

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ДВНЗ «Ужгородський національний університет»  
Приймальна комісія

ЗАТВЕРДЖУЮ

Голова приймальної комісії  
ДВНЗ «УжНУ», ректор  
\_\_\_\_\_ проф. Володимир СМОЛАНКА  
\_\_\_\_\_ 2024 р.

ПРОГРАМА

фахового вступного випробування  
для вступників на навчання для здобуття освітнього ступеня магістр  
за спеціальністю 017– Фізична культура і спорт  
(на основі здобутого ступеня «бакалавр» (освітньо-кваліфікаційного  
рівня «спеціаліст»))

РОЗРОБЛЕНО

Фаховою атестаційною комісією  
за спеціальністю 017 - Фізична культура  
і спорт  
Голова комісії: к. н. з фіз. вих. та спорту,  
доц. Молнар М.В.

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ДВНЗ «Ужгородський національний університет»  
Приймальна комісія

**ПРОГРАМА**  
**фахового вступного випробування**  
**для вступників на навчання для здобуття освітнього ступеня магістр**  
**за спеціальністю 017– Фізична культура і спорт**  
**(на основі здобутого ступеня «бакалавр» (освітньо-кваліфікаційного рівня**  
**«спеціаліст»))**

### **1. ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА**

Для здобуття ступеня магістра за спеціальністю 017 - Фізична культура і спорт приймаються особи, які здобули ступінь бакалавра, магістра (освітньо-кваліфікаційний рівень спеціаліста). Особи, які здобули освітньо-кваліфікаційний рівень спеціаліста за державним або регіональним замовленням, можуть здобувати ступінь магістра лише за кошти фізичних та/або юридичних осіб.

Прийом абітурієнтів, які здобули освітньо-кваліфікаційний рівень (ОС) бакалавра, для здобуття ОС «магістр» за спеціальністю 017 - Фізична культура і спорт проводиться за результатами фахових вступних випробувань та інших показників, передбачених Правилами прийому до ДВНЗ "УжНУ". Вступні випробування проводяться у формі письмового тестування.

**Мета вступного випробування** полягає у з'ясуванні рівня теоретичних знань, практичних умінь і навичок, необхідних для опанування нормативних і варіативних дисциплін за програмою підготовки фахівця ОС «магістр» за спеціальністю 017 - Фізична культура і спорт.

**Вимоги до здібностей і підготовленості абітурієнтів.** Для успішного засвоєння дисциплін, передбачених навчальним планом для підготовки за ОС «магістр» абітурієнти повинні мати базову вищу освіту за освітнім ступенем «бакалавр» (ОКР «спеціаліст», ОС «магістр») та здібності до оволодіння знаннями, вміннями і навичками ОС бакалавра фізичної культури і спорту. Обов'язковою умовою також є вільне володіння державною мовою.

**Характеристика змісту програми.** Змістом програми є тестові завдання з циклу дисциплін професійної та практичної підготовки навчального плану підготовки бакалаврів з однойменної спеціальності, які охоплюють знання, вміння і навички, набуті в процесі вивчення цих дисциплін, а саме:

– розуміння значення та змісту обраної професії; основних концепцій та базових понять у фізичній культурі і спорті, історії розвитку;

- здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел, вміння використовувати інформаційні та комунікаційні технології; до аналізу й осмислення загальнонаукової та професійно орієнтованої літератури, у тому числі іноземної;
- володіння знаннями фізіологічних процесів, що відбуваються в організмі під дією фізичних навантажень, та здатність до використання закономірностей фізичного розвитку і вдосконалення для вирішення завдань фізичного виховання;
- вміння здійснювати об'єктивний аналіз сучасного стану та тенденцій розвитку фізичної культури населення; здатність визначати перспективні шляхи використання засобів фізичного виховання і спорту для різних категорій населення з врахуванням їх рівня підготовленості, мотивації і умов проведення занять;
- знання технології планування професійної діяльності, володіння педагогічними навичками проведення урочних і неурочних форм занять;
- вміння організовувати і проводити тренувальний процес з обраного виду спорту; здатність організовувати оздоровчо-розважальні і спортивні заходи, бути обізнаним у правилах суддівства спортивних змагань;
- здатність визначати роль рухової активності для формування здорового способу життя, збереження й зміцнення здоров'я, проводити ефективну агітацію і пропаганду серед населення;
- вміння організовувати позакласну і позашкільну роботу з дітьми та шкільною молоддю;
- бути обізнаним з обов'язками керівника федерації з виду спорту, директора дитячої спортивної школи, інструктора з видів оздоровчо-рекреаційної рухової активності, завідувача спортивною базою;
- вміння проводити оцінювання рівня індивідуального здоров'я та фізичної підготовленості; надавати долікарську допомогу під час проведення занять з фізичної культури та спортивних заходів;
- володіння основами знань з використання методів наукового дослідження і аналізу результатів у фізичній культурі та спорті, вміти здійснювати пошук спеціальної інформації у вітчизняній та іноземній літературі, знати базову спортивну термінологію;
- знання основ правового регулювання у сфері фізичної культури і спорту, володіння знаннями з охорони праці і безпеки життєдіяльності.

