



Маріупольський
університет

ПРОГРАМА

**вступних випробувань
на 2025 рік**

для здобуття другого (магістерського) рівня вищої
освіти за спеціальністю А7 «Фізична культура і спорт»
ОПП «Фізична культура і спорт»

Програма вступних випробувань на 2025 рік для здобуття другого (магістерського) рівня вищої освіти за спеціальністю А7 Фізична культура і спорт. Київ : МДУ, 2025. 9 с.

Укладачі:

Мірошніченко В.М., кандидат наук з фізичного виховання і спорту , доцент кафедри педагогіки та освіти;

Голюк О.А., кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри педагогіки та освіти

Рецензенти:

РЯБЧЕНКО Віктор, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри педагогіки та освіти;

ДАВИДОВА Наталія, кандидат педагогічних наук, Заслужений майстер спорту України, старший викладач кафедри спорту Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т.Г.Шевченка;

Програма затверджена на засіданні кафедри педагогіки та освіти,
Протокол № 8 від 18 березня 2025 р.

ЗМІСТ

ПРОГРАМА ВСТУПНОГО ФАХОВОГО ІСПИТУ ДЛЯ ЗДОБУТТЯ ДРУГОГО (МАГІСТЕРСЬКОГО) РІВНЯ ВИЩОЇ ОСВІТИ ЗА СПЕЦІАЛЬНІСТЮ А7 ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ.....	4
СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ	14

ПРОГРАМА ВСТУПНОГО ФАХОВОГО ІСПИТУ ДЛЯ ЗДОБУТТЯ ДРУГОГО (МАГІСТЕРСЬКОГО) РІВНЯ ВИЩОЇ ОСВІТИ ЗА СПЕЦІАЛЬНІСТЮ А7 ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ

Пояснювальна записка

Мета вступного фахового іспиту до магістратури зі спеціальності А7 Фізична культура і спорт полягає у з'ясуванні рівня теоретичних знань та практичних умінь і навичок вступників, яких вони набули під час здобуття першого (бакалаврського) рівня вищої освіти або другого (магістерського) рівня вищої освіти (освітньо-кваліфікаційного рівня спеціаліст).

Вступний фаховий іспит проводиться у формі тесту із використанням інформаційно-комунікаційних технологій Zoom, Viber, WhatsApp, Telegram, Google Meet тощо та навчального порталу Moodle МДУ.

Тест – це сукупність тестових завдань стандартної форми, спрямованих на виявлення рівня сформованості знань, умінь, навичок.

Тривалість виконання 40 тестових завдань – 2 години.

Екзаменаційний тест містить завдання з альтернативними варіантами відповідей, з яких лише одна вірна (№ 1-40).

Екзаменаційний тест об'єднує такі модулі:

- Педагогіка фізичного виховання,
- Теорія і методика фізичного виховання,
- Основи теорії і методики спортивного тренування,
- Технологія та види спорту для всіх.

Типові питання, що виносяться на іспит

Педагогіка фізичного виховання

1. Чинники, які зумовили виникнення і розвиток фізичної культури.
2. До специфічних принципів фізичного виховання відносяться.
3. Факторами, які впливають на розвиток силових здібностей школярів.
4. Найбільші темпи приросту відносної сили різних груп м'язів у молодшому шкільному віці.
5. У 6-7 років тренувальний ефект забезпечують вправи, які дають ЧСС.
6. Вправи з обтяженням.
7. На вашу думку, якщо дати школярам після метання малого м'яча метання гранати.
8. Завдання, рішення яких забезпечується протягом ряду уроків.
9. Максимальна кількість дітей, яка може знаходитися у воді під час купання в дитячому таборі.
10. Формування морально-вольових рис.
11. Яка частина уроку служить для організації учнів до наступних дій - готує організм до виконання інтенсивної м'язової діяльності.
12. Вправи з обтяженням, у тому числі на тренажерах.
13. Основні форми занять в дитячому садку.:
14. Метод, при якому передбачається розподіл класу на групи, в яких школярі виконують вправи одночасно.
15. Типи складної рухової реакції.
16. Зміст предмета «Фізична культура» в школі.
17. Планування навчального процесу.
18. Широке використання зорових образів, відчужень сприймань.

