

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ УКРАЇНИ

ЗАТВЕРДЖУЮ
Голова приймальної комісії НУФВСУ
_____ С. В. Імас



ПРОГРАМА
фахового вступного випробування
для здобуття ступеня магістра

за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт
спеціалізація - спорт

Відповідальний секретар
приймальної комісії НУФВСУ
_____ В. П. Семененко

Пояснювальна записка

Програма об'єднує навчальні дисципліни: «Професійний спорт», «Неолімпійський спорт», «Адаптивний спорт», «Система підготовки спортсменів», «Спортивна фізіологія», «Біомеханіка», «Спортивна метрологія».

Організаційні форми контролю: фахове випробування зі спеціальності «Фізична культура і спорт» (спеціалізація – спорт) у формі письмового тестування, що містить питання різного рівня складності.

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

Розділ I. Сучасна система спорту

Тема 1. Історичні аспекти формування основних напрямів спорту

Передумови виникнення та хронологія розвитку різних напрямів спорту; особливості їх взаємовідносин. Загальні та відмінні риси. Мета та роль у сучасному суспільстві.

Тема 2. Організаційні засади розвитку сучасного спорту

Організаційно-управлінська структура розвитку сучасного спорту. Історія виникнення та напрями діяльності міжнародних та національних спортивних організацій. Професійні ліги (асоціації) як суб'єкти підприємницької діяльності. Підходи до організації професійного спорту в США та країнах Європи.

Тема 3. Економічні та правові аспекти розвитку спорту

Джерела прибутків у сучасному спорті. Правове забезпечення розвитку спорту в світі та Україні. Правові аспекти і трудові відносини у професійному спорті. Зміст та структура контракту як основного документу у професійному спорті. Колективний договір та його характеристика.

Тема 4. Характеристика системи змагань

Особливості проведення змагань в американських та європейських професійних лігах. Особливості системи змагань в індивідуальних професійних видах спорту. Особливості Всесвітніх ігор, що проводяться під керівництвом Міжнародної асоціації Всесвітніх ігор (IWGA). Критерії допуску та класифікація спортсменів в адаптивному спорті. Особливості організації і проведення міжнародних комплексних змагань в адаптивному спорті.

Тема 5. Сучасний стан та актуальні проблеми розвитку спорту

Актуальні проблеми розвитку спорту. Стан і перспективи розвитку напрямів вітчизняного спорту.

Розділ II. Педагогічні та медико-біологічні засади спорту

Тема 1. Адаптація та закономірності її формування

Види адаптації. Фізіологічні механізми адаптації до навантажень у спорті. Адаптація скелетних м'язів, киснево-транспортної системи, систем енергозабезпечення тощо. Функціональні резерви у спорті. Віковий розвиток людини та формування адаптації. Явища переадаптації, деадаптації та реадаптації.

Тема 2. Основи управління довільними рухами

Фізіологічна характеристика фізичних вправ та основи формування рухових навичок. Особливості механічного руху людини. Кінематичні та динамічні характеристики рухів людини. Методи реєстрації рухів людини. Практичне застосування знань про будову рухового апарату в спорті.

Тема 3. Навантаження у спорті. Втома та відновлення при м'язовій діяльності.

Тренувальні та змагальні навантаження. Компоненти навантаження. Втома та відновлення при навантаженнях різної спрямованості.

Тема 4. Рухові якості

Швидкісні здібності та методика їх вдосконалення. Гнучкість, методика її вдосконалення. Сила і силова підготовка. Координаційні здібності та методика її вдосконалення. Методи контролю рівня розвитку рухових якостей.

Тема 5. Механізми впливу ендогенних та екзогенних факторів на спортивну діяльність

Фізіологічні механізми терморегуляції і акліматизації. Вплив гірської і штучної гіпоксії на працездатність. Біоритми та працездатність.

Тема 6. Загальні основи харчування у спорті

Білки, жири і вуглеводи в харчуванні спортсменів. Біологічна роль вітамінів та мінералів в раціоні спортсменів. Основні вимоги до раціонального харчування.

Критерії оцінювання знань вступників

Вступникам пропонується виконати тестове завдання яке складається з 4-х рівнів, кожен з яких включає чотири питання.

Правильна відповідь на кожне питання першого рівня оцінюється в чотири бали. Максимальна оцінка за правильні відповіді на чотири питання першого рівня – 16 балів.

Правильна відповідь на кожне питання другого рівня оцінюється в п'ять балів. Максимальна оцінка за правильні відповіді на чотири питання другого рівня – 20 балів.

Правильна відповідь на кожне питання третього рівня оцінюється в шість балів. Максимальна оцінка за правильні відповіді на чотири питання третього рівня – 24 бали.

Правильна відповідь на кожне питання четвертого рівня оцінюється в десять балів. Максимальна оцінка за правильні відповіді на чотири питання четвертого рівня – 40 балів.

Загальна оцінка за тестування складається із суми балів, одержаних за правильні відповіді на питання чотирьох рівнів складності.

Максимальна оцінка за правильні відповіді на питання тестового завдання – 100 балів.

