

Міністерство освіти і науки України
Херсонський державний університет
Факультет фізичного виховання та спорту
Кафедра олімпійського та професійного спорту

ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректорка з навчальної та
науково-педагогічної роботи,
голова науково-методичної ради
Дар'я МАЛЬЧИКОВА
«26» 09 2022 р.

ПРОГРАМА АТЕСТАЦІЇ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Атестаційний екзамен

- Теорія та методика спортивного тренування;
- Фізіологія людини;
- Олімпійський та професійний спорт

Спеціальність: 017 Фізична культура і спорт

Освітня програма: Фізична культура і спорт

Рівень вищої освіти: перший (бакалаврський)

Форма навчання: денна/заочна/скорочений термін

ПОГОДЖЕНО

на засіданні

науково-методичної ради

факультету фізичного виховання та спорту

(протокол № 4-а від 20 квітня 2022 року)

Голова НМР  Сергій ГОЛЯКА

Херсон, 2022 р.

Затверджено на засіданні кафедри
олімпійського та професійного спорту
протокол № 5 від 06 грудня 2021 р.

Зміни програми атестації
згідно наказу від 20.04.2022 № 247-Д

Затверджено на засіданні кафедри
олімпійського та професійного спорту
протокол № 9-а від 20 квітня 2022 р.

В.о. завідувача кафедри  Людмила ХАРЧЕНКО-БАРАНЕЦЬКА

ЗМІСТ

Загальні вимоги до складання атестації здобувачів вищої освіти....	4
1. Основи теорії та методики спортивного тренування	6
1.1. Програма першого блоку атестації здобувачів вищої освіти	6
1.2. Питання до атестації здобувачів вищої освіти з основ теорії та методики спортивного тренування	11
1.3. Рекомендована література.....	13
2. Фізіологія людини	15
2.1. Програма другого блоку атестації здобувачів вищої освіти ...	15
2.2. Питання до атестації здобувачів вищої освіти з фізіології людини	20
2.3. Рекомендована література.....	22
3. Олімпійський та професійний спорт	23
3.1. Програма третього блоку атестації здобувачів вищої освіти...	23
3.2. Питання до атестації здобувачів вищої освіти з олімпійського та професійного спорту	28
3.3. Рекомендована література	29
Критерії оцінювання.....	30

ЗАГАЛЬНІ ВИМОГИ ДО СКЛАДАННЯ АТЕСТАЦІЇ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Атестація здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт передбачає присвоєння кваліфікації фахівця з олімпійського та професійного спорту і фізичного виховання, який має бути розвиненою, освіченою та інтелігентною людиною, яка може кваліфіковано здійснювати спортивну, виховну, 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 здобувачів вищої освіти на факультеті фізичного виховання та спорту покликана виявити рівень знань та вмінь з циклу фундаментальних і професійно-орієнтованих дисциплін та медико-біологічних та спеціальних, що відповідають ступеню вищої освіти «бакалавр».

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

ЗК 1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ФК 2. Здатність використовувати під час навчання та виконання професійних завдань базові знання з теорії і методики фізичного виховання та застосовувати систему знань із загальної теорії і методики спортивної підготовки.

ФК 15. Здатність здійснювати пошуково-дослідну діяльність в сфері фізичної культури та спорту, розв'язувати практичні проблеми за невизначених умов в окремих напрямках фізичної культури та спорту.

Очікувані **програмні результати** в ході складання здобувачами атестації:

ПРН 2. *Демонструє* знання професійного дискурсу, термінології свого фаху, джерел поповнення лексики української та іноземної мови; *демонструє* уміння спілкуватися українською мовою у професійному середовищі, уміння дотримуватися етики ділового спілкування; *складає* різні види документів, в тому числі іноземною мовою; *аналізує* іншомовні джерела інформації для отримання даних, що є необхідними для виконання професійних завдань та прийняття професійних рішень.

ПРН 3. *Демонструє* уміння знаходити та аналізувати інформацію з різних джерел; *здійснює* комунікаційну взаємодію за допомогою соціальних мереж; систематизує прийоми створення, збереження, накопичення та інтерпретації даних з використанням сучасних інформаційних та комунікаційних технологій; *демонструє* готовність до освоєння нового матеріалу та вміння оцінювати себе

критично; *демонструє* поглиблення базових знань за допомогою самоосвіти; *демонструє* вміння представити і оцінити власний досвід та аналізувати й застосовувати досвід колег.

