

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Сумський державний університет



ПРОГРАМА

**фахового іспиту під час вступу на навчання
для здобуття ступеня «магістр» зі спеціальності
017 «Фізична культура і спорт»**

1. Загальні положення.

Інтегруюча роль теорії фізичної культури і спорту, методологія узагальнювальних теоретичних досліджень, систематика засобів, методів і форм, як і технології навчання руховим діям, розвитку рухових якостей тощо, залежно від вікових та інших особливостей контингенту тих, які займаються, забезпечить глибоке теоретичне осмислення основ фізичного виховання і спорту, а також дозволить прищепити фахівцям уміння і навички практичної реалізації отриманих знань у професійній діяльності у різних освітніх установах і спортивних організаціях.

Навчально-дослідницька робота фахівців повинна здійснюватися в процесі усіх видів занять на їх предметній основі, з науковим обґрунтуванням змісту і проблемами, які виникають у сучасній науці. Це один аспект змісту науково-дослідної роботи, а другий аспект полягає в освоєнні методів дослідження і вироблення умінь застосовувати різні методи досліджень для вирішення завдань у сфері менеджменту фізичної культури і спорту.

За результатами вступного іспиту здійснюється прийом студентів на підготовку за освітнім ступенем «магістр» за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт» (освітня програма: Фізична культура і спорт).

Фахове вступне випробування проводяться письмово у тестовій формі. Структура білету передбачає 50 питань однакового рівня складності. Час відведений на виконання тесту – 80 хвилин.

2. Типові питання з розділів, що виносяться на фаховий іспит.

2.1. «Встановлення фізичної культури і спорту».

Теми:

1. Фізична культура епохи середньовіччя. Фізична культура Нового часу.
2. Фізичне виховання в рабовласницькому суспільстві. Фізична культура в країнах Стародавнього Сходу.
3. Особливості фізичної культури Стародавньої Греції та Риму. Олімпійські ігри Стародавньої Греції.
4. Витоки фізичної культури. Фізичне виховання в первісному суспільстві.
5. Фізична культура та спорт в Україні.

Типові питання, що можуть бути:

1. Чия система рухів сприяла виробленню основ шкільної гімнастики.
2. Що є першоосновою виникнення фізичних вправ.
3. Яку назву мали перші футбольні правила Нового часу.
4. Назвати найважливіші змагання (ігри) Стародавньої Греції.
5. Основні чинники виникнення Олімпійських ігор.
6. У якому році був створений НОК України.

2.2. «Анатомія людини, основи динамічної анатомії».

Теми:

1. Анатомо-фізіологічні основи біомеханіки опорно-рухової системи людини.
2. Загальні відомості про будову кістки, скелету в цілому.
3. Загальні відомості про з'єднання кісток.
4. Елементи біомеханіки м'язів.
5. Анатомічна характеристика циклічних, ациклічних та обертальних рухів.

Типові питання, що можуть бути:

1. Кісткова тканина належить до різновиду сполучної тканини.
2. Фізіологічний кіфоз відзначається в наступних відділах хребетного стовпа.
3. Назвіть верхню частину трубчастої кістки.
4. З яких елементів складається кістковий лабіринт внутрішнього вуха.
5. До якого виду суглобів відноситься скронево-нижньощелепний суглоб.
6. Наука, яка займається вивченням тканин.

2.3. «Фізіологія людини».

Теми:

1. Загальна характеристика організму.
2. Фізіологія клітини.
3. Фізіологія м'язової тканини.
4. Фізіологія внутрішніх органів і систем організму.
5. Фізіологія трудової діяльності.

Типові питання, що можуть бути:

1. Який білок скелетних м'язових волокон здатний з'єднуватись з кальцієм.
2. Силкові характеристики яких м'язів найвищі.
3. Назвіть макроелемент, що входить до складу еритроцитів.

4. Визначте внутрішній шар серця.
5. Параметри життєвої ємності легень у дорослої людини.
6. Які гормони регулюють уміст вуглеводів у крові.

2.4. «Біохімія спорту».

Теми:

1. Структурна організація м'язових волокон.
2. Креатинфосфокіназний механізм ресинтезу АТФ.
3. Біохімічна характеристика процесів відновлення при м'язовій діяльності.
4. Вітаміни, гормони, ферменти.
5. Біохімічні фактори спортивної працездатності.

