвитку спорту в суспільстві; соціальні функції олімпійського та професіонального спорту як виду, результату діяльності, сукупності предметних і духовних цінностей культури; становлення та розвиток науки про спорт; проблеми і методи досліджень спорту; загально-педагогічні (дидактичні) принципи навчання і виховання; закономірності, принципи та основні методичні положення підготовки спортсменів; теоретико-методичні основи системи підготовки спортсменів; регламентацію, способи проведення, види та системи спортивних змагань; структуру і зміст змагальної діяльності; фактори забезпечення і реалізації результативної змагальної діяльності; вікові, статеві, морфофункціональні особливості розвитку організму спортсмена; особливості динаміки функціонування систем організму в процесі змагальної діяльності спортсменів; механізми термінової і довгострокової адаптації в системі підготовки спортсменів.

Також йому потрібно знати про: вплив компонентів навантаження на і динаміку адаптаційних процесів; особливості адаптації систем енергозабезпечення; динаміку діяльності функціональних систем в процесі підготовки спортсменів; мету, завдання, засоби і методи спортивного тренування; техніку спортивних вправ як систему результативних дій спортсмена; стратегію і тактику спорту; засоби і методи розвитку рухових

якостей спортсмена; засоби і методи оволодіння технікою спортивних вправ; засоби і методи тактичної підготовки спортсмена; методи оцінки, аналізу і вдосконалення техніки, тактики та рухових якостей спортсмена при виконанні спортивних вправ; засоби і методи психічної підготовки спортсменів; структуру побудови тренувального заняття і його організацію; періодизацію і побудову системи підготовки спортсменів; етапи багаторічної підготовки та їх мету і особливості; види планування і контролю підготовки спортсменів; систему і способи початкової орієнтації і відбору; методи контролю різних сторін підготовленості спортсмена, динаміки змагальних і тренувальних навантажень; систему та функції науково-методичного забезпечення; характерні випадки травматизму в заняттях спортом та способи їх запобігання.

**Професійно-педагогічна підготовленість**

Тренер-викладач повинен знати, вміти пояснювати і застосовувати в практичній роботі: знання з історії олімпійського та професійного спорту; сучасний стан та актуальні проблеми розвитку спорту в Україні і за кордоном; особливості організаційних структур і рівень результатів в базовому олімпійському та професійному спорті; теоретико-методичні основи спорту інвалідів; правила змагань та міжнародну термінологію суддівства з обраного виду спорту; структуру і зміст положення про змагання; особливості організації і підготовки масових спортивних виступів; специфічність методів в обраному виді спорту; системи контрольних вправ початкового і поточного відбору для занять з обраного виду спорту; біодинамічні особливості результативної техніки змагальних дій спортсмена в обраному виді спорту; специфічні засоби і методи тренування в обраній спортивній спеціалізації; методику розвитку рухових якостей (враховуючи ефект переносу); особливості стратегії змагань, тактики змагальної діяльності і методику її вдосконалення; критерії компонентів навантаження та відпочинку при використанні методів строго регламентованої вправи; вікову динаміку зростання спортивної майстерності в обраному виді спорту; особливості побудови і методику підготовки спортсменів в дитячому, підлітковому і юнацькому віці; особливості побудови і методики підготовки жінок; особливості підготовки спортивної форми (одягу) та гігієну місць занять і проведення змагань, інвентаря, правила їх експлуатації та техніку безпеки в обраному виді спорту; способи прогнозування розвитку спортивних результатів в обраному виді спорту; планування макро-, мезо- і мікроструктур системи підготовки спортсменів в залежності від етапу багаторічної підготовки.

**Професійно-практична підготовленість**

Тренер-викладач повинен:

• мати достатній рівень фізичної підготовленості для проведення практичних знань, суддівства змагань та продуктивного виконання інших функціональних обов'язків;

• вміти демонструвати тренувальні вправи, елементи техніки спортивних вправ, техніко-тактичні дії з обраної спортивної спеціалізації;

• володіти прийомами страхування спортсменів під час виконання вправ;

• володіти навичками першої допомоги при травмах;

• керувати передстартовим станом спортсмена до і в процесі змагань;

• володіти методами збору, метрологічної обробки і аналізу спеціальної інформації з використанням комп'ютерної техніки про стан підготовленості, арсенал змагальних дій, тактику змагальної діяльності спортсмена, його партнерів та можливих майбутніх суперників;

• ефективно використовувати у своїй діяльності організаційні, економічні, соціально-психологічні та нормативно-правові методи управління системою підготовки спортсменів.

**Функції тренера**

Модель діяльності тренера (на підставі опитування 180 фахівців високого класу, в основному тренерів з боротьби) складено з 20 функцій, що розподілені за важливістю в практичній роботі на три групи – дуже важливі, важливі та другорядні.

І група: «Дуже важливі функції»: техніко-тактична, психічна, фізична підготовка спортсмена; підвищення власного професійного та культурного рівня; виховна робота; контроль і планування процесу підготовки, управління змагальною діяльністю; фінансове забезпечення (пошук спонсорів, організація діяльності комерційної структури – не входить до безпосередніх обов'язків тренера, але може бути віднесеного до дуже важливих функцій).

ІІ група: «Важливі функції»: проведення відбору, організація відновлення, теоретична підготовка, організація тренувальних зборів, вирішення організаційних питань підготовки, організація медичної допомоги при захворюваннях і травмах, організація і проведення змагань, контроль за загальноосвітньою діяльністю спортсменів, облік роботи та звітність, науково- методична робота.

ІІІгрупа: «Другорядні функції»: участь у суддівстві, підготовка громадських тренерів та суддів.

**2. Модельні характеристики професійної кваліфікації тренера**

Сучасний спорт – це складна багатофакторна структура, яка повинна розглядатися як явище культури, вид та результат спеціалізованої діяльності, сукупність духовних та матеріальних предметних цінностей. Різноманітність соціальних функцій спорту, високий рівень спортивних досягнень потребує висококваліфікованих спеціалістів для системного підходу в управління підготовкою спортсменів. Необхідно підкреслити, що замовлення на ведення усіх медико-біологічних, науково-методичних, матеріально-технічних та інших робіт /досліджень тощо/ повинен кваліфіковано видавати тренер. Це вимагає від нього професійних знань у суміжних галузях знань /медико-біологічних, соціально-психологічних, фізико-математичних та ін./. З точки зору професійної підготовленості, тренерська діяльність може проявлятися в таких модельних характеристиках спеціаліста:

• репродуктивна: переказ того, що знає та показує, того, що вміє сам;

• адаптивна: здатний застосувати свої знання та вміння у відповідності до індивідуальних особливостей спортсмена, але не завжди здатний продуктивно розв'язати педагогічне завдання;

• локально-моделююча: конструює систему знань, вмінь та навичок з окремих розділів підготовки, але не завжди уявляє їх взаємозв'язок та взаємозалежність у цілісній системі підготовки.

• системно-моделююча:свідомобудуєпрограмупідготовки,

використовує критерії контролю спеціалізованої, професійної підготовленості, прогнозує результат, керує змагальною діяльністю спортсмена.

• системно-моделююча діяльність та поведінку спортсмена:

кваліфіковано займається не лише спеціальною професійною підготовкою спортсмена, а й виховує сукупність матеріальних та духовних цінностей, детермінує поведінку спортсмена у суспільстві.

**3. Професійні здібності тренера**

Професійна майстерність тренера опирається на розвинуті професійно-педагогічні здібності, тобто на сукупність властивостей особи, що є передумовами успішної педагогічної діяльності. Професійно-педагогічні здібності не є тотожними педагогічним знанням, вмінням, навичкам, педагогічному досвіду. Вони, як і інші здібності, висвітлюються в професійних вміннях та навичках. Здібності – лише передумова досягнення професійної майстерності.

Види професійно-педагогічних здібностей тренера. Серед видів професійно-педагогічних здібностей тренера доцільно розрізняти перцептивні, конструктивні, дидактичні, експресивні, комунікативні та організаторські.

Перцептивні здібності містять педагогічну спостережливість, що дозволяє зрозуміти внутрішній світ учня, зрозуміти його переживання та стани, побачити зміни його особистості та позитивні якості, здібності. Розподіл уваги дозволяє утримувати під контролем групу, поєднувати різноманітні форми організації заняття.

Конструктивні здібності є умовою успішного проектування та формування особистості і колективу юних спортсменів. Саме завдяки їм, тренер здатний передбачити результати своєї діяльності, поведінку учня в різноманітних педагогічних ситуаціях. Це проявляється, перш за все, в розробці планів підготовки та прогнозуванні результатів, тобто розумовому випередженні майбутнього стану спортсмена.

Дидактичні здібності дозволяють найбільш доступно передавати матеріал, стимулювати самостійну думку учнів, мобілізувати їх увагу.

Експресивні здібності проявляються в найбільш ефективному, з педагогічної точки зору, висловленні своїх думок, знань, почуттів за допомогою мови, міміки, пантоміміки. Мова тренера має містити внутрішню силу.

Комунікативні здібності допомагають тренерові встановлювати та підтримувати сприятливі стосунки з учнями, батьками, колегами. В

комунікативних здібностях велике значення має емпатія, тобто здатність емоційно реагувати на переживання інших людей.

Організаторські здібності тренера проявляються в організації життя та побуту спортсменів, їх навчання, відпочинку тощо, проведенні різноманітних, зокрема виховних заходів, встановленні внутрішньо- та міжгрупових стосунків.

**4. Особистість тренера та стилі керівництва**

Потужним фактором, що мотивує активність спортсмена, його сумлінність у тренувальному процесі є особистість тренера. Оптимізм тренера відіграє позитивну роль в усіх випадках спортивного життя, в будь-яких ситуаціях тренувань і змагань. Втомлений, дратівливий, незадоволений тренер, який напружує дрібницями команду чи окремих спортсменів, не може мотивувати до тривалої спортивної діяльності.

Особливо важливим є оптимізм тренера та його впевненість у майбутньому успіху в найбільш важкі періоди підготовки, з високими навантаженнями, коли спортсмен завершує кожне тренування на межі своїх можливостей.

На вищому рівні спортивних досягнень бути тренером-аматором чи навіть незацікавленим професіоналом неможливо. Свою справу потрібно любити щиро і тоді тренер може мотивувати спортсменів до праці природньо та вільно, через реалізацію своїх особистих якостей.

Вміння бути гнучким та багатоплановим у спілкуванні зі спортсменами, тобто одночасно бути вчителем, порадником, колегою, лагідним та жорстким – відповідно до ситуації, вимогливим у роботі, "своїм" у – - важлива якість тренера. Результат спортсмена залежить від майстерності тренера, а життєвий та професійний успіх тренера – від результату спортсмена. Розуміння цього має визначити повагу один до одного.

Однак тренер не може дозволити і панібратства, тому що учні, в кінцевому підсумку, стають некерованими. Для визначення межі у спілкуванні можна керуватися такою ілюстрацією: люди мають поводитися у спілкуванні як дикобрази в холодну ніч – достатньо близько, щоб зігрівати, але так, щоб не колоти.

Доведено, що якщо штучно сформувати у вчителя установку до випадково вибраних учнів як до найталановитіших та перспективних, то саме вони демонструють кращі результати у ближчому майбутньому. Також і тренер, який щиро і глибоко вірить у спортсмена, підсвідомо дає йому віру, включає глибинні інтимні механізми мотивації.

Вимогливе та поважне ставлення до всіх учнів у рівному ступеню. У тренера, звичайно, можуть бути симпатії та антипатії до учнів. Але він не має права цього демонструвати. Різна вимогливість до учнів чи різний емоційний фон спілкування можуть зруйнувати систему мотивації, особливо в періоди високих навантажень.

Стилі керівництва групою

Особа тренера та його діяльність є об'єктами прискіпливої уваги з боку соціологів, психологів, конфліктологів та інших фахівців в усьому світі.

Загальновизнаною є відмінність тренерів не лише за рівнем результатів їх учнів, але й за методами, через застосування яких досягаються ті результати. З іншого боку, стиль керівництва спортсменами чи командами неможливо відокремити від особистості тренера, її соціально-психологічних особливостей. На думку спортсменів "ідеальний тренер" має такі якості як емоційна стійкість, високий рівень інтелекту, новаторство, комунікативність. Найбільш повно особа тренера як керівника, визначається стилем його керівництва, в зв'язку з чим можна розглянути відносно контрастові стилі керівництва.

Автократичний стиль. Тренер здійснює одноосібне керівництво групою, приймає рішення без врахування думок і навіть інтересів спортсменів.

Він не терпить заперечень, категоричний, вимагає пунктуального виконання власних вказівок. Ініціативи учнів, в основному, відкидаються. Спілкування з учнями обмежено суто професійними стосунками. Тривале використання автократичного стилю створює специфічний психологічний клімат в команді, що відрізнятиметься постійною напруженістю та прихованих конфліктів. Тренер такого типу і в повсякденному житті відрізняється, як правило, непривітністю, надмірною стурбованістю, незадоволенням, претензіями до оточуючих.

Авторитарний стиль. Подібний до автократичного, однак, учням надається деяка воля в обговоренні проблем життя команди. Пристосування учнів до авторитарного тренера вимагає використання певних "ролей" для прояву ініціативи. Авторитарний стиль керівництва доцільно використовувати в певних ситуаціях, а саме: в командах, серед членів яких багато агресивних спортсменів; в екстремальних ситуаціях; за умови відсутності дисципліни в недостатньо знайомій команді.

Демократичний стиль. Характеризується тим, що тренер розглядає спортсменів як активних учасників і реалізаторів своїх концепцій, ідей, думок. Через це він не займається дрібним контролем, а чітко формулює мету, основні задачі, демонструє варіанти їх вирішення та надає спортсменові реальну можливість прояву власної ініціативи. При цьому враховується як формальна, так і неформальна структура команди, бажання спортсмена, особливості його характеру. Демократичний стиль ґрунтується, з одного боку, на високому рівні особистих та професійних якостей тренера, використання ним принципів управління. З іншого боку цей стиль керівництва вимагає від команди певної соціальної зрілості, особливо за умови делегування тренером частини своїх повноважень.

Ліберальний стиль. Тренер мінімально втручається в процес підготовки. Причиною цього може бути, з одного боку, достатньо високий рівень підготованості спортсменів-учнів, та, з іншого боку, неспроможність тренера з тих чи інших причин здійснювати керівництво. Тренер-ліберал, як правило, знаходиться під впливом своїх учнів.

Маніпулятивний стиль. Характеризується невизначеністю статусу та ролей спортсменів в команді, переважання в оцінюванні спортсменів, суб'єктивних позицій тренера, невизначеністю майбутнього запасних тощо.

Тренер-маніпулятор прагне створити в команді стан невизначеності, залежності спортсменів. Маніпулювання призводить до психічної напруженості в команді, міжособистим конфліктам тощо.

## Лекція 9.
## Професійна діяльність фахівців фізичної культури

### План

1. Фахові спеціальності, спеціалізації і посади фахівців у галузі фізичної культури і спорту. Професійні характеристики фахівців фізичної культури.
2. Складники професійної майстерності та службові обов'язки вчителя фізичної культури.

### 1. Фахові спеціальності, спеціалізації і посади фахівців у галузі фізичної культури і спорту. Професійні характеристики фахівців фізичної культури

Згідно із законом України «Про фізичну культуру і спорт», розділ І:

Галузь знань - основна предметна область освіти і науки, що включає групу споріднених спеціальностей, за якими здійснюється професійна підготовка.

Галузь знань, за якою ви вступили на навчання: 01 Освіта / Педагогіка.

Спеціальність - складова галузі знань, за якою здійснюється професійна підготовка.

Спеціалізація - складова спеціальності, що визначається закладом вищої освіти та передбачає профільну спеціалізовану освітню програму підготовки здобувачів вищої та післядипломної освіти.

Спеціальності: 014.11 Середня освіта (Фізична культура) спеціалізації: Фізична культура, спортивно-масова робота та туризм; Фізична культура та захист Вітчизни та спеціальність 017 Фізична культура і спорт: Фізична культура і спорт: тренер з видів спорту

Кваліфікація - офіційний результат оцінювання і визнання, який отримано, коли уповноважена установа встановила, що особа досягла компетентностей (результатів навчання) відповідно до стандартів вищої освіти, що засвідчується відповідним документом про вищу освіту.

Після виконання всіх вимог навчального плану отримаєте кваліфікацію: спеціальність: 014.11 Середня освіта (Фізична культура)

- Бакалавр освіти. Вчитель фізичної культури, організатор спортивно-масової роботи та туризму
- Бакалавр освіти. Вчитель фізичної культури, вчитель предмету «Захист Вітчизни».

спеціальність: 017 Фізична культура і спорт:

Важливою складовою життєвого успіху впродовж тривалого періоду свідомого життя людини є її професія.

**Професія** — це своєрідна сукупність умінь, навичок, видів діяльності, особистих захоплень та зацікавлень людини, що служить джерелом

заробітку, сприяє виявленню творчих здібностей реалізації власних та суспільних устремлінь. Число професій, яких налічується тисячі, постійно збільшується, як і збільшується Кількість фахових спеціальностей і спеціалізацій. Професія визначає місце людини у соціальній структурі й є джерелом її духовного і матеріального благополуччя.

Ваша майбутня професія – педагог, вчитель, викладач.

Педагог - фахівець, який має спеціальну підготовку і професійно здійснює навчально-виховну роботу в різних освітньо-виховних системах.

Окремі, поверхневі знання, які майбутні фахівці отримують зі свого особистого досвіду занять спортом, формують неповні, здебільшого невірну уяву про майбутню професію. Додаткові знання черпаються у процесі спілкування з працівниками спорту, із засобів масової інформації, з окремих науково-популярних видань та інших джерел. Відтак, уявлення вступників до вищих навчальних закладів фізкультурного профілю про можливі посади, на які після закінчення навчання можна претендувати, обмежуються посадами вчителя фізкультури та тренера-викладача.

Насправді вибір професій для випускників є набагато ширшим, а обсяг набутих ними знань та досвіду дозволяє проявити себе також у багатьох суміжних, або навіть віддалених від фізичної культури галузях. У деяких навчальних закладах проводиться, зокрема, військова підготовка та інші суміжні види професійної фізичної підготовки. У такому разі випускник ЗВО може набути додаткової професії (наприклад — інструктор з фізичної підготовки у Збройних Силах).

У процесі навчання студент закладу вищої освіти вашого профілю виконує навчальний план, який передбачає оволодіння професійно важливими блоками знань, умінь і навичок, зокрема із:

—спеціальних теоретичних дисциплін (фізичне виховання, підготовка спортсменів, організація оздоровчо-спортивної роботи);

—медико-біологічних дисциплін (анатомія, фізіологія, біомеханіка, фізична реабілітація, лікувальна фізична культура);

—загальногуманітарних дисциплін (історія, філософія, мови державна та іноземні);

—психолого-педагогічних дисциплін (психологія, педагогіка, педагогічна майстерність);

—навичок науково-дослідної роботи;

—навичок організаційно-педагогічної, спортивної і організаційної роботи;

—підвищення рівня власної спортивної підготовленості.

Фахівець фізичного виховання повинен знати і вміти застосовувати на практиці:

—норми раціонального рухового режиму осіб усіх категорій;

—медико-біологічне обґрунтування використання засобів і методів фізичного виховання;

—педагогічні і медичні методи контролюза процесом фізичного виховання і фізичної підготовки;

—механізми розвитку фізичних якостей і формування рухових навичок;

—особливості проведення занять фізичною культурою з особами різного віку, статі, соціального стану, фізичного розвитку тощо;

—санітарно-гігієнічні вимоги і вимоги щодо безпеки проведення занять фізичними вправами;

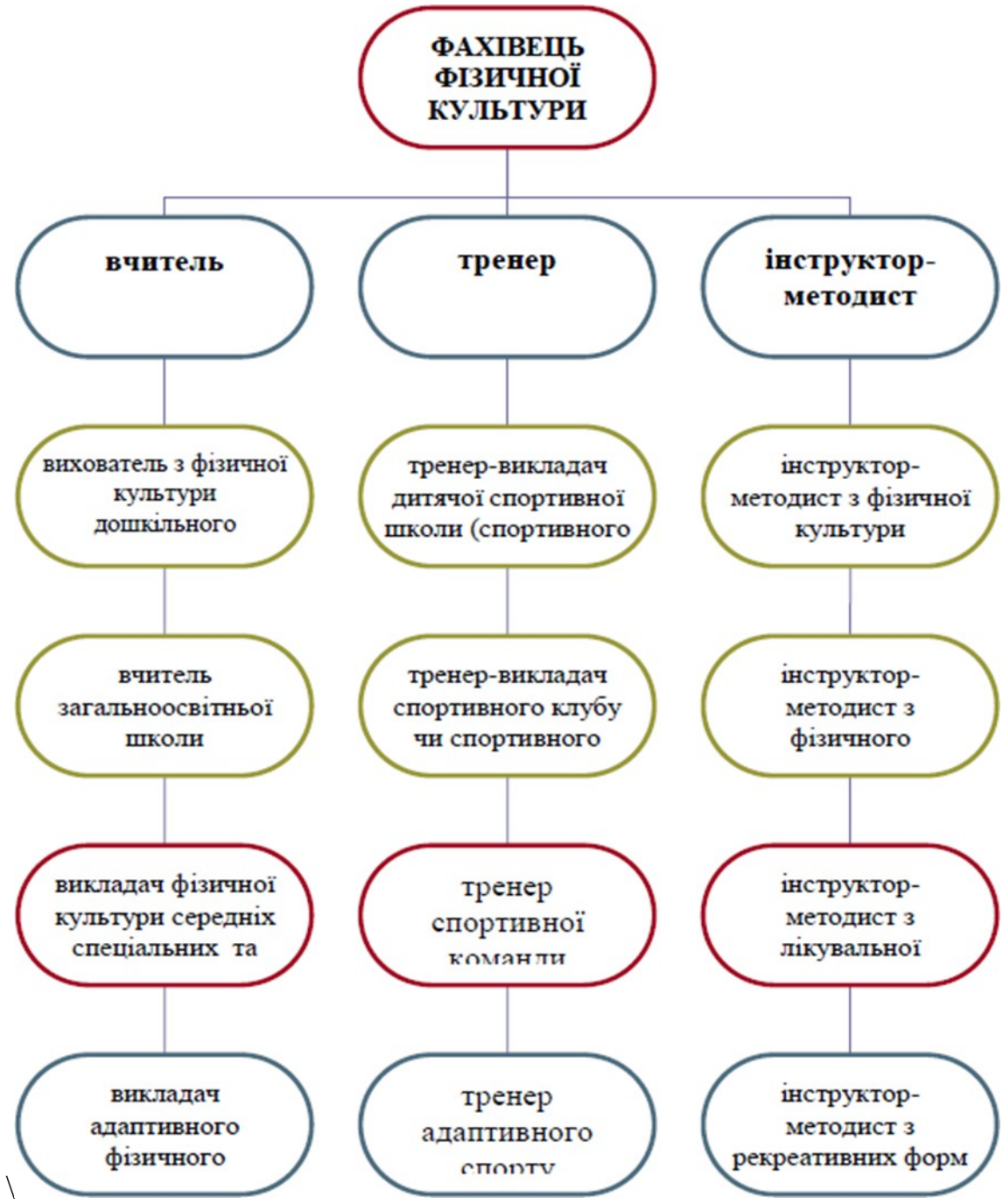
—вміння надати першу медичну допомогу в разі травмування;

—структуру і зміст управлінської діяльності в галузі фізичної культури;

—демонстрацію техніки виконання фізичних вправ;

—оперування нормативно-правовимизнаннями в галузі фізичної культури;

—мати достатній рівень фізичної підготовленості й володіти навичками страхування.



