

Міністерство освіти і науки України
Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка
Навчально-науковий інститут фізичної культури

ЗАТВЕРДЖУЮ

Голова приймальної комісії

СумДПУ імені А. С. Макаренка



проф. **Юрій ЛЯННОЙ**

«27» квітня 2024 року

**ПРОГРАМА
ФАХОВОГО ІСПИТУ
«ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ»
ДЛЯ ВСТУПУ НА НАВЧАННЯ ОСІБ НА ОСНОВІ
ОСВІТНЬОГО СТУПЕНЯ БАКАЛАВРА, СПЕЦІАЛІСТА, МАГІСТРА
ДЛЯ ЗДОБУТТЯ СТУПЕНЯ ВИЩОЇ ОСВІТИ «БАКАЛАВР»
ЗА СПЕЦІАЛЬНІСТЮ 017 ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ
(денна та заочна форма навчання)**

Розглянута на засіданні приймальної
комісії університету

«27» квітня 2024 р.

протокол № 10

Програма фахового іспиту за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт

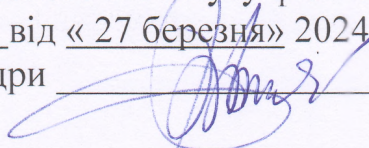
Освітній рівень – бакалавр

Розробники:

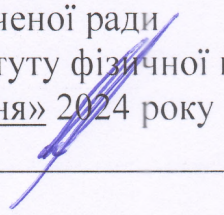
к. пед. н., доцент Діана БЕРМУДЕС,

к. пед. н., доцент Дмитро БАЛАШОВ

Затверджено на засіданні кафедри теорії та методики спорту
Навчально-наукового інституту фізичної культури
протокол № 8/1 від « 27 березня » 2024 року

Завідувач кафедри  Діана БЕРМУДЕС

Затверджено на засіданні Вченої ради
Навчально-наукового інституту фізичної культури
протокол № 9 від «28 березня» 2024 року

Голова вченої ради  Михайло ЛЯННОЙ

Голова комісії


(ініціали)

Діана БЕРМУДЕС

(ініціали, прізвище)

I. ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Сфера фізичної культури і спорту тісно пов'язана з особистою фізичною культурою та спортивними здобутками населення України, тому на кадровий склад з вищою фаховою освітою покладається важлива роль організації та проведення спортивної та оздоровчої роботи.

Підготовка фахівців за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт є невід'ємною складовою організації освітнього процесу у закладах вищої освіти, яка обумовлює входження України до Європейської системи освіти.

Фаховий іспит «Теоретичні основи фізичної культури і спорту» спрямований на виявлення у абітурієнтів рівня базової теоретичної підготовленості з фахово орієнтованих дисциплін та можливостей для подальшого опанування компонентами освітньо-професійної програми «Фізична культура і спорт» за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт.

Формою фахового іспиту з «Теоретичних основ фізичної культури і спорту» визначено усну доповідь з абітурієнтами з питань екзаменаційного білету.

В ході відповіді на запитання екзаменаційного білету вступник має оперувати знаннями понятійно-термінологічного апарату фізичної культури і спорту, аналізувати і систематизувати функції фізичної культури і спорту у суспільстві, мати базову теоретичну підготовленість з основ спортивної підготовки, а також наводити приклади та обґрунтовувати власну позицію.

Представлена програма дозволяє абітурієнту чітко уявити основний зміст вимог і допомагає цілеспрямовано підготуватися до вступного фахового іспиту на здобуття ступеня вищої освіти – бакалавр за кваліфікацією: Бакалавр фізичної культури і спорту (за спеціалізацією тренерська діяльність).

II. КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ЗНАНЬ

Екзаменаційний білет фахового іспиту складається з трьох теоретичних запитань. Оцінюється загальна відповідь студента, максимальна кількість балів – 200.