Типові питання, що можуть бути:

1. Назва скорочувальних м'язових волокон.
2. Як називається нуклеотид, що входить до складу АМФ.
3. Оберіть норму концентрації вуглеводів у крові дорослої людини.
4. До якого класу ліпідів належить холестерин.
5. Який потрібний хімічний елемент для синтезу гормонів щитоподібної залози.
6. Оберіть основну ознаку живого.

2.5. «Гігієна спорту».

Теми:

1. Гігієна зовнішнього середовища (повітря, води, ґрунту).
2. Гігієна харчування.
3. Гігієнічні особливості фізичного виховання та спорту.
4. Гігієна відновлення фізичної працездатності.
5. Гігієнічні основи режиму дня.

Типові питання, що можуть бути:

1. Яка норма температури повітря в ігрових спортзалах.
2. До якої групи показників відносяться тиск та швидкість руху повітря.
3. Який із зазначених вітамінів відноситься до водорозчинних.
4. Які властивості води мають визначальне значення для теплообміну організму людини.
5. Чому щоденна норма вживання вуглеводів у спортсменів підвищена порівняно з неспортсменами.
6. За яким фізіологічним показником найчастіше нормується фізичне навантаження.

3. Структура екзаменаційних завдань.

Варіант тестового завдання для проведення фахового вступного випробування при прийомі на навчання за освітнім ступенем «магістр» складається з 50 питань однакового рівня складності по 6–8 питань із кожного розділу, що виноситься на фахове вступне випробування. Кількість варіантів відповідей – від 3 до 4. Правильних відповідей – 1.

У додатку А цієї програми наведено зразок екзаменаційного завдання.

У додатку Б наведено зразок аркушу відповідей типового варіанту екзаменаційного завдання.

4. Критерії оцінювання.

Комісія оцінює письмові відповіді вступника на тестові завдання за 100–200 бальною шкалою. Вступники, які набрали менше 100 балів, отримують оцінку «незадовільно» і до подальшої участі у конкурсному відборі не допускаються. Вступники, які набрали 100 і більше балів, допускаються до участі у конкурсному відборі.

Для отримання позитивної оцінки із вступного випробування вступнику потрібно пройти мінімально-допустимий тестовий поріг на рівні 0,30 або 30% від загальної кількості тестових балів.

За кожну правильну відповідь на завдання нараховуються тестові бали, за невірну відповідь нараховується 0 балів. Одержані тестові бали за вступне випробування переводяться в 100–200 бальну шкалу (з округленням до цілого, за правилами математичного округлення) за наступним алгоритмом:

$$O = O_{\min} + k \cdot (N - r \cdot T), \text{ де}$$

- O – оцінка із вступного випробування за шкалою 100–200 балів;
- O_{\min} – мінімальна оцінка із вступного випробування за шкалою 100–200 балів, при якій вступник допускається до участі у конкурсному відборі;
- k – коефіцієнт переведення тестових балів в шкалу 100-200 балів, при цьому:

$$k = 100 / T \cdot (1 - r)$$

- r – мінімально-допустимий тестовий поріг з точністю до 0,01, який встановлюється в межах від 0 до 1, але не менше 0,10;
- T – загальна кількість тестових балів, яку вступник може отримати під час вступного випробування;
- N – кількість тестових балів, яку вступник отримав під час вступного випробування.

За умови якщо кількість тестових балів, яку вступник отримав під час вступного випробування (N) становить «0», то вступник отримує оцінку «незадовільно» і до подальшої участі у конкурсному відборі не допускається.

Нарахування тестових балів

За кожну правильну відповідь на тестове запитання нараховується 2 тестових бали. Невірна відповідь – 0 балів.

Загальна кількість тестових балів (T), яку вступник може отримати під час вступного випробування – 100 тестових бали.

Кількість тестових балів за вступне випробування (N) розраховується як сума тестових балів за виключенням тестових балів знятих за виправлення в аркуші відповідей (якщо передбачено програмою).

Політика щодо виправлень

За кожних 5 виправлень знімається 1 тестовий бал від загальної кількості тестових балів (T), яку вступник може отримати на вступному випробуванні.