19. Ретельна підготовка вчителя до уроків.
20. Способи перевірки домашніх завдань.
21. В системі оздоровчої фізичної культури виділяють які наступні основні напрями.
22. Під формою занять у фізичному вихованні розуміють.
23. Діяльність вчителя фізичної культури здійснюється за наступними рівнями ефективності.
25. Методами навчання руховим діям.

Теорія і методика фізичного виховання

26. Технологія виховної діяльності педагога з фізичної культури.
27. Основними критеріями для включення учнів в спеціальну медичну групу.
28. Фактори, які обумовлюють вимоги до професійно-прикладної фізичної підготовки.
29. Основні форми фізичної культури, які може використовувати людина у побуті.
30. Типи документів планування вчителя фізичної культури.
31. Ергометричні і метаболічні показники фізичної працездатності у дорослих людей 30-39 років.
32. Здатність до якого виду гальмування забезпечує можливість оволодіння складними фізичними вправами.
33. Синтез якого гормону запобігає дегідратації під час виконання фізичного навантаження.
34. До параметрів фізичної підготовленості відносяться.
35. Який метод застосовується для придання навчанню емоційного окрасу.
36. Форми занять з професійно-прикладної фізичної підготовки студентів.
37. Результатом фізичної підготовки.
38. Критерії оцінки ефективності техніки фізичних вправ.
39. До спеціальної медичної групи відносяться учні.
40. Підлітки з прискоренням фізичного та статевого розвитку називаються.
41. На фоні втрати показники гнучкості.
42. Фізичні вправи.

Основи теорії і методики спортивного тренування

43. Методами виховання фізичних якостей.
44. Рухове уміння.
45. Формування рухової навички відбувається відповідно до низки законів.
46. Методи розвитку швидкості.
47. Розвиток загальної витривалості здійснюється при ЧСС.
48. У 3-4 річному віці який тренувальний ефект забезпечують вправи ЧСС.
49. Відповідно до природних можливостей організму людям до 50 років слід виконувати фізичні навантаження помірно розвивального характеру.
50. Тривала їзда на велосипеді відноситься.
51. Ефект від фізичних вправ виникає у спортсмена через декілька годин після їх виконання.
52. Виміром гнучкості.
53. Метод спостереження.
54. В яку групу входить вид спорту фігурне катання, виходячи з вимог спортивної техніки.
55. Відношення використання дзеркала.
56. Стонлення м'язово-нервового апарату.

57. Які використовуються методи для розвитку координаційних здібностей у фізичному вихованні і спорті.
58. Волейбол.
59. Форми підвищення навантажень.
60. Види спорту, пов'язані з роботою на місцевості.
61. Перша фаза формування навички.

Технологія та види спорту для всіх

62. Історія формування системи спорту для всіх.
63. Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту в Україні.
64. Ознаки, зміст та форми організації «Спорту для всіх».
65. Цілі, мотивація до рухової активності та структура системи спорту для всіх.
66. Визначення терміну «Спорт для всіх».
67. Ознаки, зміст та форми організації «Спорту для всіх».
68. Досвід організації оздоровчої діяльності у Франції, Канаді, США.
69. Головні характеристики системи спорту для всіх в Україні. Основна мета системи спорту для всіх.
70. Спортивна діяльність як спеціалізований напрям фізичного виховання.
71. Мета діяльності центрів, структура. Основні завдання та функції центрів здоров'я населення у «Спорт для всіх».
72. Моніторинг рівня залучення населення до спорту для всіх.
73. Педагогічне і агітаційне значення змагань. Вимоги до організації і проведення змагань.
74. Діяльність міжнародних організацій із підтримки спорту для всіх.
75. Функціонування центрів фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх».
76. Визначення понять «спорт», «спортивна діяльність», «спортивний рух», «спортивне тренування», «спортивне досягнення».
77. Функції спортивних змагань.
78. Суть і соціальні функції спорту.
79. Соціальні функції спорту.
80. Змагання як засіб і метод підготовки спортсмена.
81. Тренувальне заняття, його структура і зміст.
82. Спортивне досягнення і визначальні його чинники.

