

Л.П. Сергієнко

ТЕРМІНИ І ПОНЯТТЯ У ФІЗИЧНІЙ КУЛЬТУРІ

Навчальний посібник для студентів вищих навчаль-
них закладів фізичного виховання і спорту

*Рекомендовано
Міністерством освіти і науки України*



ТЕРНОПІЛЬ
НАВЧАЛЬНА КНИГА — БОГДАН

УДК 796.01
ББК 575.113.1:796(075.8)
С 32

Рецензенти:

доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, проректор з навчальної та виховної роботи Харківської державної академії фізичної культури

Мулик В.В.;

доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, завідувач кафедри фізіології людини Харківської державної академії фізичної культури

Ровний А.С.;

доктор педагогічних наук, професор кафедри фізичного виховання і спорту Одеської національної морської академії

Гончар І.Л.

Рекомендовано Міністерством освіти і науки України
як навчальний посібник
для студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту
(лист № 1/11-1042 від 08.02.2011 р.)

Сергієнко Л.П.

С 32 Терміни і поняття у фізичній культурі : Навчальний посібник. —
Тернопіль: Навчальна книга — Богдан, 2011. — 264 с.

ISBN 978-966-10-1731-2

У навчальному посібнику викладено основи методології визначення понять і термінів у фізичній культурі. Подано тлумачення основних термінів і понять навчальних та наукових дисциплін психолого-педагогічного, медико-біологічного циклів та практичних дисциплін навчального плану студентів фізкультурного профілю. Наведено навчальний план та запропоновано дидактичні тести для контролю знань студентів з нової навчальної дисципліни “Терміни і поняття у фізичній культурі”.

Для студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту. Може бути корисним для викладачів, фахівців у галузі фізичного виховання та спорту.

УДК 796.01
ББК 575.113.1:796(075.8)

*Охороняється законом про авторське право.
Жодна частина цього видання не може бути відтворена
в будь-якому вигляді без дозволу автора чи видавництва.*

ISBN 978-966-10-1731-2

© Навчальна книга — Богдан,
майнові права, 2011

ЗМІСТ

Вступ	5
Розділ 1. Методологія формування понять і термінів.	11
1.1. Методологія науки про фізичне виховання і спорт та її рівні	11
1.2. Методологія визначення понять у фізичній культурі.	14
Резюме	20
Контрольні запитання та завдання	21
Список використаної літератури	22
Розділ 2. Терміни і поняття навчальних та наукових дисциплін психолого-педагогічного циклу.	25
2.1. Теорія і методика фізичного виховання	25
Поняття “фізична культура”	25
Поняття “фізичне виховання”	33
Поняття “фізичний розвиток”	36
Поняття “фізичне вдосконалення”	39
Поняття “система фізичного виховання”	41
Суміжні поняття теорії і методики фізичного виховання	43
2.2. Спортивна педагогіка	47
Поняття “силові здібності” та їх структура	54
Поняття “швидкісні здібності” та їх структура	57
Поняття “координаційні здібності” та їх структура	59
Поняття “здібність до витривалості” та її структура	66
Поняття “здібність до гнучкості” та її структура	70
2.3. Теорія спорту	74
Поняття “спорт”	74
Поняття “підготовка спортсмена”.	77
Поняття “спортивне тренування”.	77
Поняття “фізична підготовка”	78
Поняття “спортивна форма”	80
Поняття “фізична працездатність”	81
Поняття “спортивні ігри”	82
Поняття “спортивний відбір”	83
Поняття “тренувальне (рухове) завдання”.	84
Номенклатурні поняття (назви) деяких видів спорту	85

2.4. Спортивна метрологія	92
2.5. Психологія спорту	117
Резюме	138
Контрольні запитання та завдання	139
Список використаної літератури	140
Розділ 3. Терміни і поняття навчальних та наукових дисциплін медико-біологічного циклу	152
3.1. Фізична реабілітація	152
3.2. Адаптивне фізичне виховання	155
3.3. Спортивна генетика	162
Резюме	173
Контрольні запитання та завдання	174
Список використаної літератури	174
Розділ 4. Терміни і поняття практичних дисциплін студентів спеціальностей фізичного виховання і спорту	176
4.1. Спортивна гімнастика	176
4.2. Силкові види спорту	180
4.3. Спортивні ігри	183
Резюме	204
Контрольні запитання та завдання	205
Список використаної літератури	205
Розділ 5. Символічне зображення термінологічного апарату рухової діяльності	207
Резюме	219
Контрольні запитання та завдання	219
Список використаної літератури	219
ДОДАТКИ	220
Додаток 1. Програма з навчальної дисципліни “Терміни і поняття у фізичній культурі”	220
Лекції	224
Семінарські заняття	228
Критерії оцінювання знань студентів за рейтинговою системою	231
Список рекомендованої літератури	234
Додаток 2. Дидактичні тести	236
Правильні відповіді на дидактичні тести	259