## 2. Складники професійної майстерності та службові обов'язки вчителя фізичної культури

Фізичне виховання є основним засобом реалізації завдань, які, у відповідності до Закону «Про фізичну культуру і спорт» (24 грудня 1993 р.), стоять перед фізкультурним рухом України.

Ці завдання конкретизовані Цільовою комплексною програмою «Фізичне виховання — здоров'я нації» (1998 р.) та Національною доктриною розвитку фізичної культури і спорту (2004 р.).

Реалізація завдань програми здійснюється за такими напрямками:

—фізичне виховання і фізкультурно-оздоровча робота у навчально-виховній сфері;

—фізкультурно-оздоровча робота у виробничій і спеціально-виховній сфері;

—фізична підготовка військовослужбовців та особового складу інших силових формувань;

—фізкультурно-оздоровча і рекреаційна робота серед інвалідів;

—фізкультурно-оздоровча робота серед сільського населення.

Фахівець фізичного виховання може займати посади в освітніх, виховних, виробничих, оздоровчо-рекреаційних, воєнізованих та інших державних і недержавних закладах.

Наприклад:

—інструктор фізичної культури в дошкільному закладі;

—вчитель (викладач) фізичного виховання у школі, училищі або ЗВО;

—керівник фізичної підготовки у Збройних (силових) формуваннях;

—організатор (керівник, інструктор) туристичної роботи і рекреації;

—методист з фізичної культури;

—інструктор (організатор) оздоровчо-масової роботи на виробництві чи за місцем проживання;

—фахівець з експлуатації спортивних споруд,

—працівник державних або громадських органів управління фізичною культурою;

—працівник спортивних клубів, оздоровчо-відпочинкових таборів.

Найпоширенішою посадою фахівця з фізичного виховання є посада викладача (вчителя) фізичної культури у навчальних закладах освіти різних рівнів. Це школи, училища, ЗВО.

Своєрідність педагогічної професії полягає і в тому, що вона за своєю природою має гуманістичний, колективний і творчий характер.

Визначальною особливістю роботи вчителя (викладача) є наявність навчальних програм для навчальних закладів, які він реалізує з конкретним контингентом і у конкретних умовах.

У даний час відбувається поступовий перехід з двох на три обов'язкові уроки фізичної культури в усіх класах школи.

Три (а краще 4 і більше) уроки на тиждень, на думку фахівців, є необхідними для забезпечення мінімально необхідного рівня рухової активності дітей і підлітків.

При тому, уроки фізичної культури мають плануватися так, щоб наступний урок припадав на день, коли ще зберігається вплив на організм дитини фізичного навантаження від попереднього заняття. Найкращий тренувальний ефект спостерігається тоді, коли перерва між уроками складає 1—2 дні.

Отже, три і більше уроків фізкультури на тиждень, як це і передбачає Закон України «Про фізичну культуру і спорт», є біологічно обґрунтованою потребою юного чи молодого організму.

На жаль, досі значна частина керівників органів освіти і окремих шкіл уникають введення третього уроку фізичної культури у школі, переважно виправдуючи свою бездіяльність слабкістю матеріальної бази, відсутністю коштів або навіть кадрів вчителів.

Тим самим, вони не лише порушують Закон України, але й знижують ефективність двох уроків, які фактично проводяться і послаблюють рівень здоров'я і фізичної підготовленості учнів.

Щоправда, в останній рік-два ситуація дещо поліпшується у зв'язку з ініціативою Федерації футболу України про проведення додаткового уроку з футболу. Такі додаткові уроки з окремих видів спорту можуть внести додатковий імпульс в справу поліпшення фізичної підготовленості школярів, які наразі як і більшість інших категорій населення, страдають від гіподинамії, тобто малорухливості.

Складниками професійної майстерності фахівця з фізичного виховання є блоки знань, умінь і навичок, якими він володіє.

Визначальною за всіх умов є його педагогічна майстерність.

Суттєво на результативність праці фахівця впливають і окремі особисті якості фахівця, чи їх комбінації, рівно ж, як і атмосфера уваги або байдужості до фізичного гарту учнів, яка панує у шкільному колективі.

Добрий директор, як і інші працівники школи, переважно розуміють яку виховну консолідуючу роль може здійснювати учитель фізичної культури у житті шкільного колективу. Організаційні здібності, які, як правило, притаманні вчителям фізичної культури роблять їх не замінимими помічниками керівництва.

До того ж і учні, які досягли успіхів у спорті, як правило і в навчанні, і в поведінці є прикладом для інших.

Спортивна робота у школі починається з уроку фізичної культури, але обов'язково має своє продовження у позаурочних і позашкільних спортивних заходах.

Дуже важливими є зв'язки школи з спортивними організаціями: спортивними товариствами, спортивними школами, клубами, спорудами тощо. Це помагає активізувати і урізноманітнювати форми позашкільної спортивної роботи, робити більш ефективними і стабільними.

Основними критеріями оцінки роботи вчителя фізичної культури є:

—організаційний і методичний рівень підготовки і проведення уроків і позакласних занять;

—рівень фізичної підготовленості учнів і його динаміка;

—виховний ефект від проведених занять з фізичної культури.

Для заохочення вчителів існує система матеріального і морального стимулювання. Зокрема, вчителю може надаватися звання учитель-методист, Відмінник освіти, Заслужений учитель України, Заслужений працівник освіти України, Заслужений працівник фізичної культури і спорту та ін.

Посадові обов'язки вчителя (викладача) фізичної культури навчального закладу є такими:

—планування процесу фізичного виховання, у т.ч. планування окремих уроків (занять);

—планування, організація і проведення (участь) різноманітних фізкультурних заходів;

—проведення уроків фізичної культури, позаурочних і позашкільних заходів;

—розробка комплексів фізичних вправ;

—здійснення в процесі фізичного виховання виховної роботи;

—контроль за рівнем здоров'я і фізичної підготовки учнів;

—пропагування здорового способу життя;

—підвищення власного професійного рівня, узагальнення та впровадження передового досвіду роботи.

Урок — є основною формою проведення занять з фізичного виховання школярів. Основним регламентуючим документом, який має враховуватися учителем при складанні поетапних і поурочних планів є навчальні плани для певних класів.

Підготовка вчителя до проведення уроку, крім складання поурочного плану-конспекту, який більшість досвідчених вчителів складають у стислому варіанті, вимагає детального ознайомлення з місцем проведення заняття, його санітарно-гігієнічним станом, особливостями температурного режиму, наявністю і якістю інвентарю тощо.

Очевидно, що і рівень підготовки і організованості класу має визначальний вплив на зміст і рівень проведення уроку.

Доречно нагадати, що спортивний зал, басейн чи інше крите приміщення не можуть (і не повинні) бути єдиним місцем проведення уроків. Обов'язково мають передбачуватися заняття і на відкритому повітрі: на стадіоні, спортивних майданчиках і полях, на лижні.

Повноцінне проведення частини уроків фізичної культури поза межами критих споруд дозволяє урізноманітнювати форму і зміст уроків, сприяє фізичному змужнінню і загартуванню школярів. Природно, що в цьому випадку особливу увагу слід приділити формі одягу учнів, щоб уникнути простудних захворювань.

### 3. Особа тренера в сучасному спорті і його функціональні обов'язки. Складники професійної майстерності та структура діяльності тренера

Зважаючи на те, що спорт є сферою уніфікованого порівняння досягнень у певних видах фізичних вправ, то центральною його фігурою є сама людина, спортсмен. З тих пір, як люди почали спеціально готуватися до участі в

змаганнях, поряд із спортсменом з'явилася ще одна особа — його порадник, наставник, вчитель, або іншими словами тренер. Природно, що спершу

«тренерство» мало непрофесійний характер. Але з часом, коли дійшло до заснування спеціальних закладів (як це мало місце вже у стародавній Греції), з'явилися і вчителі «фізичних вправ». Залежно від виконуваних функцій, давньогрецькі тренери поділялися на три категорії: «гімнастіс» — програміст,

«педотрібіс» — виконавець програми і «аліптіс» — помічник-масажист.

Грецькі тренери-гімнастікони довели методи навчання до високого, навіть за нинішніми мірками, рівня. Вони вміло орієнтували атлета на заняття тим чи іншим видом фізичних вправ, продумано застосовували психологічну підготовку, дієтологію. Вони користувалися розробленими системами розвитку фізичних якостей, методиками вивчення техніки вправ, знаючи при цьому цілісний та розчленований методи навчання. Греки чітко розподіляли процес підготовки атлетів на цикли: 4-річний — макроцикл і 4-х денний мікроцикл (тетра).

Роль, значення тренера суттєво змінилися внаслідок формування і організаційного оформлення окремих видів спорту, стандартизації правил змагань, стабілізації системи проведення міжнародних змагань тощо.

Сьогодні тренер — одна з найважливіших фігур в спорті, без якого годі уявити собі сучасну спортивну діяльність. А виведення спортсмена на рівень міжнародних результатів без допомоги тренера є просто неможливим.

Сучасні тренери готуються в спеціальних вищих навчальних закладах. Більшість тренерів, як правило, мають неабиякий досвід спортивної діяльності та великий багаж теоретичних знань з різних галузей науки: теорії спорту, медико-біологічних дисциплін, гуманітарних наук тощо.

Тренерів в Україні готують вищі навчальні заклади III і IV рівнів акредитації. Переважній більшості випускників присвоюється кваліфікаційний рівень «спеціаліст».

З врахуванням освіти, стажу роботи, виконуваних функцій і конкретних досягнень окремих учнів або команд тренери сьогодні поділяються на відповідні категорії.

Категорійність тренерів впливає на рівень їхньої заробітної платні. Вона встановлюється Педагогічними Радами спортивних організацій, в яких працюють тренери і затверджуються відповідними органами державного управління спортом.

Градація за професійними категоріями для тренерів сьогодні є такою:

—вища категорія;

—перша категорія;

—друга категорія. Спортивні звання:

—Заслужений майстер спорту — додатково 15 % від окладу;

—Заслужений тренер України — додатково 20 % від окладу;

—Заслужений працівник фізичної культури — додатково 20 % від окладу.

Тренерські категорії періодично переглядаються, але не рідше, як 1 раз

на 4 роки.

Категорії є офіційним визнанням професійної придатності тренерів. За особливо помітні досягнення учнів тренеру може бути присвоєно звання

«Заслуженого тренер України». В окремих випадках присвоюється звання

«Заслужений працівник фізичної культури» або вручається інша державна нагорода.

Тренер може працювати в таких спортивних організаціях:

—дитячо-юнацька спортивна школа;

—школа вищої спортивної майстерності;

—спортивний клуб (спеціалізований, виробничий, вузівський, військовий тощо);

—спортивна секція при будь-якій установі чи організації;

—спортивна федерація (національна, обласна, відомча);

—галузеві органи управління (Міністерство, спорткомітет);

—професійна, комерційна організація;

—будь-яка інша організація в штатному розписі якої є посада тренера.

Основним фаховим спрямуванням тренера-викладача (тренера) є, у вузькому розумінні, підготовка спортсменів відповідної (заданої) кваліфікації, в широкому — виховання спортсменів у процесі спортивної діяльності.

Праця тренера має, як правило, індивідуальний та творчий характер і спланована в багаторічному або етапному відрізку часу.

Залежно від місця праці й обставин (ДЮСШ, збірна команда, ігрова команда майстрів тощо) перед тренером ставиться конкретне завдання, зафіксоване в трудовій угоді. В угоді мають бути застережені такі показники:

—погодинне місячне навантаження тренера;

—кількість і якість навчальних груп;

—кількість спортсменів, їх кваліфікація на початок і кінець року (сезону);

—динаміка спортивної майстерності спортсменів (команди); плановані результати чи досягнення;

—заходи сприяння тренерові у виконанні ним основних завдань з боку організації-працедавця (спортивна база, інвентар, фінансування, харчування, система змагань і навчально-тренувальних зборів);

—оплата праці тренера, винагороди, умови побуту.

Тренер веде роботу самостійно або в складі бригади. В останньому випадку взаємостосунки й обов'язки кожного з членів бригади повинні бути обговоренні та документально зафіксовані.

Бригадний метод тренерської праці успішно застосовується переважно в ігрових видах спорту. У видах індивідуальних такий метод успішно діє лише за умов взаємодії групи тренерів-однодумців, готових розділити відповідальність і радість здобутків, а також в умовах авторитарних й, водночас відповідальних, дій визнаного фахівця-лідера.

Важливо, щоб за кожним тренером були застережені «права» на роботу

зі своїми вихованцями, або іншими словами, право безперервності виховного впливу, а також визнання його успіхів та досягнень.

Тренерська праця є найменш регламентованою порівняно з умовами праці (час, робоче місце, засоби, форми тощо) інших професійних груп. Разом з тим, праця тренера є найбільш залежною від кінцевого або етапного результату. Саме з цієї причини тренерську працю обирають і цінують переважно особи незалежні, впевнені в своїх силах, такі, що не бояться ризику та відповідальності. Таких у житті часто називають «фанатами». Саме «фанати», якщо їхні претензії є обґрунтованими, найчастіше досягають успіху, в іншому разі вони ризикують стати невдахою і змінюють посаду.

Професійна майстерність тренера є синтезом його постійно зростаючих професійних знань та умінь, організаційних здібностей і особистих якостей. А проявляється тренерська майстерність у неодноразовому досягненні спортивної мети найраціональнішим чином, гарантованому знаннями й інтуїцією.

Розглянемо основні складові тренерської майстерності.

Блок професійних знань і навичок включає в себе загальнотеоретичну базову підготовку і спеціальну теоретичну підготовку.

До загальнотеоретичної підготовки відноситься комплекс дисциплін, які формують світоглядний рівень фахівця, включаючи знання з історичних, філософсько-правових, соціальних, медико-біологічних, спортивно-педагогічних галузей.

Спеціальну теоретичну підготовленість забезпечують знання з історії, теорії, методики, організації і педагогіки спорту, глибокі знання систем підготовки спортсменів і умов реалізації спортивного результату. Тренер мусить не лише теоретично засвоїти і постійно поповнювати арсенал своїх теоретичних знань, але й навчатися використовувати їх у конкретних умовах для виконання конкретних завдань, тобто сформувати на теоретичній базі арсенал навичок і умінь. Ґрунтовні знання техніки і тактики обраного виду спорту, методів і засобів розвитку фізичних якостей, у поєднанні з педагогічними і організаторськими навичками характеризують рівень підготовленості тренера.

Організаційні здібності тренера на будь-якому рівні спортивної підготовки є абсолютно необхідним. Тренер є організатором процесу спортивної підготовки і саме через організацію процесу він може проявити свої знання, досвід, навіть інтуїцію. Інакше як через організацію процесу, тобто інакше як через конкретні дії і вчинки тренер не зможе проявити своїх особистих якостей, які, безумовно, сприяють або не сприяють результативності його праці.

До позитивних якостей тренера найчастіше відносять:

—доброту та уважність до учнів, комунікабельність;

—справедливість, чесність;

—принциповість, працьовитість, жертовність;

—професійну талановитість, широкий світогляд тощо.

Шкала цінностей тренерської праці в розумінні самих спортсменів

постійно змінюється. Коли на початковому етапі тренувань молоді спортсмени найбільше цінують позитивне ставлення до себе, приємні манери, дотепність наставника, то з часом більшу ціну в очах спортсменів набувають професійні якості тренера, його організаційні здібності, інтелект тощо.

У житті особисті якості тренера зрідка проявляються в ізольованому, «стерильному» вигляді. Частіше — в сукупності й протиріччі з іншими проявами темпераменту, поведінки. При цьому, суттєве значення мають не лише позитивні, але й негативні якості і риси характеру. Наприклад, така риса як честолюбство, яка переважно трактується негативно, у поєднанні з професіоналізмом є неабияким важливим професійним стимулом діяльності тренера.

Особливості темпераменту тренера не мають вирішального значення. Звичайно, бажаними є урівноваженість і емоційна стабільність, проте їх відсутність може компенсовуватися іншими важливими рисами характеру і властивостями темпераменту.

Загальними ознаками професіоналізму тренера є:

—володіння спеціальними знаннями про мету, зміст, об'єкт і засоби діяльності;

—володіння спеціальними уміннями здійснювати діяльність на всіх етапах підготовки спортсмена;

—спеціальні властивості особи і риси характеру, що дозволяють здійснювати діяльність і домагатися заданого результату.

Ефективність праці тренера залежить від економічного, соціального, організаційного, наукового, ситуаційного та інших факторів.

Основними критеріями ефективності роботи тренера є:

—рівень спортивних досягнень;

—склад та стан навчальних груп.

Непрямим показником ефективності тренерської праці є також суспільне визнання, але воно може носити суб'єктивний характер і не завжди має об'єктивне підтвердження.

Функціональні обов'язки тренера є дуже різними. Вони зводяться до вирішення комплексу задач — педагогічних, виховних, організаційно-управлінських, господарських тощо. На практичному рівні їх можна звести до таких обов'язків:

—комплектація навчальних груп;

—організація тренувального процесу;

—організація підготовки та участі в змаганнях;

—забезпечення комплексності виховання;

—організація матеріально-технічного забезпечення.

Комплектація навчальних груп (команд) є першим і надзвичайно відповідальним етапом у роботі тренера. Від вдалої або невдалої комплектації часто залежить не тільки результативність праці тренера в найближчі роки, але подекуди і вся тренерська кар'єра.

Комплектація навчальних груп має три види: набір, відбір і підбір. Не

зважаючи на співзвучність цих слів вони мають різне смислове наповнення.

Набір здійснюється на початковому етапі тренувань і передує тренувальному процесові. Найчастіше він ведеться методом усних (на уроці, шкільних зборах) або письмових (в газеті, на шкільних стендах) оголошень. Його основною характеристикою є добровільність, тобто висловлення в тій чи іншій формі згоди на участь у тренувальному процесі учнів без врахування їхніх здібностей та рівня фізичного розвитку.

Роль тренера при такій формі комплектації є другорядним, додатковим фактором і зводиться до здійснення відповідних формальностей (організація медогляду, оформлення заяв тощо). Отже набір, як форма комплектації, є слушною у випадках, коли передбачуваний спортивний результат є невисоким (шкільна секція, оздоровчий клуб і т.п.).

Відбір — це форма залучення до занять спортом із врахуванням певних передумов: віку, наявності конкретних антропометричних даних, заданого рівня розвитку фізичних якостей і здібностей, рис характеру, націленості на спортивне вдосконалення.

При відборі бажання учня стати членом тренувальної групи має значення при умові його відповідності вказаним параметрам. У таких випадках, крім педагогічного і медичного спостереження за кандидатом, застосовують відповідні тести, методи медико-фізіологічних досліджень.

Дуже інформативним є попереднє ознайомлення з медичними картами і характеристиками претендентів на зарахування до групи.

Процес комплектації навчальних груп методом відбору є доволі тривалим. Крім тренерів до нього можуть залучатися фахівці інших спеціальностей (психолог, фізіолог, соціолог). Але затрачений час істотно позначиться на якості укомплектованої групи й на досягненні поставленої мети в спорті.

Підбір є персональною формою комплектації або доукомплектації спортивних команд, особливо з ігрових видів спорту. При підборі першочерговими є два чинники: потреба в комплектації (доукомплектації) команди спортсменами відповідного класу і спортивного амплуа та наявність відповідних кандидатів та організаційно-фінансових можливостей. Підбір, як метод доукомплектації команди, провадиться постійно, або етапно. Переважно він стосується не новачків, а спортсменів достатньо високого рівня підготовки. Підбір може здійснюватися тренером, призначеним спеціально для цієї мети.

Відсів з навчальних груп є явищем природнім і закономірним. Причинами відсіву є:

—втрата інтересу спортсмена до подальшої тренувальної роботи з причин незацікавленості у спортивному зростанні, відсутність перспективи спортивного вдосконалення, неможливість приділяти спортивно-тренувальній роботі достатньо часу і зусиль. Найбільший процент відсіву спостерігається у групах початкової підготовки та на етапі базової підготовки, коли проявляється справжня або мнима безперспективність спортсменів;

—«невписування» окремих атлетів у спортивний колектив через особисті якості або несхвальні вчинки;

—травми, захворювання або переїзд на інше місце проживання спортсмена.

Ініціатором відходу може бути сам спортсмен (найчастіше), тренер або колектив групи (команди).

Перед тренером доволі часто стоїть питання розставання з учнем. З учнями-новачками ця процедура менш болісна ніж із кваліфікованими спортсменами. Проте за будь-яких обставин тренер мусить проявляти максимум такту і принциповості.

