

**ВІДКРИТИЙ МІЖНАРОДНИЙ УНІВЕРСИТЕТ РОЗВИТКУ ЛЮДИНИ
«УКРАЇНА»**

ЗАТВЕРДЖУЮ:

Голова приймальної комісії
Університету «Україна»



Петро ТАЛАНЧУК

2025



**ПРОГРАМА ФАХОВОГО ВСТУПНОГО ВИПРОБУВАННЯ
для конкурсного відбору вступників
для здобуття ступеня вищої освіти «магістр»
за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт»
на основі освітніх ступенів «бакалавр», «магістр» («спеціаліст»)**

Київ – 2025

Розробник програми: кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри фізичної терапії, ерготерапії, фізичної культури і спорту Хмельницького інституту соціальних технологій Університету «Україна» Кравчук Л.С.

Розглянуто та ухвалено на засіданні кафедри фізичної терапії, ерготерапії, фізичної культури і спорту Хмельницького інституту соціальних технологій Університету «Україна».

Протокол № 4 від «11» лютого 2025 року

Завідувач кафедри
фізичної терапії, ерготерапії,
фізичної культури і спорту

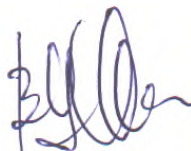


Л.С. Кравчук

Затверджено на засіданні Вченої ради Хмельницького інституту соціальних технологій Університету «Україна».

Протокол № 3 від «03» березня 2025 року

Голова фахової атестаційної комісії:



В.І. Пуча

Члени комісії:



О.В. Дрюков



О.І. Савчук

I. ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

ДО ПРОГРАМИ ФАХОВОГО ВСТУПНОГО ВИПРОБУВАННЯ

Для прийому осіб, які вступають для здобуття освітнього ступеня «магістр» за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт» на основі освітніх ступенів «бакалавр», «магістр» («спеціаліст») передбачений конкурсний відбір за результатами фахового вступного випробування.

Програма фахового вступного випробування має комплексний характер, створена у відповідності зі змістом основних профільних дисциплін спеціальності в частині фундаментальної та професійно-практичної підготовки.

Мета фахового вступного випробування полягає у тому, щоб з'ясувати рівень теоретичних знань та практичних навичок вступників, яких вони набули під час навчання на освітньому ступені/рівні бакалавра/спеціаліста/магістра, з метою формування рейтингового списку та конкурсного відбору вступників на навчання за освітнім ступенем магістра спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» в межах ліцензованого обсягу.

У процесі підготовки до фахового вступного випробування рекомендується користуватися основною літературою, яку подано наприкінці програми.

1. Форма фахового вступного випробування

Фахове вступне випробування проходить у два етапи:

- письмовий – абітурієнти здають письмову відповідь на питання екзаменаційного білету. Тривалість письмового етапу – 60 хв.
- усний – співбесіда з абітурієнтами з питань екзаменаційного білету.

2. Структура білету

Білет фахового вступного випробування містить два теоретичних питання. Зміст питань включає наступні дисципліни:

1. Теорія та методика фізичного виховання.
2. Історія фізичної культури.
3. Основи інклюзії.
4. Теорія спортивного тренування.

3. Вимоги до відповіді вступника

Вступник має виявити знання з основних понять та положень зі змісту дисциплін, які виносяться на екзамен.

Відповідь на питання білету повинна підкріплюватись доцільними прикладами. Вступник повинен знати: основні положення теорії та методики фізичного виховання, органи державного управління фізичною культурою та спортом, документацію планування навчальної роботи з фізичної культури у школі; програмно нормативні основи фізичного виховання: державні програми з фізичного виховання, державні тести з фізичної підготовленості, спортивна класифікація; історію Олімпійських ігор Стародавньої Греції, історію відродження Олімпійських ігор сучасності, історію фізичної культури та спорту в Україні у ХІХ-ХХ ст., витоки фізичної культури в Україні; головні розділи реабілітаційних заходів, поняття про функціональний стан організму, медико-біологічні засоби реабілітації, основи лікувальної фізичної культури і масажу; визначення та зміст предмету теорія спортивного тренування, фізіологічні основи спортивного тренування, основні положення загальної і спеціальної фізичної підготовки, основи техніки і тактики спортивної гри, основи методики навчання і тренування, планування спортивного тренування, правила змагань, їх організацію і проведення; основні положення туристсько-спортивної діяльності, основи туристського багатоборства, основи організації спортивних туристичних походів

Вступник повинен вміти: робити висновки, послідовно і логічно структурувати відповідь, обґрунтовано давати відповіді на питання, надавати практичні приклади теоретичним відомостям.

II. КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

Для особи яка претендує на зарахування за ступенем магістра (за 200 бальною шкалою):

Високий рівень (175-200 балів) вступник отримує, виявивши такі знання та вміння: в повній мірі засвоїв увесь програмний матеріал, показує знання не лише основної, але й додаткової літератури, наводить власні міркування, робить узагальнюючі висновки, використовує знання з суміжних галузевих дисциплін, вдало наводить приклади.

Достатній рівень (150-174 бали) вступник отримує, виявивши такі знання та вміння: має також високий рівень знань і навичок. При цьому відповідь досить повна, логічна, з елементами самостійності, але містить деякі неточності або пропуски в неосновних питаннях. Можливе слабке знання додаткової літератури, недостатня чіткість у визначенні понять.

Задовільний рівень (124-149 балів) вступник отримує, виявивши такі знання та вміння: в загальній формі розбирається у матеріалі, але відповідь неповна, неглибока, містить неточності, робить помилки при формулюванні понять, відчуває труднощі, застосовуючи знання при наведенні прикладів.

Низький рівень (100-123 бали) вступник отримує, виявивши такі знання та вміння: в загальній формі розбирається у матеріалі, допускає суттєві помилки при висвітленні понять, на додаткові питання відповідає не по суті.

До участі у конкурсі не допускається (0-99 балів), якщо вступник виявив такі знання та вміння: не знає значної частини програмного матеріалу, допускає суттєві помилки при висвітленні понять, на додаткові питання відповідає не по суті.

III. СТРУКТУРА ПРОГРАМИ

Структура білету фахового вступного випробування включає окремі питання навчальних дисциплін професійної спрямованості.

Теорія та методика фізичного виховання

«Положення про державні тести та нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України», 1996 р. «Положення про фізичне виховання учнів загальноосвітніх шкіл». Державна програма розвитку фізичної культури та спорту в Україні. Органи державного управління фізичною культурою та спортом. Документація планування навчальної роботи з фізичної культури у школі. Програмно - нормативні основи фізичного виховання: державні програми з фізичного виховання, державні тести з фізичної підготовленості, спортивна класифікація.

Витривалість: визначення поняття. Втома та витривалість. Види витривалості. Оцінка розвитку витривалості у дітей. Гнучкість: визначення поняття, форми прояви гнучкості. Тестування рівня гнучкості. Методичні умови використання вправ на гнучкість. Етапи виховання. Загальні та практичні рекомендації по використанню метода колового тренування на уроках з фізичної культури. Засоби фізичного дозування навантаження. Методика підвищення аеробних можливостей. Завдання, інтенсивність, довжина відрізків, інтервали відпочинку, кількість повторень. Методика підвищення анаеробних можливостей. Завдання, інтенсивність навантаження, довжина відрізків, інтервали відпочинку, кількість повторень. Основні поняття теорії та методики фізичного виховання: фізичний розвиток, фізична підготовленість, фізична підготовка, фізична активність. виховання: фізичні вправи, гігієнічні фактори як засоби фізичного виховання. Сила: визначення поняття, режим напруження м'язів. Методи виховання сили. Оцінка розвитку сили у дітей. Спритність: визначення поняття. Методичні засоби виховання. Методи розвитку спритності у дітей. Оцінка спритності. Структура діяльності вчителя фізичної культури. Структура процесу навчання: назви етапів, завдання. Фізичні якості. Визначення поняття, розвиток та виховання фізичних якостей. Вікові періоди розвитку якостей. Швидкість: визначення поняття, форми. Засоби та методи виховання швидкості руху. Періоди бурхливого розвитку. Методичні умови використання вправ на швидкість.