ВСТУП

Однією з важливих проблем ефективності навчального процесу студентів вищих навчальних закладів напряму підготовки 0102 “Фізичне виховання і спорт” (спеціальностей “Фізичне виховання”, “Олімпійський та професійний спорт”, “Фізична реабілітація”) та практики фізичного виховання і спорту є чітке визначення основних термінів і понять галузі. Підготовка навчальних посібників, підручників та програм для студентів повинна базуватись на зрозумілих та визначених термінах і поняттях. Точність понять, їх адекватність конкретним явищам дає можливість спеціалістам у сфері фізичної культури і спорту краще зрозуміти суть конкретних питань, з'ясувати невизначені проблеми, використовуючи єдину термінологічну мову.

У минулому ще Арістотель вважав, що при визначенні будь-якого поняття необхідно розкривати суть явищ або предметів, відрізнити один предмет від іншого і показувати його видову різницю, відображати лаконічно тільки суттєві ознаки: “Непотрібне все, при видаленні чого все те, що залишилось, пояснює обговорюване питання”. В даному контексті зауважимо, що на всіх етапах історії розвитку суспільства наукова думка зверталась до теорії понять, наголошуючи на необхідності їх чіткого і лаконічного визначення.

Терміни і поняття у сфері фізичного виховання і спорту повинні пояснювати структуру і характер рухової діяльності людини, тобто акумулювати функції пояснювальні, видові, командні та інші. Особливість термінологічного апарату в тому, що він, як правило, специфічний для окремих наукових проблем, навчальних предметів, видів спорту. Що ж розуміють під терміном і поняттям?

Термін — це слово або словосполучення, що є назвою певного поняття у будь-якій специфічній галузі техніки, мистецтва (С.І. Ожегов). Термін — це знак, що виражає певне поняття (В.И. Столяров, 1984). Термін входить до загальної лексичної системи мови, проте лише завдяки конкретній термінологічній системі (термінології). Він як одиниця мови

підпорядкований фонетичним і граматичним законам мови. У зв'язку з інтернаціоналізацією мови науки в сучасному світі значну частку у науковій українській термінології становлять терміни, запозичені із російської, англійської, грецької, латинської та інших мов. Ступінь розвитку термінології в мові характеризує ступінь розвитку суспільства, яке користується даною мовою. Обсяг термінів обумовлений змістом навчальних предметів у вищій школі. Завдяки цьому знання, одержані у ВНЗ, та обсяг слів, що підтверджують ці знання, можна визначити як предмет культури в загальній науковій мові.

Виділяють 8 груп термінів (А.А. Нестеров, 2007).

Перша — філософська термінологія. Встановлюється зв'язок між різними філософськими системами через образи, що лежать в основі кожної з них.

Друга — наукова термінологія. Необхідна для наукового спілкування (наприклад, на конференціях чи конгресах) та при написанні (читанні) наукової літератури (підручників, навчальних посібників та програм).

Третя — технічна термінологія. Вона потрібна для опису певної технології або винаходу. Тут важливим є стандартизація терміна.

Четверта — метрологічна термінологія (термінологія у вимірювальних процесах). Термінологічна система, призначена для характеристики вимірювань, відрізняється найвищою жорсткістю у своєму пріоритетному і змістовому визначенні.

П'ята — номенклатурні назви. Як особливий вид термінології вони фіксовані з точки зору об'єкта, що називається цим терміном. Один і той же об'єкт може змінювати свою назву (а це призводить до зміни терміна) залежно від того, яку функцію він виконує.

Шоста — терміни команди. Вони обов'язкові до виконання і не потребують від виконавця нічого, крім відповідної дії.

Сьома — навчально-методична термінологія. Цей вид термінів є предметом навчання, що фіксує слово педагога.

Восьма — терміни прогнозу (проекування). Можуть змінюватися з часом у процесі розвитку суспільства.