Із закінченням набору й відбору учнів до навчальної групи, процес комплектації формально закінчується, хоча корективи до персонального складу груп вносяться майже на всіх етапах підготовки.

Наступним завданням тренера після первинної комплектації є створення колективу спортсменів-однодумців, морального і психологічного клімату, який сприяв би кожному із учасників тренувального процесу проявити свої загальнолюдські й спортивні якості.

Перший період тренувань тренер має вести якомога різноманітніше, з пізнавально-розважальними елементами, уникаючи вузької спеціалізації.

Саме «цікаво-нецікаво» є основним чинником регулярності відвідування занять новачками. Соціальне визнання тренера, рівень його спеціальної фахової підготовленості, вік, стать та інші фактори відступають на другий план. Найважливіше і найпереконливіше для початківця є цікаве, пізнавальне заняття, бажано за участю самого тренера. При цьому періодичність занять три рази на тиждень є замалою, щоб в колі інтересів початківців утримувати предмет зацікавленості — спорт. Для цього потрібно не менше 4-х-5-ти відвідувань в тиждень. Тривалість занять при цьому має другорядне значення.

Коли тренер біжить з учнями крос, грає в футбол, іде на лижну прогулянку, він чи не відразу викликає до себе симпатію (навіть захоплення). «Робимо разом»

—ось найкраще гасло і прямий шлях до серця учнів. Саме спільна праця (байдуже якого характеру) найшвидше зцементовує колектив, породжує своє, тільки йому притаманне коло інтересів, скріплює довіру між спортсменами і тренером.

На початковому етапі підготовки особливо важливим є однаково уважне ставлення тренера до здібних і не дуже здібних учнів. Найменше виділення чи зменшення вимогливості до здібних є недопустимим. До «улюбленців» треба ставитися особливо вимогливо: «з кого ж питати як не з тебе». З плином часу завдання педагогічно-виховного порядку не зникають, а тільки ускладнюються. Новачка вчать як правильно себе поводити, майстра — як жити.

Якщо питання комплектації та створення міцного, дружнього колективу вирішується суто педагогічними засобами, то організація тренувального процесу носить вже більш специфічний характер.

Організація тренувального процесу займає провідне місце в діяльності тренера. Саме під час тренувань тренер вирішує основні, поставлені перед ним задачі: виховні, оздоровчі, спортивні, освітні.

На тренувальних заняттях передбачається вирішення завдань фізичної, технічної, тактичної, психологічної та морально-вольової підготовки спортсмена.

Під час підготовки до тренувальних занять тренер вирішує:

1. Організаційно-господарські питання: час, місце, інвентар, обладнання, забезпечення (техніка безпеки, медичне обслуговування).

2. Методичні питання: зміст занять, спрямованість вирішуваних задач, контроль і облік, відновлення.

Кожне окреме заняття має бути чітко спланованим, мати своє місце в системі навчально-тренувальних занять, повинно бути відображеним у робочому плані і спрямованим на вирішення конкретних завдань — тобто відповідати на питання: що, де, коли, як, навіщо? Відповіді на ці та деякі інші питання містяться в документах планування.

Тренувальні плани носять циклічний характер. Найбільш розповсюдженими є такі тренувальні цикли:

—мікроцикл: 3—7 днів;

—мезоцикл: 30 днів;

—макроцикл: 6—18 місяців.

Багаторічне планування здійснюється у вигляді чотирьохрічного (олімпійського) циклу. В планах багаторічної підготовки фіксуються такі щорічні основні показники тренувального процесу:

—мета і завдання;

—обсяги тренувальних навантажень (тренувальні дні, години тренувань по засобах, зони інтенсивності);

—методи відновлення;

—методи біжучого і підсумкового контролю;

—кількість змагань, стартів, спроб;

—плановий результат.

У річному (сезонному) плані роботи вищеназвані показники плануються як помісячно, так і в цілому за рік (сезон).

Планування мезоциклів — не менш відповідальне завдання. Основне при цьому, не сліпо розписувати передбачені річним планом обсяги навантажень, а враховувати фактичний і передбачуваний фізичний та морально-психологічний стан спортсмена, як і обставини, в яких тренувальний план мезоцикла буде здійснюватись. Педагогічні спостереження за спортсменом, аналіз його особистого щоденника і показники медичного контролю є необхідними орієнтирами, особливо напередодні відповідальних змагань.

Зміст окремих занять фіксується у поурочних планах і робочих журналах. Чимало тренерів нехтують потребою готуватися до кожного окремого заняття, мотивуючи це набутим досвідом. Така думка є

справедливою лише стосовно окремих деталей заняття. В цілому ж кожне заняття має бути неповторним. Вирішення однакових задач зрідка блискуче вдається одними й тими ж засобами й методами. Навіть ціпка пам'ять тренера не може утримати усі необхідні деталі — минулі, нинішні, майбутні. Тому планування кожного конкретного заняття, з аналізом свого власного і учнівського щоденників є безумовно корисним. Зрештою, це вже є елементом аналітичного підходу до справи. Адже недаремно ще в школах Древньої Греції були спеціальні тренери

—«гімнасіси», які готували навчально-тренувальні плани. Планування є основою тренувальної системи — необхідного елементу плідної тренерської праці.

Планування, особливо річне і багаторічне, має здійснюватися обов'язково індивідуально і за участю спортсмена. Важливими є постановка перед спортсменом поетапних завдань, досягаючи які він може переконуватися у правильності обраного шляху. Віра спортсмена в правильно складений план додає йому сил для здійснення запланованої праці, зміцнює переконання власного успіху, впевненість у собі. А це також і перший елемент психологічної підготовки.

Підготовка до змагань є найвідповідальнішим етапом у роботі тренера. Головне завдання тренувального процесу на цьому етапі — підвести спортсмена (команду) до того рівня спортивної форми, який необхідний для успішного (запланованого) спортивного досягнення, вираженого в об'єктивних технічних показниках (час, кілограми, сума очок), або відносних досягненнях (місце, група). Це період інтегральної підготовки, коли попередньо проведені інші види підготовки (спеціальна, загально-фізична, морально-вольова) мають вагу лише у сенсі сприяння досягненню запланованого результату. Коли спортсмену належить брати участь у невисоких для його рівня (етапних) змаганнях, то підведення спортсмена до піку форми не є обов'язковим. Більше того, завчасне входження в спортивну форму для спортсмена деколи є більш загрозливим ніж запізніле. Адже існує більше засобів прискореного набуття форм, ніж утримання її на високому рівні.

Пік спортивної форми проявляється в індивідуальній готовності окремого спортсмена до найвищого для себе спортивного результату. Але пік спортивної форми може бути і в команди в цілому, коли сума індивідуальної готовності окремих членів команди доповнюється вищою злагодженістю й чіткістю виконавських дій окремих ігрових ланок і команди в цілому.

Індивідуальна готовність спортсмена може породити вище (рекордне), принаймні для конкретного індивідуума, досягнення. Командна готовність — гарант успішного виступу команди.

Найвища майстерність тренера проявляється не тоді, коли команда готова до одного матчу, а коли в ході серії матчів вона демонструє високу спортивну майстерність. Подібні випадки, для прикладу, спостерігаються у фіналах чемпіонатів світу з футболу, коли, на перший погляд, не найкраще підготовлена команда від зустрічі до зустрічі повніше розкриває свої таланти

і по справжньому вражає під час фінальної зустрічі. При найбільш вдалих тренерських «розкладках», основній меті — фінальному старту, підпорядковані не лише зміст і форма всього тривалого процесу попередньої і безпосередньої до змагань підготовки. Вирішальне значення можуть мати й попередні старти основного змагання (відбіркові, півфінальні, попередні спроби). Нерідко саме вони є тими «золотими гвіздками», з яких чеканяться медалі.

Регулювання психічного стану спортсмена є одним із найскладніших моментів тренерської праці, значення якого зростає із наближенням до основних змагань (фіналів). Стан психологічної готовності формується у спортсмена заздалегідь. Знання своїх можливостей, рівня підготовленості, умов змагань, сильних і слабких сторін суперників, моделювання процесу майбутньої спортивної боротьби, готовність «перетерпіти» і ще чимало інших «дрібничок» призводять до певного стану психологічної готовності.

Комплектація команди до змагань є болючим процесом в усіх випадках, коли претендентів на участь в змаганнях більше ніж місць у команді. Особливо

«делікатним» має бути процес формування, коли крім спортсменів, у комплектації команди зацікавленості певні групи осіб або організації. Тому критерії відбору спортсменів і формування команди повинні бути обумовлені завчасно (бажано письмово) і бути однозначним. Критерії педагогічної і спортивної доцільності мусять співпадати, а не суперечити офіційним умовам відбору. В процесі підготовки до офіційних (основних) змагань, спортсмен і тренер повинні зважити на необхідність пройти через низку відбіркових змагань, які в даному разі є етапною перевіркою готовності.

Опріч підготовки спортсменів і остаточної комплектації команди, підготовка до змагань покладає на тренера ще низку обов'язків. Це переважно організаційно-господарські питання: попередні підтвердження про участь у змаганнях, підготовка заявки, особистих документів спортсменів, технічних заявок, підготовка і транспортування інвентарю, спортивної форми, придбання проїзних документів, замовлення місць для проживання, вирішення побутових питань й т. ін.

Виховання спортсмена в широкому розумінні цього слова, є по суті найголовнішою функцією тренера й здійснюється специфічними засобами спорту. Огріхи виховання не тільки знижують цінність особи як людини, але й у спортивному значенні заважають розкрити її природний потенціал. І навпаки, успішно ведений виховний процес має вирішальний вплив на особу, незмірно підвищує і робить громадсько значним спортивний результат.

Тренер не завжди найбільше гордиться учнем, який досягнув найпомітніших спортивних результатів. Предметом гордості і внутрішнього задоволення є також учні, які «зірок з неба не хапали». Проте змогли й зуміли суттєво вдосконалити себе у фізичному і моральному плані. З іншого боку, час активного заняття спортом, навіть якщо він не привів спортсмена до спортивних лаврів, може стати для конкретного вихованця невичерпним джерелом наснаги і досягненням успіхів в іншій діяльності.

Доцільно зважити на те, що процес формування особи спортсмена є явищем тривалим і зрідка йде паралельно в часі з процесом спортивного зростання. Омолодження спорту є причиною дуже раннього спортивного дозрівання, а загальнолюдське, громадянське змужніння може відбутися пізніше, за умови, що виховна робота не була витіснена з процесу підготовки спортсмена. Перехід юнака чи юнки від видатного спортсмена до повноцінної, а тим більше видатної особистості, є процесом складним і тривалим, але єдино правильним. Для тренера найбільшу цінність має праця, вкладена у виховання і спортивну підготовку учнів.

Матеріальне забезпечення спортсменів не є безпосереднім обов'язком тренера. В усіх спортивних організаціях є спеціальні служби (особи), які мають здійснювати матеріальне забезпечення. Проте насправді ця робота не може успішно провадиться без втручання тренера, як найбільш усвідомленої і зацікавленої фігури навчально-тренувального процесу.

Тренер також є найближчою до спортсмена особою (окрім родичів), яка тією чи іншою мірою активно впливає на всі сторони життя вихованця: умови побуту, навчання, служба в армії чи робота, подекуди й сімейні справи. І усі ці елементи тренерської праці вимагають від тренера постійної доброзичливості, уважності й терпеливості.

**Контрольні питання**

1. Яка особливість вашої майбутньої професії?
2. На яких посадах можуть працювати фахівці з фізичного виховання?
3. Яким є основне призначення фахівця з фізичного виховання?
4. Яким є основне призначення тренера-викладача?

## Лекція 10
## Навчання та інші види діяльності студента.

План

1. Співпраця студентів з факультетами і підрозділами вищого навчального закладу.
2. Співпраця зі студентським самоврядуванням.

Для виконання цього виду діяльності кафедр фізичного виховання на громадських засадах існує інституція викладачів – відповідальних за спортивно-оздоровчу та навчальну роботу на факультетах та інститутах університету. Як правило, це найбільш досвідчені викладачі кафедри. Ті викладачі, що досягають певних успіхів у навчальній та спортивній роботі на ввірених ним факультетах, довіри і поваги керівництва та викладацького складу факультетів, отримують статус заступника декана зі спортивно-оздоровчої роботи на громадських засадах.

Від їх діяльності залежить якість і рівень взаємовідносин кафедри з факультетами, де практично вирішується більшість нагальних питань спортивно-оздоровчої та навчальної роботи з фізичного виховання.

Кафедри вирішують такі завдання:

1) усі організаційні питання, пов'язані з розкладом та відвідуванням спортивної бази університету, особливо на перших заняттях;

2) усі організаційні питання, пов'язані з визначенням студентами спортивної спеціалізації та набору (переходу) у навчальні відділення (цикли);

3) питання атестації та заліків з фізичного виховання, отримання та представлення відповідних відомостей на факультеті;

4) питання заохочення кращих студентів;

5) усі організаційні та методичні питання, пов'язані зі спортивно-оздоровчою роботою.

Заступник декана (відповідальний) за спортивно-оздоровчу та навчальну роботу на факультеті з фізичного виховання має всю наявну інформацію щодо розподілу студентів за навчальними відділеннями та якістю їх навчання, участі та їх досягнень на змаганнях, тому на цей важливий сегмент кафедральної роботи мають бути призначені викладачі з відповідними психологічними якостями і підвищеною відповідальністю.

Зміст спортивно-оздоровчої роботи полягає у відповідній тренувальній підготовці студентів та проведенні спортивних змагань (на першість групи, курсу, факультету, на першість окремих курсів, загально-університетських або за спрощеними правилами, або відновлювальних за спрямуванням після значних тренувальних та розумових навантажень), у тому числі психологічно-розважальних та інших спортивно-оздоровчих заходів (святкове відкриття студентських, міжнародних, національних та регіональних змагань, спартакіади університету з відповідними спортивно-показовими виступами, майстер-класи та видовищні показові виступи факультетських чи університетських команд з окремих видів спорту.

До програми занять включаються вправи розважального, жартівливого характеру на вправність та спритність, що вимагають прояву неабиякої сили та координаційних можливостей у специфічному студентському середовищі.

Змагання залюбки є емоційно спостерігають на трибунах, студенти усіх факультетів, набувають психологічну розрядку та відновлення після навчальних сесії. Незалежно від рангу змагань студентські команди факультетів повинні пройти необхідні тренування та підготовку, навіть, якщо цю працю викладачів неможливо зарахувати до педагогічного навантаження.

Це правило повинно виконуватись за будь яких обставин і, в першу чергу, стосується проведення змагань з бігу на кросових дистанціях, які охоче включають у плани своїх святкових заходів керівники профспілкових, ідеологічних та воєнізованих відділків вищих начальних закладів, але практичне виконання цих змагань і відповідальність за життя студентів покладається на кафедру фізичного виховання.

Кращі спортсмени повинні бути у центрі уваги відповідальних за спортивно-оздоровчу роботу на факультетах як за станом навчання зі спеціальних дисциплін так і за якістю преференцій (підвищена стипендія, подяки та заохочування на рівні факультетського та університетського керівництва) за їх нелегку тренувальну працю у поєднанні з успішним

навчанням, що дуже важко зробити студентам технічних спеціальностей.

Співпраця зі студентським самоврядуванням. В останні роки у вищих навчальних закладах все більшого поширення набувають різні форми громадської активності студентів, що дістало назву студентського самоврядування.

Студенти самі визначають форму та стиль діяльності своїх громадських організацій, що входять до керівних установ навчального закладу і його окремих підрозділів – факультетів, наприклад у Наукових Радах кожного факультету є 2-3 представника студентства, що приймають участь у засіданнях Рад і мають право обговорювати усі актуальні проблеми діяльності факультету та брати участь у голосуваннях як відкритих, так і таємних, з вирішення усіх питань, що тим чи іншим чином стосуються життя студентів.

Це і питання призначення стипендій, відрахування чи зарахування тих чи інших студентів, кадрові питання штату викладачів і співробітників, конкурси викладацького складу, що вирішують можливість їх праці на певний термін, актуальність і якість викладання тих чи інших дисциплін, в тому числі, і фізичного виховання. У тих навчальних закладах, де студентський актив є злагодженою і бойовою одиницею, думка студентів має велике значення і з нею рахуються як керівництво факультетів, так і усього університету.

Тому, кафедрам фізичного виховання, що тісно співпрацюють зі студентами в силу специфіки своєї праці, необхідно вдумливо і розумно підходити до цієї співпраці.

Відомі випадки, коли викладачі кафедри фізичного виховання недооцінюють роботу зі студентством, підходять формально до проведення навчального процесу, спілкуються зі студентами звисока, у вирішенні спірних питань не використовують індивідуальні та групові бесіди, які можуть відразу загасити можливі конфлікти, а використовують застарілі традиційні форми організації навчального процесу, які вже не цікаві студентам. В одному з навчальних закладів фізичне виховання зводиться до бігу на орендованому стадіоні та виконанні вправ загально-фізичної підготовки.

Студентам не сподобалась така організація фізичного виховання і вони поставили питання перед ректоратом про недоцільність таких занять і своє небажання їх відвідувати. Ректорат вимушений був займатись перебудовою і покращенням навчального процесу з фізичного виховання. Але ж є навчальні заклади де керівники в силу тих чи інших причин зачиняють двері перед спортом і, навіть, ліквідують кафедри фізичного виховання.

У таких навчальних закладах студентське самоврядування може стати на бік керівників, що не розуміють користі і необхідності фізичного виховання для підвищення фізичної підготовленості і зміцнення здоров’я студентів. Звичайно, не всі навчальні заклади мають відповідну навчальну базу, але ж і викладачі не повинні опускати руки. Необхідно шукати такі види спорту і рухової активності, що не потребують значних капіталовкладень для

організації навчально-тренувального процесу.

Ми вже наводили приклади з використанням таких видів спорту як спортивне орієнтування, види кросового біатлону та багато інших. Сектор спортивно-оздоровчої роботи цього парламенту самостійно за ініціативи студентів проводить змагання на першість університету з таких видів спорту як настільний теніс, міні-футбол, шахи, баскетбол, кульова стрільба, армрестлінг, тощо. Кафедри з фізичного виховання та здоров'я надають допомогу студентам в організації і проведенні змагань, а натомість одержує допомогу студентства у своїй повсякденній роботі. Це і підтримка в належному стані спортивної бази, і проведення спортивної зміни зі збірними командами університету в оздоровчому таборі, що розташований поблизу села Плюти, тощо.

Фінансово підтримує студентське самоврядування студентський профком університету. З такою співпрацею дуже важко уявити негативне ставлення студентів до фізичного виховання та спорту, навпаки, студенти самі стають на їх захист.

. Співпраця з факультетами та студентським самоврядуванням є важливим розділом кафедральної спортивно-оздоровчої та навчальної роботи зі студентами, від якої залежить авторитет і повага до викладацького складу кафедри у вищому навчальному закладі.

Цей напрям роботи повинні виконувати найбільш освічені, авторитетні викладачі з підвищеною відповідальністю та відповідними психологічними якостями (толерантністю, дипломатичними рисами характеру, а разом с цим і принциповістю).

Лекція11.

Професійна діяльність фахівця з фізичної реабілітації.

План

1. Поняття «реабілітація», її визначення, складові частини та об'єкт вивчення.

2. Роль фахівця з фізичної реабілітації в системі підготовки висококваліфікованих тренерів, педагогів

3. Цілі і завдання фізичної реабілітації.

**1.Поняття «реабілітація», її визначення, складові частини та об'єкт вивчення.** Термін "реабілітація" (походить від латинського: "habilitatis" - придатність, здатність, спроможність; префікс "re" - зворотна або повторна дія) означає відновлення придатності, здатності, спроможності. Він вживається в усіх сферах діяльності людини - політичній, юридичній, розумовій, спортивній та ін.

У медицині вона визначається як процес відновлення здоров'я і працездатності хворих та інвалідів. Комітет експертів з реабілітації ВООЗ (1963) наголосив, що реабілітація – це процес, "метою якого є запобігання інвалідності під час лікування захворювань і допомога хворому у досягненні максимальної фізичної, психічної, професійної, соціальної та економічної повноцінності, на яку він буде здатний в межах існуючого захворювання".

Відповідно до міжнародної класифікації Всесвітньої організації охорони здоров'я, яка була прийнята у 1980 році, виділяють такі рівні медико-біологічних та психо-соціальних 7 наслідків хвороби або травми, які повинні враховуватись при проведенні реабілітації:

• ушкодження — будь-яка аномалія або втрата анатомічних, фізіологічних, психологічних структур або функцій;

• порушення життєдіяльності — виникає у результаті ушкодження та означає втрату або обмеження можливості здійснювати щоденну діяльність у межах, які вважаються нормальними для людського суспільства;

• соціальні обмеження виникають у результаті ушкодження й порушення життєдіяльності і називають обмеження та перешкоди для виконання соціальної ролі, яка вважається нормальною для цього індивідууму. В останні роки у реабілітацію введено поняття "якість життя, що пов'язана зі здоров'ям при цьому якість життя розглядають як інтегральну характеристику, на яку необхідно орієнтуватись при оцінці ефективності реабілітації хворих (поняття вперше з'явилось у Index Medicus в 1977 році).

Організаційними основами реабілітації вважають: здійснення комплексної вихідної оцінки стану хворого з формулюванням реабілітаційного діагнозу перед початком реабілітації; проведення реабілітації за певною програмою, що укладена на основі оцінки стану хворого; здійснення оцінки ефективності реабілітаційних заходів в динаміці і після завершення курсу реабілітації; складання рекомендацій щодо лікувальних і соціальних заходів, які необхідні на подальших етапах реабілітації. Реабілітація може включати заходи для підтримання і/або відновлення функцій або ж компенсації втрати або відсутності функції чи функціонального обмеження. Реабілітаційний процес не включає першої медичної допомоги. Він охоплює широке коло заходів і видів діяльності, починаючи від основної та загальної реабілітації і до дій, спрямованих на досягнення кінцевої мети, наприклад, професійної реабілітації. В реабілітації хворих пріоритет належить медичній реабілітації. Поруч з медичними працівниками активну участь 8 беруть експерти, педагоги, фізичні реабілітологи, психологи, соціологи, юристи, представники органів соціального забезпечення, профспілок, підприємств.

