

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ

ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор з навчальної та
науково-педагогічної роботи,
голова науково-методичної ради



Віталій КОБЕЦЬ

Віталій Кобець
2020 р.

**ПРОГРАМА АТЕСТАЦІЇ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ З ТЕОРІИ ТА
МЕТОДИКИ СПОРТУ ВИЩИХ ДОСЯГНЕНЬ, МЕДИКО-
БІОЛОГІЧНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ
І МЕТОДИКИ ВИКЛАДАННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ЗАКЛАДАХ
ВИЩОЇ ОСВІТИ**

на 2020-2021 навчальний рік

Форма навчання: денна

Ступінь вищої освіти: «магістр»

Галузь знань: 01 Освіта / Педагогіка

Спеціальність: 017 Фізична культура і спорт

Схвалено

науково-методичною радою факультету
фізичного виховання та спорту
(протокол № 2 від 15.10.2020 р.)

Сергій Голяка
Сергій ГОЛЯКА

Херсон – 2020

Затверджено на засіданні кафедри
олімпійського та професійного спорту
Протокол № 2 від 05 жовтня 2020 р.

В. о. завідувача кафедри _____ Людмила ХАРЧЕНКО-БАРАНЕЦЬКА

ЗМІСТ

Загальні вимоги до складання атестації здобувача вищої освіти.....	4
1. Теорія та методика спорту вищих досягнень.....	7
1.1. Програма першого блоку атестації здобувача вищої освіти...	7
1.2. Питання до першого блоку атестації здобувача вищої освіти «Теорія та методика спорту вищих досягнень».....	9
1.3. Рекомендована література.....	10
2. Медико-біологічне забезпечення фізичної культури та спорту вищих досягнень	12
2.1. Програма другого блоку атестації здобувача вищої освіти....	12
2.2. Питання до другого блоку атестації здобувача вищої освіти «Медико-біологічне забезпечення фізичної культури та спорту вищих досягнень».....	14
2.3. Рекомендована література.....	15
3. Методика викладання фізичного виховання у закладах вищої освіти	17
3.1. Програма третього блоку атестації здобувача вищої освіти...	17
3.2. Питання до третього блоку атестації здобувача вищої освіти «Методика викладання фізичного виховання у закладах вищої освіти».....	19
3.3. Рекомендована література.....	21

ЗАГАЛЬНІ ВИМОГИ ДО СКЛАДАННЯ АТЕСТАЦІЇ ЗДОБУВАЧА ВИЩОЇ ОСВІТИ

Тренер з обраного виду спорту має бути розвиненою, освіченою та інтелігентною людиною, яка може кваліфіковано здійснювати спортивну, виховну, освітню, фізкультурно-оздоровчу та навчально-тренувальну роботу з різним контингентом населення, з різними віковими групами, а також сприяти гармонійному розвитку особистості, формуванню професійних спортивних та життєво необхідних навичок, розвитку фізичних якостей, що є пріоритетними для даного виду спортивної діяльності, зміцненню здоров'я, підготовці до активної спортивної діяльності, підготовці кваліфікованих спортсменів та команд.

Атестація здобувача вищої освіти на факультеті фізичного виховання та спорту покликана виявити рівень знань та вмінь з циклу фундаментальних і професійно-орієнтованих дисциплін, медико-біологічних та спеціальних, що відповідають ступеню вищої освіти «магістр».

Керуючись навчальними програмами з видів спорту та принципами побудови процесу спортивного тренування студенти повинні:

Знати:

- основні поняття галузі фізичного виховання та спорту;
- зміст, завдання, мету та умови функціонування системи підготовки спортсменів, етапи, принципи та періодизацію спортивного тренування;
- засоби та методи підготовки спортсменів різної спортивної кваліфікації на різних етапах багаторічної підготовки;
- структуру та особливості підготовки та проведення навчально-тренувальних занять різних типів з різними групами спортивного підготовленості;
- вікові особливості роботи з юними спортсменами;
- системи організаційного та методичного управління тренувальним процесом, методи та засоби контролю ефективності навчально-тренувального процесу підготовки спортсменів.

Вміти:

- забезпечувати необхідні передумови для ефективного навчання руховій дії, розвитку фізичних якостей, морально-вольовому, естетичному, інтелектуальному вихованню спортсменів;
- розробити методику навчання елементів техніки обраного виду спорту, методику розвитку фізичних якостей юних спортсменів;
- проводити як окремі частини тренувальних занять, так і заняття різних типів в цілому;
- використовувати різні засоби регулювання навантаження в тренувальному процесі спортсменів різної спортивної кваліфікації;
- організовувати та проводити змагання різного рівня та вміти оформити документацію щодо проведених заходів.

В ході складання атестації здобувачі повинні продемонструвати володіння наступними загальними та професійними **компетентностями**:

- ЗК 2. Здатність до критичного аналізу, оцінювання й синтезу нових і складних ідей, до участі в критичному діалозі;

ЗК 6. Здатність ініціювати, проектувати, виконувати та презентувати результати пошукових досліджень, яке розширює систему знань в галузі фізичної культури та спорту;

ЗК 11. Здатність до використання наявного освітнього, науково-методичного та дослідницького досвіду в обраному виді професійної діяльності.

ФК 6. Здатність до узагальнення передового досвіду діяльності в області професійного спорту і трансформації його в навчально-тренувальний процес спортсменів високого класу;

ФК 12. Здатність до розробки і реалізації програм перед змагальної і змагальної підготовки, ефективних засобів відновлення та підвищення спортивної працездатності на основі вікових та психофізіологічних особливостей спортсменів різних кваліфікацій;

Очікувані програмні результати навчання:

ПРН 2. Визначати цілі і завдання досліджень, застосовувати наукові методи та сучасні методики їх вирішення; організовувати збір, обробку, систематизацію та аналіз даних наукових досліджень; аналізувати і узагальнювати існуючий науково-методичний та дослідницький досвід в обраному виді професійної діяльності;

ПРН 3. Застосовувати сучасні методики і технології, в тому числі і інформаційні, для забезпечення якості освітнього процесу у закладах вищої освіти; здатний забезпечувати охорону життя і здоров'я студентів у освітньому процесі та позаурочний час; розуміти особливості планування освітнього процесу з фізичного виховання та роботи спортивної секції; підбирати матеріали і застосовувати засоби фізичного виховання для розробки різних видів занять у закладах вищої освіти з урахуванням професійно-прикладної спрямованості фізичного виховання студентської молоді.