Фізичне виховання і спорт має свою філософію розвитку і функціонування термінологічного апарату. Тут виділяють значну за обсягом наукову термінологію (терміни фізіології, анатомії, біомеханіки і т.п.), технічну (при описі спортивних споруд, комплексів тренажерів, спортивних снарядів, екіпіровки спортсменів), термінологію вимірювальних систем (спортивної метрології), номенклатурні назви (наприклад, ті, що характеризують види спорту), терміни-команди (дають змогу управляти діяльністю тих, хто займається фізичними вправами), терміни методики навчання і тренування, терміни, що прогнозують результати навчально-тренувального процесу та спортивних змагань тощо.

розвитку (змінюваності) організму. Дані види контролю належать не тільки до тренувальної, а й змагальної діяльності. Направленість різних видів періодичного контролю щодо контролю тренувальної і змагальної діяльності спортсменів та оздоровчого тренування людини наведена в таблиці 2.11.

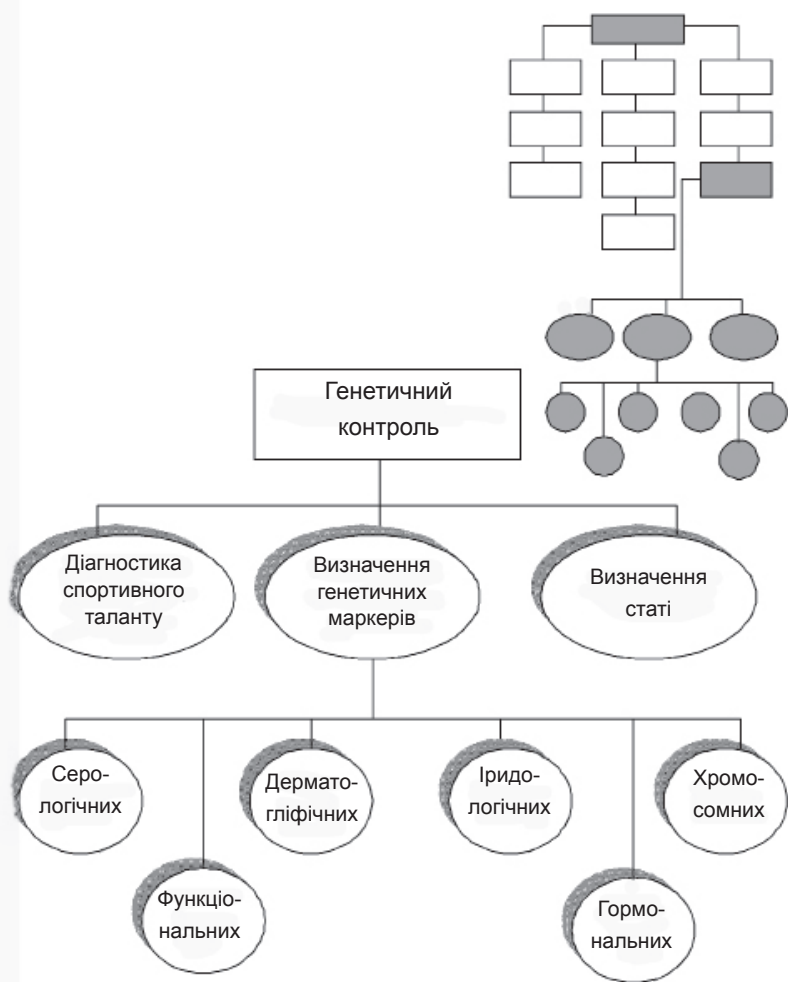


Рис. 2.26. Структура видів генетичного контролю спортсменів

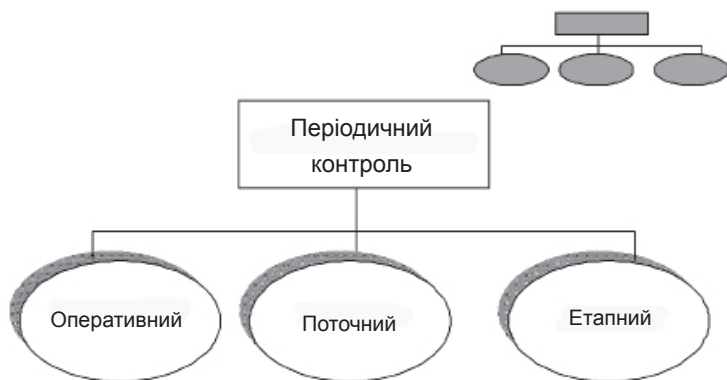


Рис. 2.27. Структура періодичного контролю людей, що займаються вправами і спортом

Таблиця 2.11

Направленість різних видів періодичного контролю

Різновид контролю	Направленість контролю		
	Контроль змагальної діяльності спортсменів	Контроль тренувальної діяльності спортсменів	Контроль оздоровчого тренування людини
Етапний	Вимірювання і оцінка різних показників на змаганнях, що завершують певний етап підготовки. Аналіз динаміки показників змагальної діяльності на всіх змаганнях етапу.	Оцінка сумарного впливу тренувального навантаження після етапу підготовки. Аналіз динаміки тренувального навантаження протягом етапу підготовки.	Оцінка здоров'я після певного етапу підготовки. Оцінка окремих показників рухової підготовленості і функціонального стану після етапу підготовки.