**2. Роль фахівця з фізичної реабілітації в системі підготовки висококваліфікованих тренерів, педагогів**

Термін «реабілітація» був запозичений з юриспруденції і означає «відновлення судом або в адміністративному порядку у попередніх правах неправильно звинуваченого». Розвиткові фізичної реабілітації в сучасному тлумаченню цього терміна сприяли дві основні історичні події: епідемії поліомієліту з 1890-х до 1950-х років та наслідки двох світових воєн. В реабілітації хворих пріоритет належить медичній реабілітації. Складовою медичної реабілітації є фізична реабілітація, яка включає комплекс заходів, спрямованих на відновлення фізичної працездатності хворих з тимчасовою та стійкою втратою працездатності. Її основними засобами є: лікувальна фізкультура, лікувальний масаж, фізіотерапія, механо-працетерапія. Фізична

реабілітація, яка потребує значно більше часу в порівнянні з самим лікуванням гострого періоду хвороби, відволікає лікаря від спеціалізованої медичної роботи. Це приводить до гальмування спеціалізованого професійного вдосконалення лікарів. До того ж у лікарів немає достатніх педагогічних знань та навичок роботи з фізичними вправами та спортивними тренажерами, які є важливими засобами як індивідуальної, так і групової фізичної реабілітації. Все це створило передумови виділення фізичної реабілітації в окрему професію. Фізична реабілітація розглядається як лікувальнопедагогічний і виховний процес, так як основними засобами її є фізичні вправи та елементи спорту, а застосування їх – завжди педагогічний, освітній процес. Якість якого залежить від того, настільки методист оволодів педагогічною майстерністю і знаннями, тому всі закони і правилазагальної педагогіки, а також теорії і методики фізичного виховання надзвичайно важливі в діяльності реабілітолога – фахівця з фізичної реабілітації.

Він повинен бути перш за все хорошим педагогом – спеціалістом з фізичної культури і спорту і в той же час мати глибокі знання сутності патологічних процесів і хвороб, з якими йому прийдеться зустрітися у пацієнтів.

На сьогодні фахівців фізичної реабілітації готують у вищих навчальних закладах України в галузі знань фізичне виховання, спорт і здоров‘я людини на рівнях 6.010203 (бакалавр), 7.01020302 (спеціаліст), 8.01020302 (магістр).

Також з 2005 року відбувається присудження наукового ступеня кандидата та доктора наук з фізичної реабілітації (24.00.03).

Професійну підготовку фахівців з фізичної реабілітації проводять у відповідних вищих закладах освіти: Львівському державному унверситеті фізичної культури, Харківській державній академії фізичної культури, Національному університеті фізичного виховання і спорту України та інших.

Отже, фізичною реабілітацією людей з обмеженими фізичними можливостями зайнялися фахівці фізичної культури і спорту, які відчутно розширили межі у методах, засобах та напрямах реабілітації. У співпраці з лікарями і працівниками соціальних служб, вони закладають основи національної системи фізичної реабілітації людей з обмеженими фізичними можливостями.

Фахівець фізичної реабілітації — людина, яка закінчила повний курс навчання за спеціальністю «Фізична реабілітація». Відповідає міжнародному терміну Physical therapy (or physiotherapy) - фізична терапія або фізіотерапія, відповідно фізичний терпавет або фізіотерапевт. Фізичні реабілітологи працюють як незалежні практикуючі фахівці, а також в команді з іншими фахівцями сфери охорони здоров'я, дотримуючись етичних принципів Світової Конфедерації Фізичної терапії (WCPT).

Вони можуть вести первинний прийом пацієнтів, а пацієнти/клієнти можуть, в свою чергу, безпосередньо звертатись до фахівців фізичної реабілітації без скерування від інших медичних фахівців.

Фахівці фізичної реабілітації є провідними спеціалістами з відновлення, корекції та підтримки рухових функцій. Вони володіють системними

знаннями у сфері рухової діяльності людини. 10

Фахівці фізичної реабілітації обстежують пацієнтів з метою виявлення рухових дисфункцій та визначення рухового потенціалу, розробляють і виконують індивідуальний план фізичної реабілітації у співпраці з іншими спеціалістами (лікарями, соціальними працівниками, психологами, вчителями, тренерами) та пацієнтом. Фахівці фізичної реабілітації також проводять наукову, адміністративну, викладацьку та консультативну діяльність.

Фахівці фізичної реабілітації мають відповідну кваліфікацію для виконання таких професійних обов'язків:

• проведення комплексного обстеження/оцінки/визначення потреб окремого пацієнта/клієнта або потреб групи клієнтів (за допомогою гоніометрії, тесту Ловетта, ООРФ);

• встановлення діагнозу, визначення прогнозів і плану заходів;

• надання консультації в рамках своєї компетенції та визначення того, коли пацієнтам/клієнтам слід звернутися до інших медичних фахівців;

• впровадження програми втручання /лікування, складеної фахівцем фізичної реабілітації;

• визначення очікуваних результатів будь-якого втручання/лікування;

• надання рекомендацій для самостійного функціонування.

Фахівці фізичної реабілітації надають свої послуги у медичних закладах, навчально-реабіліційних центрах, закладах освіти та соціального захисту населення, спортивнотренувальних центрах, спортивних командах. Згідно з діючим законодавством, вони можуть обіймати посади «спеціаліст фізичної реабілітації», «медична сестра (інструктор) з лікувальної фізкультури», «медична сестра з масажу». Наявний стан справ в українському законодавстві та в українській системі охорони здоров'я не відповідає потребам у цій професії (він не задовольняє ані пацієнтів, ані фізичних реабілітологів).

**3. Цілі і завдання фізичної реабілітації.**

Фізична реабілітація (англ. Physical therapy) — це застосування з лікувальною і профілактичною метою фізичних вправ і природних факторів у комплексному процесі відновлення здоров'я, фізичного стану та працездатності хворих. Вона є невід'ємною частиною лікувального процесу та застосовується на усіх етапах лікування.

У науковій літературі частотним є таке трактування явища фізичної реабілітації: «це застосування з лікувальною і профілактичною метою фізичних вправ і природних факторів у комплексному процесі відновлення здоров'я, фізичного стану та працездатності хворих». Таке визначення збігається з тлумаченням терміна «реабілітація», представленим у резолюції Генеральної Асамблеї ООН № 48/96 від 20 грудня 1993 року: «Стандартні правила щодо зрівняння можливостей інвалідів».

Також у резолюції зазначається, що реабілітація може передбачати заходи збереження і відновлення функцій, або ж компенсацію втраченої чи відсутньої функції. В українському законодавстві (Закон України «Про

реабілітацію інвалідів в Україні», 2006) фізичною реабілітацією названо систему заходів, спрямованих на вироблення і застосування комплексів фізичних вправ на різних етапах лікування і реабілітації, що забезпечують функціональне відновлення особи, виявляють і розвивають резервні і компенсаторні можливості організму шляхом вироблення нових рухів, компенсаторних навичок, користування технічними та іншими засобами реабілітації, виробами медичного призначення.

Головним завданням фізичної реабілітації є:

• функціональне відновлення (повне або компенсація при недостатньому чи відсутності відновлення);

• пристосування до повсякденного життя і праці;

• залучення до трудового процесу;

• диспансерний нагляд за реабілітованим.

**Фізична реабілітація** — це комплекс послуг, які надаються виключно фахівцем з фізичної реабілітації або під його керівництвом і контролем. Вона включає в себе обстеження/вивчення, оцінку, діагностування, прогнозування, планування догляду/втручання та повторне обстеження. Діагностика і прогнозування є результатом обстеження і оцінки. Вони представляють результати клінічного обґрунтування з урахуванням додаткової інформації від інших фахівців, в разі необхідності; можуть бути виражені в якості певної дисфункції рухового апарату або охоплювати комплекс вад, обмеження функцій організму, втрату працездатності, розлади в результаті негативних впливів навколишнього середовища, неповносправність.

Прогнозування (включає план догляду/втручання) починається з визначення потреб у догляді/втручанні та, як правило, веде до розробки плану догляду/втручання, в тому числі визначення конкретної реальної мети у співпраці з пацієнтом/клієнтом, членами родини чи опікуном.

В іншому разі, може виникнути потреба скерувати пацієнта/клієнта до іншої установи чи медичного фахівця, у випадках, які не належать до компетенції фізичного реабілітолога. Втручання/лікування здійснюється і моделюється для досягнення попередньо узгоджених цілей і може включати в себе мануальну терапію; фізичні вправи; фізичні, електротерапевтичні та механічні засоби; рухові вправи; забезпечення допоміжними засобами; навчання та консультування пацієнтів; ведення документації, координацію і спілкування.

Втручання/лікування може бути спрямоване на запобігання порушенням, обмеженням активності, втраті працездатності, інвалідності і травматизму, в тому числі на зміцнення і підтримання здоров'я, якості життя, працездатності і гарного самопочуття у будь-яких вікових чи соціальних групах.

## Лекція 12.
## Поняття систему фізичного виховання.

**План**.

1.Поняття системи та значення ТМФВ в системі підготовки спеціалістів

в галузі фізичного виховання і спорту.

2. Особливості національної системи фізичного виховання населення.

**1. Поняття системи та значення ТМФВ в системі підготовки спеціалістів в галузі фізичного виховання і спорту**.

ТМФВ є науковою та навчальною дисципліною, що вивчає структуру системи фізичного виховання та найбільш загальні закономірності її функціонування. Вона інтегрує в собі знання природничих, гуманітарних наук, співпрацює та розвивається разом з ними.

Як самостійна дисципліна, ТМФВ має свій предмет та об'єкт вивчення, власну методологію досліджень закономірностей функціонування системи фізичного виховання. Загалом під системою розуміють сукупність взаємопов'язаних елементів, що утворюють деяку цілісну структуру з відносною самостійністю функціонування. Наукове обґрунтування поняття «система» дає „Теорія системного підходу".

У відповідності до цієї теорії кожна система складається з підсистем. В природі не існує абсолютно ізольованих систем. Кожна із систем є підсистемою іншої системи більш високого порядку. Утримує систему у цілісності системо утворюючий фактор.

Вищенаведене в повній мірі стосується системи фізичного виховання, яке є підсистемою вищого порядку - системи загального виховання населення. Одночасно система фізичного виховання складається зі сукупності соціальних і педагогічних підсистем. Під соціальною системою фізичного виховання розуміється сукупність взаємопов'язаних установ і організацій, що здійснюють та контролюють фізичне виховання, а також засобів, методів, способів організації, нормативних основ, цілей і принципів здійснення фізичного виховання в країні.

Під педагогічною системою розуміється система фізичних вправ, методів їх застосування, форм занять, тобто загалом педагогічний процес, спрямований на зміну у потрібному напрямі фізичних спроможностей людини.

**2.Особливості національної системи фізичного виховання населення**.

Під національною системою фізичного виховання розуміють історично обумовлену практику фізичного виховання, її ідейні, наукові, програмно-нормативні та організаційні засади.

Створення та розвиток системи фізичного виховання історично і соціально обумовлений процес. Фізичне виховання виникло як засіб задоволення потреби у руховій активності людини, необхідності у фізичному розвитку, загартуванні, оздоровленні, підготовки до праці та війни.

Ідейні засади системи фізичного виховання - це ідеологія фізичної культури та спорту, тобто її вища соціальна мета. Вища мета системи фізичного виховання складається з двох сторін: перша - вдосконалення фізичних кондицій людини (для внутрішніх потреб); друга - підготовка громадян до продуктивної праці та військового захисту (для зовнішніх

потреб держави). Ці дві сторони однієї мети, на перший погляд, мають між собою глибоке протиріччя. Адже, коли йде мова про військовий захист держави або про її економічні інтереси, інтереси окремої людини мали би нехтуватися і, навпаки, кожна окремо взята людина в першу чергу піклується про вирішення власних проблем, а вже потім - про державні.

Однак вченим давно доведено, що могутнішою є та держава, яка піклується про всіх своїх громадян, а якість життя громадян знаходиться у прямій залежності від сили та багатства держави. Наукові засади системи фізичного виховання - це сувора наукова обґрунтованість вихідних теоретичних концепцій процесу фізичного виховання, а також засобів і шляхів їх втілення у практику.

Серед провідних наукових теорій та концепцій, на які опирається ТМФВ, є такі: теорія рефлексів І.П.Павлова, теорія адаптації Г.Сельє, теорія пластичного забезпечення функцій організму Ф.З.Меєрсона, теорія функціональної системи П.К.Анохіна, теорія переносу рухових навичок Вейднера-Дубровіна, теорія оптимізації розвитку фізичних якостей В.Л.Маріщука та багато інших.

Ці теорії допомагають вченим фізичної культури та спорту виявляти причинно-наслідкові зв’язки між цілеспрямованими діями та їх результатами. Зв’язки, що повторюються більше як у 95 випадках із 100, рахуються закономірностями і поповнюють наукову базу ТМФВ. Розробка нових методичних концепцій, рекомендацій чи програм завжди базується на виявлених наукою закономірностях.

Програмно-нормативні засади - це сукупність державних базових програм з фізичного виховання і спорту, державних тестів, Єдиної всеукраїнської спортивної класифікації, відомчих наказів та розпоряджень. У цих документах викладені основні вимоги що до планування, проведення, обліку та контролю всіх форм фізичного виховання і спорту.

Програмно-нормативна база фізичного виховання періодично змінюється, враховуючи нові досягнення науки, зміну умов функціонування. Офіційні вимоги та нормативи стають жорсткішими або, навпаки, м’якшими, балансуючи між творчим підходом до фізичного виховання і загальними правилами що до його проведення.

Організаційні засади системи фізичного виховання - сукупність державних, приватних та суспільних форм функціонування. Міністерства, управління, спортивні школи, клуби, товариства, центри здоров’я чи дозвілля також є елементами системи фізичного виховання. Всі вони функціонують з дозволу держави і під її контролем.

Способи управління та роботи цих організацій можуть різнитися, однак всі вони об’єднані єдиною метою - покращення здоров’я нації. Елементами системи фізичного виховання є також різноманітні організації, що готують для галузі фізкультурно-спортивні кадри.

Напрямок системи фізичного виховання та основні закономірності її функціонування концентруються у її меті, завданнях та найбільш загальних принципах, виходячи з яких здійснюється діяльність по вихованню громадян.

Цим категоріям в ТМФВ надається першочергове значення, бо вони є так званим пусковим механізмом для всієї системи.

У відповідності до мети і завдань підбираються адекватні засоби, розробляється спеціальна методика виховання тощо. Мета та завдання фізичного виховання Мета, що звикли ставити перед собою люди і суспільство у галузі фізичного виховання, по суті є не що інше, як прогнозування бажаних кінцевих результатів, які вони хотіли б досягти у майбутньому.

При цьому мета так чи інакше відображає державні потреби, що продиктовані об'єктивними умовами життя. Тому мету не можна ставити довільно. Спочатку необхідно ознайомитися з вимогами, що ставить до людей політичне, економічне та ідеологічне середовище.

Отже, найбільш загальною метою національної системи фізичного виховання є задоволення потреб окремих людей і суспільства у вихованні фізично досконалих, всебічно духовно і фізично розвинених людей, фізично підготовлених до праці та захисту вітчизни.

Таким чином, у меті гармонійно поєднуються інтереси держави і окремої людини. Авторитет і багатство держави, з одного боку, визначається здоров'ям та працездатністю її громадян, з другого боку, - сильна і багата держава здатна створити належні умови для кращого життя, усебічного розвитку та реалізації творчого потенціалу кожної людини. Мета фізичного виховання більш детально розкривається у його завданнях. В ТМФВ розрізняють три групи завдань: 1. Завдання у вузькому значенні. Це завдання усебічного розвитку фізичних якостей (здібностей) і на підґрунті рухових навичок удосконалення будови тіла, зміцнення здоров'я, досягнення та збереження високої працездатності. (поняття "фізичні якості" та "фізичні здібності" - майже синоніми, сукупність здібностей визначає якість, наприклад, компонентами сили є власне-силові та швидкісносилові здібності).

Спеціальні загальноосвітні завдання. Це системне формування та доведення до необхідного ступеня досконалості життєво важливих рухових вмінь та навичок, в тому числі, прикладних і спортивних, а також отримання спеціальних знань (рухові вміння та навички - це доцільні способи здійснення рухових дій, засвоєних в результаті навчання або самостійної практики.

Основна відмінність рухових навичок від умінь - в ступені автоматизованості механізмів управління рухами). Загальноосвітні завдання обумовлені тим, що потенціал фізичних можливостей людини не може бути реалізованим інакше, як у формі рухових вмінь та навичок. Іншими словами, щоби мати високу фізичну підготовленість, недостатньо розвивати одні тільки фізичні якості, важливо навчитися раціонально користуватися ними.

Практика свідчить, що у двобої дужої людини з спритною часто перша стає переможеною а друга - переможцем. 3. Завдання у формуванні особистості - це завдання у вихованні моральних якостей, свідомого ставлення до фізичного виховання та гідної поведінки, що відповідають

нормам міжнародної і національної моралі. Загалом це коло завдань об'єднує завдання морального, естетичного, розумового та трудового виховання, про яке буде йти мова у наступних розділах.

Складні завдання у цілісному формуванні особистості людини як члена суспільства можуть бути вирішені тільки за умови поєднання окремих видів чи сторін виховання з моральним вихованням.

Моральне виховання ніби пронизує всю виховну практику суспільства, будь-яку її частину, сторону, форму, оскільки від вирішення завдань морального виховання у вирішальній мірі залежить кінцевий результат будь-якого виду виховання. Наприклад, можна виховати людину надзвичайної фізичної сили але без моральних устоїв, 4 яка використовуватиме свої здібності на підлі вчинки, від яких будуть страждати як інші люди, так і сам „господар великих м'язів". Наведені групи завдань представлені тільки в найбільш загальній формі. В такій загальній формі вони належать до всіх ланок системи фізичного виховання.

Зрозуміло, що загальні завдання конкретизуються у спеціальних завданнях в залежності від контингенту вихованців (віку, статі, рівня фізичної підготовленості, стану здоров'я, індивідуальних особливостей тощо).

Загальні та основні принципи фізичного виховання Принципи фізичного виховання - це особливо важливі теоретико-практичні положення (правила), що відображають загальні закономірності виховання і, в силу цього, служать головними орієнтирами на шляху до мети. Принципи мають в своїй основі об'єктивні, не залежні від бажання людини закономірності. Це означає, що керівник процесу фізичного виховання не може придумати власні правила фізичного тренування. Він зобов'язаний керуватися у своїй роботі перевіреними всім соціальним досвідом положеннями, нехтування якими приводить до небажаних наслідків.

Розрізняють такі групи принципів:

- загальні;
- основні;
- методики фізичного виховання;
- спортивного тренування;
- педагогічні принципи;
- інші.

До найбільш загальних принципів фізичного виховання належать: 1. Принцип гармонійного розвитку особистості. Цей принцип виражає генеральну направленість фізичного виховання. Він означає обов'язковість оптимального розвитку всіх частин тіла та всіх функцій людини. Навіть, якщо мова йде про вузьку спортивну спеціалізацію, наприклад, штовхання кулі в легкій атлетиці, то принцип усестороннього та гармонійного розвитку особистості зобов'язує розвивати атлета у всіх напрямах, що подеколи знаходиться у тимчасових протиріччях з деякими тактичними завданнями. Слід пам'ятати, що молоді спортсмени не здатні самостійно визначити оптимальну міру спеціалізованості тренування.

Вони часто захоплюються змагальними вправами, забуваючи про важливість усестороннього та гармонійного розвитку.

Виконання принципу усестороннього та гармонійного розвитку особистості на практиці укладається у двох основних вимогах: •при вирішенні специфічних завдань фізичного виховання, необхідно постійно дотримуватися взаємозв'язку всіх складових виховання особистості; • забезпечувати усебічність фізичного виховання, єдність загальної та спеціальної фізичної підготовки.

Принцип зв'язку з трудовою та оборонною практикою (принцип зв'язку з життєдіяльністю). Цей принцип підкреслює основну прикладу функцію фізичного виховання - готувати людину до повноцінної трудової діяльності, а при необхідності - до виконання патріотичної повинності у захисті Батьківщини.

Прикладна функція фізичного виховання здійснюється у двох напрямах:

• через формування спеціальних прикладних рухових навичок, що дозволяють підвищити продуктивність праці (якість та швидкість роботи);

• через підвищення опірності організму до дії шкідливих чинників виробництва (виробничих шумів, сонячного випромінювання, перепадів температури, загазованості, запиленості, вібрації, недостатку кисню, гіподинамії тощо).

Реалізація принципу зв'язку з трудовою та оборонною практикою здійснюється за посередництвом таких чинників:

• забезпеченням максимально прикладного ефекту фізичного виховання;

• створенням передумов для освоєння різних видів діяльності;

• використанням можливостей, що надаються фізичним вихованням і спортом, для здійснення трудового та патріотичного виховання.

Принцип оздоровчої спрямованості фізичного виховання. Головна вимога цього принципу в оптимізації дії фізичного навантаження на організм з метою досягнення найбільшого ефекту у зміцненні здоров'я. Інакше кажучи, які би спеціальні завдання не вирішувалися під час фізичного виховання та які би ситуації при цьому не складувалися, незмінною залишається настанова на обов'язковість досягнення оздоровчого ефекту.

Може здатися, що особливих проблем у практичній реалізації цього принципу немає. Заняття фізичними вправами є завжди корисними. Однак проблема значно складніша, ніж здається. У спортивній боротьбі за максимальний результат дуже важко утриматися в оптимальному діапазоні фізичного та психічного навантаження, за верхньою межею якого починаються незворотні процеси відхилення здоров'я людини від норми.

Для досягнення максимального оздоровчого ефекту ТМФВ передбачено обов'язкове виконання трьох правил: 1. при відборі засобів фізичного виховання виходити з їх оздоровчої цінності як обов'язкового критерію; 2. планувати та регулювати функціональні навантаження в залежності від закономірностей зміцнення здоров'я; 3. забезпечувати регулярність та єдність лікарського і педагогічного контролю. Три найбільш загальних принципи фізичного виховання тісно пов'язані міх собою. Так, принцип

оздоровчого напряму фізичного виховання органічно пов’язаний з двома іншими. Адже без належного здоров’я реально не здійснити ні усебічний розвиток, а ні повноцінну життєдіяльність людини.

