

**Львівський державний університет фізичної культури
ім. І. Боберського**

Кафедра фехтування, боксу та національних одноборств

Затверджено на засіданні кафедри
_____ р. протокол № _____

Зав. каф. _____ В.А.Бусол

ТЕСТОВІ ЗАВДАННЯ

з дисципліни “Теорія і методика обраного виду спорту – Спортивно-педагогічне вдосконалення”
(спеціалізація карате)

спеціальність 017 «фізична культура і спорт»

освітньо-кваліфікаційний рівень «бакалавр»

для студентів 4 курсу

Загальні положення

Тестові завдання з «Теорії і методики обраного виду спорту» для студентів 4 курсу (спеціалізація карате, освітньо-кваліфікаційний рівень «бакалавр») створена на основі робочої навчальної програми, розробленої кафедрою фехтування, боксу та національних одноборств ЛДУФК.

Тестові завдання представлені у вигляді теоретичного тестування – складової кредитно-модульної системи оцінювання знань студентів з даної дисципліни. В кінці кожного семестру навчального року студенти складають модулі, максимально за які вони можуть отримати 100 балів, з них: 15 балів – теоретичне тестування, 30 балів – професійно-педагогічна майстерність, 40 балів – відвідування занять, 15 балів – самостійна робота.

Під час тестування оцінюються теоретичні знання студентів четвертого курсу з тематики навчальної програми: сучасного стану розвитку карате в Україні й світі, єдиної спортивної класифікації України, організаційно-правових засад діяльності спортивних шкіл, планування навчально-тренувальної роботи, зміст програмного матеріалу та наповненість навчальних груп каратистів на етапах багаторічної підготовки, керівництво спортивної школи та її фінансово-господарська діяльність, організація і проведення НДР.

Теоретичне тестування проводиться в письмовій формі. Студентові видається заготовлений порожній бланк у вигляді таблиці, де містяться 15 позицій питань, проти кожної з яких є 4 варіанти відповіді. Студент обирає той варіант відповіді, який він вважає правильним. Критерії оцінки знань студентів подаються нижче.

Критерії оцінювання знань студентів з теоретичного тестування

Підсумкове теоретичне тестування – максимум 15 балів

(за певну кількість правильних відповідей нараховується певна кількість балів)

Правильних відповідей	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Кількість балів	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

**Змістовий модуль 1. Техніка комбінаційної форми ведення бою.
(1семестр)**

1. В якій країні був проведений останній чемпіонат світу з карате?
а) Франція; б) Японія; в) Фінляндія; г) Іспанія;
2. В якому році був проведений перший чемпіонат Європи серед студентів?
а) 1992; б) 1996; в) 2000; г) 2004;
3. Який склад команди в розділі ката?
а) 6 чол.; б) 4 чол.; в) 3 чол.; г) 7 чол.;
5. Карате було включене в програму Олімпійських ігор 2020 ?
а) 2003 р.; б) 2007 р.; в) 2012 р.; г) 2016 р.;
6. Європейську федерацію карате ЕКФ було створено?
а) 1990 р.; б) 1996 р.; в) 1998 р.; г) 2000 р.;
7. Змагання з ката проводяться на майданчику розмірами?
а) 6 x 6 м.; б) 8 x 8 м.; в) 10 x 10 м.; г) 12 x 12 м.;
8. Змагання з ката це?
а) поєдинок з суперником; б) розбивання твердих предметів;
в) виконання формальних комплексів; г) демонстрація фізичних
кондицій;
9. Тривалість фінального поєдинку в командному куміте серед чоловіків становить?
а) 2 хв.; б) 4 хв.; в) 6 хв.; г) 3 зв.;
10. Кількість вагових категорій в жіночому куміте становить?
а) 4; б) 6; в) 5; г) 8;
11. Як називається поєдинок в спортивному карате?
а) рандорі; б) тамешіварі; в) бункай; г) куміте;
12. За удар ногою в голову в змаганнях з куміте нараховують?
а) Іппон; б) юкко; в) вадзарі; г) ваш варіант;
13. Екіпіровка спортсменів в ката має бути таких кольорів?
а) червоного та білого; б) червоного та зеленого;
в) синього та білого; г) червоного та синього;
14. В якій віковій категорії не проводяться офіційні змагання з карате?
а) 16-18 р.р.; б) 18-20 р.р.; в) 18 і ст.; г) 16-17 р.р.;

