

ЕКЗАМЕНАЦІЙНІ ВИМОГИ

з навчальної дисципліни

«Теорія та методика обраного виду спорту»

галузь знань 01 Освіта

спеціальність 017 Фізична культура і спорт

спеціальність 011.14 Середня освіта (фізична культура)

ст.викладач Кеніна І.Ю.

1. Зародження та становлення баскетболу як виду спорту.
2. Етапи розвитку баскетболу.
3. Зародження та розвиток баскетболу в Україні.
4. Зародження та розвиток баскетболу на Львівщині.
5. Нормативно-регламентуючі документи в баскетболі.
6. Система змагань в баскетболі.
7. Характеристика колової, олімпійської та змішаної системи проведення змагань з баскетболу.
8. Система змагань в баскетболі на рівні національних збірних команд країн та на рівні клубних команд.
9. Система змагань на різних етапах системи багаторічної підготовки.
10. Участь і результати виступів українських спортсменів у міжнародних змаганнях з баскетболу.
11. Положення та регламент змагання.
12. Різновиди кошторисів змагань.
13. Правила гри, як основний документ функціонування виду спорту.
14. Еволюція правил гри.
15. Різновиди баскетболу. (правила гри, особливості їх функціонування)
16. Склад та обов'язки суддівської бригади під час проведення змагань з баскетболу.
17. Техніка гри, її характеристика. Поняття технічної підготовки та підготовленості, тенденції її подальшого розвитку.
18. Класифікація технічних прийомів в баскетболі.
19. Характеристика технічних прийомів в нападі в баскетболі.
20. Характеристика технічних прийомів в захисті в баскетболі.
21. Засоби та методи технічної підготовки в баскетболі.
22. Методика навчання та вдосконалення технічних прийомів в нападі та захисті під час пересування.
23. Методика навчання та вдосконалення ловіння і передачі м'яча.
24. Вимоги до сучасних кидків в баскетболі.
25. Методика навчання та вдосконалення кидка м'яча в стрибку в баскетболі.
26. Методика навчання та вдосконалення кидка м'яча однією рукою з місця в баскетболі.
27. Методика навчання та вдосконалення ведення м'яча в баскетболі.

28. Методик навчання та вдосконалення штрафного кидка в баскетболі.
29. Методика навчання та вдосконалення кидка після ведення в баскетболі.
30. Методика навчання та вдосконалення перехоплення м'яча в баскетболі.
31. Методика навчання та вдосконалення кидка після ведення з подвійного кроку
32. Тактика гри, її характеристика. Поняття стратегії, тактичної підготовки та підготовленості. Тенденції їх подальшого розвитку.
33. Класифікація тактичних дій в баскетболі.
34. Характеристика тактичних дій в нападі в баскетболі.
35. Характеристика тактичних дій в захисті в баскетболі.
36. Засоби та методи тактичної підготовки в баскетболі.
37. Методика навчання командних тактичних дій в нападі.
38. Методика навчання групових тактичних дій в нападі.
39. Методика навчання індивідуальних тактичних дій в нападі.
40. Методика навчання командних тактичних дій в захисті.
41. Методика навчання групових тактичних дій в захисті.
42. Методика навчання індивідуальних тактичних дій в захисті.
43. Стилi діяльності баскетболістів (ігрові амплуа та їх функції).
44. Взаємодія між гравцями різних ігрових амплуа.
45. Застосування тактичних дій під час чисельної нерівності.
46. Моделювання, як метод тактичної підготовки.
47. Фізичні якості. Поняття фізична підготовка, фізична підготовленість.
48. Засоби та методи фізичної підготовки. Фізична вправа, як основний засіб фізичної підготовки.
49. Поняття обсяг та об'єм фізичних навантажень. Інтенсивність фізичних навантажень.
50. Відпочинок між вправами, як засіб досягнення тренувального ефекту.
51. Перенавантаження. Причини та ознаки перенавантаження в баскетболі. Наслідки перенавантаження.
52. Загальна фізична підготовка в баскетболі. Мета, завдання ЗФП у баскетболі. Методи та засоби ЗФП баскетболі.
53. Спеціальна фізична підготовка в баскетболі. Мета, завдання СФП у баскетболі. Методи та засоби СФП у баскетболі.
54. Сила та прояви сили. Методика розвитку сили. Контроль за розвитком сили.
55. Бистрість та прояви бистрості. Методика розвитку бистрості. Контроль за розвитком бистрості.
56. Витривалість та прояви витривалості. Методика розвитку витривалості. Контроль за розвитком витривалості.
57. Спритність та прояви спритності. Методика розвитку спритності. Контроль за розвитком спритності.
58. Гнучкість та прояви гнучкості. Методика розвитку гнучкості. Контроль за розвитком гнучкості.

59. Засоби та методи відновлення.
60. Вікові особливості розвитку фізичних якостей.
61. Стратегія і тактика змагальної діяльності.
62. Структура змагальної діяльності, результат змагальної діяльності.
63. Зміст змагальної діяльності.
64. Чинники, що впливають на структуру та зміст змагальної діяльності в баскетболі.
65. Управління змагальною діяльністю спортсменів.
66. Результат змагальної діяльності в баскетболі. Значення результату змагальної діяльності в баскетболі.
67. Мета, об'єкт методи управління командою.
68. Етапне управління, поточне управління, оперативне управління.
69. Зв'язок відбору та різних етапів багаторічної підготовки.
70. Основи відбору в спорті.
71. Етапи відбору.
72. Засоби та методи відбору в секції баскетболу ДЮСШ, СДЮШОР.
73. Критерії відбору. Первинний відбір, Попередній відбір. Проміжний відбір. Основний відбір.
74. Поняття про обдарованість і здібності, талант.
75. Тести – як оцінка підготовки.
76. Організація наукового дослідження.
77. Емпіричні методи дослідження.
78. Соціологічні методи дослідження.
79. Мета, об'єкт і види контролю.
80. Контроль змагальної діяльності в баскетболі.
81. Оперативний контроль. Поточний контроль. Етапний контроль.
82. Методики психологічної підготовки спортсменів.
83. Значення психологічної підготовки спортсменів.
84. Керування передстартовими станами спортсменів.
85. Особливості побудови річного макроциклу підготовки в баскетболі.
86. Макро, мезо та мікроцикли в системі підготовки баскетболістів.
87. Мета, завдання спортивної підготовки баскетболістів на різних етапах системи багаторічної підготовки.
88. Система контролю рівня підготовленості баскетболістів на різних етапах багаторічної підготовки.
89. Вимоги до різних видів підготовки в баскетболі на різних етапах системи багаторічної підготовки.
90. Структура та зміст змагальної діяльності в баскетболі на різних етапах багаторічної підготовки.