## Лекція 13.
## Місце фізичної культури в загальній культурі людства.

### План

1. Місце фізичної культури в загальній культурі людства.
2. Основні завдання, форми і засоби фізичної культури.
3. Спортивна термінологія. Основні термінологічні поняття галузі.

### 1. Місце фізичної культури в загальній культурі людства

Фізична культура сьогодні є одним із визначальних чинників суспільного життя світової спільноти, важливим елементом освіти, виховання, охорони здоров'я, військової справи, професійно-прикладної підготовки, соціальної сфери, політики, економіки, мистецтва тощо.

Словосполука «фізична культура» характеризує означене поняття як частину (різновид) культури взагалі.

Початковий зміст поняття «культура» (з латинської мови означало «обробіток») нині значно розширився. У загальновживаному значенні воно включає в себе певні особисті риси, форми, стиль поведінки й діяльності окремої особи або спільноти, тобто різноманітні форми суспільного життя з одного боку, і результати діяльності (твори, структури, базу) з іншого.

Отже до поняття «культура» в широкому розумінні слова входять такі складові як мистецтво, наука, ідеологія, фізична культура, а також результати діяльності людини у цих сферах. Культуру умовно поділяють на матеріальну і духовну.

У сфері культури людина проявляється в трьох аспектах:

- пізнає попередній історичний досвід (вивчає літературу, мистецтво, техніку);
- виступає як носій культурних цінностей;
- сама створює, формує культурні цінності, які стають базою подальшого розвитку культури.

Фізична культура, як культура в цілому, не дана людям від природи, а є наслідком суспільної та індивідуальної творчості.

Найчастіше терміном «Фізична культура» називають процес, спрямований на підготовку людей до життя та праці шляхом виконання фізичних вправ, використання цілющих сил природи, особистої і громадської гігієни та певного раціонального побуту і праці.

До поняття «галузь фізичної культури» відноситься не лише система вправ, теоретичних знань, але й матеріальна база фізичної культури та її організаційна система.

З розвитком цивілізації, внаслідок зменшення в житті людей ролі важкої фізичної праці, значення і місце фізичної культури в житті людей постійно зростають. По суті, фізична культура є основним (якщо не єдиним) засобом,

який гарантує порятунок людства від фізичної деградації і виродження. Бо ж збіднення рухового арсеналу людини спричиняється до погіршення її здоров'я, занепаду творчої активності тощо.

Тільки достатня рухова активність і певний режим праці та побуту в поєднанні з іншими засобами, запобігають зниженню продуктивності праці. За дещо застарілими і можливо викривленими даними радянської статистики, продуктивність праці на виробництві робітників, які займалися фізичними вправами, була на 6—12 % вищою. Недаремно чимала увага до фізичної культури приділяється у багатьох високорентабельних фірмах Західної Європи, США, Японії. Для працівників тут створюються прекрасні умови для занять фізичною культурою і спортом. А робітники, які не хворіють, не палять цигарок, провадять здоровий спосіб життя і займаються спортом, користуються істотними пільгами: додаткові відпустки, персональні доплати, гарантія праці в пенсійному віці тощо.

Формуючись у процесі розвитку людського суспільства, фізична культура чітко позначила залежність між підготовкою до праці та її результатами. Ускладнення змісту людської діяльності щоразу підвищує вимоги до рівня фізичної та психічної підготовленості, як це має місце при підготовці космонавтів, пілотів, моряків-підводників та представників інших сучасних професій. Функції фізичної культури проявляються також у постійному нагромадженні й передачі досвіду, в створенні нових методів і засобів впливу на психофізичний стан людей. Цей досвід складає основу теорії фізичного виховання і спорту, яка оформилася в самостійний науковий напрям. Якщо фізична культура є засобом підвищення продуктивності праці та досягнення високого рівня суспільного виробництва, то останнє в свою чергу, забезпечує відповідні умови (матеріальні та духовні) для розвитку фізичного виховання і спорту.

Фізична культура і спорт, які донедавна були лише споживачами високих технологій, нині самі стали постачальниками таких для багатьох галузей (медицина, психологія, матеріалознавство, будівництво й архітектура тощо).

**2. Основні завдання, форми і засоби фізичної культури Основними завданнями фізичної культури є:**

- забезпечення рухової активності людей;
- сприяння гармонійному розвитку особи;
- формування позитивних рис характеру;
- підтримання рівня здоров'я та працездатності;
- нагромадження і використання знань про здоров'я та здоровий спосіб життя;
- соціальна адаптація громадян.

Фізична культура є специфічним багатофункціональним явищем у сфері якого вирішується широке коло завдань - від особистих до державних і загальнолюдських.

До поняття «галузь фізичної культури» відноситься також матеріальна основа фізичної культури, структура спортивних організацій, та науково-

методична база.

У сфері суспільних інтересів фізична культура виконує такі функції:

- відтворення робочої сили і підготовки громадян до виробничої і творчої діяльності;
- фізичне, розумове і естетичне виховання громадян;
- удосконалення природних (генетичних) і набутих якостей особи;
- формування у громадян активної творчої життєвої позиції;
- державного будівництва та міжнародного представництва (особливо у сфері спортивної діяльності).

Фізична культура і спорт об'єктивно сприяють політичному, економічному, соціальному і науково-технічному прогресу людства.

Основними засобами фізичної культури є фізичні вправи у всій їхній різноманітності. Проте не варто ігнорувати і такі засоби, як використання оздоровчих сил природи, різноманітні гігієнічні процедури, раціональні режими побуту, праці, відпочинку і харчування.

У поєднанні різноманітності засобів — головна запорука успіху при виконанні завдань, що стоять перед фізкультурно-спортивним рухом.

Форма проведення занять суттєво впливає на характер, кількість і ефективність використання відповідних засобів та визначається побутовими і службовими обставинами. Форма занять має обов'язково відповідати поставленій меті.

Найпоширенішими є такі форми занять фізичними вправами:

- уроки та заняття в середніх навчальних закладах всіх типів;
- самостійні заняття;
- заняття в групах професійної та військово-прикладної фізичної підготовки;
- спортивні тренування;
- реабілітаційно-оздоровчі заняття.

Сферами впровадження фізичної культури і спорту є:

- навчально-виховна;
- виробнича;
- соціально-побутова.

Основними показниками стану розвитку фізичної культури в державі, регіоні чи організації є:

- стан здоров'я та рівень фізичного розвитку;
- рівень забезпеченості кваліфікованими кадрами;
- наявність відповідних організаційних структур;
- кількість фізкультурників і спортсменів;
- наявна матеріальна база;
- рівень науково-методичного та інформаційного забезпечення;
- рівень спортивних досягнень окремих осіб, команд, клубів.

В Україні розроблено і затверджено Державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України для визначення рівня фізичної підготовленості різних вікових категорій населення.

3. Спортивна термінологія. Основні термінологічні поняття галузі.

Сучасна термінологія спорту почала бурхливо розвиватися в період активного формування спорту як соціального явища, тобто з кінця XIX століття. Саме тоді в Європі відбувалося організаційне оформлення окремих видів спорту: засновувалися спортивні федерації, формували єдині правила змагань, зароджувалася теорія спортивного тренування як наука.

Не дивно, що чимало спортивних термінів мають саме західноєвропейське походження. В основі багатьох спортивних термінів лежать переважно англійські, французькі та німецькі корені (спорт, бокс, рекорд, крос, матч, гол, нокаут, футбол, волан, естафета, медаль, тир, рапіра, шпагат тощо). А звичні для нас терміни грецького чи латинського походження (стадіон, гімнастика, акробатика, атлет, олімпієць, диск, біатлон, ритміка, реабілітація, кваліфікація, капітан та ін.) набули інтернаціонального, міжнародного характеру й зрозумілі усім без будь-якого перекладу.

Звичайно, змістове наповнення таких слів значно змінювалося та розширювалося, а позначувані ними поняття іноді віддалилися від свого первинного значення. Досить скористатися французьким коренем слова

«спорт», яке в дослівному значенні перекладалося як «розвага», «вільне проведення часу», «гра». Нині це термін, яким позначається поширене соціальне явище, що стало невід'ємною рисою сучасної цивілізації.

Водночас із поширенням спорту з країн Західної Європи в Україну прийшла і переважна більшість тоді вживаних спортивних термінів (волейбол, пінг-понг, баскетбол, старт, голкіпер). Це був, умовно кажучи, перший етап мовних запозичень в галузі спорту.

Друга хвиля прийшла із мов держав, у складі яких в першій половині XX століття перебували українські землі. Українська галузева термінологія поповнювалася словами й словосполуками з російської, німецької, польської, угорської мов (фізкультура, хокей, гонщик, фізрук, рекордсмен, гірськолижник, кошиківка (баскетбол), брамкар (воротар), копаний м’яч (футбол), карний мет (штрафний удар), штафета (естафета), лижі й т. ін.).

Своєрідним був період 20-30-х років XX століття, коли в Україні спостерігалося активне піднесення в ділянці спортивного термінотворення. В час «золотого десятиліття» наукові та методичні вимоги до термінів викристалізувалися у процесі практичної роботи вчених наддніпрянської України та Галичини. При цьому основними напрямками такої праці було прагнення подолати розрив між науковою термінологією і термінологією практики спорту, збільшити частку національних термінів, виробити єдині підходи до словотворення. З'являються такі виразні терміни та словосполуки як, наприклад: «плигун», «пішоходець», «м'ясень», «серцевожильна система», «корегувальна гімнастика», «ковзанева спілка», «лижвяні станції», «перебіг» (забіг), «веслування двопарне зі стерначем», «гонові судна», «травяний гокей», «скраклі» (городки), «зарахувальні змагання»,

«безбол» тощо. Поява такої великої кількості термінів свідчила про активні процеси українізації галузі та адаптацію в українськомовне середовище слів і понять зі сфери спорту.

Саме тоді бурхливо розвивається галузева періодика, створюються перші україномовні підручники, укладаються спеціалізовані словники, друкуються правила змагань.

Зважаючи на політичні обставини така праця краще розгорталася у західній частині України. Впродовж кількох десятків років тут виходило друком понад ЗО найменувань спеціалізованих періодичних видань, які були активними пропагандистами спортивної термінології. Чималий внесок у розвиток вітчизняної терміносистеми спорту внесли видатні галицькі діячі - проф. Ярослав Рудницький, проф. Зенон Кузеля, проф. Іван Боберський, Тарас та Петро Франки, Степан Гайдучок та інші. Саме І. Боберським, якого ще за життя називали батьком українського тіловиховання, було введено в обіг такі терміни як «відбиванка» (волейбол), «гаківка» (гокей), «ситківка» (теніс), «столівка» (настільний теніс), «наколесництво» (велоспорт), «лещетарство» (лижний спорт), «санкарство» (санний спорт), «бій навкулачки», «навкулачництво» (бокс), «біжня» (бігова доріжка), «скічня» (трамплін), «вихідна постава» (вихідне положення) та багато інших.

З моменту включення західних областей України до складу СРСР в 1939 році, українські спортивні організації були розпущені, спортивні діячі у переважній більшості репресовані, розвиток національного спорту в Україні в цілому загальмовано. Природно, що припинився і процес творення і засвоєння української спортивної термінології, на заміну якій дуже швидко прийшли відповідні запозичення з російської мови. Розвиток питомої національної термінології продовжувався хіба що в середовищі української діаспори, де створилася доволі розгалужена мережа українських спортових організацій.

Саме з практики спорту в середовищі зарубіжного українства ми черпали прагнення зупинити навалу чужомовності, яка нехтуючи особливостями української мови, наповнювала українське спортивне середовище.

Із відновленням Україною державної незалежності, термінологічні проблеми в галузі фізичної культури не зникли. Навпаки, гострота їх, як і мовних проблем взагалі, зросла. Сьогодні немає компетентної інституції, яка б фахово займалася вирішенням проблем української спортивної термінології.

У Львові заходами Української спортивної асоціації (УСА) у 1991 році було проведено представницьку міжнародну конференцію «Українська спортивна і військово-похідна термінологія», яка викликала неабияку зацікавленість серед фахівців. Згодом, у вересні 1994 року, в рамках проведення ІІІ-ї міжнародної конференції «Українська науково-технічна термінологія», вперше працювала секція «Український спортивний і військово-похідний стиль». На цьому велелюдному науковому форумі було, зокрема, прийнято звернення до Олімпійської Академії України про створення мовно-термінологічної комісії та ухвалено рішення про створення подібної комісії при Комітеті стандартизації й метрології. Подібні конференції проводилися ще в Києві, Одесі та інших містах, проте мовні

проблеми спорту радше були окреслені, а не вирішені.

А тим часом спорт, який динамічно розвивається, створює все нові термінологічні проблеми. Зароджуються і здобувають широке визнання чимало нових видів спорту. Навіть їх механічний перелік представляє для українця певні труднощі. Складно навіть вимовити назви нових, але популярних видів спорту: армрестлінг, снобордінґ, сьорфінґ, кьорлінґ, віндсерфінг, фрістайл, боулінґ, таеквондо, картінґ, стретчінґ, шортрек, бодібілдінґ тощо. Знаходження їх відповідників в українській мові, або хоча б відповідна їх «натуралізація» згідно правил українського словотворення і правопису, є нагальною необхідністю.

Попри те, фізична культура, як і будь-яка специфічна галузь діяльності має свою нині усталену систему термінів, якими позначаються ті чи інші поняття і явища. Без чіткого окреслення основних термінологічних понять можуть виникати труднощі при сприйманні теоретичного матеріалу та в практичній діяльності. Тому до фундаментального їх засвоєння на лекціях зі спеціальних предметів (теорія і методика фізичного виховання, теорія і методика підготовки спортсменів, теорія і методика обраного виду спорту тощо) потрібно провести попереднє ознайомлення з ними. Таке визначення деяких з основних термінологічних понять сприятиме однозначності їх трактування. Тож познайомимося з найуживанішими у спортивній теорії та практиці термінами й поняттями, а також коротко охарактеризуємо позначувані ними явища.

Фізична культура - складова частина загальної культури суспільства, спрямована на зміцнення здоров'я, розвиток фізичних, морально-вольових та інтелектуальних здібностей людини з метою гармонійного формування її особистості, або сукупність досягнень суспільства у створенні й раціональному використанні спеціальних засобів, методів і умов цілеспрямованого фізичного та духовного удосконалення людини.

Фізична культура є важливим засобом підвищення соціальної і трудової активності людей, задоволення їх моральних, естетичних та творчих запитів, життєво важливої потреби взаємного спілкування, розвитку дружніх стосунків між особами та спільнотами.

У широкому розумінні фізична культура як галузь діяльності включає в себе всю сукупність теоретичних знань, практичних навичок, матеріальну і виробничу сфери, організаційну структуру, кадровий потенціал тощо.

Основними показниками стану фізичної культури є рівень здоров'я і фізичного розвитку різних верств населення, ступінь використання фізичної культури у різних сферах діяльності, рівень розвитку системи фізичного виховання і самодіяльного спорту, досягнення спортсменів України в окремих видах спорту, рівень забезпеченості кваліфікованими кадрами, спортивними спорудами тощо.

Основним засобом фізичної культури є виконання фізичних вправ.

**Фізичні вправи** - спеціальні рухи і складні види рухової діяльності, які спрямовані на вирішення завдань фізичного виховання і підпорядковані його закономірностям. Фізичні вправи умовно поділяються на загальнорозвиваючі

і спеціальні.

Загальнорозвиваючі вправи використовуються з метою загального гармонійного фізичного розвитку особи, вдосконалення її рухових і функціональних можливостей, підвищення працездатності, розвитку основних фізичних якостей.

Загальнорозвиваючі вправи використовуються фізкультурниками і спортсменами різних рівнів підготовки. У процесі багаторічної підготовки спортсменів зростає і роль спеціальних вправ.

Спеціальні вправи застосовуються переважно для розвитку фізичних якостей, потрібних у обраному виді спорту, а також з метою засвоєння технічних і тактичних прийомів. Спеціальними вправами розвивають не лише силу окремих, визначальних у даному виді змагань, груп м'язів, але й такі недостатньо піддатливі для розвитку якості, як швидкість рухових реакцій і швидкість рухів.

Спеціальні вправи представляють собою здебільшого елемент або зв'язку кількох рухів властивих даному виду спорту.

До спеціальних вправ відносяться дуже поширені в тренувальному процесі імітаційні вправи. Для дієвості імітацій необхідним є поєднання зовнішньої подібності рухів і дій спортсмена з рухово-просторово-емоційною уявою спортсмена про виконувані ним елементи вправ (наприклад, момент ковзання в лижника) або змагальний епізод («бій з тінню» у боксерів).

Вплив спеціальних вправ на спортсмена цілком залежить від умов їх виконання (тотожність змагальним потребам, інтенсивність, тривалість, емоційне тло).

Фізичне виховання - це педагогічний процес, спрямований на фізичне і духовне вдосконалення людини, оволодіння нею систематизованими знаннями, фізичними вправами та способами їх самостійного використання протягом життя.

Фізичне виховання здійснюється насамперед у навчально-виховній сфері: дошкільних виховних закладах, середніх загальноосвітніх, професійних, навчально-виховних та вищих навчальних закладах.

Характерною ознакою фізичного виховання є здійснення його за затвердженими програмами і забезпеченість відповідним фінансуванням, матеріальними засобами, спеціально підготованими фахівцями.

Фізична підготовка - процес спрямований на розвиток генетичних і набутих фізичних та морально-вольових якостей, вид фізичного виховання, що має безпосередньо прикладну спрямованість (солдат, пожежник, космонавт) і передбачає досягнення рівня фізичного розвитку, який забезпечує передумови для спеціалізації в певному виді діяльності.

**Фізична підготовленість** - результат фізичної підготовки, виражений в певному рівні розвитку фізичних якостей, придбаних рухових навичок та умінь, необхідних для здійснення певної діяльності.

**Фізичний розвиток** - процес морфологічного і функціонального розвитку організму людини, її фізичних якостей і здібностей, обумовлений внутрішніми фактами і умовами життя.

**Фізичні якості** - якості, що характеризують фізичний розвиток людини, її здатність до рухової діяльності.

Вирізняються такі основні фізичні якості: сила, швидкість, витривалість, спритність, гнучкість, координація.

**Спорт** - діяльність суб'єктів сфери фізичної культури і спорту, спрямована на виявлення та уніфіковане порівняння досягнень людей у фізичній, інтелектуальній та іншій підготовленостях шляхом проведення спортивних змагань та відповідної підготовки до них.

Соціальна значимість спорту визначається його стимулюючим впливом на поширення фізичної культури серед різних верств населення. Основною формою функціонування та вияву спорту (системно-утворюючим фактором) є спортивні змагання як вид регламентованого неантагоністичного суперництва, що відбувається за відповідними правилами з метою виявлення та уніфікованого порівняння досягнень людей в різних видах спорту.

Умовно спорт розділіть на три рівні: масовий (спорт для всіх), спорт вищих досягнень, професійний, інвалідний, дитячий тощо.

Самодіяльний масовий спорт, що є складовою частиною фізичної культури і включає змагальну діяльність та підготовку до неї з врахуванням віку, стану здоров'я та рівня фізичного розвитку особи. Його організаційну основу становлять різноманітні фізкультурно-спортивні секції, оздоровчо-спортивні клуби, школи здоров'я, індивідуальні та групові форми занять.

До спорту вищих досягнень відноситься спортивна діяльність, пов'язана з певним видом спорту, яка має на меті шляхом поглибленої спеціалізації навчально-тренувального процесу досягти максимальних спортивних результатів.

Досягнення найвищих спортивних результатів в міжнародних змаганнях не лише вдосконалює і возвеличують особу спортсмена, але й сприяють підвищенню міжнародного авторитету України. Саме тому законом України «Про фізичну культуру і спорт» передбачено, що для спортсменів вищих категорій створюються умови для тренувань. Зокрема передбачені звільнення від роботи або навчання на час підготовки та участі в змаганнях. Передбачені також гарантії продовження строку навчання. Особи, що здобули звання чемпіона або призера Олімпійських ігор, чемпіони світу і Європи, заслужені майстри спорту користуються суспільно-побутовими пільгами.

Професійний спорт є комерціалізованою різновидністю спорту, яка основним своїм завданням ставить отримання матеріальної вигоди від демонстрації високих спортивних досягнень. В Україні професійний спорт перебуває на початковій стадії розвитку.

Спортивне тренування - планований процес, який складається з навчання та вдосконалення спортивної техніки і тактики, розвитку фізичних, психічних і морально-вольових якостей.

Тренування може бути спрямоване як на досягнення спортивних успіхів, так і на оздоровчі, освітньо-пізнавальні та інші цілі. В усіх випадках правильно побудоване тренування приводить до зміцнення здоров'я, всебічного гармонійного розвитку, розширення арсеналу рухових навичок і

життєво важливих фізичних якостей, набуття теоретичних знань в галузях теорії спорту, анатомо-біологічних знань, громадської та особистої гігієни.

Тренованість – стан організму, що характеризується певними морфологічними і функціональними змінами, що сталися в результаті тренувальної діяльності.

Тренованість залежить від стану здоров'я, фізичного розвитку, функціональних властивостей організму. Проте визначальним фактором є застосована тренувальна система (зміст тренувальних програм, їх тривалість, спрямованість, методична досконалість).

Рівень тренованості піддається прогнозуванню, педагогічному та лікарському контролю. Основним критерієм тренованості є пристосованість організму спортсмена до тренувальних і змагальних навантажень, коли функціональні можливості організму розкриваються найповніше. Вищою фазою тренованості спортсмена є його перебування в так званій «спортивній формі».

Спортивна форма - стан найвищого рівня тренованості спортсмена і його готовності досягти максимального для себе рівня спортивного результату.