15. Команда в чоловічому командному куміте складається з такої кількості спортсменів?
а) 5 + 2; б) 3 + 1; в) 6 + 1; г) 5 + 1;

**Змістовий модуль 2. Тактика комбінаційної форми ведення бою.
(2 семестр)**

- Представником WKF в Україні є?
а) ФКУ; б) УФК; в) УЛК; г) ЯАК;
- Яка з вказаних дій не відноситься до підготовчих дій в куміте?
а) маневрування; б) розвідка; в) маскування; г) пасивний захист;
- Який вид куміте відноситься до групи Кіхон-куміте?
а) гохон-куміте; б) джіу-іппон-куміте;
в) хаппо-куміте; г) каєші-іппон-куміте;
- Яка група технічних прийомів традиційного карате не використовується в карате?
а) удари ногами; б) больові прийоми; в) удари руками; г) ухили;
- Які правила змагань використовуються в куміте?
а) хан-шобу; б) шобу-іппон; в) шобу-санбон; г) шобу-куміте;
- Скільки вагових категорій нараховується в куміте серед кадетів?
а) 4 б) 7; в) 5; г) 8;
- У якому місті розташована штаб-квартира WKF?
а) Париж; б) Токіо; в) Афіни; г) Мадрид;
- Яка кількість спортсменів входить в склад командного куміте серед кадетів?
а) 5 + 2; б) 3 + 1; в) 5 + 1; г) не проводиться;
- Який технічний прийом не оцінюється в куміте?
а) удар ногою; б) кидок; в) удар рукою; г) удар коліном;
- Який предмет не входить в екіпіровку спортсмена в куміте?
а) пахова раковина; б) рукавички; в) капа; г) нагрудник;
- Яка вагова категорія відсутня в куміте серед чоловіків?
а) -75 кг.; б) абсолютна; в) -60 кг.; г) -84 кг.;

12. Яка організація карате була першою визнана МОК?
а) WKF; б) WSKF; в) ITKF; г) WUKO;
13. В категоріях 12-13 років спортсмен в першому колі виконує ката?
а) всі ката; б) тільки початкового рівня ;
в) вищі ката; г) майстерського рівня;
14. Які є види покарань?
а) Чуоку; б) Хансоку; в) Кейоку; г) Сіоку;
15. На якій секунді поединку Рефері оголошує Атоші Бараку?
а) 30 с.; б) 10 с.; в) 25 с.; г) 15 с.;

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ ДЛЯ САМОПІДГОТОВКИ

1. Восточные единоборства. Энциклопедия. / Составитель Тарас А.Н - Москва: Terra Спорт, 1998.- 320 с.
2. Накаяма Х. Динамика карате. М., 1996.
3. Микрюков И.П. Карате. Учебник для ИФК. М., ФИС, 2002.
4. Трусов М.И. Карате для мастеров. К., София, 1997.
5. Трусов М.И. Карате Шотокан. К., София, 2002.
6. Савчин М.П. Тренованість боксера та її діагностика. К., 2003.- 220 с.
7. Ямагучи Т.. Карате Годжи-рю. С.-П., 2002.
8. Матеріали лекцій.
9. Правила змагань з ката та куміте. (Версія 1.1 01.01.2018р.).

АНОТАЦІЯ

Теорія і методика обраного виду спорту – Спортивно-педагогічне вдосконалення: **методичні вказівки та тестові завдання**. Спеціальність 017 Фізична культура і спорт, спеціалізація «Карате», рівень вищої освіти «бакалавр» (для студентів 4 курсу), кафедра Фехтування, боксу та національних одноборств. Богдан І. О., Вишневецький С. М. 2019. Theory and methodics of the chosen sport - Sports and pedagogical improvement (karate): methodical instructions and topics of control works. Bohdan Ihor., Vyshnevetskyi Serhii.