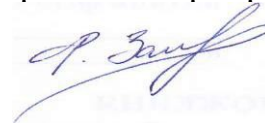


«ЗАТВЕРДЖЕНО»
на засіданні кафедри
атлетичних видів спорту
30 серпня 2018 р. протокол № 2

Зав. каф.



Ф.І. Загура

ТЕСТОВІ ЗАВДАННЯ

для визначення рівня теоретичної підготовленості
з дисципліни «**ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ОБРАНОГО ВИДУ СПОРТУ
ТА СПОРТИВНО-ПЕДАГОГІЧНЕ ВДОСКОНАЛЕННЯ**»
на I семестр

для студентів 3 курсу ФПО

Рівень вищої освіти «бакалавр»

Спеціальність 017 Фізична культура і спорт

Запитання 1. Зазначте які Олімпійські та не Олімпійські види спорту

<i>Відповідність</i>	<i>Види спорту</i>
<i>1. Олімпійські</i>	<i>а) Дзюдо б) Самбо в) Вільна боротьба</i>
<i>2. Не олімпійські</i>	<i>г) Греко-римська</i>
<i>Відповідь: 1 - а, б, в, г 2 - а, б, в, г</i>	

Запитання 2. В яких видах боротьби крім чоловіків змагаються і жінки?

- | | | |
|----------------------|-----|----|
| 1. дзюдо – | так | ні |
| 2. Самбо – | так | ні |
| 3. Вільна боротьба – | так | ні |
| 4. Греко-римська – | так | ні |

Запитання 3. Напишіть вагові категорії серед чоловіків та жінок у видах боротьби:

1. Дзюдо
2. Греко-римська
3. Самбо
4. Вільна боротьба

Запитання 4. Ким і коли були засновані види спортивної боротьби на теренах України?

Відповідь:

дзюдо.....
.....
вільна боротьба.....
.....
самбо.....
.....
греко-римська.....
.....

Запитання 5. В якому році було включено до МОК

1. Вільна боротьба.....

2. Дзюдо.....
3. Греко-римська.....
4. Самбо.....

Запитання 6. Хто і коли став першим чемпіоном світу з обраного вами виду спорту?

Відповідь:.....
.....
.....

Запитання 7. Олімпійськими чемпіонами в історії розвитку обраного вами виду спорту серед українців стали:

Відповідь:.....
.....
.....

Запитання 8. В якому році і де було проведено перший чемпіонат України?

- а) вільна боротьба
- б) самбо
- в) греко-римська
- г) дзюдо.

Запитання 9. В якому році було включено до програми О.І. проведення змагань з обраного вами виду спорту:

- 1) Дзюдо _____ 3) Боротьба самбо. _____
- 2) Вільна боротьба _____ 4) Греко-римська боротьба _____

Запитання 10. Хто і коли з Львівських спортсменів був учасником Олімпійських ігор з обраного вами виду спорту?

1. Вільна боротьба.....
.....
.....
2. Дзюдо.....
.....
.....
3. Греко-римська.....
.....
.....
4. Самбо.....
.....
.....

Запитання 11. Дайте визначення поняттю “спортивна техніка”

Відповідь:.....
.....
.....
.....
.....
.....

Запитання 12. Дайте визначення поняттю “тактика спортивної боротьби”

Відповідь:.....
.....
.....
.....
.....

Запитання 13. Встановити відповідність складових компонентів до поняття “форма” та “зміст” спортивної техніки вправи.

Поняття спорт.техніка	Зміст складових компонентів
1. “Форма техніки спортивної вправи”	а)
2. “Зміст техніки спортивної вправи”	б)
Відповіді:	1- 2-

Запитання 14. Встановити правильну послідовність дій виконання прийому у спортивній боротьбі.

Відповідь:

- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....
- 5.....
- 6.....
- 7.....
- 8.....

Запитання 15. Методика початкового навчання повинна відповідати таким основним принципам

Відповідь:.....
.....
.....
.....

Запитання 16. Реалізація процесу навчання та удосконалення техніки можлива за допомогою наступних методів:

Відповідь:.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Запитання 17. Метод комбінованого навчання техніці у спортивній боротьбі передбачає:

Відповідь:.....
.....
.....

Запитання 18. Яку послідовність етапів передбачає процес навчання у спортивній боротьбі?

- 1
- 2
- 3

4

5

Запитання 19. Які дидактичні принципи варто застосовувати при навчанні техніці спортивної боротьби?