## **2. ПЕРЕЛІК НАВЧАЛЬНИХ ДИСЦИПЛІН, З ЯКИХ ПРОВОДИТЬСЯ ФАХОВЕВСТУПНЕ ВИПРОБУВАННЯ**

1. Теорія і методика фізичного виховання;
2. Гімнастика і методика викладання;
3. Футбол і методика викладання;

4. Легка атлетика і методика викладання;
5. Теорія та методика обраного виду спорту.

### **3. ТЕМИ НАВЧАЛЬНОГО МАТЕРІАЛУ ТА ОРІЄНТОВНИЙ ПЕРЕЛІК ПИТАНЬ**

#### **3.1. Питання з дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання»**

1. Що означає термін: фізична культура?
2. Що означає термін: фізкультурна освіта?
3. Що означає термін: фізичне виховання?
4. Що означає термін: фізична підготовка?
5. Що означає термін: фізична підготовленість?
6. Що означає термін: спорт?
7. Що означає термін: фізичний стан?
8. Що означає поняття системи фізичного виховання?
9. Що розуміють під соціальною підсистемою фізичного виховання?
10. Що розуміють під педагогічною підсистемою фізичного виховання?
11. Що вивчає ТМФВ як наука та навчальна дисципліна?
12. Що є предметом вивчення ТМФВ?
13. Що є об'єктом вивчення ТМФВ?
14. Що є науковим підґрунтям ТМФВ?
15. Що відбувалося на першому етапі становлення ТМФВ?
16. На якому етапі створено ТМФВ як самостійну навчальну й наукову дисципліну?
17. Що відбувається на шостому етапі становлення ТМФВ?
18. Дайте визначення терміну: фізична рекреація.
19. Дайте визначення терміну: рухова активність.
20. Дайте визначення терміну: норма.
21. Що означає узагальнене поняття системи фізичного виховання?
22. Що розуміють під соціальною підсистемою фізичного виховання?
23. Що розуміють під поняттям педагогічної підсистеми фізичного виховання?
24. Що є ідейними засадами системи фізичного виховання?
25. Що є науковими засадами системи фізичного виховання?
26. Що є програмно-нормативними засадами системи фізичного виховання?
27. Що є організаційними засадами системи фізичного виховання?
28. Що є загальною метою фізичного виховання?
29. Якими є завдання фізичного виховання у вузькому значенні?
30. Якими є спеціальні загальноосвітні завдання фізичного виховання?
31. Що спонукає людину займатися спеціально організованою руховою активністю?

32. Назвіть перший розділ, що входить до структури дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання»?
33. Які фактори обумовлюють виникнення та розвиток фізичного виховання?
34. Якими є завдання фізичного виховання у формуванні особистості?
35. Що розуміють під поняттям «принципи фізичного виховання»?
36. Які групи принципів використовують у фізичному вихованні?
37. Якими вважаються основні принципи фізичного виховання?
38. Що таке засоби фізичного виховання?
39. Яким є правильне визначення терміну „фізичні вправи“?
40. Що вважається змістом фізичної вправи?
41. Які є групи засобів фізичного виховання?
42. Що ми розуміємо під терміном „фізичні вправи“?
43. Які з перерахованих принципів входить до групи загальних принципів фізичного виховання?
44. Які з перерахованих принципів входить до групи методичних принципів фізичного виховання?
45. Що розуміють під внутрішньою структура рухів?
46. Що розуміють під зовнішньою структура рухів?
47. Виберіть провідні види класифікацій фізичних вправ?
48. Що розуміють під терміном „техніка виконання фізичних вправ“?
49. Як перекладається корінь грецького слова „техн“?
50. Що є основним принципом побудови правильної техніки фізичної вправи?
51. Який з перерахованих принципів входить до групи принципів побудови занять у фізичному вихованні?
52. Що називають основою техніки виконання вправи?
53. Що називають основою ланкою техніки виконання вправи?
54. Що таке деталі техніки виконання вправи?
55. На які фази поділяють вправу для кращого її засвоєння?
56. Що розуміють під ритмічною характеристикою вправи?
57. Що належить до загально-кількісних характеристик вправи?
58. Які засоби фізичного виховання належать до оздоровчих сил природи?
59. У який спосіб можуть використовуватися оздоровчі сили природи?
60. Що є провідною метою використання оздоровчих сил природи?
61. Що таке метод фізичного виховання?
62. Що називають фізичним навантаженням?
63. Що називають об'ємом фізичного навантаження?
64. Що розуміють під інтенсивністю фізичного навантаження?
65. Які специфічні (основні) методи використовують в ТМФВ?
66. Які методи належать до методів фізичної вправи?
67. Що розуміють під змагальним методом?
68. Що належить до двох сторін методики фізичного виховання?
69. Що називається методологією фізичного виховання?

