

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДЕРЖАВНИЙ ЗАКЛАД
„ЛУГАНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ТАРАСА ШЕВЧЕНКА”**

«Затверджено»

Голова приймальної комісії
ДЗ „Луганський національний
університет імені Тараса Шевченка”

 проф. О. Караман

" 21 " березня 2022 р.



ПРОГРАМА

**фахового вступного випробування для вступу на навчання за першим
(бакалаврським) рівнем вищої освіти
Спеціальність – 017 Фізична культура і спорт. Спорт
на основі ОКР «молодший спеціаліст» та «фаховий молодший бакалавр»
зі скороченим та нормативним терміном навчання**

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Програма фахового вступного випробування при вступі на навчання для здобуття освітнього ступеня бакалавр галузі знань 01 «Освіта/педагогіка» за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт. Спорт, включає матеріал ОП 017 Фізична культура і спорт. Спорт обов'язкового блоку циклу професійної підготовки.

Фахове вступне випробування спрямоване на виявлення у вступників рівня спеціальних знань та рівня сформованості професійних компетентностей, що нададуть змогу опанувати освітню програму для здобуття освітнього ступеня бакалавр.

Метою ОП 017 Фізична культура і спорт. Спорт освітнього ступеня бакалавр є підготовка висококваліфікованого, конкурентоздатного фахівця, спроможного розв'язувати складні задачі та практичні завдання у процесі навчання та професійної діяльності у галузі педагогіки, що передбачає здійснення інновацій та характеризується невизначеністю умов і вимог, а також здійсненням професійної діяльності з урахуванням загальнолюдських цінностей та норм професійної етики вчителя фізичної культури.

Вступник повинен **знати**: основні положення фізіології, біомеханіки, анатомії, біохімії, для виховання фізичних (рухових) якостей, формування рухових умінь і навичок людей різних вікових груп, володіє засобами інтегрального гармонійного розвитку людини, витоки й еволюцію формування теорії спортивного тренування, медико-біологічні та фізіологічні основи й технологію фізичного виховання представників різних вікових груп, санітарно-гігієнічні основи діяльності у сфері фізичної культури та спорту;

вміти: формувати в учнів предметні компетентності з фізичного виховання, медико-біологічних та психологічних основ і технологій розвитку рухових умінь і навичок та фізичних якостей, санітарно-гігієнічних основ діяльності у сфері освіти та фізичної культури, застосовувати сучасні методи й освітні технології навчання в педагогіці та фізичному вихованні, здійснювати об'єктивний контроль та оцінювання рівня навчальних досягнень учнів з фізичної культури, самостійно проводити тренувальні заняття та позакласну спортивно-масову роботу з фізичної культури з учнями в закладах позашкільної, загальної середньої та професійної освіти.

Фахове вступне випробування проводиться у формі тестових завдань. Екзаменаційний білет складається з 50 тестових завдань закритого типу з вибором однієї правильної відповіді. Для кожного тестового завдання запропоновано чотири варіанти відповідей, з яких лише один варіант є правильним. За вірну відповідь вступник отримує 4 бали, за не вірну – 0 балів. Мінімальна кількість балів за фахове вступне випробування не може бути нижчим за 100 балів.

Приклади тестових завдань

1. Вид виховання, специфічним змістом якого є формування знань, рухових умінь і навичок, виховання рухових якостей та формування усвідомленої потреби у фізкультурних заняттях, називається:

- А) фізичним вихованням
- Б) фізичною підготовкою
- В) фізичним станом
- Г) фізичною досконалістю

2. Результатом фізичної підготовки є:

- А) фізична підготовленість
- Б) фізична працездатність
- В) фізичне здоров'я
- Г) фізична досконалість

3. Вкажіть, який термін підкреслює прикладну спрямованість фізичного виховання до трудової або іншої діяльності:

- А) фізична підготовка
- Б) фізичне вдосконалення
- В) фізична культура
- Г) фізичний стан

