

Київський університет імені Бориса Грінченка
Факультет здоров'я, фізичного виховання і спорту
Кафедра спорту та фітнесу

ПРОГРАМА ЕКЗАМЕНУ

з дисципліни «Теорія та методика викладання обраного виду
спорту»

Курс:	II
Спеціальність (спеціалізація):	Тренерська діяльність
Форма проведення:	Комбінована
Тривалість:	2 години
Максимальна кількість балів:	40 балів
Перелік допоміжних матеріалів:	футбольні м'ячі, фішки

Критерії оцінювання знань студентів

Екзаменаційний білет містить 1 теоретичне питання (письмово) і 1 практичне завдання. Відповідь на кожне завдання оцінюється по 20 балів залежно від рівня знань студента.

Критерії оцінювання теоретичних питань:

Рівень знань	Оцінка за 20-бальною шкалою	Критерії оцінювання відповіді
Відмінний рівень	15 - 20	Відповідь студента: - містить повний, розгорнутий, правильний виклад матеріалу з поставленого питання; - демонструє знання основних понять і категорій та взаємозв'язку між ними, вірно розуміння змісту основних теоретичних положень; - вказує на вміння давати змістовний та логічний аналіз матеріалу з поставленого питання; - демонструє здатність самостійно оцінювати різноманітні ситуації та робити власні висновки в разі неоднозначності характеру поставленого питання чи проблеми.
Добрий рівень	9 - 14	Студент дав досить повну та логічно обґрунтовану відповідь на поставлене питання, але в наявності наступні недоліки: - незначні неточності при поясненні; - недостатньо розкритий предмет запитання, основні поняття носять тезисний характер; - оформлення екзаменаційної роботи в цілому є акуратним, але містить виправлення; - окремі формулювання є нечіткими; є в наявності інформація, що не відноситься до змісту екзаменаційного питання.
Задовільний рівень	5 - 8	Студент дав відповідь на поставлене питання, однак допустив суттєві помилки як змістовного характеру, так і при оформленні відповіді на питання, а саме: - зміст відповіді свідчить про невірне розуміння окремих аспектів поставленого питання; - відповідь елементарна, свідчить про недостатню обізнаність з основними науковими теоріями і концепціями, що стосуються питання; - відповідь викладена недостатньо аргументовано, не містить аналізу проблемних аспектів поставленого питання; - у роботі багато грубих орфографічних помилок.
Незадовільний рівень	< 5	Студент взагалі не відповів на питання, або його відповідь є неправильною, тобто містить грубі змістовні помилки щодо принципових аспектів поставленого питання. Аргументація

		відсутня взагалі або ж є абсолютно алогічною.
--	--	---

Результат практичного завдання оцінюється в 20 балів. Зміст практичного завдання полягає в умінні підібрати належні вправи в залежності від поставленого завдання, термінологічно їх пояснити, показати і організувати з тими, хто займається на практиці, вказуючи на організаційно-методичні вказівки при виконанні.

Критерії оцінювання практичного завдання:

Рівень знань	Оцінка за 20-бальною шкалою	Критерії оцінювання
Відмінний рівень	20	Студент раціонально підібрав вправи щодо поставленого завдання, правильно їх пояснив, використовуючи термінологію, розуміє і демонструє правильну методику навчання, зміг показати вправи, надавав організаційно-методичні вказівки щодо виконання та дихання під час вправи, використовував допомогу тим, хто їх виконував тощо.
Добрий рівень	15	Студент раціонально підібрав вправи, правильно їх пояснив, зміг показати, недостатньо коментував вказівки щодо виконання та дихання під час вправи, недостатньо надавав організаційно-методичні вказівки тим, хто їх виконував, не використовував прийоми допомоги.
Задовільний рівень	11	Студент раціонально підібрав вправи, але пояснив з неточностями, зміг показати, недостатньо коментував вказівки щодо виконання та дихання під час вправи, недостатньо надавав організаційно-методичні вказівки тим, хто їх виконував.
	8	Студент недостатньо за кількістю і точністю підібрав вправи, пояснив з помилками в термінології, допустив помилки при показі, недостатньо коментував вказівки щодо виконання та дихання під час вправи, не давав організаційно-методичних вказівок тим, хто їх виконував.
Незадовільний рівень	5	Студент неадекватно завданню підібрав вправи, не володів термінологією, показав виконання зі значними відхиленнями в техніці, відсутні організаційні-вказівки тим, хто займався і рахунок при виконанні.

Загальна оцінка складається з суми балів, які отримані студентом за кожну відповідь.

