


НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ УКРАЇНИ

«ЗАТВЕРДЖЕНО»
Голова приймальної комісії НУФВСУ
Є.В. Імас



ПРОГРАМА
фахового вступного випробування
для здобуття освітнього ступеня магістра
за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт
спеціалізація - теорія і методика спортивної підготовки у веслуванні
академічному

Розглянуто і схвалено рішенням
приймальної комісії НУФВСУ,
протокол № 3 від 21 березня 2017 р.
Відповідальний секретар
приймальної комісії НУФВСУ
С.В. Трачук



ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Програма фахового вступного випробування на освітній рівень «Магістр» зі спеціальності «Фізична культура і спорт» (теорія і методика спортивної підготовки у веслуванні академічному) передбачає перевірку знань з навчальної дисципліни «Теорія і методика тренерської діяльності в обраному виді спорту (веслування академічне)».

Випробування здійснюється у формі тестування.

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

Тема 1. Характеристика видів спортивного веслування.

Визначення предмету та задач, зміст та значення курсу теорії і методики тренерської діяльності в обраному виді спорту (веслування академічне). Основна термінологія. Історія виникнення і розвитку веслування академічного. Видатні спортсмени і тренери.

Тема 2. Техніка веслування на академічних човнах.

Техніка веслування на академічних човнах: фазова структура, рушійні сили, режим роботи м'язів. Посадка веслувальника у човні. Вихідне положення для початку гребка, координація рухів веслувальника при виконанні гребка. Баланс човна. Особливості техніки виконання гребка у розпашних та парних човнах. Техніка старту.

Тема 3. Методика навчання у академічному веслуванні.

Процес навчання руховим діям: початкове розучування, поглиблене розучування, закріплення та удосконалення умінь і навичок. Засвоєння методики навчання техніці у академічному веслуванні: ознайомлення з інвентарем та його підбір, посадка у човен, освоєння схеми рухів веслувальником, оволодіння балансом у парному та розпашному човні, одночасне прикладання зусиль до весел, формування уявлення про траєкторію руху лопаті весла на суші та на плотах. Основні помилки при навчанні техніці у веслуванні академічному та шляхи їх усунення.

Тема 4. Види підготовки спортсменів у веслуванні академічному.

Фізична підготовка (загальна фізична та спеціальна фізична підготовка). Технічна підготовка. Психологічна підготовка. Тактична підготовка. Теоретична підготовка. Інтегральна підготовка.

Тема 5. Фізичні якості спортсменів у веслуванні академічному і методика їх розвитку.

Форми прояву, оцінка рівня розвитку, засоби і методи розвитку рухових якостей. Перенос рухових якостей.

Тема 6. Виготовлення та налагодження спортивного інвентарю у академічному веслуванні. Еволюція спортивного приладдя.

Спортивний інвентар, екіпіровка спортсменів, облаштування місць проведення змагань і тренувань, тренажери та додаткові пристрої, що використовують у підготовці веслувальників.

Сучасні водно-спортивні арени. Споруди для занять веслувальним спортом (веслувальні станції, елінги, зимові веслувальні басейни).

Тема 7. Система спортивної підготовки у веслуванні академічному.

Відбір і орієнтація у веслуванні академічному. Багаторічна підготовка спортсменів у веслуванні академічному. Адаптація та навантаження у веслуванні академічному. Основи управління в системі спортивної підготовки веслувальників - академістів. Педагогічний контроль у спортивному тренуванні веслувальників. Прогнозування і моделювання у веслуванні академічному.

Тема 8. Побудова спортивного тренування у веслуванні академічному.

Побудова великих, середніх та малих циклів підготовки. Підготовчий період та його особливості. Змагальний період та його особливості. Особливості побудови тренувального процесу у різних групах спортсменів.

Тема 9. Змагання та змагальна діяльність у веслуванні академічному.

Змагання в системі підготовки спортсменів. Види спортивних змагань. Регламентация та способи проведення. Результат змагальної діяльності. Структура змагальної діяльності. Управління змагальною діяльністю.

Тема 10. Організація і проведення змагань веслуванні академічному.

Суддівство змагань у веслуванні академічному. Особливості організації змагань різного рівня у веслуванні академічному.

Критерії оцінювання знань вступників

Вступникам пропонується виконати тестове завдання яке складається з 4-х рівнів, кожен з яких включає чотири питання.

Правильна відповідь на кожне питання першого рівня оцінюється в чотири бали. Максимальна оцінка за правильні відповіді на чотири питання першого рівня - 16 балів.

Правильна відповідь на кожне питання другого рівня оцінюється в п'ять балів. Максимальна оцінка за правильні відповіді на чотири питання другого рівня - 20 балів.

Правильна відповідь на кожне питання третього рівня оцінюється в шість балів. Максимальна оцінка за правильні відповіді на чотири питання третього рівня - 24 бали.

Правильна відповідь на кожне питання четвертого рівня оцінюється в десять балів. Максимальна оцінка за правильні відповіді на чотири питання четвертого рівня - 40 балів.

Загальна оцінка за тестування складається із суми балів, одержаних за правильні відповіді на питання чотирьох рівнів складності.

Максимальна оцінка за правильні відповіді на питання тестового завдання - 100 балів.

№ завд./рівень	I рівень	II рівень	III рівень	IV рівень	
1	4	5	6	10	
2	4	5	6	10	
3	4	5	6	10	
4	4	5	6	10	
Загальна кількість балів	16	20	24	40	100

Література

1. Веслування академічне. Навчальна програма для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ та СНЗСП / [укл. О.А. Шинкарук, Р.В. Кропта, Б.Є. Очеретко, П.В. Мазуренко, В.І. Довготько] – К., 2011. – 116 с.
2. Гребной спорт: [учебник для студ. высш. пед. учеб. зав. / под ред. Т.В. Михайловой] / Т.В. Михайлова, А.Ф. Комаров, Е.В. Дологова, И.С. Епищев; – М.: Издательский центр «Академия», 2006. – 400 с.
3. Иванов О.В. Организация подготовки высококвалифицированных гребцов: [методические рекомендации] / О.В. Иванов. – М.: Сов. спорт, 1989. – 72 с.
4. История возникновения и развития гребного спорта в России: [Учебное пособие / под общ. ред. А.К. Чупруна].- Волгоград: ВГАФК, 2008. - 90 с.
5. Каменгецкий В.Г. Организация и судейство соревнований по академической гребле: [методическое пособие] / В.Г. Каменгецкий. – М.: Советский спорт, 1989.- 88 с.
6. Корнилов Ю.П. Краткий словарь спортивных терминов гребного спорта: [Учебно-методическое пособие] / Ю.П. Корнилов. - Волгоград: ВГАФК, 2008. -48 с.
7. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и её практические приложения: учебник [для тренеров]: в 2 кн. / В.Н. Платонов – К.: Олимп. лит., 2015. – Кн. 1. – 680 с. – Кн. 2. – 752 с.
8. Платонов В.Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и её практическое применение / В.Н. Платонов. – К.: Олимп. лит., 2014. – 624 с.