ПРН 18. *Здійснює* пошук нової інформації, що міститься в різноманітних друкованих та інформаційних джерелах, користуючись відповідними пошуковими методами і системами; *володіє* сучасними методами наукового дослідження, які застосовуються в сфері фізичної культури і спорту; *використовує* методи математичної статистики, робить висновки у відповідності до поставлених завдань; *володіє* навичками здійснення пошукових досліджень з проблеми фізичної культури і спорту.

Атестація здобувача вищої освіти побудована за **блочною системою** таким чином:

- перший блок – основи теорії та методики спортивного тренування;
- другий блок – фізіологія людини
- третій блок – олімпійський та професійний спорт.

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

Атестація здобувачів вищої освіти відбувається в усній формі. При складанні атестації здобувачів вищої освіти здобувач повинен дати кваліфіковану змістовну відповідь на три питання (два питання з першого та одне з другого 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, планування макро-, мезо- і мікроциклів, підготовка та проведення масових фізкультурно-спортивних заходів та ін.).

1. ОСНОВИ ТЕОРІЇ ТА МЕТОДИКИ СПОРТИВНОГО ТРЕНУВАННЯ

1.1. Програма першого блоку атестації здобувачів вищої освіти

Блок «Теорія та методики спортивного тренування» спрямований на визначення рівня професійної та професійно-орієнтовної підготовки випускників. Програма включає питання вивчення особливостей системи підготовки спортсменів в різних видах спорту; засобів та методів спортивного тренування; загальних та спеціальних принципів спортивного тренування; етапів багаторічної підготовки спортсменів та періодизації кожного з етапів; системи побудови тренувального процесу в межах мікро-, мезо- та макроциклів; алгоритму розрахунку величини тренувальних навантажень, об'єму та інтенсивності роботи в залежності від рівня підготовленості спортсмена; етапів спортивного відбору обдарованих та талановитих спортсменів до специфічної діяльності в обраному виді спорту; принципів моделювання тренувальної та змагальної діяльності в різних видах спорту; загальної характеристики рухових здібностей людини, їх видів та основ методики їх розвитку; особливостей технічної, тактичної та психологічної підготовки спортсменів; структури та змісту змагальної діяльності в спорті та принципів визначення змагального результату; види контролю та їх використання в залежності від оцінки різних сторін підготовленості спортсмена; ефективність використання різноманітних засобів відновлення для підвищення працездатності спортсменів та усунення травматичних випадків під тренувальної та змагальної діяльності; шляхів вдосконалення підготовленості спортсменів за допомогою використання допоміжного обладнання та інших засобів матеріально-технічного забезпечення спорту.

Метою навчальної дисципліни «Теорія та методики спортивного тренування» є накопичення у майбутніх фахівців знань у сфері підготовки спортсменів в олімпійському та професійному спорті, що повинно сприяти підвищенню рівня підготовленості студентів, майбутніх тренерів.

Система підготовки спортсменів. Засоби та методи спортивної підготовки.

Мета і завдання спортивної підготовки. Формування і загальна характеристика системи підготовки спортсменів. Основні напрямки вдосконалення системи спортивної підготовки. Засоби спортивної підготовки. Навантаження та відпочинок як компоненти методів спортивної підготовки. Методи спортивної підготовки. Адаптація і проблеми раціональної підготовки спортсменів.

Засоби та методи спортивного тренування.

Мета та завдання спортивного тренування. Характеристика засобів тренування. Класифікація основних методів спортивного тренування. Метод спрямовані на розвиток рухових якостей спортсменів. Методи переважно спрямовані на навчання рухових навичкам. Особливості використання різних засобів та методів в залежності від етапу підготовки спортсмена.

Принципи підготовки спортсменів.

Специфічні принципи підготовки спортсменів.

- а) принцип спрямованості підготовки спортсменів до вищих досягнень;
- б) принцип поглибленої спеціалізації;
- в) принцип циклічності та безперервності підготовки спортсменів;
- г) принцип поступового збільшення навантаження;
- д) принцип варіативності навантажень;
- є) принцип циклічності процесу підготовки;
- ж) принцип взаємозв'язку структур змагальної діяльності і підготовленості спортсмена.

Дидактичні принципи та їх використання в системі підготовки спортсменів.

Періодизація спортивного тренування. Характеристика основних етапів підготовки спортсменів.

Загальна характеристика різних періодів спортивного тренування. Основні завдання етапу початкової, попередньої базової, спеціалізованої базової підготовки, максимальної реалізації індивідуальних можливостей, збереження вищих досягнень.

Основи методики відбору в спорті.

Спортивна обдарованість. Взаємозв'язок спортивного відбору і спортивної орієнтації. Види спортивного відбору: мета, завдання, характеристика. Критерії спортивного відбору та визначення спортивної орієнтації юних спортсменів: соматична діагностика; психофізіологічна діагностика; діагностика рівня розвитку фізичних здібностей.