5. Список рекомендованої літератури

5.1. «Встановлення фізичної культури і спорту».

1. Вільчковський Е. С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : підручник / Е. С. Вільчковський, О. І. Курок. – Суми: ПФ «Видавництво «Університетська книга», 2019. – 465 с.
2. Долгова Н. О. Історія фізичного виховання і спорту України: конспект лекцій для студентів напряму підготовки 6.010202 «Спорт» денної форми навчання – Суми : Сумський державний університет, 2016. – 121 с.

3. Історія фізичної культури на різних етапах розвитку суспільства (частина II) : навчально - методичний посібник для студентів вищих навчальних закладів усіх спеціальностей / С. В. Хоменко, Т.О. Гриб, Т. Г. Клименченко. – Суми, 2019. – 105 с.
4. Вступ до спеціальності "Фізичне виховання і спорт": навч. посіб. для студ. вищих навчальних закладів / Б. В. Дикий. – Львів : Новий Світ-2000, 2019. – 160 с.
5. Інші.

5.2. «Анатомія людини, основи динамічної анатомії».

1. Анатомія людини : підручник : у 3-х т. Т.1 / А. С. Головацький, В. Г. Черкасов, М. Р. Сапін та ін. ; за ред.: А. С. Головацького, В. Г. Черкасова. – 8-ме вид., доопрац. – Вінниця : Нова Книга, 2019. – 368 с.
2. Анатомія людини (у запитаннях та відповідях) : навч. посіб. / В. І. Бумейстер, В. З. Сікора, О. О. Устянський та ін. ; за заг. ред. В. З. Сікори. – Суми : СумДУ, 2018. – 303 с.
3. Бріжата І. А. Основи анатомії людини / Методичні вказівки до практичних занять. – Суми: Сумський державний університет, 2021. – 118 с.
4. Рибалко Л. М. Загальна теорія здоров'я : навчальний посібник для студентів денної форми навчання спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». – Полтава : Національний університет імені Юрія Кондратюка, 2019. – 180 с.
5. Інші.

5.3. «Фізіологія людини».

1. Фізіологія: підручник / за ред. В.Г. Шевчука. – Вінниця : Нова Книга, 2012. – 448 с.
2. Філімонов В. І. Фізіологія людини: навчальний посібник / В. І. Філімонов. – К. : Медицина, 2021. – 481 с.
3. Лук'янцева Г. В. Фізіологія людини. Навчальний посібник. – К. : Олімпійська література, 2014. – 184 с.
4. Земцова І. І. Спортивна фізіологія. Видання 2-ге, без змін. – К. : Олімпійська література, 2019. – 208 с.
5. Інші.

5.4. «Біохімія спорту».

1. Фізіологія: підручник / В. Г. Шевчук, В. М. Мороз, С. М. Білан та ін.]; за редакцією В. Г. Шевчука. – Вінниця: Нова Книга, 2015. – 448 с.
2. Чорна І. В. Біохімія мембран : навч. посіб. / І. В. Чорна, І. Ю. Висоцький. – Суми : СумДУ, 2015. – 72 с.
3. Лук'янцева Г. В. Фізіологія людини: навч. посіб. для самост. роботи студентів і індивід. графіком навчання та заоч. форми навчання / Г. В. Лук'янцева. – К. : Олімпійська література, 2018. – 184 с.
4. Осипенко, Г.А. Основи біохімії м'язової діяльності : навч. посіб. / Г. А. Осипенко. – К. : Олімпійська література, 2019. – 200 с.
5. Інші.

5.5. «Гігієна спорту».

1. Гігієна та гігієна спорту : підруч. для студ. ВНЗ / Ю. Д. Свистун, О. П. Лаптев, С. О. Полієвський, Х. Є. Шавель. - Львів : ЛДУФК, 2014. - 302 с.

