


МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ТАВРІЙСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ В.І. ВЕРНАДСЬКОГО

Загальноузузівська кафедра фізичного виховання, спорту і здоров'я людини

ЗАТВЕРДЖУЮ
Голова Приймальної комісії
В.П. Казарін
«26» _____ 2021 р.

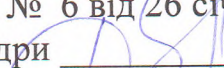


ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНИХ ДИСЦИПЛІН

для проведення фахового випробування для вступу на навчання за освітнім ступенем «магістр» спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» (освітня програма «Фізична культура і спорт») на основі освітнього ступеня «бакалавр», «магістр» та ОКР «спеціаліст»

УХВАЛЕНО:

на засіданні загальноузузівської кафедри
фізичного виховання, спорту і здоров'я людини
Протокол № 6 від 26 січня 2021 р.
Зав. кафедри _____ Н.А. Добровольська



Програма фахового випробування для вступу на навчання за освітнім ступенем «магістр» спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» (освітня програма «Фізична культура і спорт») на основі освітнього ступеня «бакалавр», «магістр» або ОКР «спеціаліст». – К.: ТНУ імені В.І. Вернадського, 2021. - 8 с.

Укладачі:

М.М. Ястребов – к.п.н., доцент загальноузовівської кафедри фізичного виховання, спорту і здоров'я людини.

Л.С. Кравченко – к.п.н., доцент загальноузовівської кафедри фізичного виховання, спорту і здоров'я людини.

Рецензенти:

Н.А. Добровольська – д.псих.н., доцент, завідувач загальноузовівської кафедри фізичного виховання, спорту і здоров'я людини.

І.П. Радомський – к.п.н., доцент загальноузовівської кафедри фізичного виховання, спорту і здоров'я людини.

Розглянуто та ухвалено на засіданні Вченої Ради Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського, протокол № 7 від «26» лютого 2021 р.

ЗМІСТ

I. Загальні положення	4
II. Організаційно-методичні рекомендації.....	4
III. Критерії оцінювання знань	5
IV. Перелік питань із «Теорія спортивної підготовки»	5
V. Список джерел для підготовки до вступних випробувань	7

I. Загальні положення

Додатковий фаховий іспит має на меті перевірити рівень теоретичних знань із з навчальної дисципліни «Теорія спортивної підготовки», набутих абітурієнтами протягом навчання.

Знання вступників із теорії спортивної підготовки оцінюються максимум у 200 балів. Мінімальний прохідний бал – 100.

Абітурієнт повинен **знати**:

- основні поняття теорії спортивної підготовки;
- структуру та зміст системи підготовки спортсменів високої кваліфікації;
- засоби спортивної підготовки для збереження і зміцнення здоров'я людини;
- загальні основи навчання фізичних вправ і методикау вдосконалення фізичних якостей;
- систему спортивного відбору та орієнтації, спортивних тренувань та змагань, позатренувальних та позазмагальних чинників у спортивній підготовці;
- зміст окремих сторін підготовки спортсменів;
- основи системи спортивного відбору та орієнтації, спортивних тренувань та змагань, позатренувальних та позазмагальних чинників у спортивній підготовці, закономірностей зміни тренуваності спортсменів;
- основи теорії адаптації у спортивній підготовці, втомлення і відновлення при м'язовій діяльності.

II. Організаційно-методичні рекомендації

Вступний іспит полягає у письмовій відповіді на тестові завдання одного рівня складності, що дозволяють перевірити у вступника відповідні теоретичні знання, якими повинен володіти фахівець спеціальності 017 «Фізична культура та спорт» для навчання в магістратурі.

Обсяг часу, відведений на виконання завдань вступного іспиту – 2 академічні години.

III. Критерії оцінювання знань абітурієнтів

Оцінювання за результатами вступного іспиту здійснюється членами екзаменаційної комісії на основі отриманих відповідей на питання тестів за бальною системою.

Екзаменаційне завдання складається з 50 тестових завдань за тематикою питань, наведених у п. IV. Кожне питання має варіанти відповідей, серед яких лише одна є правильною.

Максимально можлива кількість балів за правильні відповіді на всі завдання – 200. Абітурієнти, які набрали менше 100 балів, до вступу не допускаються.