Основи методики розвитку рухових здібностей спортсменів.

Загальна характеристика та методика розвитку силових здібностей. Загальна характеристика та методика розвитку швидкісних здібностей. Загальна характеристика та методика розвитку витривалості. Загальна характеристика та методика розвитку координаційних здібностей. Загальна характеристика та методика розвитку гнучкості. Особливості розвитку рухових здібностей в циклічних та ациклічних видах спорту.

Технічна і тактична підготовка спортсменів.

Структура і зміст тренувального заняття. Типи та організація тренувальних занять за педагогічною спрямованістю. Загальна характеристика мікроциклу. Основні типи мікроциклів в системі підготовки спортсменів. Структура та зміст мікроциклів різних типів. Співвідношення занять з різними за величиною і спрямованістю навантаженнями у тренувальних мікроциклах. Циклічність застосування мікроциклів різних типів. Особливості побудови занять в мікро циклах на різних етапах підготовки спортсмена.

Мета, завдання та зміст тактичної підготовки. Умови, що визначають вибір тактики. Методика тактичної підготовки спортсмена. Контроль за тактичною підготовленістю спортсмена.

Психологічна підготовка спортсменів.

Мета та завдання психологічної підготовки на різних етапах спортивного тренування. Особливості мотивації до занять спортом юних спортсменів. Мотивація спортсмена. Загальна характеристика та структура психофункціонального стану. Фактори впливу на психологічну підготовку спортсмена. Психодіагностика в спорті. Психологічні особливості спортивного колективу. Соціально-психологічні особливості взаємовідносин у спортивній групі. Розміри та ознаки спортивних груп.

Моделювання та прогнозування у спорті.

Загальні положення про моделювання у спорті. Загальні положення про прогнозування у спорті. Моделі підготовленості і змагальної діяльності спортсменів. Моделювання змагальної діяльності і підготовленості залежно від індивідуальних можливостей спортсменів.

Особливості побудови тренувальних занять в межах мікроциклу.

Структура і зміст тренувального заняття. Типи та організація тренувальних занять за педагогічною спрямованістю. Загальна характеристика мікроциклу. Основні типи мікроциклів в системі підготовки спортсменів. Структура та зміст мікроциклів різних типів. Співвідношення занять з різними за величиною і спрямованістю навантаженнями у тренувальних мікроциклах. Циклічність застосування мікроциклів різних типів. Особливості побудови занять в мікро циклах на різних етапах підготовки спортсмена.

Особливості побудови тренувальних занять в межах мезоциклу.

Загальна характеристика мезоциклу. Структура, зміст та основні типи мезоциклів. Основні завдання втягуючих, базових, контрольних-підготовчих,

предзмагальних, змагальних мезоциклів. Дозування навантаження в межах окремого мезоциклу. Співвідношення різних мікроциклів в мезоциклах на різних етапах підготовки. Чергування мезоциклів різної спрямованості. Особливості побудови мезоциклів у тренуванні жінок.

Особливості планування та побудови тренувального процесу в макроциклах.

Загальна характеристика макроциклів. Мета, завдання і зміст періодів макроциклу. Співвідношення мезоциклів в макроциклах в залежності від головних змагань. Особливості побудови макроциклів в залежності від різних етапів підготовки спортсменів. Динаміка спортивної форми, як передумова побудови макроциклу.

Змагальна діяльність в тренувальному процесі підготовки спортсменів.

Роль та місце змагань в системі підготовки спортсменів. Види спортивних змагань. Характеристика та основні завдання підготовчих, контрольних, модельних, відбіркових та головних змагань. Способи проведення змагань в різних видах спорту. Особливості проведення змагань за коловою, олімпійською, змішаною системами. Класифікація способів визначення спортивного результату в циклічних та ациклічних видах спорту.

Засоби відновлення спортсменів та стимулювання їх працездатності.

Загальна характеристика засобів відновлення і стимулювання працездатності. Психолого-педагогічні засоби відновлення і стимулювання спортсменів. Медико-біологічні засоби відновлення і стимулювання працездатності спортсменів. Фармакологічне забезпечення. Основні напрямки використання засобів керування працездатністю та процесами відновлення. Планування засобів відновлення й стимуляції працездатності в процесі підготовки.

Навантаження у спорті та їх вплив на організм спортсменів.

Характеристика навантажень, що застосовуються у спорті. Компоненти навантажень. Вплив навантажень на організм спортсменів різної кваліфікації та підготовки. Специфічність реакцій адаптації організму спортсмена на навантаження. Види навантаження в різних видах спорту. Фактор перенавантаження, характерні ознаки перенавантажень.