Критерії оцінки відповіді студента наступні:

Оцінки **(176-200 балів)** заслуговує абітурієнт, що виявив усебічні, систематичні і глибокі знання, його відповідь завершена за змістом, формою, обсягом. Абітурієнт в повній мірі засвоїв основну і додаткову літературу, рекомендовану програмою, виділяє головні положення у вивченому матеріалі і чітко відповідає на додаткові запитання. Абітурієнт доводить власні міркування, робить узагальнюючі висновки, використовує знання з суміжних, галузевих дисциплін, вміє пов'язати матеріал з реальною дійсністю. Знання абітурієнта характеризуються високим понятійним рівнем, глибоким засвоєнням фактів, прикладів і узагальнень, переконливо аргументованими відповідями.

Оцінки **(150-175)** заслуговує абітурієнт, що знає весь вивчений матеріал, відповідає без особливих труднощів на запитання викладача, у відповідях не допускає серйозних помилок, лише незначні помилки, легко усуває окремі неточності за допомогою додаткових запитань викладача. Абітурієнт показує системні знання і здібності до їх самостійного поповнення і оновлення в ході подальшої освітньої діяльності. Знання абітурієнта характеризуються високим понятійним рівнем, глибоким засвоєнням фактів, прикладів і узагальнень.

Оцінки **(124-149)** заслуговує абітурієнт, що демонструє наявність знань лише основної літератури, абітурієнт відповідає по суті запитання екзаменаційного білету, і в загальній формі розбирається у матеріалі, але відповідь неповна, неглибока, містить неточності, дає недостатньо правильні формулювання, порушує послідовність і відчуває труднощі викладу матеріалу.

Оцінки (100-123) заслуговує абітурієнт, що виявив знання теоретичних основ фізичної культури і спорту в обсязі, необхідному для подальшого навчання, справляється з вирішенням проблемних ситуацій, передбачених програмою. Знайомий з основною літературою, рекомендованою програмою, але має труднощі при її самостійному опануванні і вимагає додаткових та уточнюючих запитань екзаменатора. Вважає за краще відповідати на запитання які мають відтворюючий характер, має труднощі при відповідях на додаткові запитання, допускає суттєві помилки при відповіді.

Оцінка «незадовільно» (99 і менше) виставляється абітурієнту за повне незнання теоретичних основ фізичної культури і спорту, під час відповіді допускає суттєві та принципові помилки, на поставлені додаткові питання екзаменатором, що передбачені програмою іспиту не відповідає. Оцінка менше 99 балів ставиться абітурієнтам, які не можуть продовжити навчання у закладі вищої освіти за обраною спеціальністю.

Якщо абітурієнт під час фахового вступного іспиту з конкурсного предмету набрав 0-99 балів, то ця кількість балів є недостатньою для допуску в участі у конкурсному відборі до Сумського державного педагогічного університету імені А.С. Макаренка.

Оцінювання рівня знань абітурієнтів проводиться кожним із членів фахової атестаційної комісії окремо, відповідно до критеріїв оцінювання. Загальний бал оцінювання рівня знань абітурієнта виводиться за результатами обговорення членами комісії особистих оцінок відповідей абітурієнтів. Бали вступного фахового іспиту оголошуються головою фахової атестаційної комісії усім абітурієнтам, хто брав участь у випробуванні після закінчення іспиту.

III. СТРУКТУРА ПРОГРАМИ

РОЗДІЛ 1

ОСНОВНІ ПОНЯТТЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ

Основні поняття теорії фізичної культури: «фізична культура», «прикладна фізична культура», «оздоровча фізична культура», «гігієнічна фізична культура», «фізична культура особистості», «фізичне виховання», «фізичний розвиток», «фізичний стан», «фізичне вдосконалення», «фізкультурна освіта», «фізична підготовка», «фізична підготовленість», «фізична реабілітація», «фізична рекреація».