№ завд./рівень	I рівень	II рівень	III рівень	IV рівень	
1	4	5	6	10	
2	4	5	6	10	
3	4	5	6	10	
4	4	5	6	10	
Загальна кількість балів	16	20	24	40	100

Список літератури

1. Адаптивний спорт : [навчально-наочний посібник для студ. вищих навч. закладів фіз. виховання і спорту з Грифом МОН] / С.Ф. Матвеев, І.О. Когут, О.В. Борисова, Т.А. Кропивницька, Є.В. Гончаренко, Т.Г. Данько. – К. : ТОВ «НВП «Інтерсервіс», 2014. – 116 с.

2. Біомеханіка спорту (за заг. ред. А. М. Лапутіна). – К.: Олімп. л-ра, 2005. – 320 с.

3. Борисова О. В. Современный профессиональный спорт и пути его развития в Украине (на материале тенниса) [текст]: монография / Ольга Борисова — К.: Центр учебной литературы. — 2011. — 312 с.

4. Гавердовский Ю.К. Обучение спортивным движениям: Биомеханика. Методология. Дидактика. / Ю.К. Гавердовский. – М.: Физкультура и спорт, 2007. – 912 с.:ил.

5. Гамалий В. В. Теоретико-методические основы моделирования техники двигательных действий в спорте : монография / В. В. Гамалий. – Киев : НВП Полиграфсервис, 2013. – 300 с.

6. Гігієна харчування з основами нутріціології: підручник в 2-х томах, за ред. В.І. Ципріяна. – К.: Медицина, 2007. – Т.1. – 528 с.

7. Дієтологія: підручник, за ред. Н.В. Харченко, Г.А. Анохіна. – К.: Меридіан, 2011. – 528 с.

8. Имас Е.В. Профессиональный теннис: проблемы и перспективы развития [монография] / Е.В. Имас, О.В. Борисова. – К.: Национальный университет физического воспитания и спорта Украины, изд-во «Олимп.лит», 2017. – 288 с.

9. Історичні, організаційні та соціальні аспекти розвитку спорту інвалідів: навч. посіб. для студ. вищих навч. закладів фіз. виховання і спорту / [С.Ф. Матвеев, Ю.А. Бріскін, І.О. Когут та ін.] – К.:Асконіт, 2011. – 250 с.

10. Когут І. О. Соціально-гуманістичні засади розвитку адаптивної фізичної культури в Україні: монографія / І. О. Когут. – Львів : СПОЛОМ, 2015. – 284 с.

11. Кун Л. Всеобщая история физической культуры и спорта / Л. Кун. – М. :

Радуга, 1982. – 399 с.

12. Литвиненко Ю.В. Современные оптико-электронные системы регистрации и анализа двигательных действий спортсмена / Ю.В. Литвиненко : метод. рекомендації. - К.: Экспрес., 2012. – 52 с.

13. Навчально-наочний посібник з дисципліни «Професійний спорт» : навч.наоч. посіб. для студ. вищих навч. закладів фіз. виховання і спорту з Грифом МОН / [Матвеев С.Ф., Борисова О.В., Когут І.О., Кропивницька Т.А., Данько Т.Г.] – К.: ТОВ «НВП «Інтерсервіс», 2014. – 111 с.

14. Неолімпійський спорт: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту / [Є.В. Імас, С.Ф. Матвеев, О.В. Борисова та ін.]. – К.: НУФВСУ, вид-во «Олімп. лі-ра», 2015. – 184 с.

15. Олимпийский спорт: в 2 т. / В. Н. Платонов, М. М. Булатова, С. Н. Бубка [и др.]; под общ. ред. В. Н. Платонова. — К.: Олимп. л-ра, 2009. — Т. 1. — 752 с. : ил. — Библиогр.: С. 747—751.

16. Олимпийский спорт : в 2 т. / В. Н. Платонов, С.Н. Бубка, М. М. Булатова [и др.]; под общ. ред. В. Н. Платонова. — К.: Олимп. л-ра, 2009. — Т. 2. — 696 с. : ил. — Библиогр.: С. 685—695.

17. Профессиональный спорт / Под общ. ред. С. И. Гуськова, В. Н. Платонова. – К.: Олимпийская литература, 2000. – 392 с.

18. Сергієнко Л.П. Спортивна метрологія. – К. – 2010. – 360 с.

19. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник / В.Н. Платонов. – К.: Олимп. лит., 2015. – Кн. 1 – 2015. – 680 с.

20. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник / В.Н. Платонов. – К.: Олимп. лит., 2015. – Кн. 2 – 2015. – 752 с.

21. Физическая работоспособность человека: оценка и коррекция, биоритмические аспекты: Учебное пособие / Ильин В.Н., Попадюха Ю.А., Бородин Ю.А., Дмитрук А.И., Мельников Д.С. – К.: ООО «Полипром», 2008. – 132 с.

22. Фізіологія спортивної діяльності / А.С. Ровний, В.М. Ільїн, В.С. Лізогуб, О.О. Ровна. – Х., ХНАДУ. – 2015. – 556 с.