Травматизм та захворювання у спорті.

Загальні положення травматизму. Причини захворювань і травматизму у спорті. Захворювання і травматизм в різних видах спорту. Основні напрямки профілактики травм і захворювань спортсменів. Реабілітація спортсменів та відновлення після різних видів травм в спорті.

Допінг і боротьба з його застосуванням у спорті.

Виникнення та розповсюдження допінгу у спорті. Фактори, що понукають до застосування допінгу. Характеристика різних видів допінгу Дії допінгу на організм спортсменів. Відношення до допінгу та боротьба з ним в різних видах спорту.

Контроль у спорті.

Мета та завдання контролю в спортивному тренуванні. Основні види контролю у спорті та їх характеристика. Застосування різних видів контролю від характеру етапу підготовки. Контроль змагальної діяльності. Контроль тренувальних і змагальних навантажень. Особливості контролю за рівнем технічної, тактичної, психологічної, загальної та спеціальної фізичної підготовленості.

Матеріально-технічне забезпечення тренувального і змагального процесів у спорті.

Спортивний інвентар і оснащення місць тренувань і змагань. Загальні положення про тренажери, допоміжне обладнання та інвентар в спорті. Використання тренажерів в навчанні руховим діям. Застосуванні різних тренажерних пристроїв для розвитку рухових здібностей спортсмена. Класифікація тренажерів в спортивних іграх. Тренажери в підготовці гімнастів, одноборців та представників циклічних видів спорту.

1.2. Питання до атестації здобувачів вищої освіти з теорії та методики спортивного тренування

1. Форми організації занять і їх загальна характеристика.
2. Регламентация і способи проведення змагань.
3. Роль і місце змагань в багаторічній підготовці спортсменів.
4. Мета, зміст і структура тренувального заняття.
5. Види змагань та їх характеристика.
6. Способи визначення результату в різних видах спорту.
7. Психологічні особливості особистості тренера (основні виконавчі функції тренера).
8. Мета і завдання спортивного тренування.
9. Змагання з позиції психолога.
10. Види тренувальних занять та їх загальна характеристика.
11. Передзмагальна підготовка спортсмена.
12. Характеристика методу ігрової вправи.
13. Передстартова підготовка спортсмена.
14. Специфічні особливості спортивної діяльності.
15. Характеристика методу безперервної варіативної вправи.
16. Психологічні основи підготовки спортсмена в системі навчально-тренувальної діяльності.
17. Загальна характеристика методів спортивного тренування.
18. Педагогічний контроль у спортивному тренуванні. Види контролю.
19. Планування спортивного тренування. Види планування.
20. Завдання етапу початкової підготовки.
21. Поняття “техніка спортивних вправ”. Визначальна ланка, основа, деталі техніки.
22. Основні завдання етапу спеціалізованої базової підготовки.
23. Основні завдання етапу максимальної реалізації індивідуальних можливостей.
24. Визначення величини навантаження в спортивному тренуванні.
25. Засоби та методи контролю за технічною підготовленістю спортсменів.
26. Принципи спортивного тренування.
27. Вплив спорту на інтелектуальний розвиток спортсмена.
28. Характеристика методу інтервальної стандартизованої вправи.
29. Головні змагання та їх завдання.
30. Контрольні змагання та їх завдання.
31. Етапи відбору в спортивному тренуванні.
32. Методи навчання техніки спортивних вправ.
33. Контроль за розвитком рухових якостей.
34. Поєднання інтенсивності і об’єму фізичного навантаження.
35. Характеристика тренувальних занять вибіркової спрямованості.

36. Види підготовки спортсменів.
37. Характеристика вербального методу спортивного тренування.
38. Основні завдання загальної та спеціальної фізичної підготовки.
39. Основні завдання технічної підготовки спортсмена.
40. Загальна характеристика структури процесу навчання техніки спортивних вправ.
41. Основні завдання техніко-тактичної підготовки спортсмена.
42. Характеристика наочного методу спортивного тренування.
43. Основні завдання інтегральної підготовки спортсмена.
44. Загальна характеристика та типи мікроциклів.
45. Загальна характеристика і методика розвитку сили.
46. Загальна характеристика і методика розвитку швидкості.
47. Загальна характеристика і методика розвитку витривалості.
48. Характеристика тренувальних занять комплексної спрямованості.
49. Загальна характеристика і методика розвитку координації.
50. Фізичне навантаження як фактор впливу на формування тренуваності спортсмена.
51. Загальна характеристика методу безперервної вправи.
52. Характеристика змагального методу тренування.
53. Надмірне навантаження, його ознаки.
54. Побудова програм мікроциклів в межах мезоциклів.
55. Вплив різних температурних умов навколишнього середовища на ефективність застосування фізичних вправ.
56. Характеристика методу інтервальної стандартизованої вправи.
57. Загальна характеристика методу інтервальної вправи.
58. Загальна характеристика та типи мезоциклів.
59. Характеристика методу колового тренування.
60. Загальна характеристика і методика розвитку гнучкості.