70. Які завдання вирішуються процесі вивчення раціональної техніки рухових дій?
71. Що таке „рухове уміння“?
72. Що таке „руховий навичок“?
73. Назвіть вчених, які обґрунтували фізіологічну основу рухових умінь і навичок?
74. Що таке „функціональна система“?
75. Що таке „динамічний стереотип“?
76. Що означає поняття „перенесення навичка“?
77. З яких етапів складається структура процесу вивчення рухів?
78. Що є метою етапу ознайомлення з руховою вправою, що вивчається?
79. Що є метою етапу розучування рухової вправи?
80. Що є метою етапу вдосконалення рухової вправи?
81. Для чого потрібен педагогічний контроль у процесі вивчення рухових вправ?
82. Якими є способи контролю за процесом ознайомлення?
83. Чим визначається величина фізичного навантаження?
84. Що розуміють під поняттям „сила людини“?
85. Від чого залежить максимальна сила м'язу?
86. Яка мета силової підготовки у процесі учбово-тренувальних занять?
87. Якими є основні групи засобів розвитку силових здібностей?
88. Якими є загальні методи виховання силових здібностей?
89. Що розуміють в ТМФВ під поняттям „швидкість“ („бистрота“)?
90. Які фактори обумовлюють прояв швидкості як фізичної якості людини?
91. Якими є найбільш сприятливий період для розвитку швидкості рухових реакцій і частоти рухів?
92. Які основні фази розрізняють у більшості рухів, що виконуються з максимальною швидкістю?
93. Якими є види швидкісних здібностей?
94. Що таке „латентний час моторної реакції“?
95. Що розуміють під поняттям простої моторної реакції?
96. Якими є методи розвитку простої моторної реакції?
97. Що розуміють під поняттям складної моторної реакції?
98. Якими є основні методи виховання швидкості та частоти рухів?
99. Яким чином можна подолати швидкісний бар'єр?
100. Що розуміють під поняттям спритності?
101. Що є мірилом спритності?
102. Яким є віковий період найкращого розвитку спритності?
103. На які типи поділяються рухові дії (вправи на спритність)?
104. Якими є методичні прийоми виховання спритності?
105. Який підхід в методиці виховання спритності є найважливішим?
106. Які супутні здібності людини впливають на її спритність?
107. Що розуміють під поняттям витривалості?
108. Що лежить в основі методики розвитку витривалості?

109. Що означає поняття „загальна витривалість”?
110. Що означає поняття „спеціальна витривалість людини”?
111. Якими є зони потужності виконання фізичної роботи?
112. Якими є головні завдання у розвитку витривалості?
113. Що розуміють під поняттям гнучкості?
114. Що є показником гнучкості?
115. Якими є види гнучкості?
116. Від чого залежать показники гнучкості?
117. Якими є основні правила методики виховання гнучкості?
118. Якими є засоби розвитку гнучкості?
119. За допомогою яких інструментів вимірюють гнучкість?
120. Що є причинами порушення постави?
121. Що є основою методики корекції постави?
122. Які форми ожиріння розрізняють в медицині та фізичному вихованні?
123. Які зони прийнято виділяти в динаміці працездатності у процесі заняття?
124. Що вважається суттєвими ознаками урочних форм занять?
125. Які способи організації учнів включає методика проведення уроку з фізичної культури?
126. Що означає показник „моторна щільність заняття”?
127. Які пункти входять до плану педагогічної оцінки уроку?
128. Що включає в себе моральне виховання у процесі фізичного виховання?
129. Що включає в себе інтелектуальне виховання у процесі фізичного виховання?
130. Що включає в себе естетичне виховання у процесі фізичного виховання?
131. Що включає в себе трудове виховання у процесі фізичного виховання?
132. Якими є основні методи естетичного виховання?
133. Якими є основні методи трудового виховання?
134. Що розуміють в ТМФВ під поняттям „методологія наукових досліджень”?
135. Які загальнонаукові підходи використовуються у більшості наукових дисциплін?
136. На які типи поділяються більшість наукових досліджень?
137. Які види наукових експериментів Вам відомі?
138. Що означає активний спосіб отримання наукової інформації?
139. Що називають робочою гіпотезою наукового дослідження?
140. Що розуміють під поняттям „осмислити наукову проблему”?

