

“ЗАТВЕРДЖУЮ”

голова Приймальної комісії

  
«24» квітня 2023



## ПРОГРАМА

вступного випробування з

«Методологічних основ фізичної культури і спорту»

для зарахування на навчання за ступенем доктора філософії за

спеціальністю 017 фізична культура і спорт

на основі освітнього рівня магістра (освітньо-кваліфікаційного ступеня

спеціаліста) при прийомі на навчання у 2023 році

Розглянуто та схвалено

на засіданні Приймальної комісії

Прикарпатського національного

університету імені Василя Стефаника

Протокол № 1 від 24/04/ 2023р.

## ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Метою вступного випробування зі спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт», який передбачає знання з анатомії, фізіології, психології, педагогіки, теорії та методики фізичного виховання, олімпійського та професійного спорту і відбір вступників для зарахування на навчання за ступенем доктора філософії при прийомі на навчання на основі освітнього рівня/ступеня спеціаліста/магістра до Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника у 2023 році.

Програма містить основні питання зі спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» та перелік рекомендованої літератури.

Наведений перелік питань, які виносяться на вступне випробування, дасть можливість вступнику систематизувати свої знання та допоможе зорієнтуватися, на які питання потрібно звернути увагу при підготовці до вступного випробування.

Перелік рекомендованої літератури сприятиме у пошуку і підборі джерел підготовки до вступного випробування.

**Програмові вимоги**  
**до вступного іспиту в аспірантуру зі спеціальності**  
**017 «Фізична культура і спорт»**

1. Визначення та реалізація освітніх завдань уроку фізичної культури.
2. Методика реалізації оздоровчих завдань уроку фізичної культури.
3. Методика реалізації виховних завдань уроку фізичної культури.
4. Організація й методика проведення спортивної години в групах продовженого дня.
5. Дозування навантаження на уроці фізичної культури.
6. Методика проведення підготовчої частини уроку фізичної культури.
7. Функції педагогічного планування.
8. Підготовка вчителя до уроку фізичної культури.
9. Методика проведення гімнастики перед уроками.
10. Педагогічний контроль, його різновиди. Контроль на уроках фізичної культури.
11. Організація діяльності учнів на уроці фізичної культури.
12. Методика проведення уроку фізичної культури.
13. Самоконтроль на уроках фізичної культури, його особливості.
14. Характеристика принципів фізичного виховання.
15. Фізичні вправи – основний засіб фізичного виховання.
16. Структура уроку фізичної культури.
17. Методика оцінювання діяльності учнів на уроках фізичної культури.
18. Підготовка вчителя до планування уроків фізичної культури.
19. Рухливі хвилини, динамічні паузи, методика їх проведення.
20. Різновиди шкільних уроків фізичної культури.
21. Методика виховання інтересу до занять фізичною культурою.
22. Часові параметри контролю (цикловий та етапний контроль) у фізичній культурі.
23. Педагогічні принципи у системі фізичного виховання.
24. Класифікація фізичних вправ як основного засобу фізичного виховання.
25. Урок фізичної культури – основна форма фізичного виховання школярів.
26. Методика проведення основної частини уроку фізичної культури.
27. Поняття про щільність уроку фізичної культури, його різновиди.
28. Запобігання травматизму у процесі занять фізичними вправами.
29. Особливості методики проведення уроків фізичної культури з дітьми середнього шкільного віку.
30. Методика залучення школярів до самостійних занять руховою активністю.