1.3. Рекомендована література

Основна:

1. Бомпа Т.О. Периодизация спортивной тренировки. М.: Физическая культура и спорт, 2016. 385 с.
2. Бондарчук А.П. Периодизация спортивной тренировки. К.: Олимпийская литература, 2003. 303 с.
3. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта. К.: Олимпийская литература, 2002. 294 с.
4. Зацюрский В.М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания. М.: Советский спорт, 2009. 200 с.
5. Ильин Е.П. Психология спорта. СПб.: Питер, 2009. 250 с.
6. Иссурин В.Б. Подготовка спортсменов XXI века. Научные основы и построение тренировки. М.: Спорт, 2016. 464 с.
7. Кафка Б. Функциональная тренировка. Спорт, фитнес. М.: Спорт, 2016. 176 с.
8. Ланда Б.Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности. М.: Советский спорт, 2006. 185 с.
9. Мартенс Р. Успешный тренер. Самара: Человек, 2014. 440 с.
10. Никитушкина Н.Н. Управление методической деятельностью спортивной школы. М.: Советский спорт, 2012. 200 с.
11. Новиков А.А. Основы спортивного мастерства. М.: Советский спорт, 2012. 256 с.
12. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и практические приложения. К.: Олимпийская литература, 2004. 808с.
13. Практикум по спортивной психологии / под ред. И.П. Волкова. СПб.: Питер, 2002. 284 с.
14. Рубин В.С. Олимпийские и годовые циклы тренировок. Теория и практика / В.С. Рубин. М.: Советский спорт, 2009. 188 с.
15. Семенов Л.А. Определение спортивной пригодности детей и подростков: биологический и психологический аспекты. Учебно-методическое пособие. М.: Советский спорт, 2005. 142 с.
16. Сергиенко Л.П. Спортивный отбор: теория и практика. М.: Советский спорт, 2013. 1048 с.

- 17.Сергієнко Л.П. Комплексне тестування рухових здібностей людини. Миколаїв: УДМТУ, 2001. 344 с.
- 18.Сергієнко Л.П. Основы спортивной генетики. К.: Вища школа, 2004. 551 с.
- 19.Слимейкер Р. Серьезные тренировки для спортсменов на выносливость Тулома, 2007. 328с.
- 20.Столлов И.И. Спортивная школа: начальный этап. М.: Советский спорт, 2007. 140 с.
- 21.Губа В.П. Основы распознавания раннего спортивного таланта: Учебное пособие для высшего учебного заведения физической культуры. М.: Терра-Спорт, 2007. 208с.
- 22.Туманян Г.С. Стратегия подготовки чемпионов: настольная книга тренера / Г.С. Туманян. М.: Советский спорт, 2006. 494 с.
- 23.Фарфель В.С. Управление движениями в спорте. М.: Советский спорт, 2010. 200 с.

Додаткова:

1. Алабин В.Г., Алабин А.В., Бизин В.П. Многолетняя тренировка юных спортсменов. Харьков: Основа, 1993. 243 с.
2. Булатова М.М., Платонов В.Н. Спортсмен в сложных климато-географических условиях. К.: Олимпийская литература, 1996. 173 с.
3. Волков В.М. Избирательное применение средств восстановления //Средства восстановления в спорте. Смоленск: Смядынь, 1994. С.94-104.
4. Волков Л.В. Основы спортивной підготовки дітей і підлітків. К.: Вища школа, 1993. 152 с.
5. Дубровский А.И. Реабилитация в спорте. М.: Физкультура и спорт, 1991. 206 с.
6. Келлер В.С. Соревновательная деятельность в системе подготовки спортсменов // Современная система спортивной подготовки. М.: СААМ, 1995. С. 41-49.
7. Келлер В.С., Платонов В.М. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів. Львів: Українська спортивна Асоціація, 1992. 269 с.
8. Платонов В.М., Булатова М.М. Фізична підготовка спортсмена. К.: Олімпійська література, 1995. 320 с.
9. Современная система спортивной подготовки. М.: Физкультура и спорт 1994. 446 с.
10. Тер-Ованесян А.А., Тер-Ованесян И.А. Обучение в спорте. М.: Советский спорт, 1992. 192 с.
11. Шустин Б.Н. Моделирование и прогнозирование в системе спортивной тренировки. М.: СААМ, 1995. С. 226-237.