Організація навчальної діяльності учнів на уроці. Підготовка вчителя до уроку. Етап попередньої підготовки. Основні види роботи безпосередньої підготовки до уроку. Порядок організації спортивних змагань серед школярів. Регламент участі загальноосвітніх шкіл у районних (місцевих) змаганнях. Принцип систематичності. Основні положення, що визначають систематичність фізичного виховання. Принципи індивідуалізації у фізичному вихованні. Диференційний підхід у навчанні. Щільність уроку. Педагогічно виправдані та недоцільні дії на уроці. Фактори, що впливають на щільність уроку.

Історія фізичної культури

Олімпійські ігри Стародавньої Греції. Значення спорту у житті античних греків. Особливості проведення атлетичних ігор стародавніми греками. Піфійські, Істмійські, Немейські та інші загальноеллінські ігри Стародавньої Греції. Програма, зміст, учасники Олімпійських ігор. Нагородження олімпіоніків. Спортивні споруди Стародавньої Греції. Причини занепаду давньогрецьких Олімпійських ігор.

Відродження Олімпійських ігор сучасності. Діяльність П'єра де Кубертена. Передумови відродження Олімпійських ігор сучасності. Спроби проведення олімпійських змагань у ХУІІ-ХІХ ст. Піонери відродження Олімпійських ігор. Життя та діяльність П'єра де Кубертена. Атлетичний конгрес 1894 р. та його значення. Діяльність О. Бутовського. Прийняття Олімпійської Хартії. Підготовка до проведення ігор І Олімпіади в Афінах у 1896 р.

Фізична культура та спорт в Україні у ХІХ-ХХ ст. Історичні передумови розвитку спортивного руху в Україні. Особливості розвитку фізичної культури в Східній Україні у ХІХ-ХХ ст. Особливості розвитку фізичної культури в Західній Україні. Діяльність сокільських, січових, пластових, лугових та спортивних товариств Галичини. Розвиток спорту за часів УРСР. Зародження організаційних, програмно-нормативних та науково-методичних основ системи фізичного виховання. Заснування

спортивних товариств «Динамо», «Спартак», «Локомотив», тощо. Утворення перших навчальних закладів і наукових установ. Особливості проведення Всесоюзних спартакиад. Витоки фізичної культури в Україні. Значення фізичних вправ у житті стародавніх слов'ян. Особливості, провідні форми та напрямки фізичного виховання у Київській Русі. Військово-фізична підготовка княжого війська. Народна фізична культура. Військово-фізична підготовка запорізького козацтва. Фізична культура на Запорізькій Січі. Фізичне виховання підростаючого покоління на Запорізькій Січі. Фізичне виховання дівчат та жінок у козаків.

Основи інклюзії

Інклюзивна освіта як сучасний соціально-педагогічний феномен. Визначення понять інтеграція та інклюзія. Поняття «інвалідність», ототожнення терміну «людина з особливими потребами» як «особа з інвалідністю». Основні причини інвалідності, категорії та моделі 3 групи інвалідності. Зарубіжний досвід впровадження інтегрованого та інклюзивного навчання. Досвід впровадження інтегрованого та інклюзивного навчання за кордоном. Інклюзивна освіта в Україні. Схема періодів розвитку ставлення до інвалідів у Західному суспільстві та в Україні. Періоди розвитку ставлення до інвалідів у Західному суспільстві: передіндустріальний, індустріальний, постіндустріальний та сучасний періоди. Зарубіжні досягнення в соціальній політиці за останні роки. Періоди розвитку ставлення суспільства до людей з особливими потребами в Україні: монастирський, медичний, лікувально-педагогічний та сучасний періоди. Особливості їх проходження. Інституціональне середовище забезпечення освіти дітей та молоді з інвалідністю. Міжнародні документи, що захищають і гарантують права людей з особливими потребами. Декларація ООН «Про права інвалідів», Конвенція ООН «Про права дитини», Загальна декларація «Про геном людини і права людини». Законодавче забезпечення освітніх прав, реабілітації та соціального захисту людей з особливими потребами в Україні. Закон України «Про реабілітацію