ПРН 11. Використовувати сучасні технології, засоби і методи підготовки спортсменів високого класу, доцільно оцінювати ефективність їх застосування; коригувати тренувальні і змагальні навантаження на основі контролю стану спортсмена; застосовувати індивідуальний підхід в навчально-тренувальній та змагальній діяльності;

ПРН 13. Використовувати ефективні засоби відновлення і підвищення спортивної працездатності; аналізувати і прогнозувати вплив фізичного навантаження на організм спортсмена в тренувальному режимі за даними строкового, відставленого та етапного лікарського контролю; розробляти і використовувати програми підготовки спортсменів різних кваліфікацій; визначає алгоритм змагальної діяльності та аналізує його ефективність;

Атестація здобувача вищої освіти побудована за блочною системою таким чином:

- перший блок – теорія та методика спорту вищих досягнень;
- другий блок – медико-біологічне забезпечення спорту вищих досягнень;
- третій блок – методика викладання фізичного виховання у закладах вищої освіти.

Кожний блок складається з програм дисциплін, які входять до нього і розкривають загальний зміст і основні вимоги щодо знань і умінь «магістра», а також питання основних теоретичних і практичних положень.

При складанні атестації здобувача вищої освіти студент повинен дати кваліфіковану змістовну відповідь на три питання (по одному з кожного блоку). При необхідності відповідь доповнюється прикладами практичного використання тих чи інших видів і методів діяльності тренера (методичні розробки, структура плану-конспекту тренування, методики спортивного тренування, підготовка та проведення масових фізкультурно-спортивних заходів та ін.).

1. ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА СПОРТУ ВИЩИХ ДОСЯГНЕНЬ

1.1. Програма першого блоку атестації здобувача вищої освіти

Блок “Теорія і методика спорту вищих досягнень” передбачений для формування у магістрантів фундаментальних знань, вмінь та навичок стосовно підготовки кваліфікованих спортсменів, що базуються на сучасних досягненнях провідних вітчизняних і іноземних вчених та світової практики.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен **знати**: фундаментальні засади адаптації організму спортсмена до тренувальних та змагальних навантажень; процеси втоми та відновлення; особливості побудови мікро-, мезо- і макроструктур тренувального процесу з позицій адаптації; структуру та рівні підготовленості тренера, психологічні чинники успішної діяльності тренера. **Вміти**: складати плани тренувальних занять, мікро-, мезо- і макроциклів підготовки кваліфікованих спортсменів з урахуванням закономірностей адаптації до тренувальних і змагальних навантажень; здійснювати вибір адекватних засобів і методів підготовки та контролю; формувати мотивацію до спортивної діяльності.

Передбачені наступні базові тематичні напрямки та їх складові.

Професійна діяльність в спорті. Структура навчальної дисципліни „Теорія і методика спорту вищих досягнень”. Спорт як сфера професійної діяльності. Види професійної діяльності в спорті. Характеристика окремих видів діяльності в спорті. Фактори середовища, що впливають на роботу тренера.

Тренер-професіонал. Структура підготовленості тренера. Функції тренера. Рівні професійної майстерності тренера. Види професійно-педагогічних здібностей тренера. Особистість тренера як чинник успішності підготовки. Стилі керівництва групою.

Основи методики відбору у спорті вищих досягнень. Спортивна обдарованість. Види спортивного відбору. Види спортивних змагань. Етапність відбору. Вимоги до відбору. Спортивна переорієнтація.

Моделювання і прогнозування спортивного результату у спорті вищих досягнень.

Основи теорії адаптації та закономірності її формування у спортсменів. Застосування теорії адаптації до побудови підготовки спортсменів. Зміни в організмі під впливом активної м'язової діяльності. Формування термінової адаптації. Формування довготривалої адаптації. Явища деадаптації, реадаптації і переадаптації у спортсменів.

Адаптація опорно-рухового апарату та функціональних систем. Структурно-функціональні особливості рухових одиниць м'язів. Спортивна спеціалізація і структура м'язових тканин. Зміни у м'язових волокнах під впливом навантажень різної спрямованості.

Вплив навантаження на організм спортсменів. Характеристика навантажень, що застосовуються в спорті. Компоненти навантажень та їх вплив на формування реакцій адаптації. Специфічність реакцій адаптації організму

спортсмена на навантаження. Реакції адаптації спортсменів різного віку та підготованості. Реакції організму спортсмена на змагальні навантаження.

Втома та відновлення в системі підготовки спортсменів. Втома та відновлення при напруженій м'язовій діяльності. Втома та відновлення при навантаженнях різної величини. Втома та відновлення при навантаженнях різної спрямованості. Втома та відновлення в залежності від кваліфікації і підготовленості спортсменів.

Етапи та види підготовки спортсменів високого класу. Визначення різних етапів спортивної підготовки спортсменів. Завдання загальної та спеціальної фізичної підготовки. Завдання технічної та тактичної підготовки. Завдання інтегральної та психологічної підготовки.

Основи методики розвитку фізичних якостей спортсменів. Загальна характеристика та методика розвитку сили. Загальна характеристика та методика розвитку швидкості. Загальна характеристика та методика розвитку витривалості. Загальна характеристика та методика розвитку координаційних здібностей. Загальна характеристика та методика розвитку гнучкості. Технічна і тактична підготовка спортсменів

1.2. Питання до першого блоку атестації здобувача вищої освіти «Теорія та методика спорту вищих досягнень»

1. Спорт як результат діяльності людини та сукупність цінностей.
2. Структура загально-теоретичної базової підготовленості тренера.
3. Структура професійно-педагогічної підготовленості тренера.
4. Система підготовки спортсменів в спорті вищих досягнень.
5. Особливості та методика відбору в спорті вищих досягнень
6. Система принципів в підготовці спортсменів.
7. Специфіка дидактичних принципів в спорті.
8. Специфіка специфічних принципів спортивного тренування.
9. Особливості інтегральної підготовки спортсмена в спорті вищих досягнень.
10. Характеристика системи змагальної діяльності в спорті вищих досягнень.
11. Проблема психічної підготовки в спорті вищих досягнень.
12. Мотивація спортсмена в тренувальному процесі.
13. Адаптація і проблеми підготовки спортсменів.
14. Формування термінової і довготривалої адаптації.
15. Компоненти навантажень та їх вплив на формування реакцій адаптації.
16. Специфічність реакцій адаптації організму спортсмена на навантаження.
17. Втома та відновлення при напруженій м'язовій діяльності.
18. Класифікація фізичних навантажень за локалізацією і механізмами втоми.
19. Засоби спортивної підготовки в спорті вищих досягнень.
20. Методи спортивної підготовки в спорті вищих досягнень.
21. Періодизація спортивного тренування в спорті вищих досягнень
22. Структура, зміст і типи тренувальних занять в спорті вищих досягнень.
23. Характеристика особливостей організації та змісту мікроциклу в спорті вищих досягнень
24. Характеристика особливостей організації та змісту мезоциклу в спорті вищих досягнень.
25. Характеристика особливостей організації та змісту макроциклу в спорті вищих досягнень
26. Види контролю в спорті вищих досягнень.
27. Організація і проведення змагань в спорті вищих досягнень.
28. Реалізація індивідуального підходу в спорті вищих досягнень.
29. Допоміжні засоби тренування в спорті вищих досягнень.
30. Засоби відновлення спортсменів та стимулювання їх працездатності.
31. Природна і штучна гіпоксія в системі підготовки спортсменів.
32. Особливості тренування спортсменок-жінок в спорті вищих досягнень.
33. Негативний вплив заборонених стимулюючих речовин на організм спортсмена.
34. Перспективи розвитку спорту вищих досягнень в Україні.
35. Матеріально-технічне забезпечення спорту вищих досягнень.