Основні поняття (категорії) теорії спорту: базові поняття теорії спорту («спорт», «спортивне змагання», «базовий спорт», «спорт вищих досягнень», «спортивний рух», «спортивна діяльність»); функціональні поняття («спортивна підготовка», «школа спорту», «спортивне тренування», «тренуваність», «підготовленість», «спортивна форма»); підсумкові поняття («спортивне досягнення», «спортивний результат», «спортивна кваліфікація»).

РОЗДІЛ 2

ФУНКЦІЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ В СУСПІЛЬСТВІ

Місце фізичної культури у структурі загальної культури людства. Роль держави у розвитку галузі фізичної культури і спорту. Основні завдання, які вирішує фізична культура у суспільстві. Взаємозв'язок фізичної культури з іншими галузями суспільної діяльності. Сутність спорту, його роль, форми та умови функціонування в суспільстві. Характеристика соціальних функцій спорту. Характеристика законодавчої бази фізичної культури та спорту в Україні. Характеристика матеріально-технічної бази фізичної культури і спорту. Характеристика наукового забезпечення галузі фізичної культури і спорту. Державні органи управління фізкультурно-спортивним рухом в Україні. Характеристика функцій системи спорту для всіх в Україні. Основні

напрями спортивного руху, які притаманні суспільству на сучасному етапі. Історія становлення і розвитку олімпійського руху сучасності. Основні функції та напрямки діяльності Міжнародного олімпійського комітету (МОК). Історія становлення Національного олімпійського комітету України, його основні завдання. Представництво України у міжнародному спортивному русі. Здобутки українських спортсменів на міжнародній спортивній арені (на прикладі обраного виду спорту). Структура та функції федерації України (на прикладі обраного виду спорту). Класифікація видів спорту згідно Єдиної спортивної класифікації України, її роль у спортивній галузі. Характеристика функцій системи спорту для всіх в Україні. Основні напрями спортивного руху, які притаманні суспільству на сучасному етапі.

РОЗДІЛ 3

ОСНОВИ СПОРТИВНОЇ ПІДГОТОВКИ

Визначення мети і завдань спортивного тренування. Загальна класифікація принципів спортивної підготовки. Дидактичні принципи спортивної підготовки. Специфічні принципи спортивної підготовки.

Класифікація засобів спортивного тренування. Фізичні вправи – основний засіб спортивного тренування: змагальні вправи; загально-підготовчі вправи; спеціально-підготовчі вправи; допоміжні вправи, відновлювальні вправи.

Методи спортивного тренування (словесні, наочні, практичні). Характеристика практичного методу: метод строго регламентованої вправи, ігровий, змагальний методи. Характер роботи та варіанти застосування методів.

Характеристика основних форм організації навчально-тренувальних занять у закладах фізичної культури і спорту.

Загальні основи розвитку фізичних якостей: силових здібностей; витривалості; швидкості; гнучкості; координаційних здібностей.

Поняття «підготовка» та «підготовленість». Характеристика різних сторін підготовленості, які визначають рівень досягнень: технічна, тактична, фізична, психічна та інтегральна підготовленості спортсмена. Фізична підготовка – основа досягнення високих результатів у спорті. Мета, завдання та зміст загальної фізичної підготовки. Мета, завдання та зміст спеціальної фізичної підготовки. Контроль фізичної підготовленості спортсмена. Місце і значення технічної підготовки спортсменів у тренувальному процесі.

Фізичне навантаження у спортивному тренуванні: обсяг і інтенсивність фізичного навантаження. Вплив навантажень на організм спортсменів різної кваліфікації та підготовленості. Основи теорії адаптації та закономірності її формування у спортсменів. Стонлення та відновлення в системі підготовки спортсменів.

Роль та місце спортивних змагань в системі підготовки спортсменів. Види спортивних змагань. Організація та способи проведення змагань (коловий, з вибуванням, змішаний). Умови, які впливають на змагальну діяльність.

