

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

Зав. каф.



Ф.І. Загура

ПРОГРАМНІ ВИМОГИ ДО ЗАЛІКУ

**“ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ОБРАНОГО ВИДУ СПОРТУ ТА СПОРТИВНО-
ПЕДАГОГІЧНОГО ВДОСКОНАЛЕННЯ”**

для студентів рівня вищої освіти «Бакалавр»

спеціальність 014 Педагогічна освіта (фізична культура)

для студентів 2 курсу спеціалізація спортивні види боротьби

Залікові вимоги:

З У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен.

Знати: основи техніки у всіх видах боротьби, принципи, засоби та методи підготовки спортсменів у спортивних видах боротьби; методику навчання техніко-тактичних дій в дзюдо, самбо, греко-римській та вільній боротьбі. Особливості матеріально-технічного забезпечення підготовки спортсменів, особливості підготовки жінок, особливості педагогічної діяльності тренера, основи управління підготовкою спортсменів, основи прогнозування та моделювання у спортивних видах боротьби, тощо.

Вміти: застосовувати у практичній діяльності одержані знання, використовувати сучасні засоби і методи спортивного тренування в підготовці спортсменів до участі в змагальній діяльності.

Поточний контроль здійснюється під час проведення практичних та семінарських занять в усній та формі тематичних тестувань.

1. Опитування.
2. Виконання письмових робіт (тестування).
3. Виконання практичних завдань.
4. Написання контрольної роботи (для студентів заочної форми навчання).
5. Підсумковий контроль – залік.

Залікові питання

1. Теоретико-методичні основи навчання руховим діям в усіх видах спортивної боротьби (греко-римська боротьба, вільна боротьба, дзюдо, самбо).
2. Методика навчання техніки основним технічним діям у стійці в обраному виді боротьби.
3. Методика навчання основним технічним діям у партері в обраному виді боротьби.
4. Основні помилки, які виникають під час вивчення техніко-тактичних дій у спортивних видах боротьби.
5. Визначення поняття технічна підготовка та її засоби у спортивних видах боротьби.
6. Визначення поняття тактична підготовка та її засоби у спортивних видах боротьби.
7. Засоби спортивного тренування у спортивних видах боротьби.
8. Методи вдосконалення тактико-технічної підготовленості.
9. Методи використання різноманітних вправ в процесі навчання борців.

10. Види занять, які проводяться в ході багаторічної спортивної підготовки борців.
11. Склад і характеристика позаурочних занять у спортивній боротьбі.
12. Завдання і характеристика навчальних занять.
13. Завдання і характеристика навчально-тренувальних занять.
14. Структурні компоненти тренувального заняття. Основи побудови тренувальних занять в спортивних видах боротьби.
15. Види та зміст педагогічного контролю.
16. Основи поточного контролю техніко-тактичного арсеналу борців під час змагань.
17. Методика визначення показників активності, під час ведення сутички символи позначення технічних дій борців.
18. Методика визначення показників ефективності та надійності ведення сутички, символи позначення технічних дій борців.
19. Принципи підготовки спортсменів у спортивних видах боротьби.
20. Методика навчання виконання техніко-тактичних дій у спортивних видах боротьби, зв'язок та комбінацій.
21. Основні помилки, які виникають під час вивчення техніко-тактичних дій.
22. Методика навчання виконання зв'язок та комбінацій у спортивних видах боротьби. у спортивних видах боротьби, основні помилки, які виникають під час вивчення.
23. Основні принципи навчання: систематичності, послідовності, доступності, наочності, науковості в навчально-тренувальному процесі борців.
24. Що являють собою поняття: знання, вміння, навички.
25. Принципи побудови навчального процесу.
26. Засоби і методи вдосконалення функціональних можливостей.
27. Класифікація тактики в спортивній боротьбі.
28. Класифікація тактики сутички в спортивній боротьбі.
29. Стратегія та тактика змагальної діяльності у спортивних видах боротьби.
30. Аналіз прикладів тактичних рішень в обраному виді боротьби.

31. Основи методики теоретичної підготовки спортсменів у спортивних видах боротьби.
32. Основні технічні дії у розділах спортивних видів боротьби.
33. Теоретико-методичні основи навчання руховим діям. Методика навчання техніки кидку.
34. Характеристика тренувального заняття. Типи тренувальних занять у спортивних видах боротьби.
35. Структурні компоненти тренувального заняття. Основи побудови тренувальних занять в спортивних видах боротьби.
36. Основи методики психічної підготовки спортсменів у спортивних видах боротьби.
37. Управління передстартовими станами у спортивних видах боротьби.
38. Вдосконалення спортивної майстерності кваліфікованих спортсменів у спортивних видах боротьби.
39. Перспективне, поточне та оперативне планування підготовки спортсменів у спортивних видах боротьби.
40. Облік спортивного тренування у спортивних видах боротьби.
41. Мета, завдання, види та технологія контролю в підготовці спортсменів у спортивних видах боротьби.
42. Контроль за технічною, фізичною, тактичною, психічною та теоретичною підготовленістю спортсменів у спортивних видах боротьби.