1.3. Рекомендована література

1. Бондарчук А.П. Періодизація спортивного тренування/ А.П. Бондарчук. – К.: Аграрна наука, 2000. – 568 с.
2. Булатова М.М. Теоретико-методические аспекты реализации функциональных резервов спортсменов высшей квалификации/ М.М Булатова.// Наука в олимпийском спорте. – 1999. – Специальный выпуск. – С. 33-50.
3. Гуськов С.И. Профессиональный спорт / С.И. Гуськов. – К.: Олимпийская литература, 2000. – 391 с.
4. Гуськов С.И. Платонов В.Н. Профессиональный спорт/ С.И. Гуськов, В.Н. Платонов – К.: Олимпийская література, 2000 - 391с.
5. Гуськов С.І. Спортивний маркетинг/ С.І. Гуськов – К.: Олімпійська література, 1995. – 183 с.
6. Костюкевич В.М. Теорія і методика спортивної підготовки у запитаннях та відповідях навчально-методичний посібник/ - В.М. Костюкевич – Вінниця: Планер, 2016 – 159 с.
7. Костюкевич В.М. Теоретико-методичні аспекти тренування спортсменів високої кваліфікації: навчальний посібник/ В.М. Костюкевич – Вінниця: Планер, 2007. – 272 с.
8. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов/ Л.П Матвеев – К.: Олимпийская литература, 1999. – 318 с.
9. Платонов В.Н. Допинг и эргогенные средства в спорте / В.Н.Платонов. – К.: Олимпийская литература, 2003. - 574 с.
10. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте/ В.Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 1997. – 584 с.
11. Платонов В.М. Олімпійський спорт/ В.М. Платонов. - К.: Олімпійська література, 2000.- 417с.
12. Платонов В.М. Фізична підготовка спортсмена/ В.М. Платонов. – К.: Олімпійська література, 1995. – 320 с.
13. Сергієнко Л.П. Спортивний відбір: теорія та практика у 2 кн. Книга 1. – Теоретичні основи відбору : Підручник/ Л.П. Сергієнк. – Тернопіль: Навчальна книга. – Богдан, 2009. – 672 с.
14. Сергієнко Л.П. Відбір у різні види спорту: Підручник/ Л.П. Сергієнко. - Тернопіль: Навчальна книга. – Богдан, 2010. – 784 с.
15. Стенсон Р. Професійний спорт в США / Р. Стенсон. - К.: Олімпійська література, 1991. – 79 с.
16. Шинкарук О.А. Отбор спортсменов и ориентация их подготовки в процессе многолетнего совершенствования/ О.А. Шинкарук. – К.: Олимпийская литература, 2011. – 360 с.
17. Платонов В.Н. Подготовка спортсменов разных стран к Олимпийским играм/ В.Н. Платонов, Ю. Павленко, В. Томашевский. – К.: Издательский дом Д. Бураго, 2012. – 336 с.
18. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические применение: учебник для студентов вузов физического воспитания и спорта/ В.Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 2004. – 808 с.

19. Павленко Ю. Науково-методичне забезпечення підготовки спортсменів в олімпійському спорті/ Ю. Павленко. – К.: Олімпійська література, 2011. – 312 с.
20. Платонов В.Н. Региональные, континентальные и другие игры/ В.Н. Платонов, С. Матвеев, В. Томашевский. – К.: Олимпийская литература, Т.1, 2002. – сс. 363-382.
21. Платонов В.Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение/ В.Н. Платонов. - К.: Олимпийская литература, 2013. – 624 с.
22. Козлова Е.К. Подготовка спортсменов высокой квалификации в условиях профессионализации легкой атлетики/ Е.К. Козлова. – К.: Олимпийская литература, 2012. – 368 с.
23. Павленко Ю. Организационно-методологические основы научно-методического обеспечения подготовки спортсменов/ Ю. Павленко. – К.: Наука в олимпийском спорте, 1, 2015. – сс. 10-18.
24. Павленко Ю. Спортивные тренировочные центры в системе подготовки спортсменов/ Ю. Павленко, Н. Козлова. – К.: Наука в олимпийском спорте, 3, 2013. – сс. 81-86.
25. Wilson K. L. The Olympic Games. JOHPER, 1961, 7, p. 25.
26. Miller G. Behind the Olympic Rings. Lynn, Massachusetts: H.O. Zimman, 2004, 42, pp. 97-107.

2. МЕДИКО-БІОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ

2.1. Програма другого блоку атестації здобувача вищої освіти

Блок медико-біологічне забезпечення спорту вищих досягнень складає природничо-наукову базу професійної підготовки майбутнього викладача фізичного виховання і тренера, без засвоєння якої він не може грамотно будувати процес навчання.

Цикл медично-біологічних дисциплін викладається на всіх курсах факультету, до його складу входять: анатомія людини та динамічна морфологія; фізіологія людини; фізіологічні основи фізичного виховання та спорту; біомеханіка; валеологія; спортивна медицина та гігієна; фізична реабілітація та масаж.

Анатомія людини та динамічна морфологія. Розвиток організму. Кістки та їх з'єднання. Анатомо-біомеханічні особливості опорно-рухового апарату. М'язи їх функція. Серце і судини. Будова органів дихання. Система травлення. Сечостатева система. Нервова система. Сенсорні системи. Органи внутрішніх секретії. Основи вікової морфології. Морфологічне забезпечення масової фізичної культури та спорту.

Біохімія. Хімія вуглеводів, жирів та білків. Вітаміни. Гормони. Обмін речовин. Біологічне окислення. Обмін вуглеводів, жирів та білків. Основи біохімії м'язового скорочення та його енергетичне забезпечення. Методи біохімічних обстежень організму людини.

