

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ТЕРНОПІЛЬСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВОЛОДИМИРА ГНАТЮКА

ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

В.о. ректора

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Надія ДРОБИК

26 квітня 2024



ПРОГРАМА
ДОДАТКОВОГО ВСТУПНОГО ВИПРОБУВАННЯ
ЗІ СПЕЦІАЛЬНОСТІ 017 ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ
при вступі на навчання для здобуття ступеня «Доктор філософії»

Тернопіль, 2024

Програма додаткового вступного випробування зі спеціальності 017 фізична культура і спорт при вступі на навчання для здобуття ступеня «Доктор філософії» / А.В. Огнистий, П.І. Ладика, С.В. Гуменюк – Тернопіль: вид- й відділ ТНПУ, 2024. – 12 с.

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Додаткове вступне випробування має на меті перевірити рівень знань вступників з фахових дисциплін за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт». Додаткове вступне випробування проводиться у вигляді усної відповіді, яка оцінюється за 100-бальною шкалою оцінювання знань (від 100 до 200 балів) та триває 90 хв. Програма екзамену складається з питань з фахових дисциплін за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт»..

РОЗДІЛ 1.
ОСНОВИ ТЕОРІЇ ТА МЕТОДИКИ СПОРТИВНОГО
ТРЕНУВАННЯ

1. Що таке спорт, його визначення, ознаки і соціальні функції.
2. Описати методику навчання техніки спортивної ходьби.
3. Характеристика змагань і змагальної діяльності в спорті (роль змагань в спорті, класифікація видів спорту, види змагань).
4. Описати методику навчання техніки ведення м'яча в баскетболі.
5. Перерахуйте та дайте характеристику умов, що впливають на змагальну діяльність спортсменів (наведіть приклади з обраного виду спорту).
6. Описати методику навчання техніки стрибка ноги нарізно (кінь в ширину).
7. Дайте характеристику первинного відбору і орієнтації на першому етапі багаторічної підготовки, наведіть приклади з обраного виду спорту.
8. Описати методику навчання техніки перекиду вперед.
9. Перерахуйте і розкрийте основні завдання, що вирішуються в процесі спортивної підготовки.
10. Описати методику навчання техніки стійки на голові.
11. Дайте характеристику специфічним принципам спортивного тренування: спрямованості до вищих досягнень, поглибленої спеціалізації, безперервності тренувального процесу (наведіть приклади з обраного виду спорту).
12. Описати методику навчання техніки приймання і передачі м'яча двома руками зверху.
13. Дайте характеристику принципам: принципу єдності поступовості збільшення навантаження і тенденції до максимальних навантажень, хвилеподібності і варіативності навантажень, циклічності процесу підготовки (наведіть приклади з обраного виду спорту).
14. Описати методику навчання техніки прямого нападаючого удару.

15. Дайте характеристику принципам: єдності і взаємозв'язку структури змагальної діяльності і структури підготовленості, єдності і взаємозв'язку тренувального процесу і змагальної діяльності з позатренувальними факторами (наведіть приклади з обраного виду спорту).
16. Описати методика навчання техніки блокування у волейболі.
17. Поясніть загальну структуру багаторічної підготовки і чинники, що її визначають, на прикладі обраного виду спорту.
18. Описати методика навчання техніки кидка м'яча в русі в баскетболі.
19. Охарактеризуйте особливості побудови тренування на етапі початкової підготовки у процесі багаторічного вдосконалення, на прикладі обраного виду спорту.
20. Описати методика навчання техніки стрибка з розбігу способом «зігнувши ноги».
21. Охарактеризуйте зміст тренувального процесу у змагальному періоді в групах спортивного вдосконалення, на прикладі обраного виду спорту.
22. Описати методика навчання техніки метання м'ячика.
23. Дайте характеристику фізичних навантажень, що застосовуються у спортивному тренуванні (спрямованість спортивних навантажень, компоненти навантажень, навантаження на окремих заняттях).
24. Описати методика навчання техніки стрибка у висоту способом «переступання».
25. Тестові завдання з теорії і методики спортивного тренування (вимоги до показників).
26. Описати методика навчання техніки лазіння по канату в три прийоми.
27. Дайте характеристику управлінню в системі підготовки спортсменів (мета, об'єкт, види), на прикладі обраного виду спорту.
28. Описати методика навчання техніки плавання кролем на грудях.
29. Дайте характеристику швидкісних здібностей і методики їх розвитку в обраному виді спорту.

- 30.Описати методику навчання техніки плавання кролем на спині.
- 31.Прогнозування в спорті, його види і методи (особливості в обраному виді спорту).
- 32.Описати методику навчання техніки плавання брасом.

