МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Харківський національний педагогічний університет

імені Г. С. Сковороди

«З А Т В Е Р Д Ж У Ю»

Голова приймальної комісії,

ректор ХНПУ імені Г. С. Сковороди

_____ Ю. Д. Бойчук

« 15 » березня 2021 року

Програма та критерії оцінювання

фахового вступного випробування

з «Теорії та методики спортивного тренування»

для вступників на здобуття ступеня «магістр»

за спеціальністю **017 «Фізична культура і спорт»**

освітня програма «Фізична культура і спорт»

Харків – 2021

ПРОГРАМА
ФАХОВОГОГО ВСТУПНОГО ВИПРОБУВАННЯ
З «ТЕОРІЇ ТА МЕТОДИКИ СПОРТИВНОГО ТРЕНУВАНННЯ»
для здобуття освітнього ступеня «магістр»
за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт

Фахове вступне випробування для здобуття освітнього ступеня «магістр за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт за освітньою програмою «Фізична культура і спорт» проводиться з метою оцінки рівня підготовленості вступників із конкурсного предмету «Теорія і методика спортивного тренування».

Питання вступного випробування відповідають необхідному рівню сформованості загальних і професійних (фахових) компетентностей, що визначають здатність здобувача успішно здійснювати професійну та подальшу навчальну діяльність і є результатом навчання на певному рівні вищої освіти. Зміст питань відповідає програмі з «Теорії і методики спортивного тренування» й охоплює всі її розділи. Завдяки цьому є можливість визначити рівень оволодіння вступниками всім обсягом програмового матеріалу. Фахове вступне випробування проводиться у формі іспиту. Кожному вступнику потрібно відповісти на три питання екзаменаційного білету. На підготовку відповідей на питання випробування відводиться не більше 30 хвилин. У процесі підготовки відповідей заборонено використання підручників, посібників, довідкової літератури, підказування. Інформація про результат іспиту оголошується вступникові в день її проведення.

Питання до фахового вступного випробування

1. Спортивне тренування як педагогічний процес: мета, завдання, основні функції та структура.
2. Загальна характеристика основних сторін, видів і різновидів спортивної підготовки.
3. Проблема всебічної підготовки в спорті.
4. Спортивні заняття як основна організаційна форма спортивної підготовки.
5. Загальна характеристика типів, видів і різновидів спортивних занять.
6. Форма і зміст занять: їхня єдність і взаємозв’язок.
7. Характеристика складових компонентів структури спортивного заняття.
8. Сутність розминки й «заминки».
9. Сутність фізичної підготовки.
10. Загальна та спеціальна фізична підготовка.
11. Загальна фізична підготовка: мета, завдання, характеристика засобів і методів.
12. Спеціальна фізична підготовка: мета, завдання, характеристика засобів і методів.
13. Співвідношення засобів загальної та спеціальної фізичної підготовки.
14. Оптимальний підбір найбільш ефективних засобів і методів загальної та спеціальної фізичної підготовки.
15. Засоби фізичної підготовки спортсменів: принципи підбору та класифікація.
16. «Перенесення» рухових навичок.
17. Методи фізичної підготовки: їхня сутність, класифікація та особливості впливу на рівень підготовленості спортсменів.
18. Визначення «ведучої» фізичної якості спортсмена та її взаємозв’язок з іншими.

19. Проблема переносу фізичних якостей.

20. Структурна характеристика витривалості (сили, спритності, швидкості, гнучкості) і визначення її видів.

21. Основні компоненти витривалості (сили) і їхній рівень у різних видах спорту.

22. Вікові особливості розвитку фізичних якостей у спортивному тренуванні.

23. Сутність і загальна характеристика «технічної підготовки».

24. Етапи технічної підготовки.

25. Загальні основи та принципи навчання в спортивному тренуванні.

26. Зміст загальної фізичної підготовки спортсменів.

27. Зміст спеціальної фізичної підготовки спортсменів.

28. Співвідношення загальної та спеціальної підготовки.

29. Сутність і загальна характеристика тактичної підготовки спортсменів.

30. Етапи вдосконалення тактичної майстерності.