Спортивна морфологія. Структурні зміни систем організму спортсмена; специфічність морфологічної адаптації, адаптація систем а органів до фізичних навантажень; загальні розміри і пропорції тіла, еталонні моделі, соматологічний тип; біологічний вік і рухові можливості; вплив генотипу і спортивна працездатність; морфологічні критерії відбору.

Фізіологія людини. Предмет та завдання фізіології як навчальної та наукової дисципліни, її місце у системі біологічних наук, важливість знань з фізіології для фахівців з фізичного виховання та спорту. Принципи життєдіяльності організму людини. Будова та функціонування окремих фізіологічних систем (центральна та периферійна нервова система, системи кровообігу, дихання, травлення, обміну речовин та енергії, терморегуляція, залози внутрішньої секретії, вища нервова діяльність, руховий апарат). Фізіологічні методи дослідження людини.

Спортивна медицина та гігієна. Фізичний розвиток дітей та підлітків. Медичні аспекти адаптації; реактивність організму та фізичні вправи; планування тренувального процесу з урахуванням змін у діяльності систем організму і його реактивності; чинники ризику, граничні стани, профілактика травматизму, перевтома, захворювання у спорті; гігієнічні вимоги до тренувального процесу; медичне забезпечення тренувань і змагань; перетренованість, визначення функціонального стану організму; основи лікарсько-педагогічних спостережень; гігієна харчування, допінги;

стимулювання працездатності та відновлення; спорт і здоров'я. Невідкладна долікарська допомога при спортивних травмах і ушкодженнях.

Фізіологія спорту. Фізіологічні механізми адаптації органів і систем організму до фізичних навантажень. Позитивні та м'язова діяльність. Загальна класифікація фізичних вправ. Резервні можливості організму, механізми розвитку рухових якостей. Фізіологічні стани, принципи тренування, тренувальні ефекти, функціональна підготовленість. Фізіологічний контроль, індивідуальні, вікові, статеві особливості. Часова організація організму людини. Фізіологічне обґрунтування здорового впливу дозованих фізичних вправ.

Фізіологічна класифікація спортивних вправ. Системи енергозабезпечення м'язової роботи. Динаміка фізіологічного стану організму при спортивній діяльності. Фізіологія втоми і відновлення. Фізіологічні основи м'язової сили і витривалості. Фізіологічні особливості груп видів спорту. Формування рухових навичок і навчання спортивній техніці. Роль гормонів в адаптації до м'язової діяльності. Фізіологічний контроль, вплив середовища, екологія і спорт. Зворотність тренувальних ефектів.

Масаж. Фізіологічні механізми дії. Системи, форми, методи, види. Класифікація. Основні та додаткові прийоми. Показання та протипоказання. Гігієнічні вимоги. Окремі методики: масаж тулуба, таза, верхніх та нижніх кінцівок. Методики проведення загального масажу. Оздоровчий масаж. Спортивний масаж: попередній, тренувальний, відновлюваний. Лікувальний масаж. Самомасаж. Точковий масаж. Апаратний масаж.

Фізична реабілітація. Механізм лікувальної та оздоровчої дії фізичних вправ. Засоби, форми та методи фізичної реабілітації. Механотерапія. Працетерапія. Фізичні вправи у воді. Теренкур та дозована ходьба. Психологічний тренінг. Дієто- та фітотерапія у програмах реабілітації. Організація заходів фізичної реабілітації. Фази та стадії реабілітації і рухові режими. Функціональна діагностика порогових станів хворого. Показання та протипоказання. Принцип побудови програм реабілітації. Класифікація та відбір хворих. Дозування фізичних навантажень. Програмування занять. Облік та методи оцінки ефективності. Реабілітація у клініці внутрішніх хвороб. Реабілітація в ортопедії, травматології.

2.2. Питання до другого блоку атестації здобувача вищої освіти "Медико-біологічне забезпечення фізичної культури спорту"

1. Механізм розвитку і профілактика "гравітаційного шоку", перша допомога при гострих патологічних станах.
2. Методика проведення та оцінка проби Мартине.
3. Методика проведення та оцінка проби Летунова.
4. Організація спортивної медицини в Україні.
5. Перетренованість: клініка, діагностика, лікування.
6. Печінковий больовий синдром: клініка, лікування.
7. Основи лікарсько-педагогічних спостережень.
8. Методика проведення тесту PWC – 170.
9. Методика вимірювання рівня максимального споживання кисню.
10. Причини та перша допомога під час нещасних випадків на воді.
11. Організація антидопінгового контролю в Україні. Характеристика допінгових засобів. Покарання спортсмена за вживання допінгів.
12. Методи дослідження фізичного розвитку людини.
13. Оцінка функціонального стану нервової системи.
14. Мета та завдання поглибленого медичного обстеження, розподіл на медичні групи, відновлення занять спортом після хвороби.
15. Субмаксимальні тести визначення фізичної працездатності.
16. Методика електрокардіографічного обстеження спортсменів.
17. Техніка безпеки під час навантажувального тестування.
18. Визначення фізичного стану за комплексними показниками.
19. Визначення функціонального стану дихальної системи.
20. Експрес-оцінка фізичного стану за Г.Л. Апанасенко.
21. Загальні принципи використання відновлювальних заходів.
22. Спеціалізоване харчування спортсменів.
23. Класифікація та перша допомога при кровотечі.
24. Медичні аспекти спортивного добору.
25. Фармакологічні засоби відновлення спортсменів.
26. Дослідження та оцінка біологічного віку дітей та підлітків.
27. Фізичні методи відновлення фізичної працездатності.
28. Клініка та перша допомога при переломах та вивихах кісток.
29. Фактори, які погіршують фізичну працездатність і здоров'я спортсменів.
30. Особливості тренування жінок, секс-контроль в спорті.
31. Гігієнічні вимоги до формування тренувальних груп.
32. Самоконтроль в спорті.
33. Харчування при штучному зниженні ваги.
34. Профілактика та перша допомога при тепловому та сонячному ударі.
35. Медичне забезпечення спортивних тренувань і змагань .