Для спортсмена в стані «спортивної форми» характерним є високий рівень розвитку фізіологічних функцій і узгоджена діяльність всіх основних систем організму, яка відповідає підвищеним вимогам, змагальної діяльності. Належні самопочуття, сон, апетит, невисока, але стабільна вага, бажання тренуватися і змагатися є суб'єктивними ознаками «спортивної форми». В стані «спортивної форми» організм добре переносить фізичні навантаження, швидко відновлюється після них, що легко визначити шляхом застосування відповідних функціональних проб.

Пік «спортивної форми» є станом доволі нетривким. Його вдається утримувати від кількох тижнів (навіть днів) до декількох місяців. В останньому випадку неминучими є деякі заплановані (контрольовані) спади. Тому уміння досягти в певний час і утримувати до вирішальних стартів «спортивну форму» є основним показником методичної майстерності тренера і його учня, мірилом досконалості тренувального процесу.

Основним важелем управління «спортивною формою» є обсяг та інтенсивність тренувальних і змагальних навантажень і досконала система відновлення.

Втома - фізіологічний стан організму, що виникає внаслідок функціональної активності і проявляється в тимчасовому зниженні працездатності. При втомі знижується м'язова сила, погіршуються точність і координація рухів, може погіршуватися загальне самопочуття.

При втомі знижується м'язова сила, погіршуються точність і координація рухів, може погіршуватися загальне самопочуття. Втома є невід'ємним елементом фізичної культури і спорту. Саме завдяки мобілізації сили організму на відновлення притаманних організмові функцій і властивостей, які тимчасово погіршуються внаслідок дії тренувальних навантажень, досягається тренувальний ефект, який приводить системи

організму до фази надкомпенсації і поступового росту тренованості. Відновлення працездатності при втомі залежить від ступеня втоми і наступає переважно протягом декількох годин (рідко діб). Ефективними засобами пониження рівня втоми і прискорення відновлювальних процесів є правильне чергування тренувань і відпочинку, різноманітність тренувальних засобів, методів і форм занять.

Перевтома - це патологічної стан, що розвивається в людини внаслідок хронічної фізичної чи психологічної перенапруги, клінічну картину якого визначають функціональні порушення в центральній нервовій системі.

Належним чином налагоджені контроль та самоконтроль за станом і самопочуттям спортсмена повинні (особливо на важливих етапах спортивної підготовки) виключити явища перевтоми.

Відсутність же такого контролю за процесом спортивного тренування може спричинитися до поглиблення негативних тенденцій і довести спортсмена до хворобливого стану перетренованості.

Перетренованість - стійке погіршення спортивної працездатності, нервово-психічного і фізичного стану спортсмена в результаті суттєвих недоліків в режимі і методиці тренувань. В стані перетренованості можуть опинитися високотреновані спортсмени на стадії підготовленості, близької до піку спортивної форми.

Для стану перетренованості характерними є порушення режиму сну (безсоння), відсутність апетиту і моральна депресія, супроводжувані порушенням функцій окремих органів і систем організму спортсмена.

При перетренованості спостерігаються суттєві зміни зі сторони нервової, серцево-судинної та інших систем організму, особливо в стадії глибокої перетренованості.

Варто врахувати, що розвиток перетренованості, як і вихід із цього стану є тривалим. Навіть при вжитті правильних заходів, вихід із стану перетренованості займає, проміжок часу «від декількох тижнів до декількох місяців.

Дуже глибока стадія перетренованості розвивається зрідка, але наступивши вона здатна взагалі перекреслити спортивну кар'єру спортсмена і нанести неабияку шкоду його здоров'ю. Це покладає неабияку відповідальність на тренерів і спортивних лікарів, які мусять знати, що спорт є особливим засобом фізичного розвитку організму людини.

Проте і надмірна перестраховка у визначенні стану спортсмена є недоречною. Дуже часто не лише самі спортсмени, але й спортивні лікарі, без належних для цього підстав, сприймають перенапругу за перетренованість. А неправильний діагноз завжди призводить до невластивого лікування.

Фізична реабілітація - система фізичних вправ, спрямована на відновлення втрачених функцій організму чи окремих органів та на відновлення фізичних якостей.

Рекреація - відновлення і зміцнення здоров'я з використанням фізичних вправ та оздоровчих сил природи (цілющі води, гірське повітря, сонячне проміння тощо).

**Контрольні питання**

1. Яке місце посідає фізична культура в загальній культурі людства?
2. Які основні завдання в суспільстві вирішує фізична культура?
3. Які основні чинники впливають на формування та розвиток галузевої терміносистеми?
4. Назвіть особливості формування та розвитку української спортивної термінології.

## Лекція 14
## Професійна діяльність керівника фізичної ткультури та спорту.

**План.**

1. Управління, керівництво і менеджмент.
2. Поняття про сферу фізичної культури і спорту. Її компоненти.
3. Сфера фізичної культур як об’єкт управління.
4. Різноманітні ресурси, потрібні для розвитку сфери фізичної культури і спорту.
5. Процес державного управління. Функції управління та менеджменту у фізичній культурі і спорті (планування, вироблення і ухвалення управлінського рішення, організація, регулювання, мотивації, обліку і контролю, керівництва).
6. Принципи і методи управління. Їх зміст і особливості застосування.

### 1. Управління, керівництво і менеджмент.

Управління - це, в першу чергу, робота з людьми, а їх трудова діяльність виступає об'єктом керуючого впливу. Трудова діяльність людей в організації, їх відносини в процесі управління можуть (непрямим чином) виступати у вигляді інформації в її різних формах. У процесі управлінської роботи здійснюється збір, обробка, передача інформації. Зв'язки в процесі управління між різними управлінськими працівниками, між керівником і виробничим персоналом здійснюються також за допомогою інформації. Тому управлінська робота має інформаційну природу.

Досягнення цілей управління здійснюється шляхом підготовки і реалізації керуючих впливів на людей, які зайняті роботою на підприємстві. Це і є специфічний продукт управлінської праці. Основною формою такого впливу є управлінське рішення.

В процесі управління керівники вирішують різноманітні проблеми організаційного, економічного, технічного, соціально-психологічного, правового характеру. Тому різноманіття проблем є важливою особливістю управлінської праці

Управління - процес багатогранний, неоднозначний. Аналіз зовнішнього і внутрішнього середовища, прийняття на цій основі управлінських рішень залежать від складної і рухливої сукупності факторів, що постійно створює нестандартні ситуації. Саме ці обставини вимагають від керівника, застосування творчого підходу. Рішення, прийняті керівниками, залежать не

тільки від їх знань і кваліфікації, а й від особистих якостей, практичного досвіду, інтуїції, здорового глузду. Тому правомірно говорити про мистецтво управління. Засобами управлінської праці є організаційна й обчислювальна техніка, а рівень і повнота її використання багато в чому визначають культуру і ефективність управління.

Менеджер - це керівник або фахівець, який займає постійну посаду, професійно здійснює управлінські функції, має певні права і повноваження в сфері прийняття рішень в конкретних видах діяльності підприємства.

Термін «менеджер» вживається щодо: організатора конкретних видів робіт в межах окремих підрозділів або програмно-цільових груп; керівника підприємства в цілому або його підрозділів (відділень, відділів); керівника щодо підлеглих; адміністратора будь-якого рівня.

Виділяють 3 категорії менеджерів:

• менеджери вищого рівня управління (інституційний рівень): зайняті, в основному, розробкою довгострокових перспективних планів, встановленням цілей, адаптацією організації до різного роду змін, управлінням відносинами між підприємством і зовнішнім середовищем;

• менеджери середнього рівня управління (управлінський рівень): зайняті управлінням і координацією в межах підприємства. Вони узгоджують різноманітні форми діяльності та зусилля різних підрозділів підприємства;

• менеджери нижчого рівня управління (технічний рівень): займаються щоденними операціями і діями, які необхідні для забезпечення ефективної роботи підприємства.

Менеджери вищого рівня - це нечисленна, але найбільш впливова категорія управлінців. Вони визначають загальні напрямки функціонування і розвитку організації і її підрозділів, приймають ключові рішення щодо стратегії розвитку і поточних справ, наділені повноваженнями, запуску нових виробничих потужностей, наймання працівників і т.п. Діяльність цих менеджерів характеризується: масштабністю, великий змістовністю і складністю, пріоритетом стратегічної і перспективної діяльності, найбільш тісними зв'язками з зовнішнім середовищем, різноманітністю прийнятих рішень, напруженим темпом роботи.

Таким чином, портрет сучасного топ-менеджера - це образ людини, здатного стратегічно мислити і планувати.

Менеджери середнього рівня координують і контролюють роботу керівників низового рівня. У їхніх діях переважає рішення тактичних завдань, що не виключає їх участі в розробці стратегічних проблем. Значну питому вагу в робочий час цих менеджерів займає спілкування з менеджерами середнього (горизонтальна координація робіт) і низового рівня (вертикаль ієрархії управління).

Менеджери низового рівня складають найчисленнішу управлінську групу в організації. Вони відповідають за виконання виробничих завдань і використання ресурсів, їх робота пов'язана з рішенням переважно тактичних і оперативних проблем. У процесі вирішення проблем їх дії пов'язані з частими переходами від однієї задачі до іншої, коротким тимчасовим

періодом реалізації прийнятих рішень, постійним спілкуванням з безпосередніми виконавцями (працівниками).

У структурі витрат робочого часу менеджерів низового рівня велике місце займають контроль і інструктаж підлеглих. Менеджери вищого рівня третю частину свого часу витрачають на вивчення ділового навколишнього середовища.

Функціональна діяльність менеджера полягає в створенні необхідних умов в навколишньому середовищі для досягнення групових цілей організації з мінімальними затратами ресурсів.

**2. Поняття про сферу фізичної культури і спорту. Її компоненти.**

Основні напрямки державної політики у сфері фізичної культури і спорту:

залучення кожного громадянина до фізкультурно-оздоровчої діяльності в навчальних закладах, за місцем проживання, роботи та в місцях масового відпочинку громадян, а також інвалідів до фізкультурно-спортивної та фізичної реабілітації;

- забезпечення розвитку олімпійських, параолімпійських, дефлімпійських та неолімпійських видів спорту шляхом підтримки дитячого, дитячо-юнацького, резервного спорту, спорту вищих досягнень, спорту інвалідів та спорту ветеранів;

- удосконалення нормативно-правового, фінансового, матеріально-технічного, кадрового, наукового, медичного та інформаційного забезпечення сфери фізичної культури і спорту;

- розширення міжнародного співробітництва в сфері фізичної культури і спорту.

Державна політика у сфері фізичної культури і спорту базується на принципах:

- визнання фізичної культури як важливого чинника всебічного розвитку особистості та формування здорового способу життя;

- визнання спорту як важливого чинника досягнення фізичної та духовної досконалості людини, формування патріотичних почуттів у громадян та позитивного міжнародного іміджу держави;

- забезпечення гуманістичної спрямованості та пріоритету загальнолюдських цінностей, справедливості, взаємної поваги та гендерної рівності;

- гарантування рівності прав і можливостей громадян у сфері фізичної культури і спорту, недопущення їх дискримінації та експлуатації;

- забезпечення безпеки життя і здоров'я осіб, які займаються фізичною культурою і спортом, а також учасників і глядачів спортивних і фізкультурно-оздоровчих заходів;

- сприяння безперервності та послідовності занять фізичною культурою і спортом громадян різних вікових груп;

- твердження етичних і моральних цінностей фізичної культури і спорту;

- створення умов для соціального та правового захисту громадян у сфері фізичної культури і спорту;

- забезпечення всебічної підтримки громадських організацій фізкультурно-спортивної спрямованості;

- забезпечення різноманітності, високих якостей і доступності фізкультурно-спортивних послуг для громадян;

- підтримка конкурентного середовища при виробленні та наданні фізкультурно-спортивних послуг;

- забезпечення умов для популяризації олімпізму, підтримки і розвитку олімпійського руху;

- забезпечення умов для розвитку фізичної культури і спорту інвалідів, їх реабілітації засобами фізичної культури і спорту, підтримки і розвитку паралімпійського та дефлімпійського руху;

- фінансування з державного та місцевого бюджетів заходів з фізичної культури і спорту, надання фінансової підтримки громадським організаціям фізкультурно-спортивної спрямованості;

- заохочення благодійної діяльності та зростання позабюджетних надходжень в сфері фізичної культури і спорту;

- орієнтації на сучасні міжнародні стандарти у сфері фізичної культури і спорту, поєднання вітчизняних традицій і досягнень із світовим досвідом в цій сфері.

Верховна Рада України визначає державну політику і здійснює законодавче регулювання відносин у сфері фізичної культури, спорту і туризму, а також здійснює в межах своїх повноважень контроль за реалізацією державної програми розвитку цієї сфери та дотриманням законодавства про фізичну культуру, спорт і туризм.

Важливі функції в цій сфері виконує Кабінет Міністрів України, який визначає шлях розвитку фізичної культури, спорту і туризму, спрямовує діяльність підпорядкованих йому органів на виконання законів України «Про фізичну культуру і спорт» та «Про туризм» (15 вересня 1995). Кабінет Міністрів України від 15 січня 1996 затвердив Положення «Про державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України», які є основою нормативних вимог до фізичної підготовленості населення всіх груп і категорій населення, здійснювати державний контроль за ефективністю фізичного виховання.

Постановою Кабінету Міністрів України від 10 січня 2002 № 14 була затверджена міжгалузева комплексна програма «Здоров'я нації».

В Україні розроблена довгострокова Державна програма розвитку фізичної культури і спорту по 2011 р Безпосередня організація та контроль за виконанням програми покладаються на Міністерство України у справах сім'ї молоді та спорту.

Рада міністрів АРК, місцеві органи виконавчої влади, органи місцевого самоврядування виконують функції управління в галузі фізичної культури, спорту і туризму через управління, відділи, комітети, які здійснюють свої функції відповідно до положень про них, наприклад, Положення про

управління фізичною культурою і спортом Харківській області державної адміністрації затверджено головою Харківської обласної державної адміністрації 15 травня 1997р.

Указом Кабміну від 2006 року затверджено Положення про Міністерство України у справах сім'ї молоді та спорту.

Функції безпосереднього управління в галузі фізичної культури і спорту здійснює Міністерство України у справах сім'ї молоді та спорту, яке забезпечує реалізацію державної політики з питань фізичної культури і спорту, керує цією сферою, несе відповідальність за стан її розвитку.

Міністерство реалізує свої повноваження як безпосередньо, так і через управління, комітети та відділи фізичної культури і спорту державних адміністрацій.

Основними завданнями Міністерства є: участь у формуванні державної політики з питань фізичної культури і спорту та її реалізації; розробка концепції, комплексних і цільових програм розвитку фізичної культури і спорту, прогнозування та забезпечення комплексного вирішення цих питань; здійснення державного нагляду і контролю у сфері фізичної культури, спорту і туризму, розвиток аматорського та професійного спорту; організація проведення фестивалів, конкурсів, спортивних змагань та навчально-тренувальних зборів; здійснення заходів щодо виходу фізкультурно-оздоровчих і спортивних організацій України на міжнародну арену; підготовка та раціональне використання фізкультурних кадрів; пропаганда фізичної культури і спорту, олімпійського та параолімпійського (серед інвалідів) руху та ін.

Міністерство у справах сім'ї молоді та спорту за дорученням Кабінету Міністрів України розробляє проекти законодавчих актів, в межах своєї компетенції організовує та контролює виконання чинних нормативно-правових актів. Рішення, прийняті в межах його компетенції, є обов'язковими для виконання центральними і місцевими органами виконавчої влади, органами місцевого самоврядування, підприємствами, установами та організаціями незалежно від форм власності та громадянами.

Національний Олімпійський комітет України (НОКУ). НОКУ є самостійною громадською організацією. У своїй діяльності НОКУ керується законами України, Олімпійської хартії Міжнародного олімпійського комітету і власним статутом.

НОКУ створений з метою: всесвітнього розвитку і захисту олімпійського руху в країні відповідно до Олімпійської хартії; сприяння олімпійської освіти, фізичному, духовному вихованню громадян України засобами фізичної культури і спорту; сприяння розвитку масового спорту та спорту вищих досягнень в усіх регіонах України; зміцнення позицій і підвищення престижу українського спорту на міжнародній арені.

Основні завдання ОКУ: пропаганда серед населення України основоположних принципів олімпізму, олімпійському русі та Олімпійських іграх в установах освіти; сприяння створенню установ, діяльність яких спрямована на розвиток олімпійського освіті; підтримка олімпійських

академій, олімпійських музеїв, а також культурних програм, пов'язаних з олімпійським рухом; сприяння розвитку масового спорту, народних ігор та національних видів спорту; реалізація культурно-виховного потенціалу спорту і пов'язаних з ним моральних, естетичних та інших гуманістичних цінностей; сприяння в організації занять фізкультурою і спортом серед інвалідів; створення умов для тісних контактів і взаємозбагачення спорту і духовної культури; пропаганда ідеалів і принципів честі і благородства в спорті і в житті; здійснення заходів щодо забезпечення підготовки та успішного виступу спортивних команд України на Олімпійських іграх; захист інтересів спортсменів, тренерів, спортивних суддів, ветеранів фізичної культури і спорту; створення і підтримка фондів і благодійних організацій на користь масового спорту та спорту вищих досягнень; організація науково-практичних конференцій, нарад і семінарів з усіх питань, що входять в сферу інтересів Олімпійського комітету України; боротьба із застосуванням допінгу та іншими негативними явищами в спорті; активну участь в охороні навколишнього середовища.

Спортивний комітет України. всеукраїнська спілка всеукраїнських спортивних федерацій (асоціацій, спілок, об'єднань тощо) з неолімпійських видів спорту (видів спорту, які не входять до програми Олімпійських ігор), основним завданням якої є координація розвитку в Україні неолімпійських видів спорту. Спортивний комітет України діє на підставі статуту.

Спортивний комітет України:

- повинен виключне право представляти Україну у відповідних міжнародних спортивних організаціях, на Всесвітніх іграх з неолімпійських видів спорту, інших міжнародних спортивних змаганнях;
- разом з відповідними спортивними федераціями (асоціаціями, спілками, об'єднаннями тощо) може організовувати і проводити всеукраїнські та міжнародні заходи на території України з неолімпійських видів спорту;
- координує діяльність суб'єктів неолімпійського руху, визнає спортивні федерації з неолімпійських видів спорту, в установленому порядку бере участь у наданні всеукраїнським спортивним федераціям з неолімпійських видів спорту статусу національної спортивної федерації за певним неолімпійського виду спорту;
- має свою національну символіку, виключне право на її використання і захист.

Центральний орган виконавчої влади з фізичної культури і спорту сприяє у розвитку спортивного руху з неолімпійських видів спорту, надає йому фінансову підтримку з державного бюджету для здійснення статутної діяльності, підготовки та участі національних збірних команд у Всесвітніх іграх з неолімпійських видів спорту, інших міжнародних змаганнях.

За час, який минув після розпаду СРСР і отримання Україною державної незалежності, не лише втрачена керованість сферою фізичної культури і спорту, але й виникли нові реалії щодо „гравців” у даному сегменті. Це має бути взяте до уваги у ході розробки нової системи управління розвитком

фізичної культури і спорту на центральному і регіональному рівнях.

Нова система управління, безумовно, повинна побачити і зреагувати на постаті нових серйозних „гравців”, а саме бізнесменів і спонсорів, підприємців і меценатів, які знайшли свої інтереси у зароблянні грошей або ж у доброчинній діяльності на підтримку розвитку фізичної культури і спорту.

**3. Сфера фізичної культури як об’єкт управління.**

У широкому плані фізична культура як суспільне явище є частиною культури суспільства і являє собою сукупність умов, виделя¬емих засобів і організацій, спрямованих на її вдосконалення. Як частина культури фізична культура розвивається відповідно до можливостей, що надаються для неї суспільством. Тому в різних суспільствах фізична культура неоднаково втілює в собі загальні цінності культури і норми виховання. Цілі, принципи та організаційні основи фізкультурно-спортивного руху залежать в першу чергу від способу суспільного виробництва, ідейною спрямованістю, соціальної програми та культурної політики даного суспільства.

Особливо виділяється функція фізичної культури як соціально розвиненою форми заповнення вільного часу з метою зміцнення здоров'я населення та кращого використання вільного часу, активного відпочинку трудящих.

Будучи розвиненою формою дозвілля, фізична культура сприяє соціально бажаного спілкування між людьми і, як показує досвід соціального планування, є ефективним засобом згуртування колективу. У трудових колективах фізична культура виступає як сполучна ланка між вищими соціальними потребами (в освіті, мистецтві, інших формах духовної культури) та первинними потребами.

Слід підкреслити значення фізичної культури як дієвої заходи боротьби з відхиленнями в поведінці (зловживанням алкоголю, хуліганством, дармоїдством і т.п.). Поряд з ідейно-політичним, моральним і культурним вихованням нової людини необхідно забезпечити його фізичне виховання, так як здатність працювати, громадська активність і тривалість трудового життя людини самим непо¬средственним чином залежать від його фізичних якостей і стану здоров'я.

Проблема розвитку і зміцнення здоров'я безпосередньо пов'язана з проблемою соціально-психологічної та фізичної адаптації людини в сучасних умовах. Особливо важливим є збереження працездатності людей, що сприяє розширенню резервів підвищення інтенсивності та якості праці.

Фізична культура виконує також роль відволікає терапії в попередженні невротичних станів. Прискорення темпу життя, посилення потоку інформації, розширення кола спілкування, активна трудова і громадська діяльність викликають психічну напругу, яке вимагає розрядки. Регулярна активна фізична діяльність сприяє, образно висловлюючись,

«самооновлення» психічної дієздатності людини. Також важливо постійне відчуття бадьорості і життєрадісності при регулярних заняттях

фізичними вправами. Психічно позитивним є також відчуття сили волі до занять, спрямованим на фізичне вдосконалення, введення в програму свого

повсякденного життя цього необхідного компонента способу життя, який дозволяє більш організовано виконувати свої обов'язки в праці, побуті, суспільно-політичної деятель¬ності.