12. Шустин Б.Н. Модельные характеристики соревновательной деятельности // Современная система спортивной подготовки. М.: СААМ, 1995. С.50-73.

2. ФІЗІОЛОГІЯ ЛЮДИНИ

2.1. Програма другого блоку атестації здобувачів вищої освіти

Природничо-наукову базу професійної підготовки майбутнього фахівця з олімпійського та професійного спорту складають медико-біологічні дисципліни, без знання яких він не може успішно працювати. Це особливо важливо в умовах, коли до занять фізичною культурою і спортом залучається все більше школярів, вводиться рання спортивна спеціалізація, коли фізичними вправами займаються люди середнього і похилого віку, з різним станом здоров'я і рівнем фізичної підготовленості, коли тренування спортсменів сполучені з максимальним психоемоційним і фізичним напруженням, з форсованою підготовкою, коли некваліфіковані інтенсивні тренування нерідко ведуть до патології. Глибокі знання з фізіології людини, фізіології спорту, спортивної медицини та гігієни дозволяють раціонально планувати тренувальний процес з урахуванням функціональних можливостей організму спортсмена, підвищити ефективності занять фізичною культурою та спортом.

Атестація здобувачів вищої освіти з фізіології людини покликана виявити рівень знань та вмінь з циклу фундаментальних і професійно-орієнтованих медико-біологічних дисциплін, що відповідають освітньо-професійній програмі «бакалавра» згідно проекту стандарту вищої освіти.

Цикл медично-біологічних дисциплін викладається на всіх курсах навчання здобувачів факультету фізичного виховання та спорту спеціальностей 017 Фізична культура і спорт та 6.010202 Спорт, 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.

Фізіологія людини є однією з провідних дисциплін у загальній системі спеціальної освіти студентів факультету фізичного виховання та спорту. Вивчення дисципліни дає студентам знання про життєдіяльність цілісного здорового людського організму і його частин-систем, органів, клітин, про причини та механізми цієї діяльності, законах її протікання та взаємодії із зовнішнім середовищем.

Історія розвитку та становлення фізіології.

Предмет та завдання фізіології як учбової та наукової дисципліни, її місце у системі біологічних наук, важливість знань з фізіології для фахівців з фізичного виховання та спорту. Основні розділи фізіології, методи досліджень. Ознайомлення з приладами і апаратурою, яка застосовується в фізіології.

Організм і його фізіологічні функції. Регуляція функцій організму.

Обмін речовин як основа життя. Процеси асиміляції та дисиміляції.

Основні фізіологічні функції живого організму: збудження, фізіологічний спокій. Основні фізіологічні процеси: подразливість, подразник, подразнення. Біоелектричні явища – фундамент життєвого процесу (потенціал спокою,

потенціал дії). Поняття фізіологічна функція, фізіологічні механізми, спокій, норма. Поняття про фізіологічні та функціональні системи (П.К.Анохін). Головні принципи функціональних систем: саморегуляція, цілісність, домінанта тощо. Значення зворотних зв'язків у функціях організму.

Фізіологія центральної нервової системи.

Фізіологічні властивості нервової тканини. Функції спинного та довгастого мозку. Фізіологічні властивості нервової тканини. Будова і функція нейрону, синапсу. Механізми виникнення та розповсюдження нервового імпульсу. Нервові центри. Рефлекс, рефлекторна дуга, рефлекторне кільце. Види гальмування у Ц.Н.С. Фізіологічна організація у нервовій системі. Будова та функції черепно-мозкових та спинномозкових нервів. Топографія і функції вегетативної нервової системи. Взаємодія симпатичної та парасимпатичної нервової системи. Їх антагонізм та єдність у регуляції функцій внутрішніх органів та підтриманні постійності внутрішнього стану організму. Гіпоталамус – основний регулятор вегетативних функцій у організмі.

Будова і функції кори головного мозку.

Кора головного мозку – вищий центр регуляції усіх функцій організму людини. Будова кори головного мозку. Первинні, вторинні та третинні поля. Загальні принципи діяльності кори головного мозку. Центри кори головного мозку. Асиметрія функцій півкуль головного мозку. Лімбічна система та емоції. Фізіологія вищої нервової діяльності. Вчення І.П.Павлова про вищу нервову діяльність. Поняття про вищу та нищу нервову діяльність. Характеристика безумовних та умовних рефлексів. Їх класифікація. Перша та друга сигнальні системи. Умовне та безумовне гальмування. Умовне гальмування у житті та спорті. Типи вищої нервової діяльності. Взаємозв'язок психічних та фізіологічних процесів: пам'ять, увага, сон.