Орієнтовний перелік теоретичних питань:

1. Дайте визначення поняттю «спортивна техніка» та охарактеризуйте структуру технічної підготовленості в обраному виді спорту.
2. Дайте характеристику етапам та стадіям технічної підготовки спортсменів в обраному виді спорту.

3. Основи методики вдосконалення техніки спортсменів в обраному виді спорту.
4. Охарактеризуйте критерії результативності техніки в обраному виді спорту.
5. Сутність спортивної тактики в обраному виді спорту.
6. Тактична підготовленість та напрями тактичної підготовки в обраному виді спорту.
7. Сутність та основні теоретико-методичні положення спортивної тактики в обраному виді спорту.
8. Вдосконалення тактичного мислення в обраному виді спорту.
9. Психологічна підготовленість та психологічна підготовка спортсменів в обраному виді спорту.
10. Формування мотивації до занять спортом в обраному виді спорту.
11. Вольова підготовка в обраному виді спорту.
12. Ідеомоторне тренування в обраному виді спорту.
13. Регулювання психічного напруження. Управління стартовим станом в обраному виді спорту.
14. Антураж в обраному виді спорту: фактори зовнішнього середовища системи підготовки спортсменів: загальні фактори непрямого впливу, спеціальні фактори непрямого впливу, базові фактори прямого впливу, фактори прямого впливу, що пов'язані з тренувальним процесом спортсменів. фактори прямого впливу, що пов'язані з змагальною діяльністю.
15. Дайте визначення поняття «сила» та розкрийте методику розвитку силових якостей в обраному виді спорту.
16. Види силових якостей та напрямів силової підготовки в обраному виді спорту.
17. Особливості контролю за силовими якостями в обраному виді спорту.
18. Дайте характеристику та наведіть приклади методів, які спрямовані на розвиток силових якостей в обраному виді спорту.
19. Витривалість та методика її вдосконалення в обраному виді спорту.
20. Особливості контролю витривалості в обраному виді спорту.
21. Дайте характеристику та наведіть приклади методів та засобів для розвитку спеціальної та загальної витривалості в обраному виді спорту.
22. Швидкісні здібності та методика їх розвитку в обраному виді спорту.
23. Особливості контролю швидкісних здібностей в обраному виді спорту.
24. Методика розвитку швидкісних здібностей в обраному виді спорту.
25. Гнучкість та методика її вдосконалення в обраному виді спорту.
26. Контроль гнучкості в обраному виді спорту.
27. Методика розвитку гнучкості в обраному виді спорту.
28. Координація та методика її вдосконалення в обраному виді спорту.
29. Дайте характеристику здатності до оцінки та регуляції динамічних та просторово-часових параметрів рухів в обраному виді спорту.
30. Контроль координаційних здібностей в обраному виді спорту.
31. Розвиток координаційних здібностей в обраному виді спорту.

Зразок практичного завдання:

1. Розробіть та застосуйте на практиці комплекс вправ (12-15 вправ), який буде спрямований на початкове розучування технічних дій в обраному виді спорту, застосовуючи методи та засоби спортивної підготовки.
2. Розробіть та застосуйте на практиці комплекс вправ (12-15 вправ), який буде спрямований на поглиблене розучування технічних дій в обраному виді спорту, застосовуючи методи та засоби спортивної підготовки.
3. Розробіть та застосуйте на практиці комплекс вправ (12-15 вправ), який буде спрямований закріплення та подальше вдосконалення технічних дій в обраному виді спорту, застосовуючи методи та засоби спортивної підготовки.
4. Розкрийте сутність тактичної схеми змагальної діяльності в обраному виді спорту. Розробіть та застосуйте на практиці тактичну схему змагальної діяльності в обраному виді спорту.
5. Розробіть та застосуйте на практиці методику вдосконалення тактичного мислення спортсмена в обраному виді спорту.
6. Розробіть та застосуйте на практиці методику вдосконалення толерантності до емоційного стресу у спортсменів в обраному виді спорту.
7. Розкрийте, розробіть та застосуйте на практиці методику розвитку максимальної сили в обраному виді спорту.
8. Розкрийте, розробіть та застосуйте на практиці методику розвитку швидкісної сили в обраному виді спорту.
9. Розробіть та застосуйте на практиці комплекс вправ (10-12 вправ), який буде спрямований на розвиток силової витривалості в обраному виді спорту, використовуючи метод кругового тренування.
10. Розробіть та застосуйте на практиці комплекс вправ (10-12 вправ), який буде спрямований на розвиток сили в обраному виді спорту, використовуючи ізометричний, ексцентричний та концентричний методи силової підготовки.
11. Розробіть та застосуйте на практиці методику розвитку загальної витривалості в обраному виді спорту.
12. Розробіть та застосуйте на практиці методику розвитку швидкісної витривалості в обраному виді спорту, використовуючи інтервальний, неперервний, змагальний та ігровий методи.
13. Розробіть та застосуйте на практиці методику розвитку швидкісно-силової витривалості в обраному виді спорту, використовуючи інтервальний, неперервний, змагальний та ігровий методи.
14. Розробіть та застосуйте на практиці методику розвитку спеціальної витривалості в обраному виді спорту.
15. Розробіть та застосуйте на практиці комплекс вправ (10-12 вправ), який буде спрямований на розвиток швидкості простої рухової реакції та складної рухової реакції в обраному виді спорту.
16. Розкрийте, розробіть та застосуйте на практиці методику розвитку елементарних форм прояву швидкості в обраному виді спорту.
17. Розкрийте, розробіть та застосуйте на практиці методику розвитку комплексних форм прояву швидкості в обраному виді спорту.