.....
.....
.....
.....

Запитання 20. Головна мета та засоби її вирішення етапу попередньої фізичної підготовки це

.....
.....
.....

«ЗАТВЕРДЖЕНО»
на засіданні кафедри
атлетичних видів спорту
30 серпня 2018 р. протокол № 2

Зав. каф.



Ф.І. Загура

ТЕСТОВІ ЗАВДАННЯ
для визначення рівня теоретичної підготовленості
з дисципліни «**ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ОБРАНОВОГО ВИДУ СПОРТУ**
ТА СПОРТИВНО-ПЕДАГОГІЧНЕ ВДОСКОНАЛЕННЯ»
на II семестр

для студентів 3 курсу ФКіС

Рівень вищої освіти «бакалавр»

Спеціальність 017 Фізична культура і спорт

Запитання 1. Головна мета етапу початкового навчання у спортивній боротьбі спорту це

.....
.....
.....
.....

Запитання 2. Головною метою етапу поглибленого навчання техніці в у спортивній боротьбі є

.....
.....
.....

Запитання 3. Головною метою етапу удосконалення навчання (майстерності) у спортивній боротьбі має бути

.....
.....
.....

Запитання 4. Різновидами урочної та позаурочної форми організації занять можуть бути:

1. Позаурочна	2. Урочна
А – бесіда Б – самостійна робота В – учбове заняття Г – змагання Д – консультації Ж – навчально-тренувальні заняття З – тренувальне заняття	А – бесіда Б – самостійна робота В – учбове заняття Г – змагання Д – консультації Ж – навчально-тренувальні заняття З – тренувальне заняття
Обведіть правильну відповідь	

Запитання 5. Керівним документом для проведення змагань є.

Відповідь:.....
.....

Запитання 6. Хто розробляє “Положення” про проведення змагань?

- а) учасники змагань.
- б) тренери-представники
- в) організація, що їх проводить
- г) головний суддя змагань

Відповідь:.....

Запитання 7. Чи мають право вноситись зміни або доповнення до “Положення про змагання”?

- а) не мають права
- б) мають право тренерами-представниками.
- в) мають право організацією, що їх проводить
- г) мають право головним суддею змагань

Відповідь:.....

Запитання 8. Яким документом регламентується безпосереднє проведення змагань?

- а) паспортом громадянина
- б) медичною довідкою про стан здоров'я спортсмена
- в) правилами змагань

Відповідь:.....

Запитання 9. Визначіть правильний склад мандатної комісії для проведення змагань

- а) капітани команд-учасниць.
- б) представник проводячої організації.
- в) тренери-представники команд.
- г) головний суддя, головний секретар, лікар

Відповідь:.....

Запитання 10. Змагання з обраного виду спорту проводяться на:

Татамі кортах килимі волейбольному поле

Запитання 11. Зазначте розміри площадки для ведення борцівської сутички

Дзюдо	вільна боротьба	самбо	греко-римська.
А) 12x12	а) діам.5	а) діам.8-12	а) діам.7
Б) 14x14	б) діам.8.	б) діам.6-9	б) діам.5
В) 10x10	в) діам.9.	в) діам.9-11	в) діам.9
Г) 10x12	г) діам.11	г) діам.14-16	г) діам.14

Відповідь:.....

Запитання 12. Скільки потрібно суддів для обслуговування одного змагального поєдинку?

- а) вільна боротьба 1—2—3—4—5—6—7—8—9—10
- б) дзюдо 1—2—3—4—5—6—7—8—9—10
- в) греко-римська 1—2—3—4—5—6—7—8—9—10
- г) самбо 1—2—3—4—5—6—7—8—9—10

Відповідь:.....

Запитання 13. Зазначте обов'язки суддів для проведення змагань. Обов'язки суддів на змагання?

Посада суддів	Обов'язки суддівської бригади
1. Головний суддя	а) зважування учасників вагових кат. б) проведення жеребкування. в) проведення мандатної комісії.
2. Арбітр на килимі	г) оцінювання технічних дій під час ведення змагальних сутичок. д) контроль одягу при виході на сутичку
3. Бокові судді	е) організація змагань ж) підготовка місць проведення змагань
4. Суддя на зважуванні	з) допомога арбітру в оцінюванні технічних дій в ході сутички к) інструктаж суддів щодо їх обов'язків перед початком змагань
5. Секретар змагань	л) складання положення м) контроль за готовністю місця до ведення змагань
6. Заступники головного судді	н) розподіл обов'язків між суддями, внесення доповнення до проведення змагань о) дискваліфікація борців п) керує ходом всієї сутички
7. Суддя при учасниках	р) має найбільший вплив на хід сутичку
Відповідь: 1.....2.....3..... 4.....5.....6.....7.....	