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Бачинська Н. В. Фізичне виховання та сучасні тенденції розвитку олімпійського та професійного спорту в Україні : навчальний посібник. Дніпропетровськ : Нова Ідеологія, 2011. 192 с.
2. Волков Л. В. Спортивна підготовка молодших школярів. К.: Освіта України, 2010. 388 с.
3. Волков Л. В. Теорія і методика дитячого та юнацького спорту: підручник. Вид. 2-е, пер. і доп. К.: Освіта України, 2016. 464 с.
4. Воронова В. І. Психологія спорту: Навч. посібник. Київ: Олімпійська література, 2007. 298 с.
5. Гринь О. Р. Психологічне забезпечення та супровід підготовки кваліфікованих спортсменів. К.: Олімпійська література, 2015. 276 с.
6. Демінський О. Д. Дидактичні основи оптимізації спортивного тренування. К.: Вища школа, 2001. 242 с.
7. Єдина спортивна класифікація України. Режим доступу: <https://mms.gov.ua/sport/yedina-sportivna-klasifikaciya>
8. Закон України «Про фізичну культуру і спорт». Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12#Text>
9. Келлер В. С., Платонов В. М. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів. Львів: Українська Спортивна Асоціація, 1992. 270 с.
10. Костюкевич В. М. Теорія і методика тренування спортсменів високої кваліфікації. Навчальний посібник. Вінниця: «Планер», 2007. 273 с.
11. Костюкевич В. М. Теорія і методика спортивної підготовки у запитаннях і відповідях: Навчально-методичний посібник. Вінниця: Планер, 2016. 159 с.
12. Костюкевич В. М. Врублевський Є. П., Вознюк Т. В. та ін. Теоретико-методичні основи контролю у фізичному вихованні та спорті: монографія / за ред. В.М. Костюкевича. Вінниця: «Планер», 2017.

- 191 с.
13. Костюкевич В. М. Теорія і методика спортивної підготовки у запитаннях і відповідях. Навчально-методичний посібник. Київ: КНТ, 2017. 159 с.
 14. Кошура А. В. Теорія і методика спортивних тренувань : навч. посіб. Чернівці : Чернівець. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича, 2021. 120 с.
 15. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання К. : Олімпійська література, 2003. – 421 с.
 16. Платонов В. М., Булатова М. М. Фізична підготовка спортсмена. К. : Олімпійська література, 1995. 320 с.
 17. Плахтій П. Д., Босенко А. І., Макаренко А. В. Фізіологія фізичних вправ: підручник. Кам'янець-Подільський: ТОВ «Друкарня Рута», 2015. 268 с., іл.
 18. Про перелік видів спорту, що визнані в Україні. *Наказ Державного комітету молодіжної політики, спорту і туризму України, від 7 лютого 2001 року № 261 (Додатково див. Наказ Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту, від 22 листопада 2010 року N 4163).* – К., 2010. – 8 с.
 19. Сергієнко Л. П. Спортивний відбір: теорія та практика. – Книга 1. – Теоретичні основи спортивного відбору: підручник. Тернопіль: Навчальна книга. Богдан, 2009. – 672 с.
 20. Сергієнко Л. П. Теорія та методика дитячого і юнацького спорту : підручник. К.: Кондор-Видавництво, 2016. 542 с.
 21. Хорошуха М. Ф. Основи здоров'я юних спортсменів : монографія. К.: НУБіП України, 2014 – 722 с.
 22. Шкрєбтій Ю. М. Управління тренувальними і змагальними навантаженнями спортсменів високого класу. К. : Олімпійська література, 2005. – 258 с.
 23. Шинкарук О. А. Теорія і методика підготовки спортсменів: управління,

контроль, відбір, моделювання та прогнозування в олімпійському спорті: навч. посіб. К., 2013. – 136 с.

24. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів: підруч.[для студ. вищ. навч. закл.]. Тернопіль: Навчальна книга. Богдан, 2001. Ч.1. 2001. 272 с.