2.3. Рекомендована література

1. Амосов М.М. Роздуми про здоров'я/ М.М. Амосов. – К. : Здоров'я, 1990. – 168 с.
2. Бевзюк В.В., Кедровський Б.Г. Функциональная анатомия опорно-двигательного аппарата (с основами динамической морфологии): Учебно-методическое пособие для студентов факультета физического воспитания и спорта всех форм обучения/ В.В. Бевзюк, Б.Г. Кедровський – Херсон: ХДУ, 2010. – 151 с.
3. Шкопинський Є.О, Варвїнський В.Б. Біохімія спорту/ Є.О. Шкопинський, В.Б. Варвїнський – Запоріжжя: ЗНУ, 2009. – 240 с.
4. Вілмор Дж. Х., Костіл Д.Л. Фізіологія спорту/ Дж. Вілмор, Д.Л. Костіл – К.: Олімп. літ-ра, 2003. – 605 с.
5. Возний С.С., Голяка С.К. Фізіологічні основи фізичної культури та спорту. Навч. посібник./ С.С. Возний, С.К. Голяка – Херсон: ХДУ, 2006. – 142 с.
6. Мухин В.М. Фізична реабілітація/ В.М. Мухин – К.: Олімпійська література, – 2000. – 422 с.
7. Пушкар М.П. Основи гігієни/ М.П. Пушкар – К.: Олімпійська література, 2004. – 128 с.
8. Мурза В.П., Архипов О.А., Хорошуха М.Ф. Спортивна медицина: Навч. посібн. для вищих навчальних закладів/ В.П. Мурза., О.А. Архипов., М.Ф. Хорошуха. – К.: Університет “Україна”, 2007. – 249 с.
9. Радька М.М. Спортивна морфологія: Навчальний посібник/ За ред. Радька М.М. – Чернівці : – Книги ХХІ, 2007 – 196 с.
10. Ломака Ж.М., Кулачек Я.В. Фізіологія людини. Ж.М. Ломака, Я.В. Кулачек/ – ВАТ: Херсонська міська друкарня, 2010. – 268 с.
11. Костюкевич В.М. Теоретико-методичні аспекти тренування спортсменів високої кваліфікації: навчальний посібник/ В.М. Костюкевич – Вінниця: Планер, 2007. – 272 с.
12. Булатова М.М. Теоретико-методические аспекты реализации функциональных резервов спортсменов высшей квалификации/ М.М. Булатова.// Наука в олимпийском спорте. – 1999. – Специальный выпуск. – С. 33-50.
13. Костюкевич В.М. Теорія і методика тренування спортсменів високої кваліфікації: Навчальний посібник./ В.М. Костюкевич – Вінниця: «Планер», 2008, - 25 с.
14. Костюкевич В.М. Метрологічний контроль у фізичному вихованні та спорті: навч. посіб / В.М. Костюкевич, Л. М. Шевчик, О.Г. Сокольвак. – Вінниця: ТОВ «Нілан-ЛТД», 2015, - 256 с.
15. Алтер М.Ф. Наука о гибкости / М.Ф. Алтер. – К.: Олимпийская литература, 2001. – 420 с.
16. Костюкевич В.М. Спортивна метрологія. Навч. посіб. для студентів факультетів фізичного виховання педагогічних університетів/ В.М. Костюкевич. – В.: ДОВ «Вінниця», ВДПУ, 2001. - 183 с.

- 17.Сергієнко Л.П. Комплексне тестування рухових здібностей людини/ Л.П. Сергієнко. – Миколаїв: УДМТУ, 2001. - 360 с.
18. Левенець В.М. Спортивна травматологія: навч. посіб. для студентів вищ. навч. закладів/ В.М. Левенець, Я.В. Лінько. – К.: Олімпійська література, 2008. – 216 с.
19. Шамардін В.М. Медико-биологические основы спортивной тренировки футболистов/ В.М. Шамардин. – Днепропетровск: Пороги, 1998. – 133 с.
- 20.Апшай Н.І. Підвищення культури студентів в умовах інформатизації освіти/ Н.І. Апшай// Педагогіка, психологія і медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2010. - № 5. – С. 3-5.
- 21.Апанасенко Г.Л. Медицинская валеология/ Г.Л. Апанасенко, Л.А. Попова. – К.: Здоров'я, 1998. – 248 с.
- 22.Фурман Ю.М. Лабораторні роботи з фізіологічних основ фізичного виховання: навч. посіб./ Ю.М.Фурман. – Вінниця: ВДПУ, 2005. – 103 с.
- 23.Романенко В.А. Диагностика двигательных способностей: учебное пособие/ В.А. Романенко. – Донецк: Изд – во Дон ГУ, 2005. – 290 с.
- 24.Уилмор Дж.Х. Физиология спорта и двигательной активности: Пер.с англ./Дж.Х. Уилмор, Д.Л. Костил. – К.: Олимпийская литература, 199. – 503 с.
- 25.Спортивная медицина: практические рекомендации: пер. с англ./ ред. Р. Джексон. – К.: Олимпийская литература, 2003. – 384 с.
- 26.Дубогай О.Д. Профілактика і корекція порушення постави і ступнів/ О.Д. Дубогай. – Луцьк: Надстир'я, 1995. – 36с.
- 27.Mishenko V.S., Monogarov V.D. Fisiologia del deportista. – Barselona: Paidotribo, 1995. – 328 s.
28. Weltman A. The blood lactate response to Exercise. Human Kinetics, 1995. – 549 p.

3. МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

3.1. Програма третього блоку атестації здобувача вищої освіти

Блок тематичних питань дисципліни «Методика викладання фізичного виховання у закладах вищої освіти» передбачає реалізацію уявлення про вищу школу України, особливості роботи викладача з фізичного виховання у вищих навчальних закладах, характеристики особливостей його роботи, зміст й організацію професійно-педагогічної освіти у формуванні знань та умінь, необхідних для успішної практичної діяльності з викладання дисциплін з фізичного виховання у вищих навчальних закладах.

Програма атестації здобувача вищої освіти включає основні положення з тем: Соціально-освітні та програмно-нормативні засади фізичного виховання студентів ЗВО; Мета, завдання та основи організації процесу фізичного виховання студентів ЗВО; Професійна діяльність викладача з фізичного виховання в умовах кредитно-модульної системи навчання у ЗВО; Система планування навчального процесу з фізичного виховання процесу у ЗВО; Контроль та облік у процесі фізичного виховання студентів ЗВО; Рейтингова система оцінювання навчальних досягнень студентів у процесі фізичного виховання; Професійно-прикладна фізична підготовка студентів ЗВО I-IV рівнів акредитації; Організація і проведення самостійних занять з фізичного виховання в умовах ЗВО; Техніка безпеки та попередження травматизму на заняттях з фізичного виховання у ЗВО.

Соціально-освітні та програмно-нормативні засади фізичного виховання студентів ЗВО. Фізична культура в системі підготовки спеціалістів в умовах вищої школи. Місце ФВ в системі професійної освіти та виховання студентської молоді. Характеристика головних понять дисципліни «Методика викладання фізичного виховання у ЗВО». Програмно-нормативне забезпечення ФВ студентів ЗВО III-IV рівнів акредитації.

Мета, завдання та основи організації процесу фізичного виховання студентів ЗВО. Мета і завдання фізичного виховання студентів. Завдання позанавчальної роботи з ФВ зі студентами. Особливості організації процесу ФВ студентів. Організація навчальних занять з ФВ в навчальних відділеннях ЗВО. Організація і зміст роботи кафедри ФВ ЗВО.