Розподіл балів, які отримують студенти з ТіМОВС

для заліку (0-100 балів)

1. Опитування на семінарах – 10 балів
2. Модуль 1 – 10 балів
3. Модуль 2 – 10 балів
4. Виконання практичних завдань (участь у змаганнях, спортивно-масових заходах, суддівстві, показових виступах) – 30 балів
5. Виконання самостійної роботи (реферати, конспекти, обґрунтування, публікації) – 30 балів

Примітка. Відвідування до 10 балів заохочення за відсутність пропущених занять. Відсоток відвідування (10% - 1 бал, 30 % - 3 бали, 70% - 7 балів).

Розподіл балів, які отримують студенти з СПВ

Залікові вимоги:

- студенти повинні відвідувати заняття з дисципліни «Спортивно-педагогічне вдосконалення»;
- студенти повинні брати участь спортивно-масових заходах кафедри, університету, міста, області;
- студенти повинні брати участь змаганнях різного рангу;
- виконувати та підтверджувати нормативи, які відповідають спортивним розрядам, спортивним званням, та суддівським категоріям;
- студенти повинні знати нормативи з загальної фізичної підготовки та спеціальної фізичної підготовки;
- обов'язковою вимогою для отримання заліку є наявність щоденника тренувальних навантажень, страхового полісу та довідки про проходження медогляду.

Розподіл балів, які отримують студенти

1. Участь у змаганнях (див. табл.).

Зайняте місце	Олімпійські Ігри	Чемпіонати серед дорослих				Кубки серед дорослих				Чемпіонати (першості) серед юніорів				Кубки серед юніорів		Універсіади світу	Універсіади Європи	Універсіади України	Універсіади області
		світу	Європи	України	області	світу	Європи	України	області	світу	Європи	України	області	світу	Європи				
	600	480	300	60	15	240	50	40	8	240	150	30	10	120	75	180	50	15	
	520	416	260	52	12	208	30	36	6	208	130	26	7	104	65	150	30	12	
	440	352	220	44	10	176	20	32	5	176	110	22	5	90	55	120	20	10	
	360	288	180	36	8	144	15	28	4	144	90	18	-	75	45	100	15	8	
	320	256	160	32	6	128	10	24	3	128	80	16	-	65	40	90	10	6	
	280	224	140	28	4	112	5	22	2	112	70	14	-	55	35	80	5	4	
	240	192	130	24	-	96	-	20	-	96	65	12	-	45	30	70	-	-	
	200	160	120	20	-	80	-	-	-	80	60	10	-	38	25	60	-	-	
	160	140	100	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	120	120	80	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	80	100	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	40	80	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	

Участь у спортивно-масових заходах.

Участь у кожному спортивно-масовому заході (ярмарку спорту, олімпійському уроці, показові виступи з виду спорту, тощо) оцінюється в 5 балів.

2. Виконання та підтвердження нормативу з виду спорту.

За виконання нормативів (вперше):

- заслужений майстер спорту України (ЗМС) – 80 балів;
- майстер спорту міжнародного класу (МСМК) – 60 балів;
- майстер спорту України (МСУ) – 30 балів;
- кандидат в майстри спорту (КМС) – 15 балів;
- I розряд – 8 балів
- II розряд – 6 балів.

За підтвердження нормативів:

- майстер спорту міжнародного класу (МСМК) - 30 балів;
- майстер спорту України (МСУ) – 15 балів.

- кандидат в майстри спорту (КМС) – 8 балів;
- I розряд – 4 бали;
- II розряд – 3 бали.

Член збірної команди України – 60 балів.

Кандидат у збірну команду України – 40 балів.

Резерв збірної команди України – 20 балів.

4. Нормативи з загальної фізичної підготовки та спеціальної фізичної підготовки (при необхідності).

Нормативи з ЗФП та СПФ приймаються відповідно до нормативів для вступу в ЛДУФК з спеціалізації.

Розподіл балів, які отримують студенти для заліку

Вид роботи	Поточне тестування та самостійна робота							
	Змістовий модуль №1				Змістовий модуль №2			
	T1	T2	T3	Сума	T4	T5	T6	Сума
Відвідування	7	7	6	20	7	7	6	20
Опитування	5	5	-	10	3	3	4	10
Виконання письмових робіт (тестування)	10	10	-	20	10	-	10	20
Виконання практичних завдань	5	5	5	15	5	5	5	15
Спортивно-масові заходи та суддівство	-	5	-	5	5	-	-	5
Поточний залік (модуль)	10	10	10	30	10	10	10	30
Разом (ТіМОВС)	37	42	21	100	40	25	35	100
Виконання практичних вимог з СПВ*	100			100	100			100
Середній бал «ТіМОВС та СПВ»				100				100

Примітка. 1. Відвідування (20 балів); 2. Опитування на семінарських заняттях (10 балів); 3. Виконання письмових (самостійних) робіт (20 балів); 4. Виконання практичних завдань (15 балів); 5. Спортивно-масові заходи та суддівство (5 балів); 6. Поточний залік (30 балів).

Сума балів з Розділу «ТіМОВС» додається до суми балів з Розділу «СПВ» та ділиться на 2, що і складає поточні залікові бали.