Фізична культура є засобом активного повноцінного відпочинку трудящих. Особливо важливе загальногігієнічних значення мають ті її форми, які здійснюються на лоні природи, форми, що сприяють регуляції вегетативних функцій організму. Нарешті, фізична культура для багатьох стає формою самовираження. Це найбільш наочно проявляється в великому спорті, але реально відчувається і на інших рівнях.

Фізична культура - природний спосіб прояви особистості в нашому суспільстві. У більшості видів спорту ми маємо справу не просто з проявом фізичної сили або витривалості, а з це¬лостним виразом людської особистості або сили колективу. В цьому плані спорт дає людині багатосторонню задоволеність від прояву своїх сутнісних сил і є поряд з іншими видами людської культури сферою самовираження людини. Як і мистецтво, спорт постійно розкриває нові людські здібності.

Організаційна структура вітчизняного спортивного руху включає в себе державні та громадські спортивні організації, які на територіальному та місцевому рівнях здійснюють управління підготовкою спортивних резервів. До таких організацій відносять: Міністерство молоді та спорту України разом з Міністерством освіти і науки, система територіальних органів управління фізичною культурою і спортом; спеціалізовані підрозділи окремих галузевих міністерств; Олімпійський комітет України; Всеукраїнські та територіальні федерації з видів спорту; фізкультурно-спортивні товариства та спортивні клуби. Безпосередня підготовка спортивних резервів ведеться в підвідомчих їм установах, до яких відносяться ДЮКФП, ДЮСШ, СДЮШОР, УОР, спеціалізовані спортивні класи загальноосвітніх шкіл, ШВСМ.

ДЮКФП ( дитячо-юнацькі клуби фізичної підготовки ) відкривають на базі загальноосвітніх шкіл, в системі професійно-технічної освіти, за місцем проживання та в інших дитячо-юнацьких установах для проведення спортивно-оздоровчої роботи з дітьми у віці 6-15 років.

ДЮСШ, СДЮШОР. Основні завдання спеціалізованих дитячо-юнацьких спортивних шкіл олімпійського резерву та дитячо-юнацьких спортивних шкіл:

- розвиток видів спорту в регіоні ;
- залучення максимального числа дітей до систематичних заняття спортом, виявлення їх схильності та придатності для подальших занять спортом, виховання стійкого інтересу до занять фізичною культурою і спортом;
- організація фізкультурно-оздоровчої, спортивної та виховної роботи серед дітей, підлітків і молоді краю, спрямованої на всебічний фізичної

розвиток ;

- забезпечення підвищення рівня загальної та спеціальної фізичної підготовленості відповідно до вимог програм з видів спорту.

- формування у дітей потреби в здоровому способі життя, допомога в гармонійному розвитку особистості, виховання відповідальності і здатності до професійного самовизначення у відповідності з індивідуальними здібностями учнів;

Види діяльності спеціалізованих дитячо-юнацьких спортивних шкіл олімпійського резерву та дитячо-юнацьких спортивних шкіл:

- додаткова освіта дітей, підлітків та молоді, що реалізовується відповідно до навчально-тренувального процесу на основі науково розробленої системою багаторічної спортивної підготовки;

- впровадження сучасних методик тренувань із застосуванням технічних засобів навчання та відновлювальних заходів;

- організація та забезпечення навчально-тренувальних та теоретичних занять;

- проведення медико-біологічних обстежень, відновлювальних, профілактичних та оздоровчих заходів;

- проведення виховної та психологічної роботи зі спортсменами з урахуванням вікових та індивідуальних особливостей.

ДЮСШ (дитячо-юнацькі спортивні школи) відкривають в системі органів управління фізичною культурою і спортом, а також органів народної освіти, у системі професійно-технічної освіти, у структурі ФСТ, при спортивних клубах, навчальних закладах і при інших фізкультурно-спортивних організаціях для проведення навчально-тренувальної роботи з дітьми та підлітками. Спортивні школи створюють у цілях реалізації програм додаткової освіти дітей. ДЮСШ можуть бути як комплексними (провадять роботу з кількох видів спорту), так і орієнтованими на якийсь один вид спорту. Структурні підрозділи спортивної школи радять створювати у вигляді відділень за видом (видами) спорту або етапом підготовки. Кількість навчальних груп (секцій) у відділенні, а також кількість фахівців (тренерів-викладачів, хореографів, концертмейстерів і ін.), що залучаються спортивною школою для роботи з учнями, визначається установою виходячи із затвердженої засновником кошторису доходів і витрат. Обов'язковими умовами для відкриття спортивних шкіл є наявність власної або орендованої спортивної бази для проведення навчально-тренувального процесу, адміністративних і допоміжно-господарських приміщень, забезпеченість фінансуванням, керівними та тренерськими кадрами.

В системі спортивних шкіл стали активно створюватися різні установи додаткової освіти для інвалідів. У спортивних школах різного рівня відкривають відділення або окремі групи, в яких займаються особи з обмеженими можливостями. Організовуються дитячо-юнацькі спортивно-адаптивні школи, адаптивні дитячо-юнацькі клуби фізичної підготовки.

СДЮШОР (спеціалізовані дитячо-юнацькі школи олімпійського резерву) створюються на базі існуючих ДЮСШ, в яких адміністрація та

тренерсько-викладацькі кадри досягли високого рівня роботи з підготовки кваліфікованих спортсменів. Обґрунтуванням відкриття спортивної школи у вигляді СДЮШОР, як правило, є необхідність забезпечення цілеспрямованої підготовки спортивного резерву для збірних команд (команд з ігрових видів спорту) муніципального освіти або суб'єкта України з олімпійських видів спорту.

Рекомендовані умови функціонування СДЮШОР:

- наявність освітніх програм спортивної підготовки підвищеного рівня (спортивне вдосконалення та спортивне вища майстерність), у тому числі експериментальних і авторських;
- наявність висококваліфікованих тренерських кадрів, які забезпечують реалізацію даних освітніх програм;
- наявність регіональної системи змагань з культивованого ( олімпійському) виду спорту (дисципліни), що дозволяє виконувати юним спортсменам встановлені нормативні вимоги з видів спорту;
- традиційність і популярність даного виду спорту в регіоні, наявність у регіоні спортивних клубів, команд майстрів, ШВСМ або центрів спортивної підготовки, в яких ті хто навчаються СДЮШОР могли б продовжити спортивну діяльність.

СДЮШОР, так само як і ДЮСШ, можуть мати одне або декілька відділень по суміжних видам спорту. Тому слово «спеціалізована» не можна відносити до поняття профілю школи (тобто школа з легкої атлетики, школа з плавання і т. ін.). Мається на увазі, що в спеціалізованих школах, на відміну від ДЮСШ, проводиться велика робота з підготовки спортсменів високого класу для поповнення збірних команд з олімпійських видів спорту, що є основним показником їх діяльності.

Після закінчення олімпійського циклу мережа СДЮШОР повинна переатестовуватись з урахуванням підсумків роботи й внеску кожної школи в підготовку спортсменів високого класу. У СДЮШОР передбачена підвищена (в порівнянні з ДЮСШ) оплата праці тренерів-викладачів і керівних працівників.

На відміну від більш ранніх інструктивних документів, що фіксували належні вікові параметри спортсменів на всіх етапах багаторічної підготовки, діючі документи, які регламентують діяльність ДЮСШ та СДЮШОР, встановлюють лише рекомендований мінімальний вік зарахування учнів у відділення з видів спорту .

При дотриманні організаційно-методичних та медичних вимог спортивна школа може здійснювати набір дітей більш раннього віку (починаючи з чотирирічного віку).

Умовами даного набору є :

- наявність письмової заяви одного з батьків дитини;
- наявність освітньої програми, в якій викладена методика фізичного виховання дітей раннього віку;
- наявність у тренера-викладача, залученого до роботи з дітьми раннього віку, кваліфікаційної категорії або свідоцтва про проходження

спеціальних курсів підвищення кваліфікації.

Рекомендований максимальний вік навчаються у спортивній школі – 18 років (для учнівської молоді –21 рік).

В останні роки значно ускладнили вимоги до організації підготовки кваліфікованих спортсменів. Це призвело до пошуку нових, більш ефективних форм роботи спортивних шкіл.

Цільове призначення та завдання Училищ олімпійського резерву:

- забезпечення цілорічної спеціалізованої підготовки висококваліфікованих спортсменів, кандидатів у члени та членів збірних команд України ;
- забезпечення умов отримання освітньої та професійної підготовки висококваліфікованих спортсменів ;
- задоволення потреби спортсмена в інтелектуальному розвитку та забезпечення його соціальної адаптації за допомогою одержання середньої професійної освіти;
- задоволення потреб суспільства у фахівцях фізичної культури й спорту з середньою професійною освітою.

Училища олімпійського резерву мають можливість самостійно визначати форми й методи організації навчальної, навчально-тренувальної та виховної роботи, терміни початку занять і проведення канікул, вводити екстернат з певних предметів, організовувати групи з поглибленою програмою зі спеціальних дисциплін. Крім роботи зі своїми учнями УОР мають можливість організовувати навчально-тренувальні збори з змінним складом спортсменів-кандидатів на вступ до училища загальним строком до 60 днів у році.

Учні УОР забезпечуються безкоштовно гуртожитком, харчуванням, підручниками, табельної спортивною формою та засобами відновлення. Для забезпечення навчального процесу в період проведення навчально-тренувальних зборів УОР може направляти в місця їх проведення викладачів загальноосвітніх та спеціальних дисциплін.

В даний час отримали розвиток спеціалізовані класи з видів спорту, з продовженим днем навчання та з поглибленим навчально-тренувальним процесом. Вони є спільною формою роботи спортивних шкіл та загальноосвітніх установ (установ початкової та середньої професійної освіти) з метою забезпечення умов для раціонального поєднання навчання з поглибленим навчально-тренувальним процесом. Спеціалізовані класи відкривають в освітніх установах за договором зі спортивною школою та погодженням із засновниками за умови фінансового забезпечення, наявності власної або орендованої спортивної бази. Спеціалізовані класи, як правило, комплектують з числа найбільш перспективних навчаються, мають спортивну попередню підготовку не менше одного року.

Режим навчального дня, розклад занять та навчально-тренувальний процес для спеціалізованих класів встановлюють адміністрація освітнього закладу спільно з адміністрацією спортивної школи. Навчально-тренувальні заняття для учнів спеціалізованих класів рекомендують проводити не рідше

двох разів на день (не менше 10 разів на тиждень). При проведенні дворазових навчально-тренувальних занять планування перших уроків (занять) з загальноосвітніх предметів переносять на пізніший час .

Ті, хто навчаються в спеціалізованих класах, які не виконали вимоги по рівню спортивної підготовки, рекомендується переводити в інші класи даної установи або інші освітні установи тільки по закінченні навчального року.

Оплата праці тренерів-викладачів та інших фахівців спортивного профілю, які здійснюють роботу з учнями спеціалізованих класів, як правило, проводиться за рахунок спортивної школи, їм може бути встановлена доплата за рахунок власних або залучених коштів загальноосвітнього закладу.

За задумом, перевага цієї форми полягає в створенні міцного контакту між вчителями та тренерами, а також у збереженні постійного зв'язку дітей з сім'єю. Однак практика показує, що домогтися такого міцного контакту сторін-вдається, на жаль, далеко не скрізь. Об'єднаними зусиллями вчителів, тренерів та батьків можна домогтися багато чого, якщо пам'ятати про ідею створення спецкласів – створення умов для підготовки висококваліфікованих спортсменів.

ШВСМ (школи вищої спортивної майстерності) створюють при міських, обласних, крайових і республіканських органах управління фізичною культурою і спортом.

Основні завдання Школи вищої спортивної майстерності:

- підготовка найсильніших спортсменів, а також їх найближчого резерву;
- розробка та реалізація програм розвитку видів спорту в і науково обґрунтованих методик підготовки спортсменів високого класу;
- залучення оптимального числа перспективних спортсменів для спеціалізованої підготовки на навчально-тренувальних зборах для участі в офіційних змаганнях, згідно всеукраїнського, обласного та міжнародного календарних планів спортивних заходів;
- досягнення високих стабільних результатів, що дозволяють увійти до складу збірних команд;
- інформаційно– методичне забезпечення і організація підготовки, перепідготовки та підвищення кваліфікації тренерських кадрів спортивних шкіл Основні види діяльності Школи вищої спортивної майстерності;
- організація тренувального процесу тренерами, залучення провідних вчених, тренерів та фахівців, для проведення консультаційної та інформаційної роботи з впровадження сучасних досягнень науки, техніки, медицини та спорту в підготовку спортсменів;
- проведення стажувань, семінарів, конференцій, з провідними тренерами краю з проблем підготовки спортсменів збірних команд краю;
- впровадження сучасних методик тренувань із застосуванням технічних засобів навчання та відновлювальних заходів;
- організація навчально-тренувальних зборів, групових навчально-тренувальних та теоретичних занять, занять за індивідуальними планами;

- організація та участь у крайових, регіональних, республіканських змаганнях;

- проведення медико-біологічні обстежень, відновлювальних, профілактичних та оздоровчих заходів, тестувань, забезпечення спортсменів збірних команд краю медичними засобами, предметами санітарної гігієни, відновними і фармакологічними засобами, лікарськими препаратами;

- організація роботи по екіпіровці, забезпеченню сучасними матеріально-технічними ресурсами, спортивною формою, спортивним інвентарем основні та резервні склади збірних команд краю;

ШВСМ здійснює роботу зі спортсменами – кандидатами або членами збірної команди України, їх комплектують з числа кращих випускників ДЮСШ, СДЮШОР, УОР, секцій спортивних організацій. Вони ведуть роботу за принципом міжвідомчого організаційно – методичного та навчально-тренувального центру підготовки кандидатів у збірні команди країни. Тренери ШВСМ працюють зі спортсменами постійного (регулярно тренуються під їх керівництвом) і змінного складу (залучаються на час навчально-тренувальних зборів і змагань та постійно займаються під керівництвом тренерів, які не працюють у штаті ШВСМ). Тренери – викладачі ШВСМ покликані надавати методичну допомогу тренерам ДЮСШ, СДЮШОР, УОР, ФСТ і відомчих фізкультурних організацій у їх практичній роботі.

Поділ контингенту учнів на групи не є умовним, а визначає цілеспрямованість і закінченість курсу навчання на даному етапі підготовки. Для всіх груп передбачена система відбору , перекладу та випуску учнів .

Спортивний клуб. Спортивний клуб створюється і функціонує як заклад фізичної культури і спорту, що об'єднує спортсменів для задоволення їхніх спільних інтересів у сфері фізичної культури і спорту.

Діяльність спортивного клубу регламентується положенням (статутом), затвердженим і зареєстрованим в порядку, встановленому законодавством.

Основними завданнями спортивного клубу є:

- проведення фізкультурно-оздоровчої та / або спортивної діяльності;
- надання фізкультурно-спортивних послуг;
- залучення висококваліфікованих фахівців до проведення занять і заходів з фізичної культури і спорту;
- здійснення інформаційно-просвітницької діяльності з питань фізичної культури і спорту;
- розвиток дитячо-юнацького, резервного спорту, спорту вищих досягнень та професійного спорту.

Спортивний клуб може бути підприємницьким та непідприємницьким товариством. Держава сприяє діяльності спортивних клубів шляхом встановлення економічних стимулів їх розвитку, надання їм організаційної, методичної та іншої допомоги.

4. Різноманітні ресурси, потрібні для розвитку сфери фізичної культури і спорту.

Нормативне забезпечення сфери фізичної культури і спорту включає державні соціальні нормативи;

- порядок визнання та реєстрації видів спорту та їх версій;
- правила змагань з видів спорту;
- єдиний календарний план спортивних заходів;
- єдина спортивна класифікація;
- реєстр спортивних рекордів.

Зазначені нормативи розробляються і затверджуються центральним органом виконавчої влади фізичної культури і спорту в порядку, встановленому законодавством.

Нормативні акти центрального органу виконавчої влади з фізичної культури і спорту, видані відповідно до його компетенції, є обов'язковими для інших центральних і місцевих органів виконавчої влади, а також підприємств, установ і організацій.

Матеріально-технічне забезпечення сфери фізичної культури і спорту складають усі види спортивних споруд, фізкультурно-спортивного спорядження і обладнання, інше майно, призначене для занять фізичною культурою і спортом.

Держава встановлює вимоги до спортивних споруд в частині будівельних норм і правил, санітарних норм, нормативів охорони здоров'я та безпеки відвідувачів, а також здійснює фінансування на утримання спортивних споруд та закладів фізичної культури і спорту державної форми власності, надає фінансову підтримку спортивних споруд та закладів фізичної культури і спорту інших форм власності, згідно з переліком, затвердженим Кабінетом Міністрів України.

Спортивні споруди повинні відповідати вимогам загальної та спеціальної безпеки учасників і глядачів, які затверджуються центральним органом виконавчої влади з фізичної культури і спорту.

Земельні ділянки, на яких розташовані спортивні споруди, належать до земель рекреаційного призначення.

Органи виконавчої влади з фізичної культури і спорту та відповідні органи місцевого самоврядування здійснюють контроль за ефективністю використання спортивних споруд.

Органами виконавчої влади, місцевого самоврядування встановлюються пільгові тарифи на комунальні послуги та енергопостачання для спортивних споруд або їм надається фінансова підтримка з відповідних бюджетів для компенсації витрат на їх оплату.

Спортивні споруди приватизуються в порядку, встановленому законодавством. Власники приватизованих спортивних споруд не можуть змінювати їх призначення.

Нормативи мінімальної забезпеченості спортивними спорудами жилих районів, а також підприємств, установ і організацій всіх форм власності визначаються центральним органом виконавчої влади з фізичної культури і спорту спільно з центральним органом виконавчої влади з архітектури і будівництва.

Будівництво в жилих районах спортивних споруд здійснюється відповідно до встановлених нормативів за рахунок коштів, які надходять від організацій - забудовників житла.

База олімпійської, паралімпійської та дефлімпійської підготовки - це спортивна споруда, що призначена для проживання, харчування, проведення навчально-тренувальних зборів спортсменів національних збірних команд, і обладнана для їх підготовки до національних і міжнародних змагань, Олімпійських, Паралімпійських і Дефлімпійських ігор. Перелік баз олімпійської, паралімпійської та дефлімпійської підготовки затверджується Кабінетом Міністрів України.

Сільській місцевості надається перевага (у розрахунку на душу населення) у спорудженні спортивних споруд, забезпечується відповідний рівень обслуговування засобами фізичної культури і спорту за науково обгрунтованими нормативами. Будівництво, реконструкція та утримання спортивних споруд в сільській місцевості здійснюється за рахунок державного і місцевих бюджетів, коштів власників та інших джерел, не заборонених законодавством.

Фізкультурно-оздоровчі та спортивні споруди повинні мати:

- положення про спортивній споруді, розроблено відповідно до Типового положення, затвердженого центральним органом виконавчої влади з фізичної культури і спорту;
- сертифікат, виданий місцевим органом з питань фізичної культури і спорту, форма якого затверджена центральним органом виконавчої влади з фізичної культури і спорту;
- журнал обліку використання спортивної споруди. Не допускається:
- проектування, будівництво нових і реконструкція наявних дошкільних, загальноосвітніх, професійно-технічних і вищих навчальних закладів без передбачених нормативами вимог до фізкультурно-спортивних споруд та функціональних приміщень;
- перепрофілювання, відчуження та ліквідація діючих фізкультурно-оздоровчих і спортивних споруд без створення і введення в експлуатацію більш якісних і ефективних за своєю функціональністю споруд;
- обмеженість доступу інвалідів до фізкультурно-оздоровчим і спортивним спорудам.

Фізкультурно-спортивне спорядження та обладнання (спортивна форма - спеціальний одяг і взуття, снаряди (апарати), інвентар і апаратура для обладнання спортивних споруд та обслуговування спортивних заходів) повинні виготовлятися відповідно до стандартів (правил, норм), затверджених міжнародними або всеукраїнськими спортивними федераціями і зареєстрованих в центральному органі виконавчої влади з питань стандартизації, метрології та сертифікації.

Правила реєстрації, обліку, експлуатації, нагляду за використанням та технічним станом плавзасобів, які є спортивними суднами, спортивних автомобілів, спортивних мотоциклів, спортивних літальних апаратів, спортивної зброї та боєприпасів встановлюється відповідно до

законодавства.

Суб'єктам підприємницької діяльності, які займаються виробництвом фізкультурно-спортивного спорядження і обладнання, може надаватися пільговий режим кредитування і оподаткування в порядку, встановленому законодавством.

Власники спортивних споруд, фізкультурно-спортивного спорядження і обладнання або уповноважені ними особи зобов'язані забезпечувати безпечний для життя і здоров'я людей і навколишнього середовища їх стан.

Правила змагань з видів спорту, що визнані в Україні, включають вимоги до учасників змагань, спортивних споруд, спеціального обладнання та інвентарю, умови та порядок визначення переможців змагань та їх результатів. Вони розробляються відповідної всеукраїнської спортивної федерацією з урахуванням правил змагань міжнародної спортивної федерації. Правила змагань з виду спорту, що визнані в Україні, затверджуються відповідною всеукраїнською спортивною федерацією і центральним органом виконавчої влади з фізичної культури і спорту.

Офіційні спортивні змагання проводяться лише за правилами змагань, які затверджені за встановленою процедурою.

**5. Процес державного управління. Функції управління та менеджменту у фізичній культурі і спорті (планування, вироблення і ухвалення управлінського рішення, організація, регулювання, мотивації, обліку і контролю, керівництва).**

Місія і цілі спортивної організації визначені у Положенні про діяльність фізкультурно-спортивних організацій, та їх статутах.

Цільова функція спортивної організації починається з встановлення загальної мети цієї організації, виражає причину її існування. Тому однією з головних проблем менеджменту є встановлення мети, заради досягнення якої створюється, функціонує і розвивається організація як цілісна соціальна система.

В теорії цільового управління цілями називають ті ключові результати, до яких організація прагне у своїй діяльності протягом тривалого часу. Говорячи точніше , мета управління – це бажане, необхідне і можливе стан керованої системи в майбутньому.