Професійна діяльність викладача з фізичного виховання в умовах кредитно-модульної системи навчання у ЗВО. Загальні положення про кредитно-модульну технологію з фізичного виховання і спорту ЗВО. Типові види навчально-методичних матеріалів у вищій школі. Навчально-методичний комплекс. Організація аудиторної роботи зі студентами. Особливості діяльності викладача з фізичного виховання у ЗВО. Види діяльності викладача ЗВО. Структура та рівні діяльності викладача ЗВО.

Система планування навчального процесу з фізичного виховання процесу у ЗВО. Роль планування у процесі ФВ студентів. 2. Документи планування процесу ФВ у ЗВО. 3. Розділи педагогічного контролю у процесі ФВ студентів.

Контроль та облік у процесі фізичного виховання студентів ЗВО. Поняття про сутність контролю, його компоненти. Функції контролю. Педагогічні вимоги до оцінювання навчальних досягнень студентів. Критерії оцінювання навчальних досягнень студентів. Форми контролю з фізичного виховання у ЗВО. Методи і форми контролю знань студентів. Облік та документи обліку у фізичного виховання.

Рейтингова система оцінювання навчальних досягнень студентів у процесі фізичного виховання. Поняття та сутність оцінювання навчальної роботи студентів у процесі фізичного виховання. Критерії оцінки знань, умінь та навичок студентів. Модульно-рейтингова система оцінювання студентів у процесі фізичного виховання. Залікові вимоги з фізичної підготовки студентів основної та групи спортивного удосконалення. Контрольні нормативи для оцінки фізичної підготовленості студентів спеціальної медичної групи.

Професійно-прикладна фізична підготовка студентів ЗВО I-IV рівнів акредитації. Значення ППФП студентів ЗВО. Завдання професійно-прикладна фізична підготовка (ППФП) студентів. Засоби ППФП та фактори, що визначають її зміст. Форми організації ППФП студентської молоді.

Організація і проведення самостійних занять з фізичного виховання в умовах ЗВО. Вимоги до організації самостійних занять. Формування знань і умінь, необхідних для самостійних занять фізичними вправами. Форми самостійних занять. Особливості організації і проведення позанавчальної роботи з фізичного виховання.

Техніка безпеки та попередження травматизму на заняттях з фізичного виховання у ЗВО. Загальні вимоги до техніки безпеки. Основні вимоги до студентів, що займаються в плав. басейні. Основні вимоги до студентів, що займаються в ігровому залі. Основні вимоги до студентів, що займаються в гімнастичному залі. Основні вимоги до студентів, котрі відвідують тренажерний зал. Вимоги до студентів, котрі відвідують зал бойових мистецтв та боксерські зали. Вимоги до студентів, що відвідують заняття на стадіонах

3.2. Питання до третього блоку атестації здобувача вищої освіти «Методика викладання фізичного виховання у закладах вищої освіти»

1. Фізична культура в системі підготовки спеціалістів в умовах вищої школи.
2. Характеристика головних понять дисципліни.
3. Функції та види фізичної культури у ЗВО.
4. Форми та засоби фізичного виховання студентів ЗВО.
5. Основні аспекти реалізації навчальних занять з фізичного виховання у ЗВО.
6. Характеристика методів виховання студентів у процесі фізичного виховання.
7. Організація самостійної роботи студентів по фізичній культурі. Форми, методи й засоби організації самостійної навчальної діяльності студентів з фізичного виховання.
8. Індивідуальні завдання для основної групи студентів з фізичного виховання.
9. Загальні положення про кредитно-модульну технологію з фізичного виховання і спорту ВУЗах.
10. Типові види навчально-методичних матеріалів у вищій школі.
11. Комплектування груп з фізичного виховання.
12. Підвищення мотивації до занять з фізичного виховання у ЗВО.
13. Поняття про сутність контролю, його компоненти. Функції контролю.
14. Самоконтроль тих, хто займається фізичною культурою і спортом.
15. Форми контролю з фізичного виховання у ЗВО. Методи і форми контролю знань студентів.
16. Види планування. Основна планувальна документація з фізичного виховання кафедри фізичного виховання у ЗВО.
17. Документи планування: навчальний план, навчальний робочий план, навчальний графік, навчальна програма, робочі програми та тематичні плани, робоча програма, план-конспект заняття.
18. Місце спортивних дисциплін у змісті навчальних планів різних спеціальностей факультету фізичного виховання.
19. Завдання та функції кафедри фізичного виховання у ВУЗі. Права кафедри ФВС.
20. Вимоги до професійної діяльності викладача з фізичного виховання та спорту у ЗВО.
21. Дидактичні принципи, методологія та практична спрямованість занять з фізичного виховання та спорту у основній групі студентів.
22. Методика початкового навчання різних видів спорту.
23. Організація спортивних клубів ЗВО.
24. Особливості організації та проведення занять зі складно координаційних видів спорту у ЗВО.
25. Система змагань студентів. Суддівство.
26. Особливості організації та проведення занять з ігрових видів спорту у ЗВО.

27. Особливості організації та проведення занять з циклічних видів спорту у ЗВО.
28. Контрольні нормативи для оцінки фізичної підготовленості студентів спеціальної медичної групи
29. Загальні вимоги до техніки безпеки. Основні вимоги до студентів, що займаються в плавальному басейні.
30. Загальні вимоги до техніки безпеки. Основні вимоги до студентів, що займаються в ігровому залі.
31. Загальні вимоги до техніки безпеки. Основні вимоги до студентів, що займаються в гімнастичному залі.
32. Загальні вимоги до техніки безпеки. Основні вимоги до студентів, котрі відвідують тренажерний зал.
33. Загальні вимоги до техніки безпеки. Вимоги до студентів, що відвідують заняття на стадіонах та у легкоатлетичних манежах.
34. Організація процесу фізичного виховання студентів з послабленим здоров'ям в вищих навчальних закладах. Поділ студентів на медичні групи
35. Значення ППФП студентів ЗВО. Завдання та засоби ППФП. Специфіка ППФП та фактори, що визначають її зміст.