1.3. Критерії оцінювання

В основі оцінювання вступного фахового іспиту лежить накопичення балів за виконання **40 тестових** завдань (по 5 балів за кожну правильну відповідь).

Максимальну кількість балів, яку може набрати вступник на фаховому вступному іспиті – 200 балів. Прохідний бал – 130 балів.

«незадовільно»	0 – 129	Вступник розрізняє об'єкти вивчення. Вступник відтворює незначну частину навчального матеріалу, має нечіткі уявлення про об'єкт вивчення. Вступник відтворює лише частину навчального матеріалу; виконує елементарні завдання.
«задовільно»	130 – 149	Вступник здатний до відтворення основного навчального матеріалу, може повторити за зразком певну операцію, дію. Вступник відтворює основний навчальний матеріал, здатний з

		помилками й неточностями дати визначення понять, сформулювати правила, визначення, поняття.. Вступник виявляє знання й розуміння основних положень навчального матеріалу. Відповідь його(її) правильна, але недостатньо осмислена. Вміє застосовувати знання при виконанні завдань за зразком.
«добре»	150 – 179	Вступник правильно відтворює навчальний матеріал, знає основоположні теорії і факти, вміє наводити окремі власні приклади на підтвердження певних думок, частково контролює власні навчальні дії . Знання вступника є достатніми, він (вона) застосовує вивчений матеріал у стандартних ситуаціях, намагається аналізувати, встановлювати найсуттєвіші зв'язки і залежність між явищами, фактами, робити висновки, загалом контролює власну діяльність. Відповідь його (її) логічна, хоч і містить певні неточності. Вступник добре володіє вивченим матеріалом, застосовує знання в стандартних ситуаціях, вміє аналізувати й систематизувати інформацію, використовує загальновідомі докази із самостійною і правильною аргументацією.
«відмінно»	180 – 200	Вступник має повні, глибокі знання, здатний (а) використовувати їх у практичній діяльності, робити висновки, узагальнення. Вступник має гнучкі знання в межах вимог навчальних програм, аргументовано використовує їх у різних ситуаціях, вміє знаходити інформацію та аналізувати її, ставити і розв'язувати проблеми. Вступник має системні, міцні знання в обсязі та в межах вимог навчальних програм, усвідомлено використовує їх у стандартних та нестандартних ситуаціях. Вміє самостійно аналізувати, оцінювати, узагальнювати опанований матеріал, самостійно користуватися джерелами інформації, приймати рішення.