інвалідів в Україні». Закон України «Про основи соціальної захищеності інвалідів в Україні», Закон України «Про державну соціальну допомогу інвалідам з дитинства та дітям-інвалідам». Державна типова та індивідуальна програми реабілітації осіб з інвалідністю. Мета, завдання та загальна спрямованість Державної типової програми реабілітації інвалідів. Види і зміст гарантованих державою реабілітаційних послуг інвалідам незалежно від причини інвалідності. Об'єм додаткових реабілітаційних послуг інвалідам з порушенням опорно-рухового апарату, з вадами слуху, зору, при психічних захворюваннях та розумовій відсталості. Умови реалізації Державної типової програми реабілітації. Принципи формування та завдання індивідуальної програми реабілітації. Структура індивідуальної програми реабілітації, етапи її розробки. Універсальна доступність навчального закладу. Ознаки універсальної доступності. Елементи доступності прилеглої території. Доступність всередині приміщення. Наявність інформаційних табло/пиктограм. Поняття «універсальний дизайн». Методика визначення доступності об'єкту громадського призначення для людей з особливими потребами. Правила спілкування і співпраці з особами з інвалідністю у навчальному закладі. Особливості соціальних контактів з особами з особливими потребами в інклюзивному освітньому просторі. Особливості співпраці з особами з особливими потребами в інклюзивному освітньому просторі. Жестова мова. Історія виникнення. Класифікація жестових мов. Українська жестова мова. Основні правила жестикуляції. Поради при спілкуванні з нечуючими людьми. Види реабілітацій для людей з інвалідністю. Медична та фізична реабілітації. Соціальна реабілітація. Психологічна реабілітація. Педагогічна реабілітація. Професійна реабілітація. Трудова реабілітація. Побутова реабілітація. Фізкультурно-спортивна реабілітація. Методи та засоби проведення реабілітації. Особливості проведення реабілітаційних заходів. Установи, що займаються реабілітацією. Досвід впровадження інклюзивного навчання у загальноосвітніх школах та центрах розвитку дитини. Запровадження інклюзивного навчання у провідних школах. Досвід та перспективи

розвитку інклюзії у ЗОШ. Підготовка фахівців. Практика застосування інклюзії у центрах розвитку дитини, інклюзивно-ресурсних центрах. Досвід впровадження інклюзії в університеті «Україна». Впровадження інклюзивного навчання в Університеті «Україна». Провідні структурні підрозділи університету. Соціально-педагогічна робота зі студентами з особливими потребами. Медико-реабілітаційна складова навчального процесу в освітньому закладі.

Теорія спортивного тренування

Визначення та зміст теорії спортивного тренування. Задачі та характерні особливості спортивних ігор як заходу фізичного виховання, їх виховне, оздоровче та спортивне значення. Значення та місце спортивних ігор у системі фізичного виховання. Спортивні ігри у дошкільних закладах, школах, оздоровчих таборах, училищах, технікумах та вищих навчальних закладах.

Фізіологічні основи спортивного тренування. Поняття про м'язову діяльність як необхідну умову фізичного розвитку, нормального функціонування організму, підтримування здоров'я і працездатності. Повторність навантажень, інтервали відпочинку між ними. Показники динаміки відновлення працездатності. Тренованість і її фізіологічні ознаки. Передстартовий стан і розминка перед змаганнями.

Загальні і спеціальна фізична підготовка. Характеристика основних засобів і їх значення для досягнення високої спортивно-технічної майстерності. Роль і значення різнобічної фізичної підготовки. Особливості використання засобів загальної і спеціальної підготовки в різних вікових групах в залежності від періоду підготовки, а також від етапів попередньої підготовки, початкової спортивної спеціалізації, поглибленого тренування і спортивного удосконалення.

Основи техніки і тактики спортивної гри. Техніка – основа спортивної майстерності. Характеристика основних прийомів техніки. Класифікація техніки гри. Техніка нападу. Техніка захисту. Поняття про тактику гри.