Цілі спортивної організації зазвичай фіксуються в трьох документах:

1. Статуті організації,

2. Концепції розвитку,

3. Цільовій програмі розвитку фізичної культури і спорту (для федерацій з видів спорту – відповідного виду спорту) на території, що входить в сферу обслуговування цієї організації (район, місто, суб'єкт федерації тощо). Поряд із загальною метою в спортивній організації формулюються приватні цілі, які в установчих документах частіше називають завданнями організації.

В зарубіжній науковій літературі спільна мета спортивної організації нерідко позначається такими поняттями, як «політика», «філософія», «місія». Фізкультурно-спортивна організація, як правило, має не одну, а кілька цілей. Одна з них, наприклад, може бути пов'язана з масовою фізкультурно-

оздоровчою роботою, а інша – зі спортом вищих досягнень.

Кінцевою метою менеджменту комерційної фізкультурно-спортивної організації є забезпечення прибутковості або прибутковості її роботи шляхом раціональної організації праці.

Однак в більшості своїй фізкультурно-спортивні організації – це некомерційні організації. У цьому випадку метою їх менеджменту є постійне прагнення задовольнити потреби та спортивні інтереси різних категорій населення у фізкультурно-спортивних заходах.

В цілях менеджменту органів управління фізичною культурою, спортом і туризмом втілюється соціальна політика держави.

В великомасштабної управлінської діяльності, відмінною особливістю якої є поділ спільної мети на ряд складових, зазвичай застосовується так зване «дерево цілей». Розробка дерева цілей дозволяє менеджерам спортивної організації системно представити порядок руху до кінцевої мети, врахувати необхідну кількість завдань, що потребують вирішення на шляху до її досягнення. До формулюванню управлінських цілей пред'являється ряд вимог, серед яких варто виділити:

- конкретність (сформований результат );
- осяжність (короткостроковість, довгостроковість);
- реальність (досяжність);
- взаємопов'язаність;
- узгодженість;
- ефективність.

Всі загальні і конкретні функції спортивного менеджменту діють у єдності, утворюючи певний організаційно-технологічний процес. Система функцій менеджменту в спортивній організації – це комплекс взаємопов'язаних у часі та просторі видів управлінської діяльності, здійснюваних персоналом фізкультурно-спортивної організації.

Науковий аналіз і класифікація компонентного складу фізичної культури та спорту дозволяють виділити для спортивного клубу приблизну сукупність найбільш істотних конкретних функцій спортивного менеджменту, представлену в таблиці 1.

Процес взаємодії загальних і конкретних функцій спортивного менеджменту на прикладі спортивного клубу може бути представлений у вигляді матриці (Табл.1).

Для розуміння процесу взаємодії функцій спортивного менеджменту важливо відзначити їх тісний взаємозв'язок з організаційною структурою організації. Систем функцій є об'єктивною основою для створення організацій фізкультурно-спортивної спрямованості. Спортивні організації та їх структурні ланки створюються для реалізації тих чи інших соціальних функцій, які закріплюються за відповідними організаціями. Носіями загальних функцій спортивного менеджменту є фізкультурна організація в цілому. Носієм конкретних галузевих функцій є окремі структурні підрозділи (управління, відділи тощо ) відповідної фізкультурно-спортивної організації.

Важливо підкреслити, що витрати праці на виконання загальних

функцій управління дорівнюють витратам на виконання галузевих, конкретних, функцій.

Виконуючи функції управління – планування, організацію, мотивування, координацію і контроль, – менеджерам спортивної організації доводиться приймати велику кількість рішень. Процес прийняття управлінських рішень носить циклічний характер: починається з виявлення невідповідності параметрів керованого об'єкта поставленим цілям або плановим завданням, тобто виявлення проблеми, далі йде прийняття рішення, спрямованого на усунення виявленої проблеми, і, нарешті, організація виконання прийнятого рішення.

Таким чином, процес управління являє собою сукупність циклічних дій, спрямованих на виявлення проблеми, пошук її оптимального рішення і організацію ефективного виконання прийнятого рішення, підсумок якої – вирішення проблеми.

Управлінська проблема полягає в невідповідності параметрів фактичного стану керованого об'єкта запланованим або заданим параметрам. Джерелом проблемної ситуації в організації можуть бути:

- Відхилення від заданих станів, що відзначаються в певний момент часу або прогнозованих на майбутнє;
- Зміна цілей або планових показників;
- Вплив на об'єкт зовнішніх або внутрішніх факторів.

Щоб виявити проблему і зумовили її фактори, потрібно мати відповідну інформацію. Управлінська інформація в спортивному менеджменті – це сукупність переданих по каналах зв'язку повідомлень, об'єктивно відображають розвиток спортивної організації і призначеної для управління.

Сукупність факторів і умов, що викликають появу в організації тієї чи іншої проблеми, називається в менеджменті управлінської ситуацією. Розгляд проблеми з урахуванням впливу на неї внутрішніх і зовнішніх ситуаційних чинників дозволяє виявити і зробити опис виниклої в організації проблемної ситуації.

**6. Принципи і методи управління. Їх зміст і особливості застосування.**

Принципи спортивного менеджменту характеризуються як вихідні керівні правила, якими слід керуватися менеджерам фізкультурно-спортивних організацій для забезпечення ефективного управління.

Принцип наукової обгрунтованості. Управління передбачає здійснення будь-яких управлінських дій на основі застосування наукових підходів і методів. Принцип науковості передбачає вивчення, глибоке пізнання і використання об'єктивних закономірностей і прогресивних тенденцій розвитку фізичної культури і спорту в конкретних історичних умовах і використання отриманих знань для забезпечення оптимального менеджменту в фізкультурно-спортивних організаціях.

Принцип системності в управлінні розвитком фізичної культури і спорту визначає необхідність розгляду фізкультурно-спортивної організації як цілісної соціальної системи, справжньою з цілого ряду ланок і взаємодіє із

зовнішнім Середою. В роботі спортивного менеджера принцип системності означає: всебічну опрацювання прийнятих управлінських рішень, аналіз всіх можливих варіантів їх реалізації, координацію зусиль всього колективу виконавців. Цей принцип передбачає також тісну ув'язку вирішення соціально-педагогічних проблем спортивного менеджменту з фінансовими і матеріально-технічними ресурсами.

Принцип оптимального поєднання централізації і децентралізаціі в спортивному менеджменті. Проблема поєднання централізації і децентралізації в спортивному менеджменті - це процедура розподілу повноважень для прийняття конкретних рішень на кожному рівні управлінської ієрархії: державному - громадського суб'єкта (федерації) - на рівні області - первинної ланки (спортклубу, ДЮСШ тощо).

Принцип матеріального і морального стимулювання в спортивному менеджменті. В сучасному управлінні фізичною культурою і спортом широко використовується матеріальне і моральне стимулювання для активізації трудової діяльності працівників фізкультурно-спортивних організацій і висококваліфікованих спортсменів. Цей принцип знаходить конкретне вираження в диференціації заробітної плати працівників спортивних організацій і спортсменів-професіоналів, виплати призових спортсменам і тренерам за успішний виступ на найбільших спортивних змаганнях. Поряд з матеріальним стимулюванням в спорті зберігає своє значення і моральне стимулювання в формі присвоєння спортивних звань і нагородження призами, як окремих спортсменів, так і команд - переможниць. Принцип оптимізації (ефективності) управлінн передбачає короткий термін і при найменших затратах праці, фінансових коштів і матеріальних ресурсів. Оптимізація передбачає, також, використання в управлінні широкого комплексу методів та інструментів для обґрунтування управлінських рішень, управління на основі достовірної інформації.

Принцип поєднання прав, обов'язків і відповідальності. Виходячи з цього принципу менеджери зазвичай здійснюють свої зв'язки на один рівень вгору або вниз від свого рівня. Кожен підлеглий повинен виконувати поставлені перед ним завдання і періодично звітувати про їх виконання. Кожна посада в ієрархії управління наділяється конкретними наданими їй правами, і менеджер, який займає відповідну посаду, несе повну відповідальність за покладені на нього завдання і виконує певні функції. Жоден керівник не може передавати завдання з виконання рішення, минаючи безпосереднього підлеглого.

Принцип врахування потреб та спортивних інтересів різних категорій населення при організації фізкультурно-спортивних занять населення обумовлений тим, що займаються фізичними вправами і спортом складають один з основних суб'єктів управління, а населення є потенційний об'єкт спортивного менеджменту, одна з цілей якого полягає в залучення населення в фізкультурно-спортивні заняття. Успішне вирішення цього завдання передбачає систематичне вивчення фізкультурно-спортивними

організаціями спортивних інтересів різних соціально-вікових груп населення. Економічні методи спортивного менеджменту. Це способи ефективного використання ринкових відносин для фізичного вдосконалення населення, виробництва і надання йому фізкультурно-спортивних послуг.

Метод диференціювання заробітної плати працівникам організації фізкультурно-спортивної спрямованості в залежності від ефективності їхньої праці. Матеріальна мотивація в цьому методі здійснюється на основі єдиної тарифікаційної сітки і нормативів оплати праці за одного, хто займається, преміювання фізкультурних працівників і спортсменів, вручення їм призів.

Нормативно-економічний метод управління полягає у встановленні нормативів фінансових витрат на різні види спортивної роботи, твердження табеля забезпечення спортсменів одягом, взуттям та ін. Норматив є кількість грошових коштів, трудових або матеріально-технічних ресурсів на одного, хто займається фізичними вправами і спортом або на одиницю часу.

Метод прямого цільового фінансування. Він передбачає фінансування з державного бюджету: а) спортивних споруд, центрів спортивної підготовки і державних фізкультурно-спортивних організацій державного значення; б) науково-дослідних робіт в галузі фізичної культури і спорту відповідно до державної програми; в) підготовки і виступу в офіційних міжнародних спортивних змаганнях збірних команд України.

## Лекція 15
## Фізична культура нового.

План.

1.Передумови розвитку фізичної культури.
2.Фізична культура нового.

Втрата потенціалу в дитинстві – одна з найгостріших проблем суспільства. Вчасно помічений і розкритий хист дитини формує її майбутню особистість – ким вона хоче бути і чим займатися у житті. Розвивати ці таланти можна різними способами. Проте спорт – один із найкращих інструментів для цього. Усі знають, що фізичні вправи позитивно впливають на здоров’я дитини. Проте мало хто замислюється, що вони також роблять неоціненний внесок для її психоемоційного балансу й успіху в соціальному житті. Саме тому наразі дуже важливе перезавантаження звичних усім уроків фізичної культури у школі в нову, сучасну та актуальну форму. У відповідь на цю актуальну потребу нашого суспільства на Платформі безкоштовної освіти та відкритих онлайн–курсів Prometheus потужною командою методистів, науковців, тренерів, та викладачів було розроблено та створено курс «Нова фізична культура» за підтримки Міжнародного благодійного фонду Parimatch Foundation. За півроку на курс зареєструвалось 24000 і успішно пройшло 21000 вчителів по всій Україні. Найбільшу активність продемонстрували Київська, Львівська й Дніпровська області. Про курс Сучасна освіта в епоху новітніх технологій – це постійні виклики для

викладачів і батьків. У нашому сьогоденні все дуже швидко змінюється, тому процес навчання фізичної культури також має відповідати часу та транслювати дітям актуальні ідеї спорту. Катерина Білоруська. «Мета курсу «Нова фізична культура» – зробити уроки фізичної культури дійсно цікавими, щоб діти розуміли, як це важливо для них, і займалися із задоволенням. Для цього потрібно передусім пояснити вчителям, як напрацювати авторитет не лише серед школярів, а й серед колег у школі. На курсі акцентується увага на розвиток soft skills вчителів фізкультури, пояснюються принципи лідерства, розповідається, як знайти підхід до нового покоління дітей. У програмі сучасні методики навчання, альтернативні види спорту або активності, які можна впроваджувати на уроках фізкультури. Цього року плануємо додати нові модулі й уже в травні презентуємо їх слухачам курсу. Головне – знайти новий підхід до дітей, щоб вони не лише отримували фізичну активність, а й вчилися таким речам, як лідерство, здорова конкуренція. Одна з наших цілей – всебічний розвиток дитини через спорт», – Катерина Білоруська, президент міжнародного благодійного фонду Parimatch Foundation. Курс «Нова фізична культура» містить весь необхідний інструментарій, щоби зробити заняття ефективними, цікавими та інклюзивними. Він містить відповіді на питання: як правильно побудувати сучасний урок фізкультури; як навчитись говорити з учнем про спорт; чому спорт — це спочатку комунікація, а вже потім змагання; як саме ввести фізичну культуру в життя дитини, щоб спортивні елементи стали складовою кожного уроку. Які результати Курс пройшли найактивніші й перспективні вчителі, які хочуть удосконалювати свою методологію роботи й працювати за сучасними нормами. Результати цієї ініціативи надихнули як авторів, так і його учасників, тому було створено НФК — Спільноту для вчителів–новаторів у соцмережі Facebook, щоб разом розвивати новаторство, ділитися досвідом та мотивувати один одного. Галина Ковалишин, консультант Центру професійного розвитку педагогічних працівників та вчитель-методист із фізичної культури СЗШ 68 м. Львова: «Сучасність курсу є відмінним інструментом для всебічного розвитку вчителя фізичної культури. Курс об’єднує всіх охочих до змін. На мою думку, педагоги, як ніхто інший, постійно повинні самовдосконалюватись, вивчати щось нове, адже це наша місія, а цей курс дає нам саме такі знання. Курс «Нова фізична культура» дає велику базу знань – від комплексного сучасного бачення предмета та актуальних стандартів планування й організації уроків фізичної культури до конкретних завдань на уроках. Важко переоцінити роль, яку відіграє сучасний вчитель фізкультури. Від нього залежить не лише спортивна успішність дитини, але й багато в чому її здоров’я. Хороший учитель має бути цікавим для учнів, зрозуміло і доступно доводити необхідність займатися спортом, правильно харчуватися, дотримуватися питного режиму та режиму дня. А також на власному прикладі довести учням, що бути здоровим та спортивним – це сучасно і модно! Такий вчитель веде за собою та одночасно перебуває на одній хвилі з дітьми. Надзвичайно вдячна команді тренерів та викладачів курсу Parimatch Foundation, які допомагають нам

поповнити методичну й наукову скарбничку, освоїти новітні педагогічні технології та орієнтуватись у нелегкий час змін у освіті, надихають на творчий професійний розвиток». Олена Коваленко, директор СЗШ №67 м. Львова: «Курс «Нова фізична культура» – це сучасна концепція навчання і, відповідно, нові можливості для учнів знайомитись й опановувати різні види спорту. Я дуже високо оцінюю цей проєкт, тому що я бачу, з яким задоволенням діти займаються. До того ж у школі тепер покращена матеріально технічна база. Важлива тема, яка розкривається на курсі – інклюзивність у фізичному вихованні та розробка прогресій (змін) за методикою STEPS (Space – простір, Task – завдання, Equipment – обладнання, People – люди, Speed – швидкість). Адже варто пам'ятати, що спорт – це також спілкування та соціалізація. Зараз учитель фізичної культури намагається розкрити здібності й таланти дітей через комунікативну діяльність, і цей новий підхід виявився більш практичним. В ігровій практиці діти також вчаться більш ефективно спілкуватися один з одним, приймати рішення і досягати цілей разом. Галина Мельник, учасниця курсу, вчитель фізичної культури СЗШ №67 м. Львова: «Ми всі живемо у світі цифрових технологій, світі швидких рішень та надзвичайних подій і, на мою думку, сучасність курсу «Нова фізична культура» в тому, що він і є прикладом актуальної цифрової освіти, що дає комплексні знання і розуміння останніх тенденцій розвитку навчального процесу, вчить освітян критичного мислення, допомагає конструювати та реалізувати новітні програми навчання школярів. Цей курс допомагає закладам загальної середньої освіти та вчителям по всій Україні дізнатися про зміни в сьогоденній українській освіті, йти в ногу з часом, втілювати на практиці можливості шкільної автономії і академічної свободи. Такий підхід до фізичної освіти допоможе вибудовувати якісне освітнє середовище не на папері, а в реальності. Також це отримання базових знань, навичок та вмінь викладання фізичної культури та впровадження спортивних елементів до викладання інших дисциплін, опанування грамотної комунікації, коректної термінології та етики, створення та підтримки інклюзії у навчанні для подальшого розвитку української освіти». Христина Вуйцік, учасниця курсу, вчитель фізичної культури СЗШ №40 м. Львова: «Взяти участь у цьому курсі мені порадили методисти з нашої кафедри фізичної культури. Особисто я дізналась багато нової інформації та методів надихнути дітей на заняття спортом. Наприклад, про те, як можна дівчаток заохотити до гри у футбол. У плані курсу були такі модулі: вчитель-лідер і якісна комунікація з дітьми та батьками, інтеграція фізичної культури до процесу викладання інших шкільних предметів, інклюзія фізичної культури. Особливо мені сподобалися навчальні модулі з викладання баскетболу, кросфіту, бігу, степ-аеробіки, черлідингу, регбі. Це щось нове й оригінальне, щоби зацікавити учнів. Доволі важливо, що навчання на курсі безоплатне, а значить, доступне кожному вчителю в Україні, який прагне розвитку». Віра Передерій, начальник відділу спорту високих досягнень управління спорту департаменту гуманітарної політики Львівської міської ради: «Ще торік ми запланували відновлення співпраці

між тренерами наших дитячо-юнацьких спортивних шкіл і вчителів фізичної культури та підтримку сучасного навчання для вчителів. Тож курс «Нова фізична культура» від Міжнародного благодійного фонду Parimatch Foundation є на часі. Наша міська рада підтримала цей курс, тому що ми бачимо в ньому потенціал і нагальну потребу. Якщо сьогодні не вносити змін в уроки фізкультури, які відбуваються в школах за застарілими методами, то діти просто перестануть цікавитися спортом. І це, звісно, напряму буде негативно впливати на їхній стан здоров'я. Сприяти підтримці здоров'я наших мешканців – це наше найперше завдання. Тому навчання вчителів, яке допоможе правильно побудувати уроки фізкультури відповідно до актуальної ситуації, для нас у пріоритеті. Така політика дасть змогу вчителям фізичної культури вчасно помічати талановитих дітей та направляти їхній подальший спортивний розвиток. Далі ми, зі свого боку, підтримували б цей рух й одразу відбирали б таланти для себе в наших школах. Тому важливо, щоби вчителі фізичної культури та тренери ДЮСШ комунікували між собою. Сучасна освіта в епоху новітніх технологій має бути, вибачте за тавтологію, саме сучасною. Це ключове слово. Звичайно, вона має охоплювати класичні засади педагогіки та основи фізичної культури, але подача навчання має відповідати останнім цифровим тенденціям нашого часу. Учням має бути цікаво. Наші діти вже ліпше за дорослих уміють користуватися новітніми технологіями та почувають себе як риба у воді в соцмережах. Вони всі хочуть бути класними та популярними. Треба давати їм таку можливість за допомогою спорту. Фізична культура – це саме той інструмент, що допоможе стати не лише здоровим, але й більш успішним серед однолітків, побудувати свій власний особистий бренд. Це має стати нашим основним меседжем і позиціюванням сучасного спорту та освіти».

# Література

1.Герцик М.С., Вацеба О.М. Вступ до спеціальностей галузі «фізичне виховання і спорт»: Підручник.— Харків: «ОВС», 2005.—С. 6-10. 32 . — 2011. — № 4 «Вчитель» — ЖУРНАЛ У ЖУРНАЛІ «ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ»

2. Сергієнко Л.П. Практикум з теорії і методики фізичного виховання: Навч. посібник.—Харків: «ОВС», 2007.—С. 8-35.

3. Худолій О.М. Загальні основи теорії та методики фізичного виховання: Навч. посібник.—Харків: «ОВС», 2007.—С. 36-47.

4. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів.—Частина 1.—Тернопіль: Навчальна книга—Богдан, 2001.—21-40.

5. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів.—Частина 2.—Тернопіль: Навчальна книга—Богдан, 2002.—248 с.

6. Актуальні проблеми теорії і методики фізичного виховання: Колективна монографія / Упоряд. О.М.Вацеба, Ю.В.Петришин, Є.Н.Приступа, І.Р.Боднар.—Л., Українські технології, 2005.—296 с.

7. Ведмеденко Б.Ф., Жукотинський К.К. Вибрані лекції з фізичного виховання.—Чернівці: Прут, 2002.—221 с.

8. Державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України / За ред. М.Д.Зубалія.—2-е вид., перероб. і доповн.—К., 1997.—36 с.

9. Закон України «Про фізичну культуру і спорт».—К., 1993.—22 с.

10. Короткий спортивний словник-довідник / Укл. М.Д.Зубалій, В.В.Сіркізюк.—Кам'янецьПодільський: Абетка-НОВА, 2003.—216 с.

11. Лубышева Л.И. Социология физической культуры и спорта: Учеб. пособие.—2-е изд., стереотип.—М.: Издательский центр «Академия», 2004.—240 с.

12. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. Введение в предмет: Учебник для высших специальных физкультурных учебных заведений. 3-е изд.—СПб.: Лань, 2003.—160 с.

13. Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту.—К., 2004.—16 с.

14. Олійник М.О., Скрипник А.П. Правові основи організації та управління фізичною культурою, спортом і туризмом в Україні / Вид. 3-є, перероб. і доповн.—Харків: ХаДІФК, 2000. —292 с.

**Вступ до спеціальності** [Текст]: конспект лекцій для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти освітньої програми «Середня освіта (фізична культура)» галузі знань 01 - Освіта/педагогіка спеціальності 014.11 - Середня освіта(фізична культура) та конспект лекцій для здобувачів другого(магістерського) рівня вищої освіти освітньої програми «Фізична культура і спорт» галузі знань 01 Освіта/Педагогіка спеціальності 017 Фізична культура і спорт денної та заочної форм навчання./ укладачі: к.пед.н., доц. Гребік О.В., к.пед.н., доц. Панасюк О.О., Гайдучик В.В., вчитель фізичної культури НВК ЗОШ 1-3 ступеня д. садок с. Гута, Заболоттівської ОТГ, 2021. – 120 с.

В-84

Комп'ютерний набір Д.В. Перевознік
Редактор О.В. Гребік
О.О. Панасюк
В.В. Гайдучик