18. Розкрийте, розробіть та застосуйте на практиці методику розвитку частоти рухів в обраному виді спорту.

19. Розробіть та застосуйте на практиці комплекс вправ (10-12 вправ), який буде спрямований на профілактику виникнення «швидкісного бар'єру» в обраному виді спорту.

20. Розкрийте, розробіть та застосуйте на практиці методику розвитку здатності до зберігання рівноваги, здатності до оцінки та регуляції динамічних та просторово-часових параметрів рухів в обраному виді спорту.

21. Розкрийте, розробіть та застосуйте на практиці методику розвитку здібностей до орієнтування у просторі та здатності до мимовільного розслаблення м'язів в обраному виді спорту.

22. Розробіть та застосуйте на практиці комплекс вправ (12-15 вправ), який буде спрямований на розвиток та вдосконалення координаційних здібностей в обраному виді спорту.

23. Розкрийте, розробіть та застосуйте на практиці методику розвитку гнучкості в обраному виді спорту.

ПРОГРАМА ЕКЗАМЕНУ

з дисципліни «Теорія та методика викладання обраного виду спорту»

(за умови продовження карантину)

Критерії оцінювання знань студентів

Умова проведення – дистанційно.

Форма проведення – екзамен проводиться у вигляді комп'ютерного тестування. Результати оцінювання навчальних досягнень кожного студента автоматично заносяться до електронного журналу після тестування.

Максимальна кількість балів за екзамен – 40 балів.

Кількість спроб – 1. Обмеження в часі – 40 хв.

Кількість питань – 30 питань з варіантами відповідей та 1 питання з відкритою відповіддю.

Критерії оцінювання – розподіл балів: тестові питання з варіантами відповідей - 30 балів (1 питання - 1 бал); питання з відкритим варіантом відповіді - 10 балів.

<i>Кількість балів</i>	<i>Критерії оцінювання питання з відкритим варіантом відповіді</i>
9 - 10	<i>Відмінний рівень</i> (завдання виконано якісно)
6 – 8	<i>Добрий рівень</i> (завдання виконано якісно з достатньо високим рівнем правильних відповідей)
3 – 5	<i>Задовільний рівень</i> (завдання виконано якісно з середнім показником правильних відповідей)
0-2	<i>Незадовільний рівень</i> (завдання не виконано, потребує повторного перескладання)

Перелік тем, за якими сформовано тестові питання:

1. Технічна підготовленість та технічна підготовка спортсменів в обраному виді спорту
2. Тактична підготовленість та тактична підготовка спортсменів в обраному виді спорту
3. Психологічна підготовленість та психологічна підготовка спортсменів в обраному виді спорту

4. Оточуюче середовище в системі олімпійської підготовки.
5. Сила та силова підготовка в обраному виді спорту.
6. Контроль силових якостей в обраному виді спорту.
7. Витривалість та методика її вдосконалення в обраному виді спорту.
8. Контроль витривалості в обраному виді спорту
9. Швидкісні здібності та методика їх розвитку в обраному виді спорту.
- 10.Контроль швидкісних здібностей в обраному виді спорту
- 11.Гнучкість та методика її розвитку, вдосконалення в обраному виді спорту.
- 12.Координація та методика її розвитку, вдосконалення в обраному виді спорту.
- 13.Контроль гнучкості та координаційних здібностей в обраному виді спорту

Екзаменатор:

старший викладач Іваненко Г.О.

Завідувач кафедри:

к.н.ф.в.с., доцент Білецька В.В.