3.3. Рекомендована література

Базова

1. Волков В.Л. Основи професійно-прикладної фізичної підготовки студентської молоді / В.Л. Волков - К.: Знання України, 2008. - 82 с.
2. Державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України, Постанова кабінету міністрів України від 15 січня 1996 року №80, м. Київ. - 31с.
3. Евсеев Ю.И. Физическая культура. Серия «Учебники, учебные пособия» / Ю.И. Евсеев - Ростов н/Д.: Феникс, 2008. - 384 с.
4. Закон України про фізичну культуру і спорт // Відомості Верховної Ради України, 2012.
5. Раевский Р.Т. Професнонально-прикладная физическая подготовка студенток технических вузов: Учебное пособие / Р.Т. Раевский - М.: Высшая школа, 2005. - 136 с.
6. Теория и методика физического воспитания. / Под ред. Т.Ю. Круцевич. - К.: Олимпийская литература, 2003. - Т.1. – 423 с.
7. Теория и методика физического воспитания: Учебник для студентов факультетов физической культуры пед. ин-тов / Под ред. Б.А. Ашмарина. - М.: Просвещение, 2006. - 280 с.
8. Цільова комплексна програма «Фізичне виховання – здоров'я нації» // Спортивна газета. - 1998. - 27, 28 листопада, 8, 10, 11 грудня.

Допоміжна література

1. Булич Э.Г. Физическое воспитание в специальных медицинских группах. / Э.Г. Булич. – М.: Высшая школа, 2006. - 255 с.
2. Дубогай О.Д.. Методика фізичного виховання студентів віднесених за станом здоров'я до спеціальної медичної групи: навчальний посібник. / О.Д. Дубогай, В.І. Завацький, Ю.О. Короп. – Луцьк.: Надстир'я, 2007. - 220 с.
3. Канішевський С.М. Науково-методичні та організаційні основи фізичного самоудосконалення студентства. / С.М. Канішевський - К.: ІЗМН, 2007. - 270 с.
4. Куц О.С. Фізкультурно-оздоровча робота з учнівською молоддю. / О.С. Куц. – Київ-Вінниця: Контингент-ПРИМ, 2005. - 113 с.
5. Робоча програма «Методика викладання фізичного виховання у закладах вищої освіти» / Кафедра теоретичних основ олімпійського та професійного спорту. Національного університету кораблебудування імені адмірала Макарова, 2018. – 29 с.
6. Физическая культура студента: Учебник для студентов высш. учебн. заведений / Под ред. В.И. Ильинича. - М.: Гардарики, 2007. – 447 с.
7. Фізичне виховання. Навчальна програма для вищих навчальних закладів України I-II, III-IV рівнів акредитації. Затверджена наказом Міністерства освіти і науки України 14. 11. 2003. - Київ, 2003. - 44 с.

Критерії оцінювання знань і вмінь здобувачів вищої освіти

Система контролю якості навчального процесу та критерії оцінок, які використовуються у Херсонському державному університеті, основана на «Положенні про організацію освітнього процесу в Херсонському державному університеті» (наказ від 02.09.2020 №789-Д), «Порядку оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти» (наказ від 07.09.2020 № 803-Д).

Метою контролю є оцінка якості організації та проведення навчального процесу та його програмних результатів навчання, а також подальше вдосконалення форм і методів роботи. Основним завданням системи контролю є систематична оцінка якості засвоєння здобувачами вищої освіти навчальної інформації у повному обсязі курсів, проведення всіх форм занять, підготовки спеціалістів вцілому.

Результати складання екзамену визначаються «відмінно», «добре», «задовільно», «незадовільно» та виставляється за шкалою ЄКТС, яка переводиться у національну 100-бальну систему оцінювання.

Атестація здобувачів вищої освіти здійснюється екзаменаційною комісією після завершення навчання на певному рівні освіти з метою встановлення фактичної відповідності програмних результатів навчання здобувачів вищої освіти стандартам вищої освіти(вимогам НРК за відсутності стандартів), зокрема, освітньо-професійній програмі підготовки.

Кожен екзамен (кожен модуль комплексного екзамену) оцінюється окремо за національною системою оцінювання, в балах й за системою ЄКТС, про що робиться запис у заліковій кредитній книжці, протоколі засідання екзаменаційної комісії.

Національна шкала успішності	100-бальна система оцінювання	Оцінка ЄКТС
Відмінно	90-100	A
Добре	82-89	B
	74-81	C
Задовільно	64-73	D
	60-63	E
Незадовільно	35-59	FX
	0-34	F

Кваліфікаційна робота є складовою атестації здобувача вищої освіти. Оцінюється кваліфікаційна робота членами екзаменаційної комісії після прилюдного захисту її здобувачем вищої освіти за національною шкалою оцінок, у балах і за шкалою ЄКТС.

Загальна кількість балів включає оцінки за:

- якісні параметри кваліфікаційної роботи – максимально 50 балів;
- публічний захист – максимально 40 балів;
- організація дослідження та оформлення роботи – максимально 10 балів.

Рішення комісії про оцінювання рівня підготовки здобувача вищої освіти, а також про присвоєння йому кваліфікації «Магістр» та видачу документів про вищу освіту приймається комісією на закритому засіданні відкритим голосуванням звичайною більшістю голосів членів комісії, які брали участь у засіданні. При однаковій кількості голосів голос голови комісії є вирішальним.

ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор з навчальної та
науково-педагогічної роботи,
голова науково-методичної ради

Віталій КОБЕЦЬ

« _____ » _____ 2020 р.

Питання до першого блоку атестації здобувача вищої освіти «Теорія та методика спорту вищих досягнень»

1. Спорт як результат діяльності людини та сукупність цінностей.
2. Структура загально-теоретичної базової підготовленості тренера.
3. Структура професійно-педагогічної підготовленості тренера.
4. Система підготовки спортсменів в спорті вищих досягнень.
5. Особливості та методика відбору в спорті вищих досягнень
6. Система принципів в підготовці спортсменів.
7. Специфіка дидактичних принципів в спорті.
8. Специфіка специфічних принципів спортивного тренування.
9. Особливості інтегральної підготовки спортсмена в спорті вищих досягнень.
10. Характеристика системи змагальної діяльності в спорті вищих досягнень.
11. Проблема психічної підготовки в спорті вищих досягнень.
12. Мотивація спортсмена в тренувальному процесі.
13. Адаптація і проблеми підготовки спортсменів.
14. Формування термінової і довготривалої адаптації.
15. Компоненти навантажень та їх вплив на формування реакцій адаптації.
16. Специфічність реакцій адаптації організму спортсмена на навантаження.
17. Втома та відновлення при напруженій м'язовій діяльності.
18. Класифікація фізичних навантажень за локалізацією і механізмами втоми.
19. Засоби спортивної підготовки в спорті вищих досягнень.
20. Методи спортивної підготовки в спорті вищих досягнень.
21. Періодизація спортивного тренування в спорті вищих досягнень
22. Структура, зміст і типи тренувальних занять в спорті вищих досягнень.
23. Характеристика особливостей організації та змісту мікроциклу в спорті вищих досягнень
24. Характеристика особливостей організації та змісту мезоциклу в спорті вищих досягнень.
25. Характеристика особливостей організації та змісту макроциклу в спорті вищих досягнень
26. Види контролю в спорті вищих досягнень.
27. Організація і проведення змагань в спорті вищих досягнень.
28. Реалізація індивідуального підходу в спорті вищих досягнень.
29. Допоміжні засоби тренування в спорті вищих досягнень.
30. Засоби відновлення спортсменів та стимулювання їх працездатності.
31. Природна і штучна гіпоксія в системі підготовки спортсменів.
32. Особливості тренування спортсменок-жінок в спорті вищих досягнень.
33. Негативний вплив заборонених стимулюючих речовин на організм спортсмена.
34. Перспективи розвитку спорту вищих досягнень в Україні.
35. Матеріально-технічне забезпечення спорту вищих досягнень.

ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор з навчальної та
науково-педагогічної роботи,
голова науково-методичної ради

Віталій КОБЕЦЬ

«_____» _____ 2020 р.

Питання до другого блоку атестації здобувача вищої освіти "Медико-біологічне забезпечення фізичної культури та спорту"

1. Механізм розвитку і профілактика "гравітаційного шоку", перша допомога при гострих патологічних станах.
2. Методика проведення та оцінка проби Мартине.
3. Методика проведення та оцінка проби Летунова.
4. Організація спортивної медицини в Україні.
5. Перетренованість: клініка, діагностика, лікування.
6. Печінковий больовий синдром: клініка, лікування.
7. Основи лікарсько-педагогічних спостережень.
8. Методика проведення тесту PWC – 170.
9. Методика вимірювання рівня максимального споживання кисню.
10. Причини та перша допомога під час нещасних випадків на воді.
11. Організація антидопінгового контролю в Україні. Характеристика допінгових засобів. Покарання спортсмена за вживання допінгів.
12. Методи дослідження фізичного розвитку людини.
13. Оцінка функціонального стану нервової системи.
14. Мета та завдання поглибленого медичного обстеження, розподіл на медичні групи, відновлення занять спортом після хвороби.
15. Субмаксимальні тести визначення фізичної працездатності.
16. Методика електрокардіографічного обстеження спортсменів.
17. Техніка безпеки під час навантажувального тестування.
18. Визначення фізичного стану за комплексними показниками.
19. Визначення функціонального стану дихальної системи.
20. Експрес-оцінка фізичного стану за Г.Л. Апанасенко.
21. Загальні принципи використання відновлювальних заходів.
22. Спеціалізоване харчування спортсменів.
23. Класифікація та перша допомога при кровотечі.
24. Медичні аспекти спортивного добору.
25. Фармакологічні засоби відновлення спортсменів.
26. Дослідження та оцінка біологічного віку дітей та підлітків.
27. Фізичні методи відновлення фізичної працездатності.
28. Клініка та перша допомога при переломах та вивихах кісток.
29. Фактори, які погіршують фізичну працездатність і здоров'я спортсменів.
30. Особливості тренування жінок, секс-контроль в спорті.
31. Гігієнічні вимоги до формування тренувальних груп.
32. Самоконтроль в спорті.
33. Харчування при штучному зниженні ваги.
34. Профілактика та перша допомога при тепловому та сонячному ударі.

35. Медичне забезпечення спортивних тренувань і змагань .

ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор з навчальної та
науково-педагогічної роботи,
голова науково-методичної ради

Віталій КОБЕЦЬ

« _____ » _____ 2020 р.

**Питання до третього блоку атестації здобувача вищої освіти
«Методика викладання фізичного виховання у закладах вищої освіти»**

1. Фізична культура в системі підготовки спеціалістів в умовах вищої школи.
2. Характеристика головних понять дисципліни.
3. Функції та види фізичної культури у ЗВО.
4. Форми та засоби фізичного виховання студентів ЗВО.
5. Основні аспекти реалізації навчальних занять з фізичного виховання у ЗВО.
6. Характеристика методів виховання студентів у процесі фізичного виховання.
7. Організація самостійної роботи студентів по фізичній культурі. Форми, методи й засоби організації самостійної навчальної діяльності студентів з фізичного виховання.
8. Індивідуальні завдання для основної групи студентів з фізичного виховання.
9. Загальні положення про кредитно-модульну технологію з фізичного виховання і спорту ВУЗах.
10. Типові види навчально-методичних матеріалів у вищій школі.
11. Комплектування груп з фізичного виховання.
12. Підвищення мотивації до занять з фізичного виховання у ЗВО.
13. Поняття про сутність контролю, його компоненти. Функції контролю.
14. Самоконтроль тих, хто займається фізичною культурою і спортом.
15. Форми контролю з фізичного виховання у ЗВО. Методи і форми контролю знань студентів.
16. Види планування. Основна планувальна документація з фізичного виховання кафедри фізичного виховання у ЗВО.
17. Документи планування: навчальний план, навчальний робочий план, навчальний графік, навчальна програма, робочі програми та тематичні плани, робоча програма, план-конспект заняття.
18. Місце спортивних дисциплін у змісті навчальних планів різних спеціальностей факультету фізичного виховання.
19. Завдання та функції кафедри фізичного виховання у ВУЗі. Права кафедри ФВС.
20. Вимоги до професійної діяльності викладача з фізичного виховання та

спорту у ЗВО.

21. Дидактичні принципи, методологія та практична спрямованість занять з фізичного виховання та спорту у основній групі студентів.
22. Методика початкового навчання різних видів спорту.
23. Організація спортивних клубів ЗВО.
24. Особливості організації та проведення занять зі складно координаційних видів спорту у ЗВО.
25. Система змагань студентів. Суддівство.
26. Особливості організації та проведення занять з ігрових видів спорту у ЗВО.
27. Особливості організації та проведення занять з циклічних видів спорту у ЗВО.
28. Контрольні нормативи для оцінки фізичної підготовленості студентів спеціальної медичної групи
29. Загальні вимоги до техніки безпеки. Основні вимоги до студентів, що займаються в плавальному басейні.
30. Загальні вимоги до техніки безпеки. Основні вимоги до студентів, що займаються в ігровому залі.
31. Загальні вимоги до техніки безпеки. Основні вимоги до студентів, що займаються в гімнастичному залі.
32. Загальні вимоги до техніки безпеки. Основні вимоги до студентів, котрі відвідують тренажерний зал.
33. Загальні вимоги до техніки безпеки. Вимоги до студентів, що відвідують заняття на стадіонах та у легкоатлетичних манежах.
34. Організація процесу фізичного виховання студентів з послабленим здоров'ям в вищих навчальних закладах. Поділ студентів на медичні групи
35. Значення ППФП студентів ЗВО. Завдання та засоби ППФП. Специфіка ППФП та фактори, що визначають її зміст.