31. Зміст загальної фізичної підготовки з тактичною спрямованістю.

32. Зміст спеціальної фізичної підготовки з тактичною спрямованістю.

33. Види тактичної підготовки спортсменів на прикладі обраного виду спорту.

34. Сутність і загальна характеристика психологічної підготовки спортсменів.

35. Основні компоненти психологічної підготовки.

36. Проблеми вольової підготовки.

37. Зміст спеціальної фізичної підготовки з психологічною спрямованістю.

38. Сутність і загальна характеристика теоретичної підготовки.

39. Сутність, структура й загальна характеристика працездатності.

40. Сутність і загальна характеристика динаміки працездатності.

41. Основи методології дослідження динаміки працездатності спортсменів.

42. Динаміка працездатності спортсменів і ритмічні коливання рівня фізіологічної активності його організму.

43. Сутність, структура й загальна характеристика спортивного навантаження.

44. Види фізичних навантажень.

45. Навантаження фізичне й функціональне.

46. Психологічне навантаження в спорті.

47. Сутність рухової дії, фізичного впливу й характеристика видів рухових дій.

48. Відповідність фізичних навантажень завданням (на прикладі обраного виду спорту).

49. Відповідність психологічних і функціональних навантажень завданням тренування (на прикладі обраного виду спорту).

50. Граничні навантаження.

51. Поняття перенавантаження.

52. Поняття форсованих навантажень.

53. Вікові особливості спортсменів і фізичні навантаження.

54. Відпочинок як основний компонент структури фізичного навантаження й характеристика його видів.

55. Метод як певне взаємопоєднання закономірностей побудови фізичних впливів і відпочинку.

56. Проблема збільшення функціональних резервів спортсменів.

57. Суб’єктивне й об’єктивне вираження втоми.

58. Відновлення працездатності спортсменів.

59. Спосіб адаптації як взаємопоєднання закономірностей протікання процесів втоми й відновлення.

60. Основні форми динаміки фізичного та функціонального навантаження та їх взаємозв’язок.

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ
ФАХОВОГО ВСТУПНОГО ВИПРОБУВАННЯ

Бали	**Кількість правильних відповідей**	**Характеристика відповіді**
190 – 200 балів	Від 95% до 100% правильних відповідей	Вступник демонструє всебічні, систематизовані та глибокі знання з предмета; уміє застосовувати їх на практиці; спроможний доводити правильність своєї відповіді переконливою аргументацією. Відповідь вступника повна, логічна, послідовна, не містить помилок або має незначні огріхи.
172 – 189 балів	Від 81% до 94% правильних відповідей	Вступник демонструє всебічні, глибокі знання, уміє застосовувати їх на практиці. Вільно висловлює власні думки, аргументовано відповідає на поставлені запитання. Відповідь вступника повна, логічна, послідовна, Вступник може припускатися незначних огріхів.
154 – 171 балів	Від 67% до 80% правильних відповідей	Вступник демонструє глибокі знання з предмета, вправно застосовує їх на практиці; уміє доводити правильність своєї відповіді. Відповідь вступника повна, логічна, але містить деякі неточності.

136 – 153 балів	Від 53% до 66% правильних відповідей	Вступник виявляє загалом добрі знання з предмета, досить успішно виконує передбачені програмою завдання; оперує основними поняттями, уміє робити висновки. Відповідь вступника повна, але недостатньо чітка, містить незначні помилки.
118 – 135 балів	Від 39% до 52% правильних відповідей	Вступник відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання та розуміння основних положень, але пояснення не лаконічні, не повні. Під час відповіді абітурієнт припускається помилок.
100 – 117 балів	Від 25% до 38% правильних відповідей	Вступник має прогалини в знаннях навчального матеріалу з дисципліни. Відповідь не повна, потребує уточнень і додаткових запитань; вступник не вміє самостійно зробити висновків, припускається значних помилок під час відповіді.
Менше 100 балів **Не склав**	Від 0% до 24% правильних відповідей	Вступник володіє теорією на фрагментарному рівні, під час виконання завдань припускається принципових помилок. Вступник не здатний орієнтуватися в програмовому матеріалі.