Стратегія гри. Взаємозумовленість стратегії і тактики. Засоби, способи і форми ведення гри. Класифікація тактики гри. Тактика нападу. Тактика захисту. Форми, види і способи гри. Функції гравців. Взаємозв'язок і взаємообумовленість техніки і тактики. Шляхи розвитку тактики і удосконалення індивідуальної тактичної майстерності.

Основи методики навчання і тренування. Навчання і тренування як єдиний педагогічний процес. Роль тренування і значення для планомірного і систематичного росту спортивно-технічних показників. Види підготовки: технічна, тактична, фізична, морально-вольова, теоретична, їх основні задачі та зміст. Характеристика основних засобів тренування, послідовність їх використання. Методи спортивного тренування. Основні відомості про методи тренування різних за віком, статтю та спортивною кваліфікацією спортсменів.

Планування спортивного тренування. Особливості планування навчально-тренувального процесу в різних групах. Періодизація спортивного тренування в річному циклі. Основні задачі і зміст занять в різних періоди навчально-тренувальної роботи в різних навчальних групах. Багаторічне і перспективне планування. Методи контролю за рівнем підготовленості спортсменів. Корекція планів з урахуванням темпів росту індивідуальної майстерності.

Правила змагань, їх організація і проведення. Значення спортивних змагань. Вимоги до організації і проведення змагань. Правила гри. Суддівство гри. Протокол зустрічі. Види змагань: товариські зустрічі, матчі, першості, розіграші кубків тощо. Системи розіграшу: з вибуванням, кругова, змішана. Організація та проведення змагань в середині дитячої спортивної школи, в секції тощо. Положення про змагання, складання таблиць розіграшу. Склад суддівської колегії і обов'язки суддів. Підготовка місць змагань. Порядок відкриття, проведення і закриття змагань. Розклад гри і призначення суддів. Інформація глядачів і учасників про хід змагань.

IV. СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами : зб. наукових праць. Київ : Університет „Україна”, 2017. 448 с.
2. Бойчук Ю. Д., Бородіна О. С., Микитюк О. М. Інклюзивна компетентність майбутнього вчителя основ здоров'я : монографія. Харків : ХНПУ ім. Г. С. Сковороди, 2015. 117 с.
3. Булах С. М., Боровинський С. Б. Методика проведення занять з атлетичної гімнастики у ВНЗ зі специфічними умовами навчання : навч.-метод. посіб. Дніпро : ДДУВС; Ліра ЛТД, 2017. 136 с.
4. Василюк В. М. Історія фізичної культури: навчальний посібник. Рівне : Волинські обереги, 2015. 308 с.
5. Вознюк Т. В. Основи теорії та методики спортивного тренування. Вінниця : ФОП Корзун Д.Ю., 2017. 240 с.
6. Вознюк Т. В. Сучасні ігрові види спорту : теорія та методика викладання : навчальний посібник. Вінниця : ФОП Корзун Д.Ю., 2017. 248 с.
7. Грибан Г. П., Бойко Д. В., Дзензелюк Д. О. Термінологічний словник з фізичної культури і спорту / за ред. Г. П. Грибана. Житомир : Рута, 2016. 99 с.
8. Жданова О., Чеховська Л. Основи управління сферою фізичної культури і спорту : навч. посіб. Львів : ЛДУФК, 2017. 244 с.
9. Індик П. М., Сірик А. Є. Бадмінтон : навчально-методичний посібник. Суми : Сумський державний університет, 2017. 111 с.
10. Інклюзія в освіті : повсякденні практики та процедура оцінювання : монографія / О. М. Дікова-Фаворська, С. Г. Здрагат. Київ : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2016. 416 с.
11. Інклюзивне навчання : організаційне, змістове та методичне забезпечення : навчально-методичний посібник / кол. авторів ; за заг. ред. С. П. Миронової. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2015. 236 с.
12. Костюкевич В. М. Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних ігрових видів спорту): навчальний посібник. Київ : КНТ, 2016.