### **3.2. Питання з дисципліни «Гімнастика і методика викладання»**

1. Що таке гімнастична термінологія?
2. Що таке команди управління на уроках гімнастики?
3. Які вправи загального розвитку називаються асиметричними?
4. Яким видом спорту є художня гімнастика?
5. Олімпійськими видами гімнастики є такі:
6. Які вправи складають зміст уроку з гімнастики?

7. З чого починається підготовка вчителя (тренера) до уроку з гімнастики?
8. Що означає підбір доцільних засобів гімнастики?
9. Який спосіб вивчення рухового завдання доцільно застосувати для нескладної гімнастичної вправи?
10. Які є способи управління (організації) учнів під час уроку з гімнастики?
11. Які методи виховання учнів вважаються основними у фізичному вихованні?
12. За якими показниками визначається величина фізичного навантаження?
13. Якими є способи розташування учнів під час уроку з гімнастики?
14. Які морально-вольові якості особистості виховуються у процесі змагань з гімнастики?
15. Яка наука займається дослідженням закономірностей техніки виконання фізичних вправ?

### **3.3. Питання з дисципліни «Футбол і методика викладання»**

1. В якому році відбувся перший чемпіонат Європи з футболу?
2. У якому році зародився сучасний футбол?
3. Коли футбол увійшов до програми Олімпійських ігор?
4. Коли відбувся перший незалежний чемпіонат України з футболу?
5. Якою є довжина лінії штрафного майданчика на футбольному полі?
6. В яких випадках застосовується удар по м'ячу внутрішньою частиною ноги у футболі?
7. Якою частиною стопи можна завдавати удар по м'ячу у футболі?
8. Які українські гравці були визнані кращими футболістами Європи?
9. Якою є ширина лінії розмітки футбольного поля?
10. Яка команда стала чемпіоном першого незалежного чемпіонату України з футболу?
11. Яка команда здобула титул першого чемпіона світу з футболу?
12. У якому році ФК «Динамо» Київ став переможцем Кубка володарів Кубків?
13. Який радіус має центральне коло футбольного поля?
14. Які системи розіграшів застосовуються у футболі?
15. Вкажіть який спосіб взаємодії футболістів спрямований на вибір дії, що дає можливість виправити помилку, допущену партнером?

### **3.4. Питання з дисципліни «Легка атлетика і методика викладання»**

1. Як називається третя частина в техніці стрибка у довжину в легкій атлетичній?
2. Якою є довжина зони передачі естафетної палички на легкоатлетичній доріжці?

3. Яку дистанцію відносять до бігу на короткі дистанції в легкій атлетиці?
4. Який вид легкої атлетики розвиває витривалість?
5. В яких видах легкої атлетики використовується положення «натягнутого лука»?
6. В якому році відбулися перші сучасні Олімпійські Ігри ?
7. Яка кількість легкоатлетичних дисциплін входить в програму Олімпійських Ігор у чоловіків?
8. Яка дистанція в легкій атлетиці відносять до бігу на середні дистанції?
9. На яких легкоатлетичних доріжках стартують двоє кращих спортсменів у фіналі з бігу на 100 м?
10. На якому етапі легкоатлети переходять на першу доріжку в естафетному бігу 4x400м?
11. Який документ регламентує всі умови проведення змагання з легкої атлетики?
12. Хто з відомих українських легкоатлетів був багаторазовим олімпійським чемпіоном з спортивної ходьби?
13. Які види легкої атлетики відносяться до циклічних вправ?
14. Які види легкої атлетики відносяться до ациклічних вправ?
15. Які види легкої атлетики відносяться до циклічних та ациклічних (змішаних) вправ?