2. Марцінковський І. Б. Гігієна фізичного виховання і спорту : курс лекцій і методичних рекомендацій до практичних занять : навчальний посібник. – Миколаїв: НУК, 2015. – 328 с.
3. Кондес Т. В. Фізична культура і здоров'я: Навчальний посібник. – К.: Університет економіки та права «КРОК», 2017. – 126 с.
4. Гігієна фізичного виховання і спорту : навч.-метод. посіб. / [К. О. Пашко та ін.]. - Кременець : Підручники-посібники, 2016. – 340 с.
5. Гігієна та екологія : підручник / В. Г. Бардов, С. Т. Омельчук, Н. В. Мережкіна та ін. ; за заг. ред. В. Г. Бардова. – Вінниця : Нова Книга, 2020. – 472 с.
6. Інші.

Схвалено на засіданні приймальної комісії.

Протокол № 11 від 08.04 2024 р.

Відповідальний секретар
приймальної комісії



(підпис)

Рой І. О.
(прізвище, ініціали)

Голова фахової
атестаційної комісії



(підпис)

Сергієнко В. М.
(прізвище, ініціали)

СУМСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ЗАТВЕРДЖУЮ
Голова приймальної комісії

_____ 20__ р.

ЕКЗАМЕНАЦІЙНЕ ЗАВДАННЯ

**фахового іспиту під час вступу на навчання
для здобуття ступеня «магістр» зі спеціальності
017 «Фізична культура і спорт»**

Варіант № 1

1. Де відбувалися I Міжнародні Олімпійські ігри сучасності:

- a) у Римі (Італія);
- в) у Парижі (Франція);
- с) в Олімпії (Греція);
- д) в Афінах (Греція).

2. Основною формою фізичного виховання шкільної молоді у XIX ст. в Україні був урок, що мав назву...

- a) гімнастика;
- в) руханка;
- с) спортивні ігри;
- д) ритміка.

...

16. Структурним і функціональним елементом нервової системи є:

- a) синапс;
- в) нейрон;
- с) дендрит;
- д) аксон.

17. Суглобові поверхні кісток вкриває:

- a) волокнистий хрящ;
- в) еластичний хрящ;
- с) гіаліновий і еластичний хрящ;
- д) гіаліновий хрящ.

18. Назвіть простір між передньою поверхнею хребетного стовпа і задньою поверхнею груднини та реберних хребців:

- a) стравохід;
- в) біфуркація;
- с) легені;
- д) середостіння.

19. При ізотонічному режимі скорочення м'язів спостерігається:

- a) підвищення тонусу м'язу;
- в) тонус м'язу не змінюється і зменшується довжина м'яза;
- с) підвищення тонусу м'язу і зменшення його довжини;
- d) довжина м'язу не змінюється.

.....


49. У вигляді чого відкладається про запас глюкоза:

- a) тригліцериду;
- в) фосфогліцерину;
- с) крохмалу;
- d) глікогену.

50. Адекватні запаси чого є вирішальним чинником для працездатності в спорті:

- a) білків;
- в) жирів;
- с) вуглеводів;
- d) вітамінів.

Голова фахової
атестаційної комісії



(підпис)

Сергієнко В. М.
(прізвище, інішали)

СУМСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Шифр _____

АРКУШ ВІДПОВІДІ
фахового іспиту під час вступу на навчання
для здобуття ступеня «магістр» зі спеціальності
017 «Фізична культура і спорт»

Варіант № _____

№ питання	a	b	c	d	№ питання	a	b	c	d	№ питання	a	b	c	d
1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	18	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	35	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	19	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	36	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	20	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	37	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	21	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	38	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	22	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	39	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	23	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	40	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	24	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	41	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	25	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	42	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	26	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	43	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	27	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	44	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	28	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	45	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	29	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	46	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	30	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	47	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	31	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	48	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	32	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	49	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	33	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	50	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	34	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>					

УВАГА!!! Завдання мають кілька варіантів відповідей, серед яких може бути лише один правильний. Виберіть правильний, на Вашу думку, варіант та позначте його, як показано на зразку. Кількість виправлень впливає на загальну оцінку роботи!

a	b	c	d
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Кількість правильних відповідей – _____ ; Кількість балів за них – _____ ;

Кількість виправлень – _____ ; Знято балів за виправлення – _____ ;

Всього балів з урахуванням знятих – _____ ; **Оцінка** – _____ .
(числом та прописом)

Голова комісії _____
(підпис) _____
(прізвище, ініціали)

Члени комісії _____
(підпис) _____
(прізвище, ініціали)

(підпис) _____
(прізвище, ініціали)