616 с.

13. Костюкевич В. М. Теорія і методика тренування спортсменів високої кваліфікації : навчальний посібник. Вінниця : «Планер», 2007. 273 с.
14. Костюкевич В. М. Теорія і методика спортивної підготовки у запитаннях і відповідях : навч.-метод. посіб. Вінниця : Планер, 2016. 158 с.
15. Криштанович С., Холявка В. Менеджмент і маркетинг у фізичній культурі і спорті : навч. посіб. Львів : ЛДУФК, 2018. 176 с.
16. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання. Київ : Олімпійська література, 2017. 392 с.
17. Лемешко В. Й., Приставський Т. Г., Дух Т. І. Легка атлетика – основа оздоровлення, навчання і виховання студентів вищих навчальних закладів : навч. посіб. Львів : ЛДУФК, 2014. 248 с.
18. Олексієнко Я. І., Ведмедюк А. Д., Менських О. Е. Олімпійські ігри. Участь українських спортсменів в Олімпійських іграх : перемоги та поразки : навч.-метод. посіб. Черкаси : ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2016. 78 с.
19. Основи здорового способу життя : підручник / М. І. Кручаниця та ін. Ужгород : РІК-У, 2016. 263 с.
20. Пасічник В. Теорія і методика викладання баскетболу : навч. посіб. Львів : ЛДУФК, 2015. 78 с.
21. Платонов В.М. Сучасна система спортивного тренування. Київ : Перша друкарня, 2020. 704 с.
22. Пітин М.П. Теоретична підготовка в спорті. Львів : ЛДУФК, 2015. 370 с.
23. Ровний А. С., Ільїн В. М., Лізогуб В. С., Ровна О. О. Фізіологія спортивної діяльності : підручник. Харків : ХНАДУ, 2015. 555 с.
24. Севрюк М. П. Історія фізичної культури і спорту : навч. посіб. Кременчук : Олексієнко В. В., 2015. 114 с.
25. Словник основних понять з фізичної культури : для студентів факультетів фізичного виховання вищих пед. навч. закладів / уклад. О. А. Согоконь, О. В. Донець. Полтава : Сімон, 2020. 111 с.
26. Стасюк Р. М., Левковець О. Г. Методика навчання студентів вищих

- навчальних закладів елементів гри в міні-футбол : метод. посіб. Сумський державний університет, 2017. 82 с.
27. Теорія і методика фізичного виховання. Том 1. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання / за ред. Круцевич Т. Ю. Київ : Олімпійська література, 2012. 392 с.
 28. Методика фізичного виховання різних груп населення. *Теорія і методика фізичного виховання*. Том 2. / за ред. Круцевич Т. Ю. Олімпійська література, 2012. 368 с.
 29. Сокирко О. С., Клопов Р. В. Теорія спортивного тренування : навчальний посібник для студентів факультету фізичного виховання освітньо-кваліфікаційного рівня «бакалавр» / уклад. О. С. Сокирко, Р. В. Клопов. Запоріжжя: ЗНУ, 2014. 113 с.
 30. Терміни і поняття з теорії фізичного виховання і спорту : словник / О. В. Соколюк, С. С. Козарь, І. М. Журавльова ; Харківський коледж Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради. Харків, 2019. 58 с.
 31. Тулайдан В. Г., Тулайдан Ю. Т. Практикум з теорії і методики фізичного виховання. Львів : «Фест-Прінт». 2017. 179 с.
 32. Чайковський М. Є. Особливості впровадження інклюзії у вищому навчальному закладі : навч. посіб. Київ : Університет „Україна”, 2015. 152 с.
 33. Чайковський М. Є. Соціально-педагогічна робота з молоддю з особливими потребами в інклюзивному освітньому просторі : монографія. Київ : Вид-во, 2015. 439 с.
 34. Швед М. Основи інклюзивної освіти: підручник. Львів : Український католицький університет, 2015. 360с.
 35. Яковлів В. Л. Основи управління підготовкою юних спортсменів : навч. посіб. Вінниця : Нілан-ЛТД, 2016. 271 с.