### **3.5. Теорія та методика обраного виду спорту**

1. Дайте визначення поняттю «спортивна підготовка».
2. Якими є основні засоби спортивного тренування?
3. Які з цих видів спорту належать до атлетичних?
4. Що таке методи спортивного тренування?
5. У чому реалізується прагнення до вищих досягнень?
6. Якою є тривалість тренувального мікроциклу?
7. У яких структурних одиницях тренувального процесу найчіткіше проявляється хвилеподібна динаміка навантажень?
8. Які завдання повинна вирішувати розминка?
9. З яких частин складається тренувальне заняття?
10. У чому проявляється циклічність тренувального процесу?
11. Дайте визначення поняттю «система спортивного тренування».
12. Що таке загально-підготовчі вправи?
13. Якою є мета спортивного тренування?
14. Які з цих методів спрямовані на розвиток рухових якостей?
15. Назвіть види спортивних змагань за масштабом?

#### 4. КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

Фахове випробування (надалі – екзамен) проводиться за рейтинговою системою оцінювання з використанням 100-бальної шкали. Оцінювання підготовленості вступників здійснює фахова комісія на підставі результатів письмового тестування. Структура білету включає 25 тестових завдань, кожне з яких має чотири варіанти відповідей. Вірних відповідей може бути від однієї до чотирьох. Правильна відповідь на кожне питання оцінюється чотирма балами. Максимальна кількість балів становить 100. Стобальна система оцінювання переводиться на 200 бальну, за спеціальною таблицею. Таким чином, абітурієнт може набрати максимальну кількість балів 200.

#### 5. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

1. Теорія і методика фізичного виховання/Методика фізичного виховання різних груп населення. Підручник для студентів вищих навчальних закладів фізичної культури і спорту/Під ред. Т.Ю. Круцевич. К.: НУФВСУ «Олімпійська література», 2008. –Т-1. 392 с.

2. Товт В.А., Дуло О.А., Щерба М.Ю. Основи теорії і методики фізичного виховання: Навчальний посібник. – Ужгород: «Графіка», 2010. – 138 с.

3. Гімнастика в системі підготовки спеціалістів фізичної реабілітації/Товт В.А., Дуло О.А., Михайлович С.О., Товт-Коршинська М.І. Навчальний посібник. Ужгород, ДВНЗ «УжНУ», 2009. – 184 с.

4. Гімнастика та методика викладання: метод. розробка для самостійної роботи студентів// Укл: В.А. Товт, О.Ю. Гузак, М.Ю. Щерба та ін. – Ужгород, ДВНЗ «УжНУ», 2013. – 123 с.

5. Соломонко В.В. Футбол//Підручник для студентів вищих учбових закладів фізичного виховання і спорту/В.В.Соломонко, Г.А.Лісенчук, О.В.Соломонко. – К.: Олімпійська література. 1997. - 288 с.

6. Гогін О.В. Легка атлетика: Курс лекцій для студ. ф-тів фіз. виховання пед. навч. закл./ О.В.Гогін – Х. : ОВС, 2001. – 112с.

7. Криличенко О.В. Історія розвитку та методика викладання видів легкої атлетики: навч. посіб. для студ. вищих навч.закл/О.В.Криличенко. – К. : Олімп. Л-ра, 2012. – 108с.

8. Артюшенко О.Ф. Легка атлетика: Навчальний посібник для студентів факультетів фізичної культури/О.Ф. Артюшенко. - Черкаси: БРАМА-ІСУЕП. 2000. – 316 с.

9. Гогін О.В. Легка атлетика: Навч. Посібник/ О.В.Гогін. – Харків: ОВС,2005. – 345 с.

10. Єднак В.Д. Легка атлетика. Навчальний посібник для студентів 1-го курсу факультету фізичного виховання/В.Д.Єднак, В.М.Кучеренко. – Тернопіль: ТДПУ, 2000. – 124 с.

11. Сивохоп Е.М., Маріонда І.І., Шкірта М.І. Футбол і методика викладання : навчально-методичні рекомендації. Ужгород :ДВНЗ "УжНУ", 2023. 66 с. <https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/handle/lib/49631>

12. Сивохоп Е.М. Теорія і методика викладання футболу. Методична розробка / Сивохоп Е.М, Маріонда І.І., Шкірта М.І. // Ужгород: Видавництво УжНУ «Говерла», 2013. – 52 с. <https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/handle/lib/3154>