Фізіологія нервово-м'язової системи.

Будова, форма, та функція м'язів. Анатомічний та фізіологічний поперечник м'язів. Фізіологічні властивості скелетних м'язів: збудливість, провідність, скоротливість. Будова та типи рухової одиниці. Швидко та повільно скоротливі м'язи. Значення лабільності у функції нервово-м'язової системи. Механізм та енергетика м'язового скорочення. Топографія і функція нервових центрів регулюючих м'язову діяльність.

Фізіологія сенсорних систем.

Види аналізаторів. Властивість та класифікація рецепторів. Механізм сприймання у рецепторах, передача інформації та аналіз в центрах. Адаптація рецепторів. Види шкіряної чутливості, локалізація рецепторів на шкірі, смакові та нюхові аналізатори, взаємозв'язок діяльності аналізаторів. Будова і функції здорової, слухової, вестибулярної, моторної, тактильної та температурної сенсорних систем. Положення тіла в просторі. Зворотній зв'язок.

Фізіологія системи кровообігу.

Загальна характеристика системи кровообігу. Будова серця та фізіологічні властивості серцевого м'яза (збудливість, проведення, скоротливість, автоматизм), фази серцевого циклу. Нервова та гуморальна регуляція роботи серця та судин. Система кровообігу при м'язовій роботі. Показники роботи серця. Загальні закони геодинаміки. Судини великого малого та коронарного кіл кровообігу, їх фізіологічна роль. Будова та функція провідної системи серця. Лінійна та об'ємна швидкість кровотоку; ударний та хвилинний об'єм крові. поняття про кардіальні та екстракардіальні фактори кровотоку. Електричні процеси в серці, електрокардіограма, кров'яний тиск.

Фізіологія системи дихання.

Сутність та призначення системи дихання. Робота органів дихання під час різних видах м'язової роботи. Загальні етапи процесу дихання. Механізм вдиху та видиху. Легеневі об'єми та ємності. Методи дослідження системи дихання, проба Штанге, Генча. Гіпервентриляція. Легенева вентиляція під час фізичної роботи. Газообмін в легенях. Показники зовнішнього дихання. транспорт кисню та вуглецю кров'ю. Роль парціального тиску у легеновому та тканинному газообміні. Поняття про артерію – венозну різницю. Нервова, гуморальна та центральна регуляція дихання.

Фізіологія системи крові.

Кількість, склад та функції крові. Плазма, формені елементи. Згораємість крові. Групи крові, резус-фактор. Переливання крові. Система крові при м'язовій діяльності.

Фізіологія ендокринної регуляції функцій.

Біологічне значення залоз внутрішньої секреції. Властивості гормонів. Топографія і функції гіпофіза, щитовидної залози, підшлункової залози, наднирників, статевих залоз. Фізіологія стресу. Ендокринні залози і м'язова діяльність.

Фізіологія системи виділення.

Органи виділення. Механізми утворення первинної та остаточної сечі, її кількість та склад. Потовиділення. Види виділення при м'язовій роботі. Нейрогуморальна регуляція системи виділення.

Фізіологія системи травлення.

Роль травлення в житті людини. Досліди І.П.Павлова по травленню. Травлення в різних відділах шлунково-кишкового тракту. Роль печінки та підшлункової залози у травленні. Травна і м'язова діяльність.

Фізіологічні класифікації фізичних вправ.

Анаеробні вправи. Аеробні вправи. Циклічні вправи. Ациклічні вправи.

Динаміка фізіологічних станів організму при спортивній діяльності.

Передстартовий стан. Впрацювання. Стан фізіологічних функцій при основній роботі. Стомлення. Відновлення фізіологічних функцій після припинення занять спортивними вправами.

Довгочасна фізіологічна адаптація до тренувальних навантажень.

Основні принципи тренувальних навантажень. Принцип індивідуальності. Принцип припинення тренувальних навантажень. Принцип прогресивного перевантаження. Види тренувальних програм.

Сутність руху. Скелетний м'яз та фізичне навантаження.

Структура та функції скелетного м'язу. М'язове волокно. Скорочення м'язового волокна. Характеристика повільно скоротливих та швидко скоротливих волокон. Типи волокон та м'язове навантаження. Типи м'язового скорочення. М'язова сила. М'язова витривалість. Розмір м'язів. Аутогенне гальмування. Гіпертрофія та гіперплазія волокон. Атрофія м'язів. Болісні відчуття в м'язах.