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ЗНАНЬ ВСТУПНИКІВ

180-200 балів виставляється тоді, коли при вирішенні навчального завдання абітурієнт вірно відповідає на поставлені питання, точно формулює визначення, самостійно обґрунтовує та ілюструє прикладами певні положення дисципліни. Відповідь повна і логічно викладена з баченням зв'язків між знаннями та практикою, з рухом думки від загального до часткового (від визначень до прикладів). Абітурієнт може самостійно робити висновки та узагальнення. Абітурієнт грамотно і вільно пояснює навчальний матеріал, допустив не більше однієї незначної неточності у висвітленні питання.

160-179 балів виставляється за повну відповідь на запитання. Завдання розв'язано б самостійно і правильно, але без розкриття загальних закономірностей, які розповсюджуються на цю групу явищ. Навчальний матеріал опанований добре, абітурієнт може самостійно виправити припущені у відповіді несуттєві помилки, а також робити висновки та узагальнення. Відсутні грубі помилки. Допускається двітри неточності у відповіді, незначне відхилення від теми.

140-159 балів – оцінюється відповідь, що свідчить переважно про знання і розуміння навчального матеріалу, але неспроможність абітурієнта використовувати ці знання при аналізі поставленої проблеми. Проблема в цілому розкрита, але в загальних рисах. У відповіді є посилання на матеріал, викладений у підручниках, але відсутнє узагальнення. Припущені відхилення від теми і спостерігаються порушення у послідовності викладання матеріалу. Абітурієнт не володіє понятійним апаратом. У відповіді є одна або дві грубі помилки і декілька недоліків, які, як правило, супроводжують грубі помилки.

125-139 балів – вступник не оволодів основними теоретичними положеннями теми, понятійним апаратом, не володіє прийомами вірного рішення проблеми, що розглядається, відповідає вірно лише на деякі складові питання, навчальне завдання з виконано частково або, переважно, невірно. Спостерігається розуміння сутності питання, але без його теоретичного обґрунтування, намагання адаптувати навчальний матеріал до запропонованої ситуації. Відповідь складається з плутаного переказу окремих явищ без висновків та узагальнень або із загальних положень, що не розкривають суть запитання. Відповідь абітурієнта свідчить про механічне запам'ятовування навчального матеріалу.

100-124 бали – вступник має знання, проте не розуміє термінів, не розрізняє їх, схематично будує відповідь на поставлені питання, відсутня орієнтація в сучасних наукових дослідженнях в галузі «Фізичне виховання і спорт», теоретичні положення не підкріплюються прикладами.

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

1. Біомеханічні основи техніки фізичних вправ / А.М. Лапутін, М.О. Носко, В.О. Кашуба. – К.: Науковий світ, 2001. – 201 с.
2. Бомпа Т. Подготовка юных чемпионов / Т. Бомпа. – М.: АСТ; Астрель, 2003. – 259 с.
3. Бондарчук А.П. Периодизация спортивной тренировки / А.П. Бондарчук. – К.: Олимпийская литература, 2005. – 304 с.
4. Вілмор Дж. Х. Фізіологія спорту / Дж. Х. Вілмор, Д.Л. Костілл. – К.: Олімпійська література, 2003. – 656 с.
5. Вайнбаум Я.С. Дозирование физических нагрузок. – М.: Просвещение, 1991. – 64 с.
6. Волков Л.В. Основы спортивной подготовки детей и подростков. – К.: Вища школа, 1993. – 153 с.
7. Волков Л.В. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант / Л.В. Волков. – К.: Вежа, 1997. – 128 с.
8. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта / Л.В. Волков. – К.: Олимпийская литература, 2002. – 294 с.
9. Гавердовский Ю.К. Обучение спортивным упражнениям. Биомеханика. 7 Методология. Дидактика / Ю.К. Гавердовский. – М.: Физическая культура и спорт, 2007. – 912 с.
10. Герцик М.С. Вступ до спеціальностей галузі «Фізичне виховання і спорт»: Навч. посіб. / М.С. Герцик, О.М. Вацеба. – Л.: Українські технології, 2002. – 232 с.
11. Губа В.П. Индивидуализация подготовки юных спортсменов / В.П. Губа, П.В. Квашук, В.Г. Никитушкин. – М.: Физкультура и спорт, 2009. – 276 с.
12. Демінський О.Ц. Дидактичні основи оптимізації спортивного тренування: Монографія / О.Ц. Демінський. – К.: Вища школа, 2001. – 238 с.
13. Зациорский В.М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания / В.М. Зациорский. – 3-е изд. – М.: Физкультура и спорт, 2009. – 200 с.
14. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов / Л.П. Матвеев. – К.: Олимпийская литература, 1999. – 319 с.
15. Мильнер Е.Г. Формула жизни: Медико-биологические основы оздоровительной физической культуры / Е.Г. Мильнер. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 112 с.
16. Мищенко В.С. Функциональные возможности спортсменов / В.С. Мищенко. – К.: Здоров'я, 1990. – 200 с.
17. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера. Наука побеждать / Н.Г.