31. Характеристика державних документів планування уроків фізичної культури.
32. Особливості методики проведення уроків фізичної культури з дітьми старшого шкільного віку.
33. Спостереження та аналіз уроку фізичної культури.
34. Планування позаурочної роботи з фізичної культури в школі.
35. Загальні вимоги до уроку фізичної культури.
36. Домашні завдання з фізичної культури, способи їх контролю.
37. Педагогічні експерименти у діяльності вчителя фізичної культури.
38. Інструктування на уроках фізичної культури.
39. Технологія побудови конспекту уроку фізичної культури.
40. Способи ведення педагогічного спостереження.
41. Педагогічні функції учителя фізичної культури.
42. Способи управління та діяльності учнів на уроці фізичної культури.
43. Методика визначення завдань уроку фізичної культури.
44. Технологія планування уроку фізичної культури та його функції.
45. Змагання «з листа», методика їх проведення.
46. Роль покарань і заохочень на уроці фізичної культури.
47. Класифікація уроків фізичної культури.
48. Класифікація спортивних змагань, особливості їх проведення.
49. Характерні особливості форм фізичного виховання у режимі навчального дня.
50. Моторна щільність уроку фізичної культури, методика її визначення.
51. Документи з планування уроків фізичної культури.
52. Методи організації навчальної діяльності на уроці.
53. Типи і побудова мікроциклів у підготовці спортсмена.
54. Техніка, стратегія і тактика змагальної діяльності.
55. Педагогічні та психологічні засоби відновлення в підготовці спортсмена.
56. Техніка рухових дій: основа і деталі. Різновиди техніки.
57. Характеристика неспецифічних методів фізичного виховання.
58. Урочні та неурочні заняття фізичними вправами. Їх риси, структура та правила побудови.
59. Методичні основи формування правильної постави у дітей шкільного віку.
60. Значення і завдання фізичного виховання студентської молоді.
61. Характеристика принципу спрямованості підготовки спортсмена до вищих досягнень.
62. Спортивний результат як продукт змагальної діяльності та способи його визначення.
63. Координаційні здібності спортсмена та методи їх розвитку.

64. Характеристика рухів і їх вплив на виконання фізичних вправ.
65. Загальна характеристика процесу навчання руховим діям. Рухові уміння та навички.
66. Повний педагогічний аналіз уроку фізичної культури.
67. Мета і завдання обов'язкового курсу фізичного виховання в закладах загальної середньої освіти.
68. Форми занять фізичними вправами в режимі дня школярів і їх завдання.
69. Характеристика принципу взаємозв'язку структур загальної діяльності та підготовленості спортсмена.
70. Класифікація олімпійських видів спорту.
71. Гнучкість спортсмена та методика її розвитку.
72. Фізичні вправи як засоби фізичної освіти і управління фізичним розвитком.
73. Характеристика етапу початкового розучування рухових дій. Його мета і завдання.
74. Методи організації діяльності учнів на заняттях фізичними вправами.
75. Види і основні документи планування процесу фізичного виховання в закладах загальної середньої освіти.
76. Планування та методика проведення гімнастики до занять у закладах загальної середньої освіти.
77. Самоконтроль у процесі занять фізичними вправами.
78. Характеристика принципу циклічності та безперервності підготовки спортсмена.
79. Мета та засоби спортивного тренування.
80. Управління передстартовим станом спортсмена.
81. Характеристика методичних принципів фізичного виховання.
82. Характеристика етапів ознайомлення і початкового розучування рухової дії.
83. Характеристика етапу поглибленого розучування рухової дії.
84. Характеристика етапу закріплення і удосконалення рухової дії.
85. Загальна характеристика фізичного навантаження та відпочинку як факторів тренувальних дій.
86. Поняття про адаптацію до фізичного навантаження. Види та стадії формування адаптаційних реакцій організму людини на фізичні навантаження.
87. Характеристика сили як рухової якості. Засоби і методи розвитку силових якостей.
88. Швидкість як рухова якість. Засоби й методи розвитку швидкісних якостей.
89. Витривалість як рухова якість. Засоби та методи розвитку витривалості.

90. Спритність як рухова якість. Засоби та методи розвитку спритності.
91. Гнучкість як рухова якість. Методика розвитку гнучкості. Засоби та методи розвитку гнучкості.
92. Педагогічне та біологічне обґрунтування структури уроку фізичної культури.
93. Методика визначення та прийоми регулювання фізичного навантаження на уроках фізичної культури.
94. Характеристика і методика визначення щільності уроку фізичної культури. Шляхи підвищення щільності уроку.
95. Травматизм під час занять фізичними вправами та заходи щодо його попередження.
96. Медичний контроль у фізичній культурі. Основні показники контролю за функціональним станом спортсмена.
97. Завдання і організація позашкільної роботи з фізичного виховання.
98. Особливості організації та змісту роботи в ДЮСШ.
99. Фізичне виховання за місцем проживання. Роль центрів фізичного здоров'я населення "Спорт для всіх".
100. Особливості змісту і методики проведення уроку фізичної культури з учнями спеціальної медичної групи.
101. Організаційно-методичні основи фізичного виховання дорослого населення.
102. Педагогічні, психологічні, медико-біологічні засоби підвищення працездатності спортсменів.
103. Мета, завдання, принципи спортивного тренування.
104. Спортивна орієнтація та відбір юних спортсменів. Головні завдання, особливості організації.
105. Характеристика видів спортивної підготовки: фізичної, технічної, тактичної, психологічної, теоретичної.
106. Загальна характеристика структури тренувального процесу. Поняття про мікро-, мезо-, макроцикли тренувального процесу.
107. Спортивна підготовка як багаторічний процес. Етапи підготовки спортсменів та їх характеристика.
108. Дайте визначення поняттям: спорт, спортивне тренування, принципи спортивного тренування, фізичне навантаження.
109. Змагання, як системо утворюючий фактор спорту.
110. Форми організації тренувальних занять і їх загальна характеристика.
111. Спорт як соціальне явище.
112. Регламентація і способи проведення змагань.
113. Загальні та спеціальні вимоги до тренерської діяльності.
114. Особистість спортсмена як суб'єкта спортивної діяльності.
115. Формування особистості спортсмена.