Завдання 14. За які заслуги присвоюється звання «Майстер спорту України» ?

- | | |
|----------------------------------|---------------|
| А) На чемпіонаті області | 1-----2-----3 |
| Б) На міжнародному турнірі | 1-----2-----3 |
| В) На турнірі до Дня Св. Миколая | 1-----2-----3 |
| Г) На першості України | 1-----2-----3 |
| Д) На Чемпіонаті України | 1-----2-----3 |
| Є) На першості Європи | 1-----2-----3 |

Завдання 15. Знайдіть відповідність між видами науково-дослідницьких робіт та змістом їх визначення.

Вид НДР	Зміст визначення НДР
1 Теоретичні	а) побудовані на результатах конкретних експериментальних досліджень;
2 Емпіричні	б) містять питання розроблення, конструювання чи вдосконалення технічних засобів навчально-тренувального процесу;
3 Експериментальні	в) побудовані на аналізі літературних джерел з вивчаємих питань і передбачають теоретичні висновки ;
4 Інженерно-конструкторські	г) побудовані на аналізі передового досвіду спортивної роботи, особистого досвіду тренувань,

	а також документації планування, обліку та контролю навчально-тренувального процесу			
Відповідь:	1 -	2-	3-	4-

Завдання 16. Знайдіть відповідність змісту виконання “плану-проекту” та “календарного плану” НДР.

Діяльність НДР	Зміст складової частини документу
1. Складання “плану-проекту” НДР	а) вказання термінів завершення кожного етапу написання НДР
2. Складання “календарного плану НДР”	б) внесення назви теми, прізвище виконавця та наукового керівника, передбачені терміни початку та закінчення роботи, обґрунтування теми, завдання, методи та організація досліджень вивчаючих питань і передбачають теоретичні висновки;
Відповідь:	1 - 2-

Завдання 17. Встановити правильну послідовність змісту розділу в структурі наукової роботи

Структура НДР	Послідовність змісту розділу
1. Перший розділ	а) титульний аркуш, актуальність, зміст, вступ
2. Другий розділ	б) титульний аркуш, зміст, перелік умовних позначень, вступ, актуальність, мета, завдання роботи.
3. Третій розділ	в) результати досліджень, висновки та практичні рекомендації, додатки, література
4. Решта структури	г) результати досліджень д) методи і організація досліджень, е) мета, завдання, методи і організація досліджень і) висновки, практичні рекомендації, список літературних джерел, додатки, анотації, акти впровадження ж) стан питання за результатами аналізу літ.джерел. з) аналіз та узагальнення результатів дослідження
Відповідь:	1 - 2- 3- 4-

Завдання 18. Знайдіть правильну відповідь (ді) в ознаках, що характеризують метод експерименту в НДР :

- а) використовується для вивчення ефективності інших методів, прийомів, засобів отримання наукових факторів – так/ні
- б) виявляє закономірності навчально-тренувального процесу – так/ні
- в) підтверджує або спростовує попередні положення спортивної діяльності – так/ні

Відповідь: а) - б) - в) –

Завдання 19. Які методи опрацювання та аналізу результатів досліджень придатні в теорії і практиці спортивної діяльності ?

- а) вимірювання – так/ні
- б) порівняння – так/ні
- г) класифікація – так/ні
- д) аналіз, узгодження – так/ні

в) підрахунок – так/ні і) графічне зображення – так/ні
Відповідь: а) - б)- в) - г)- д)- і)-

Завдання 20. “Метод педагогічного спостереження передбачає” :

1. довільну форму сприйняття характеристик досліджувального явища з втручанням дослідника у хід процесу;
2. цілеспрямоване, планомірне та систематизоване досліджувальне явище, що здійснюється органами чуття або технічними засобами без втручання дослідника у хід процесу дослідження.

Відповідь: :

.....

.....

.....