Озолин. – М.: Астрель, 2004. – 863 с.

18. Основы теории и методики физической культуры / Учебник для техникумов физической культуры / Под ред. А.А.Гужаловского. – М.: Физкультура и спорт, 1986. – 319 с.

19. Педагогика физической культуры и спорта: учебник / под ред. С.Д. Неверковича. – М.: Физическая культура, 2006. – 528 с.

20. Платонов В.Н. Допинг и эргогенные средства в спорте / В.Н. Платонов. – К., Олимпийская литература, 2003. – 576 с.

21. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В.Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 1997. – 583 с.

22. Платонов В.Н. Олимпийский спорт / Платонов В.Н., М.М. Булатов, С.Н. Бубка. – К.: Олимпийская литература, 2009. – т. 1 – 736 с.

23. Платонов В.Н. Олимпийский спорт / Платонов В.Н., М.М. Булатов, С.Н. Бубка. – К.: Олимпийская литература, 2009. – т. 2 – 696 с.

24. Платонов В.Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение / В.Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 2013. – 624 с.

25. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / В.Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 2004. – 808 с.

26. Платонов В.Н. Физическая подготовка спортсмена / В.Н. Платонов, М.М. Булатова. – К.: Олимпийская литература, 1995. – 320 с.

27. Ратов И.П. Биомеханические технологии подготовки спортсменов / И.П. Ратов, Г.И. Попов, А.А. Логинов, Б.В. Шмонин. – М.: Физкультура и спорт, 2007. – 120 с.

28. Романенко В.А. Двигательные способности человека / Романенко В.А.. – Донецк: Новый мир, УКЦентр, 1999. – 336 с.

29. Рыбковский А.Г. Управление двигательной активностью человека / А.Г. Рыбковский. – Донецк: ДонГУ, 1998. – 300 с.

30. Сергієнко Л.П. Тестування рухових здібностей школярів / Л.П. Сергієнко. – К.: Олімпійська література, 2001 – 439 с.

31. Сухарев А.Г. Здоровье и физическое развитие детей и подростков / А.Г. Сухарев. – М.: Медицина, 1991. – 272 с.

32. Теория и методика физического воспитания. Том 2. Методика физического воспитания различных групп населения / Под.ред. Т.Ю.Круцевич. – К.: Олимпийская литература, 2003. – 392 с.

33. Уильямс М. Эргогенные средства в системе спортивной подготовки / М. Уильямс. – К.: Олимпийская литература, 1997. – 256 с.

34. Фізична культура в школі: методичний посібник /за заг. ред. С.М. Дятленка. – К.: Літера ЛТД, 2009. – 176 с.
35. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие. / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Академия, 2001. – 480 с.
36. Хрипкова А.Г. Возрастная физиология и школьная гигиена / А.Г. Хрипкова, М.В. Антропова, Д.А. Фарбер. – М.: Просвещение, 1990. – 320 с.
37. Шахлина Л.Г. Медико-биологические основы спортивной тренировки женщин / Л.Г. Шахлина. – К.: Наук. думка, 2001. – 328 с.
38. Шинкарук О.А. Отбор спортсменов и ориентация их подготовки в процессе многолетнего совершенствования (на материале олимпийских видов спорта) / О.А. Шинкарук. – К.: Олимпийская литература, 2011. – 360 с.
39. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б.М. Шиян. – Частина 1. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2001. – 272 с.
40. Шиян Б.М. Теорія і методика наукових педагогічних досліджень у фізичному вихованні та спорті: Навчальний посібник / Б.М. Шиян, О.М. Вацеба. – Тернопіль: Навчальна книга. – Богдан, 2008. – 276 с.
41. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б.М. Шиян, І.О. Омеляненко. – Т.: Навчальна книга – Богдан, 2012. – Ч. 2. – 303 с.
42. Шкребтій Ю.М. Управління тренувальними і змагальними навантаженнями спортсменів високого класу / Ю.М. Шкребтій. – К.: Олімпійська література, 2005. – 257 с.
43. Santana, J.C. (2016). *Functional Training*. Champaign, IL: Human Kinetics, 273 p.
44. Santonja, M.F.M., Canteras, J.M. and Rodriguez, G.P.L. (2007). Effects of frequency of static stretching on straight-leg raise in elementary school children. *The Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 47, pp. 304-308.
45. Sarabon, N. (2012). Balance and stability training. In: J.R. Hoffman, ed., *NSCA's guide to program design*, 1st ed. Champaign, IL: Human Kinetics, pp. 185-214.
46. Savage, B. and Pyne, D.B. (2013). Swimmers. In: R.K. Tanner and Ch.J. Gore, eds., *Physiological Tests for Elite Athletes*, 2nd ed. Champaign, IL: Human Kinetics, pp. 435-448.