116. Характеристика тренувальних занять комплексної спрямованості.
117. Характеристика методу ігрової вправи.
118. Характеристика методу кругової вправи.
119. Специфічні особливості спортивної діяльності.
120. Фізичне навантаження як фактор впливу на формування тренуваності спортсмена.

## ПЕРЕЛІК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

### Базова

1. Вільчковський Е.С., Курок О.І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: навч. посібник. Суми: ВТД «Університетська книга», 2004. 428 с.
2. Теорія і методика фізичного виховання / Під ред. Круцевич Т.Ю. К.: Олімпійська література, 2008. Т.1. 391 с.
3. Теорія і методика фізичного виховання / Під ред. Круцевич Т.Ю. К.: Олімпійська література, 2008. Т. 2. 366 с.
4. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1. Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2001. 272 с.
5. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 2. Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2002. 248 с.
6. Шиян Б.М., Вацеба О.М. Теорія і методика наукових педагогічних досліджень у фізичному вихованні і спорті: навч. посібник. Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2001. 272. с.

### Допоміжна

1. Дутчак М. В. Спорт для всіх в Україні: теорія та практика. - К.: Олімпійська література, 2009. – 279 с.
2. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання / Круцевич Т. Ю. – Т. 1, 2. – К.: Олімпійська літ-ра, 2008. – 392 с.
3. Линець М. М. Основи методики розвитку рухових якостей: навч. посібник для вузів з фізичної культури. Львів: «Штабор», 1997. 136 с.
4. Мицкан Б.М., Презлята-Воробей Г.В. Руханкова абетка: навч.-мет. посібник. Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2005. 64 с.
5. Курс лекцій з фізіологічних основ фізичного виховання і спорту / Під ред. Б.М. Мицкана. Івано-Франківськ: Видавець Кушнір, 2014. 215 с.
6. Функціональна анатомія: підручник / Під ред. Б.М. Мицкана, Я.І. Федонюка. Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2005. 525 с.
7. Стельмахович М.Г. Українська народна педагогіка. К., 1997. 240 с.
8. Султанова І.Д. Гігієна. Навчально-методичний посібник для студентів факультету фізичного виховання і спорту. Івано-Франківськ, 2011. 160 с.
9. Платонов В.Н. Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті. Общая теория и ее практические положения. Киев: Олимпийская лит., 2004.
10. Презлята Г.В. Здоровий спосіб життя: ідеї, пошук, досвід: Монографія. Івано-Франківськ: НАІР, 2013. 484 с.
11. Луцький В.Я. Спортивні споруди та обладнання: Навчально-методичний посібник. Івано-Франківськ, 2011. 203 с.
12. Мицкан В.М. Спортивний туризм, спеціальне та групове спорядження:



Навчально-методичний посібник. Івано-Франківськ: «Плай», 2011. 120 с.

13. Цьось А.В. Українські народні ігри та забави. Луцьк, 1994. 96 с.

### **15. Інформаційні ресурси**

1. Наукова бібліотека ПНУ імені Василя Стефаника. м. Івано-Франківськ, вул. Чорновола, 57, тел. (0342) 59-60-34, [pnu-lib@rambler.ru](mailto:pnu-lib@rambler.ru)
2. Івано-Франківська обласна універсальна наукова бібліотека імені І. Франка. м. Івано-Франківськ, вул. Чорновола, 22, тел. (0342) 75-01-32; fax: 3-21-89; E-mail: [libifua@gmail.com](mailto:libifua@gmail.com)
3. Освітньо-кваліфікаційна характеристика підготовки фахівця за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт.

### **КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ**

Порядок проведення та критерії оцінювання вступних випробувань регулюється Положенням про організацію вступних випробувань у Прикарпатському національному університеті імені Василя Стефаника.