6. Що в спортивній генетиці розуміють під терміном “дискордантність”?
- а) ступінь відмінності близнюків за досліджуваною ознакою;
 - б) ступінь схожості близнюків за досліджуваною ознакою;
 - в) ступінь фенотипічного прояву ознаки, яка варіюється;
 - г) прояв дії гена в організмі у формі неспецифічної для нього ознаки.
7. Що в генетиці людини розуміють під терміном “пенетрантність”?
- а) ступінь фенотипічного прояву ознаки, яка варіюється;
 - б) зв'язок між генами, що виключає можливість їхнього незалежного успадкування та зумовлений локалізацією генів в одній і тій самій хромосомі;
 - в) обмін гомологічними ділянками гомологічних хромосом;
 - г) це частка осіб, які проявляють досліджувану ознаку серед усіх осіб однакового генотипу за досліджуванним геном.
8. Який футбольний союз позначається терміном “УЄФА”:
- а) всесвітній союз футбольних асоціацій;
 - б) європейський союз футбольних асоціацій;
 - в) любительський союз футбольних асоціацій;
 - г) професіональний союз футбольних асоціацій.
9. Який зміст у футболі вкладається у поняття “поза грою”?
- а) ситуація, в якій гравець однієї із команд знаходиться за межами ігрового поля;
 - б) міра покарання команди за порушення Правил або норм поведіння на полі гравцем;
 - в) правило гри, суть якого полягає в обмеженні визначеними умовами зв'язків між гравцями однієї команди і м'ячем;
 - г) правило гри, суть якого в тому, що декілька гравців опиняються в офсайті.
10. Який зміст у баскетболі вкладається у поняття “фінт”?
- а) це дія гравця з м'ячем або без м'яча, направлена на те, щоб вивести опонента із рівноваги, примусити його відреагувати на відволікаючу дію;
 - б) це атака нападаючої команди при швидкому переміщенні гравців до кільця суперника з переводом м'яча в зону суперника, для одержання нападаючою командою чисельної переваги над захисниками;
 - в) це вид захисту, при якому комбінуються ознаки особистої і зонної оцінки гравців;
 - г) це тактична взаємодія 2-3 гравців команди.

Правильні відповіді на дидактичні тести

Варіанти	Тести									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	б	в	а	б	г	в	б	а	г	а
2	в	б	а	г	б	в	б	а	г	в
3	б	г	б	б	в	в	б	в	а	в
4	в	а	г	г	а	б	в	б	а	в
5	г	в	а	б	а	в	б	б	а	в
6	а	в	б	в	а	г	в	б	а	г
7	б	а	в	г	а	в	б	г	а	в
8	в	а	б	г	а	б	в	б	г	а
9	г	б	а	в	а	б	в	г	б	а
10	а	г	б	б	в	а	г	б	в	а



Навчальне видання

СЕРГІЄНКО Леонід Прокопович

ТЕРМІНИ І ПОНЯТТЯ У ФІЗИЧНІЙ КУЛЬТУРІ

Навчальний посібник

Головний редактор *Богдан Будний*

Редактор *Антоніна Павліченко*

Обкладинка *Володимира Басалиги*

Комп'ютерна верстка *Тетяни Золоседової*

Підписано до друку 22.02.2011. Формат 60x84/16. Папір офсетний.
Гарнітура Таймс. Умовн. друк. арк. 15,35. Умовн. фарбо-відб. 15,35.

Видавництво «Навчальна книга – Богдан»

Свідоцтво про внесення до Державного реєстру видавців

ДК №370 від 21.03.2001 р.

Навчальна книга – Богдан, а/с 529, просп. С. Бандери, 34а, м. Тернопіль, 46008

тел./факс (0352) 52-19-66; 52-06-07; 52-05-48

E-mail: publishing@budny.te.ua, office@bohdan-books.com

www.bohdan-books.com

ISBN 978-966-10-1731-2



9 | 789661 | 017312 |