Рекомендована література:

Основна

1. Алексеев А. Ф. Правила змагань з дзюдо /А. Ф. Алексеев. – Харків, 2013. – 56 с.
2. Бойко В. Ф. Физическая подготовка борцов / В. Ф. Бойко, Г. В. Данько. – К.: Олимп.лит., 2004. – 220с.
3. Вільна боротьба: чоловіки, жінки. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю. – К.: АСБУ, 2012. – 96 с.
4. Гаткин Е. Я. Все о самбо/ Евгений Гаткин. М. : АСТ: Астрель; Владимир: ВКТ, 2008. – 349 с.
5. Греко-римская борьба: учебник для СДЮШОР, спортивних факультетов, техникумов физической культуры и училищ олимпийского резерва/ Шулика Ю. А. и др. – Ростов н/Д: Феникс, 2004. – 800 с.
6. Дзюдо. Система и борьба: учебник для СДЮШОР, спортивних факультетов, техникумов физической культуры и училищ олимпийского резерва/ Шулика Ю. А. и др. – Ростов н/Д: Феникс, 2006. – 800 с.
7. Новиков А. А. Основы спортивного мастерства: монография / А. А. Новиков. – 2-е изд., перераб. и доп. – М. : Советский спорт, 2012. – 256 с.
8. Пістун А. І. Спортивна боротьба : [навч. посібник] / А. І. Пістун. – Львів: «Тріада плюс», 2008. – 862 с.
9. Подливаев Б. А. Уроки вольной борьбы. Поурочные планы тренировочных занятий первого года обучения (для мальчиков и девочек 10-12 лет) / Б. А. Подливаев, А. В. Григорьев. – М. : Советский спорт, 2012. – 528 с.
10. Система самбо. Становление и развитие. Из семейного архива Харлампиевых/ А. А. Харлампиев, Н. Н. Харлампиева. – М. : «Издательство ФАИР», 2007. – 432 с.
11. Шахмурадов Ю.А. Вольная борьба: научно-методические основы многолетней подготовки борцов/2-е изд., дополн. – Махачкала: ИД «Эпоха», 2011. – 368 с.

12. Шестаков В. Б. Теория и практика дзюдо: учебник/ Шестаков В. Б., Ерегина С. В. – М. : Советский спорт, 2011. – 448 с.

Допоміжна

1. Вілмор Дж. Х., Костілл Д.Л. Фізіологія спорту. – К.: Олімпійська література, 2003. – 656 с.
2. Дымов Я.М. От боли голос хрипнет. – К.: Логос, 2006. – 320 с.
3. Загура Ф. І. Морфофункціональні та техніко-тактичні модельні характеристики кваліфікованих дзюдоїстів/ Загура Ф. І.//дисс... на здобуття наук. ступ. канд. наук з фіз. вих. та спорту. – Львів, 2007 – 180 с.
4. Платонов В. Н. Периодизация спортивной тренировки / В. Н. Платонов – К.: Олимп. Лит., 2013. – 624 с.
5. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник тренера высшей квалификации / В. Н. Платонов. – К.: Олимп. лит., 2004. – 808 с.
6. Первачук Р. В. Удосконалення фізичної підготовки кваліфікованих борців вільного стилю з використанням спрямованого впливу на системи енергозабезпечення/ Первачук Р. В.// дисс... на здобуття наук. ступ. канд. наук з фіз. вих. та спорту. – Львів, 2016 – 208 с.
7. Стельмах Ю. Ю. Побудова тренувального процесу спортсменок високої кваліфікації у вільній боротьбі з урахуванням особливостей жіночого організму/ Стельмах Ю. Ю.// дисс... на здобуття наук. ступ. канд. наук з фіз. вих. та спорту. – Київ, 2014 – 196 с.

Інтернет ресурси

1. Положення «Про дитячо-юнацьку спортивну школу». - [Електронний ресурс]. – Режим – доступу: <http://zakon.rada.gov.ua>
2. <http://judo.in.ua> Дзюдо в Україні інформаційний блог
3. <http://wrestlingua.com> -вольная борьба, греко-римская борьба, самбо, дзюдо, сумо.
4. www.judoinfo.kiev.ua
5. www.sportpedagogi/jrg.ua
6. <http://ukrwrestling.com>
7. <http://unitedworldwrestling.org/database>
8. <http://wrestlingua.com/books>
9. www.ukrainejudo.com
10. www.intjudo.eu
11. www.sambo.net.ua
12. www.sambo-fias.org