

Київський столичний 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:	2
Освітній рівень	перший (бакалаврський)
Спеціальність	017 Фізична культура і спорт
Освітня програма:	017.00.02 «Тренерська діяльність з обраного виду спорту»
Форма проведення:	дистанційна комбінована (комп'ютерне тестування та питання відкритого типу)
Тривалість проведення:	2 год.
Максимальна кількість балів:	40 балів

**Київ - 2024**

## ПРОГРАМА ЕКЗАМЕНУ

з дисципліни «Теорія та методика викладання обраного виду спорту»

### Критерії оцінювання знань студентів

Форма проведення – комбінована.

Екзаменаційне завдання складається з:

- *тестових запитань* (30 питань), що автоматично, випадковим чином генеруються з банку тестових питань у системі дистанційного навчання Moodle (з перемішуванням варіантів відповідей).

- питання *відкритого типу* (одне питання, складається зі стереотипних, діагностичних та евристичних завдань), яке передбачає вирішення типових професійних завдань фахівця на робочому місці та дозволяють діагностувати рівень теоретичної та практичної підготовки здобувача освіти і рівень його компетентності з навчальної дисципліни. Питання відкритого типу генерується випадковим чином з банку тестових завдань у системі електронного навчання Moodle

Відповідь на питання відкритого типу студенти дають в усній формі.

Час складання екзамену:

- тестування 30 хвилин (по 1 хвилині на питання);
- питання відкритого типу:
  - 10 хвилин на підготовку;
  - до 10 хвилин на відповідь.

Кількість спроб – 1.

Максимальна кількість балів за екзамен – 40 балів. 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)

Оцінка результату екзамену складається з суми балів за результат тестування та відповіді на питання відкритого типу.

## **Перелік тем, за якими сформовано тестові питання:**

1. Спортивна техніка та технічна підготовленість в обраному виді спорту.
2. Етапи та стадії технічної підготовки спортсменів в обраному виді спорту.
3. Основи методики вдосконалення техніки спортсменів в обраному виді спорту.
4. Сутність спортивної тактики в обраному виді спорту.
5. Тактична підготовленість та напрями тактичної підготовки в обраному виді спорту.
6. Сутність та основні теоретико-методичні положення спортивної тактики в обраному виді спорту.
7. Вдосконалення тактичного мислення в обраному виді спорту.
8. Психологічна підготовленість та психологічна підготовка спортсменів в обраному виді спорту.
9. Формування мотивації до занять спортом в обраному виді спорту.
10. Вольова підготовка в обраному виді спорту.
11. Ідеомоторне тренування в обраному виді спорту.
12. Регулювання психічного напруження. Управління стартовим станом в обраному виді спорту.
13. 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.
14. Сила та силова підготовка в обраному виді спорту.
15. Види силових якостей та напрямів силової підготовки в обраному виді спорту.
16. Особливості контролю за силовими якостями в обраному виді спорту.
17. Вправи для розвитку силових якостей в обраному виді спорту.
18. Витривалість та методика її вдосконалення в обраному виді спорту.
19. Особливості контролю витривалості в обраному виді спорту.
20. Вправи для розвитку спеціальної та загальної витривалості в обраному виді спорту.
21. Швидкісні здібності та методика їх розвитку в обраному виді спорту.
22. Особливості контролю швидкісних здібностей в обраному виді спорту.
23. Вправи для розвитку швидкісних здібностей в обраному виді спорту.
24. Гнучкість та методика її вдосконалення в обраному виді спорту.
25. Контроль гнучкості в обраному виді спорту.
26. Вправи для розвитку гнучкості в обраному виді спорту.
27. Координація та методика її вдосконалення в обраному виді спорту.
28. Здатність до оцінки та регуляції динамічних та просторово-часових параметрів рухів в обраному виді спорту.
29. Контроль координаційних здібностей в обраному виді спорту.
30. Розвиток координаційних здібностей в обраному виді спорту.

## Рекомендовані джерела

### *Основні*

1. Платонов В.М. Сучасна система спортивного тренування. К.: Перша друкарня, 2020. 704 с.

### *Додаткові*

2. Волков Л.В. Теорія і методика дитячого та юнацького спорту. Підручник. К.: Освіта України, 2016. 464 с.
3. Добринський В. С, Мудрик Ж. С., Савчук С. І., Валькевич О. В, Захожа Н. Я.. Комплексний контроль фізичного стану, навчально-тренувальної та змагальної діяльності спортсменів: метод. рекомендації. Луцьк : Вежа-Друк, 2021. 112 с.
4. Кошура А.В. Теорія і методика спортивних тренувань : навч. посіб. Чернівці : Чернівець. нац. ун-тім. Ю.Федьковича, 2021. 120с
5. Костюкевич, В. М. та ін. Теорія і методика викладання футболу: навчальний посібник. 2-е вид. перероб. та доп.Київ: КНТ, 2017. 310 с.
6. Сергієнко Л.П. Теорія та методика дитячого і юнацького спорту : підручник. К.: Кондор-Видавництво, 2016. 542 с.
7. Сушко Р.О. Розвиток спортивних ігор в умовах глобалізації (на матеріалі баскетболу): монографія. Київ : Центр учбової літератури, 2017. 360 с.

Екзаменатор:

к.н.ф.в.с., доцент Ірина ГРУЗЕВИЧ

Завідувач кафедри:

к.н.ф.в.с., доцент Вікторія БІЛЕЦЬКА