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Васьков Ю.В. Робочий зошит учителя. 5-11 класи: навч.посіб. /Ю.В.Васьков, І.М.Пашков. Харків: Торсінг, 2004. 144 с.
2. Вацеба О. Нариси з історії спортивного руху в Західній Україні: навч.посіб. Івано-Франківськ: «Лілея-НВ», 2017. 186 с.
3. Белікова Н. О., Гац Г. О., Козінський С. П. Педагогічна діагностика в системі фізичного виховання учнів загальноосвітніх навчальних закладів: кол. монограф. Луцьк: Вежа-Друк, 2015. 240 с.
4. Богданова І.М. Педагогічна інноватика: навч. посіб. /І.М.Богданова. Одеса: «ТЕС», 2011. 205 с.
5. Булатова М. М., Андрєєва О. В., Благій О. Л. Фітнес-програми та сучасні рекреаційно-оздоровчі технології у фізичному вихованні. В кн. Теорія та методика фізичного виховання. К.: Олімп. л-ра, 2017. Т. 2. С. 415–439.
6. Вільчківський Е.С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: навч.посіб. /Е.С.Вільчківський. - Львів: ВНТЛ, 2018. - 336 с.
7. Вознюк Т.В. Основи теорії та методики спортивного тренування. Вінниця: ФОП Корзун Д.Ю., 2017. 240 с.
8. Демчишин А.А., Мухін В.Н., Мозола Р.С. Спортивні і рухомі ігри у Фізичному вихованні дітей і підлітків. КИЇВ: Здоров'я, 1986. 168с.
9. Дубогай О.Д. Основні поняття і терміни оздоровчої фізичної культури та реабілітації: навч. посіб. Луцьк: Надстир'я, 1998. 104 с.
10. Жданова О., Чеховська Л. Основи управління сферою фізичної культури і спорту : навч. посіб. Львів : ЛДУФК, 2017. 244 с.
11. Завидівська Н. Шляхи оптимізації фізкультурно-спортивної діяльності студентів вищих навчальних закладів. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я в сучасному суспільстві: зб. наук. праць/ за ред. А.В.Цьось. Луцьк, 2010. №2. С. 50-54.
12. Іваній І.В. Фізична культура особистості фахівця фізичного виховання і спорту: навч.-метод. Посібник. Суми: Університетська книга, 2014. 128 с.
13. Іващенко Л. Я., Благій О.Л. Фізичне виховання дорослого населення. В кн. Теорія та методика фізичного виховання. К.: Олімп. л-ра, 2017. Т. 2. С. 264–310.
14. Круцевич Т. Ю., Пангелова Н. Є., Пангелов С. Б. Історія розвитку фізичної рекреації. Навч. посібник. К.: Академвидав, 2013. 160 с.
15. Круцевич Т.Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків та молоді. К.: Олімпійська література, 2011. 224 с.
16. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання. Том 1. Київ : Олімпійська література, 2012. 392 с.
17. Линець М.М. Основи методики розвитку рухових якостей. Львів : Штабар, 1997. 207 с.
18. Організація та методика спортивно-масової роботи: навч. посібник / уклад.: Цибульська В.В., Безверхня Г.В. Умань : ВПЦ «Візаві», 2014. 220 с.
19. Павлова Ю. Оздоровчо-рекреаційні технології та якість життя людини : монографія. Львів : ЛДУФК, 2016. 356 с.
20. Петровська Т.В. Майстерність спортивного педагога: навчальний посібник. К.:Олімпійська література, 2015. 184 с.
21. Петровська Т.В. Педагогіка: дидактичні матеріали: навчальний посібник. К.: Нац. ун-т фізичного виховання і спорту України, вид-тво «Олімп. Літ-ра», 2016. 180 с.
22. Положення «Про дитячо-юнацьку спортивну школу». [Електронний ресурс]. Режим доступу: <http://zakon.rada.gov.ua>
23. Присяжнюк С.І., Оленєв Д.Г. Курс лекцій з фізичного виховання: навчальний посібник для студентів технічних вищих навчальних закладів. К.: Видавничий центр НУБіП України, 2015. 420 с.

24. Сіренко Р.Р. та ін.. Спорт у вищих навчальних закладах : [навч. посібн.]. ; під заг. ред. Р.Р. Сіренко. Львів : ЛНУ імені Івана Франка, 2019. 420с.
25. Сіренко Р.Р. Фізичне виховання студентів : [курс лекцій]. Львів : ЛНУ імені Івана Франка, 2011. 242 с.
26. Суббота Ю.В. Оздоровчі рухові програми самостійних занять фізичною культурою і спортом: практ. посібник для студ. вищ. навч. закл. III-IV рівнів акредитації. Київ : Кондор, 2011. 163 с.