

Міністерство освіти і науки України
Хмельницький національний університет

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Проректор з
науково-педагогічної роботи
Малиш С.А.
« _____ » _____ 2021 р.



ПРОГРАМА
фахового іспиту
для вступників на навчання за ступенем «магістр»
(на базі ОКР бакалавра)

Спеціальність 017: «Фізична культура і спорт»

Галузі знань 01: «Освіта / Педагогіка»

Затверджено на засіданні кафедри теорії і методики фізичного виховання і спорту, протокол № 6 від «09» березня 2021 р.

Зав.кафедри _____ д.пед.н., доцент Солтик О.О.

Затверджено:

Декан гуманітарно-педагогічного факультету
_____ к.філол.н., доцент Станіславова Л.Л.

Схвалено методичною радою гуманітарно-педагогічного факультету
протокол № 9 від «17» березня 2021 р.

Голова методичної ради

_____ к.філол.н., доцент Станіславова Л.Л.

Хмельницький, 2021

**Програма вступних фахових випробувань
для студентів спеціальності
017 Фізична культура і спорт**

Вступ

Підготовки магістра з фізичної культури і спорту базується на принципах гуманізму, демократизму, особистої відповідальності та пріоритетності загальнолюдських цінностей.

Головною метою навчання є формування у майбутніх фахівців моральних, естетичних і духовних якостей, потреби до творчості та розширення світогляду.

Магістр з фізичної культури і спорту має бути розвиненою, освіченою та інтелекгентною людиною, яка може кваліфіковано здійснювати навчально-тренувальну, фізкультурно-оздоровчу, виховну та рекреаційну роботу з різним контингентом населення, а також сприяти гармонійному розвитку особистості, формуванню життєво-необхідних навичок, розвитку фізичних якостей, зміцненню здоров'я, підготовці до активної трудової діяльності та служби в Збройних силах України, підготовці кваліфікованих спортсменів та команд.

Програма підготовки магістра складається з дисциплін загальної та професійної підготовки. Дисципліни підготовки магістра є базою для опанування студентами основ професійної майстерності. Їх головна мета полягає у наданні майбутнім фахівцям з фізичної культури і спорту комплексу теоретико-методичних знань та вмінь, формування вмінь узагальнювати та комплексно використовувати набуті знання попереднього освітнього рівня.

Визнання на державному і міжнародному рівні вагомості підготовки фахівців з фізичної культури і спорту лише підтверджує необхідність їх ґрунтовної підготовки на високому професійному рівні.

МЕДИКО-БІОЛОГІЧНЕ СПРЯМУВАННЯ

ФІЗІОЛОГІЯ ЛЮДИНИ

Принципи життєдіяльності організму людини. Механізми функціонування окремих систем (нервова, кровообіг, дихання, травлення, обмін речовин, та енергії, терморегуляція, залози внутрішньої секреції, вища нервова діяльність, руховий апарат). Фізіологічні методи дослідження людини.

СПОРТИВНА МОРФОЛОГІЯ

Структурні зміни систем організму спортсмена; специфічність морфологічної адаптації, особливості будови тіла; талонні моделі; соматологічний тип; біологічний вік і рухові можливості; вплив генотипу і спортивна працездатність; морфологічні критерії відбору.

ФІЗІОЛОГІЯ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ

Фізіологічні механізми адаптації; класифікація спортивних вправ; резервні можливості організму; механізми розвитку рухових якостей; фізіологія втоми та відновлення; фізіологічні стани; принципи тренування; тренувальний ефект; функціональна підготовленість; фізіологічний контроль; індивідуальні вікові особливості, вплив середовища; екологія та спорт.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНЕ СПРЯМУВАННЯ

ІСТОРІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Фізична культура як складова частина світової культури. Фізична культура у стародавньому світі. Фізична культура у середні віки. Фізична культура нового часу. Фізична культура новітнього часу. Міжнародний спортивний рух та його роль у зміцненні міжнародних культурних зв'язків. Фізична культура в Україні.

ПСИХОЛОГІЯ СПОРТУ

Психологічні основи професійної діяльності вчителя фізичної культури. Психологічні теоретичні знання і практичні навички, необхідні для науково-обґрунтованого планування, проведення і аналізу уроків фізичної культури та позакласної, позашкільної роботи з фізичного виховання і спорту. Загальноосвітнє і виховне значення курсу психології фізичного виховання і спорту.

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Фізичне виховання як педагогічний процес. Мета, завдання, засоби та методи фізичного виховання. Основи навчання руховим діям, розвиток рухових якостей. Методика побудови занять із фізичними вправами. Формування знань, умінь та навичок, необхідних для найбільш ефективного вирішення педагогічних завдань. Використання оздоровчого впливу фізичних вправ на стан здоров'я учнів при різних формах організації фізичного процесу.

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ДИТЯЧОГО ТА ЮНАЦЬКОГО СПОРТУ

Мета, завдання, засоби та методи фізичного виховання дітей та юнаків. Особливості психо-біологічного розвитку дитини - основа методики оволодіння руховими діями та розвитку рухових якостей. Особливості методики формування знань, умінь, навичок та звичок до занять фізичними вправами, розвитку рухових якостей. Використання оздоровчого та виховного впливу фізичних вправ під час проведення різних форм занять.

СПОРТИВНО-ПЕДАГОГІЧНЕ СПРЯМУВАННЯ

ЛЕГКА АТЛЕТИКА З МЕТОДИКОЮ ВИКЛАДАННЯ

Легка атлетика в системі фізичного виховання. Основи техніки ходьби та бігу. Легкоатлетичні стрибки через горизонтальні та вертикальні перешкоди. Основи

метань в легкій атлетиці. Методика навчання та техніка штовхання ядра. Основні методи та засоби тренування в легкій атлетиці. Легка атлетика в системі фізичного виховання школярів. Організація змагань в легкій атлетиці. Вплив занять легкою атлетикою на системи організму. Організація і проведення практичних занять з легкої атлетики.

ГІМНАСТИКА З МЕТОДИКОЮ ВИКЛАДАННЯ

Загальнорозвиваючі вправи, організація та проведення занять з гімнастики, техніка гімнастичних вправ, формування правильної постави, розвиток рухливих, психічних і особистісних якостей, термінологія у гімнастиці, основні методи та засоби у гімнастиці.

СПОРТИВНІ ІГРИ З МЕТОДИКОЮ ВИКЛАДАННЯ

Історія і сучасний стан розвитку волейболу, гандболу, регбі, настільного тенісу, футболу, баскетболу. Основи техніко-тактичної підготовки гравців з регбі, тенісу, гандболу, волейболу, футболу, баскетболу. Правила гри та особливості роботи суддів з різних видів спорту. Засоби вище вказаних видів спорту у професійно-прикладній фізичній культурі.

ОЛІМПІЙСЬКИЙ ТА ПРОФЕСІЙНИЙ СПОРТ

Основні поняття олімпійського та професійного спорту, організація олімпійських ігор, структура професійного спорту; система підготовки спортсменів.