Питання для підготовки до фахового вступного випробування

1. Олімпійські ігри Стародавньої Греції.
2. Конгрес 1894 р. та його роль в олімпійському русі.
3. Періодизація Ігор Олімпіад.
4. Олімпійські ігри сучасності.
5. Особливості проведення Олімпійських Ігор.
6. Міжнародний Олімпійський комітет і основи його діяльності.
7. Національний Олімпійський Комітет України і основи його діяльності.
8. Міжнародні спортивні організації і основи їх діяльності.
9. Види спорту в програмі Ігор Олімпіад.
10. Види спорту в програмі зимових Олімпійських ігор.
11. Україна на Олімпійських іграх.
12. Система спортивних змагань в олімпійських видах спорту.
13. Професійний спорт як соціальне явище.
14. Розвиток професійного спорту в країнах ближнього зарубіжжя.
15. Формування та розвиток професійного спорту в Україні.
16. Визначення, мета, завдання, засоби, методи і основні принципи спортивного тренування.
17. Особливості побудови розминки та програми занять в процесі підготовки спортсменів.
18. Типи мікроциклів та особливості їх побудови.
19. Типи мезоциклів та їх особливості.
20. Макроструктура процесу підготовки спортсменів.
21. Фізична, техніко-тактична і психологічна підготовка спортсменів.
22. Рухливі якості спортсмена та методика їх розвитку (сила, швидкість, гнучкість, спритність, витривалість).
23. Екстремальні умови в системі підготовки спортсменів (середньогір'я, високогір'я, штучна гіпоксія).
24. Відбір та професійна орієнтація спортсменів в системі багатолітній підготовки.
25. Стомлення і відновлення в системі підготовки спортсменів.
26. Контроль у спортивному тренуванні.
27. Особливості харчування в системі підготовки спортсменів.
28. Допінг у спорті.
29. Травматизм у спорті.
30. Перша допомога при травмах і ударах.

Список літератури

1. Круцевич Т. Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді / Т. Ю. Круцевич, М. І. Воробйов, Г. В. Безверхня.– К.: Олімпійська література, 2001.–244 с.
2. Круцевич Т. Ю. Теория и методика физического воспитания : учеб. [для студ. ВУЗов физ. воспитания и спорта] / Т. Ю. Круцевич. : в 2-х т. – К.,

2003. – Т.І. – 413 с.

3. Круцевич Т. Ю. Теория и методика физического воспитания Т.2

Методика физического воспитания различных групп населения /

Т. Ю. Круцевич. – К. : Олимпийская литература, 2003. – 391 с.

4. Матвеев Л. П. Основы спортивной тренировки: учеб. пособие для ин-тов физ.культуры / Л. П. Матвеев – М.: Физкультура и спорт, 1977. – 280 с.

5. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры. Введение в предмет: Учебник для высших специальных физкультурных учебных заведений. 3-е изд. – СПб. : Издательство «Лань», 2003. – 160 с., ил. – (Учебники для вузов. Специальная литература).

6. Набатникова М. Я. Основы управления подготовкой юных спортсменов / М. Я. Набатникова. – М.: Физкультура и спорт, 1982. - 280 с.

7. Платонов В. Н. Олимпийский спорт / В. Н. Платонов, С. И. Гуськов. – К.: Олимпийская литература, 1994. – 493 с.

8. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте: общая теория и ее практические приложения: учебник тренера высшей квалификации / В. Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 2004. – 808 с.

9. Профессиональный спорт [Гуськов С. И., Линец М. М., Платонов В. Н., Юшко Б. Н.]. – К.: Олимпийская литература, 2000. – 391 с.

7. Холодов Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта : учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – М.: Издательский центр «Академия», 2003. – 480 с.

Допоміжна

8. Алабин В. Г. и др. Многолетняя тренировка юных спортсменов/ В. Г. Алабин. Х: Основа, 1993.

9. Ашмарин Б. А. Теория и методика физического воспитания : учебник для педагогических институтов / Б. А. Ашмарин – М. : Просвещение, 1990. – 287 с.

10. Волков Л. В. Теория и методика детского и юношеского спорта/ Л. В. Волков // К : Олимп. лит-ра, 2002.

11. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты / Л.П. Матвеев. М. : Известия, 2001.

12. Теория и методика физического воспитания : учебник для ин-тов физ. культуры / под общ. ред. Л. П. Матвеева, А. Д. Новикова ; изд. 2-е, испр. и доп. Т.1: Общие основы теории и методики физического воспитания – М. : ФиС, 1976. – 303 с.

13. Теория и методика физического воспитания : учебник для ин-тов физ. культуры / под общ. ред. Л. П. Матвеева, А. Д. Новикова ; изд. 2-е, испр. и доп. Т.2: Специализированные направления и особенности основных возрастных звеньев системы физического воспитания – М. : ФиС, 1976. – 256 с.