IV. Перелік тем з дисципліни «Теорія спортивної підготовки» для вступу на навчання:

1. Спортивна підготовка.
2. Система підготовки спортсменів.
3. Етапи багаторічної системи спортивної підготовки.
4. Основні завдання спортивної підготовки.
5. Макроцикли.
6. Основні засоби спортивної підготовки.
7. Тренування.
8. Методи засвоєння спортивної техніки.
9. Спеціальна фізична підготовка.
10. Координаційні здібності.
11. Спортивна техніка.
12. Рухові уміння.
13. Рухові навички.
14. Спортивна тактика.
15. Психологічна підготовка:

16. Спортивні здібності.
17. Методи спортивного відбору.
18. Організація і проведення спортивних змагань.
19. Система відновлення і підвищення працездатності спортсменів.
20. Тренованість.
21. Відновлення фізичного та психічного потенціалу спортсмена після фізичних навантажень.
22. Тренувальний цикл.
23. Фізичні вправи.
24. Витривалість.
25. Принципи спортивного тренування.
26. Технічна підготовленість.
27. Фізична підготовка.
28. Спортивний відбір.
29. Спортивна форма.
30. Основні завдання етапу початкової підготовки (початкового навчання).
31. Ігровий метод.
32. Розвиток швидкості.
33. Виховання морально-вольових якостей.
34. Характеристика рухів.
35. Адаптація у спорті.
36. Відновлення.
37. Стомлення.
38. Об'єктивні ознаки втоми.
39. Психологічні обстеження у спортивному відборі.
40. Типи адаптації:
41. Спортивне тренування.
42. Спортивна підготовка у сфері масового спорту.
43. Антропометричні обстеження.
44. Передстартова лихоманка.
45. Методи навчання.

V. Список джерел для підготовки до вступних випробувань

1. Волков Л.В. Основи спортивної підготовки дітей і підлітків / Л.В. Волков – К.: Вища школа, 1993. – 152 с.
2. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В.Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 1997. – 461 с.
3. Костюкевич В. М. «Теорія і методика спортивної підготовки» (на прикладі командних ігрових видів спорту). Навчальний посібник / В. М. Костюкевич – Вінниця: Планер, 2014 – 616 с.
4. Веселовський А.П. Теорія і методика обраного виду спорту: навчально-методичний посібник / Веселовський А.П., Максим'як В.М., Михайловський О.Б. – Дрогобич : Редакційно-видавничий відділ Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка, 2012. – 126 с.
5. Келлер В.С. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів / Келлер В.С., Платонов В.М. – Л.: Українська спортивна Асоціація, 1992. – 269 с.
6. Келлер В.С. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів/ Келлер В.С., Платонов В.М. – Л.: Українська спортивна Асоціація, 1992. – 269 с.
7. Матвеев Л.П. Основи общей теории спорта и системы подготовки спортсменов // Л.П. Матвеев. – К.: Олимпийская литература, 1999. – 317 с.
8. Платонов В.М. Фізична підготовка спортсмена / Платонов В.М., Булатова М.М. – К.: Олімпійська література, 1995. – 320 с.
9. Платонов В.Н. Спорт высших достижений и подготовка национальных команд к олимпийским играм / В.Н. Платонов. – М.: Советский спорт, 2010. – 310 с.
10. Ашмарин Б. А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании: [пособ. для студ., аспирантов и преподавателей] / Ашмарин Б.А. – М.: Физкультура и спорт, 1978. – 233 с.
11. Платонов В.Н. Теория и методика спортивной подготовки. – К.: Вища школа. Головное изд-во, 1984. – 352 с.

12. Иванов В.В. Комплексный контроль в подготовке спортсменов / Иванов В.В. – М.: ФиС, 1987. – 256 с.

13. Сич В.Л. Современная система спортивной подготовки / В.Л. Сич, А.С. Хоменков, Б.Н. Шустин. – М.: 1994. – 446 с. Інформаційні ресурси

14. <http://www.noc-ukr.org/>

15. <http://www.olympic.org/>

16. <http://lib.sportedu.ru/>

17. <http://www.nbu.gov.ua>