Енергетика при руховій діяльності.

Основні енергетичні системи. Джерела енергії. Біоенергетика утворення АТФ. Система АТФ-КФ. Окиснювальна система.

Гормональна регуляція м'язової діяльності.

Вплив гормонів на баланс рідини та електролітів під час фізичного навантаження. Антидіуретичний гормон.

Адаптація обміну речовин до м'язової діяльності.

Адаптивні реакції м'язової системи. Кількість капілярів. Вміст міоглобіну. Функції мітохондрій. Окиснювальні ферменти.

Причини виникнення стомлення.

Вичерпання запасу креатин-фосфату, глікогену та глюкози крові. Проміжні продукти метаболізму та стомлення. Роль центральної нервової системи у виникненні стомлення.

Реакції серцево-судинної системи на фізичне навантаження.

Частота серцевих скорочень. Систоличний об'єм крові. Кровоток. Артеріальний тиск. Кров.

Легенева вентиляція при фізичному навантаженні.

Артеріовенозна різниця по кисню. Легенева вентиляція. Вентиляція та обмін енергії. Анаеробний поріг.

Адаптація серцево-судинної системи до м'язової діяльності.

Витривалість. Максимальне споживання кисню. Аеробна потужність. Адаптаційні реакції серцево-судинної системи на тренувальне навантаження. Хвилинний об'єм кровообігу. Адаптаційні реакції дихальної системи на тренувальне навантаження.

Обсяг тренувальних навантажень.

Надмірні тренувальні навантаження. Детренованість. Зміни м'язової витривалості.

Зміни швидкості, рухливості та гнучкості.

Зміни кардіореспіраторної витривалості. Відновлення після періоду бездіяльності.

Показники стану тренуваності.

Зміни серцево-судинної системи. Зміни дихання. Зміни діяльності рухового апарату.

Вплив високої температури навколишнього середовища на м'язову діяльність.

Фізіологічні реакції на виконання фізичних вправ в умовах підвищеної температури. Розлади, що зумовлені тепловими чинниками. Досягнення акліматизації до умов підвищеної температури.

Виконання м'язової діяльності в умовах зниженої температури навколишнього середовища.

Чинники, що впливають на втрату тепла організмом. Фізіологічні реакції на виконання фізичних вправ в умовах низької температури. Ризик при виконанні фізичних вправ в умовах низької температури.

М'язова діяльність в умовах зниженого тиску.

М'язова діяльність в умовах високогір'я. Акліматизація до тривалого перебування в умовах високогір'я. Спортивне тренування та м'язова діяльність.

Умови підвищеного атмосферного тиску.

Виконання фізичних навантажень під водою. Реакція серцево-судинної системи на занурення у воду. Ризик, зумовлений умовами підвищеного атмосферного тиску.

Розвиток і молодий спортсмен.

М'язова діяльність молодого спортсмена. Фізична підготовка молодого спортсмена.

Статеві відмінності та жінка-спортсмен.

Фізіологічні реакції на короткочасне фізичне навантаження. Реакції серцево-судинної та дихальної систем. Адаптаційні реакції кардіореспіраторної системи та системи обміну речовин.

2.2. Питання до атестації здобувачів вищої освіти з Фізіології людини

1. Введення в фізіологію. Предмет та завдання фізіології як навчальної та наукової дисципліни.
2. Історичний шлях розвитку та становлення фізіології.
3. Обмін речовин як основа життя. Процеси асиміляції та дисиміляції.
4. Фізіологічні властивості нервової тканини. Будова і функція нейрону, синапсу. Рефлекс, рефлекторна дуга, рефлекторне кільце.
5. Будова та функції периферичної та вегетативної нервової системи.
6. Будова, форма та функція м'язів. Механізм м'язового скорочення.
7. Будова і функції кори головного мозку.
8. Фізіологія вищої нервової діяльності. Типи вищої нервової діяльності.
9. Види аналізаторів. Властивість та класифікація рецепторів.
10. Будова і функції зорового аналізатору.
11. Будова і функції слухового аналізатору.
12. Загальна характеристика системи кровообігу. Будова серця та фізіологічні властивості серцевого м'яза.
13. Кількість, склад та функції крові. Групи крові, резус-фактор. Переливання крові.
14. Фізіологія системи дихання. Показники зовнішнього дихання. Транспорт кисню та вуглецю кров'ю.
15. Топографія і функції гіпофіза та щитоподібної залози.
16. Топографія і функції підшлункової залози та наднирників.
17. Органи та фізіологія системи виділення. Механізми утворення первинної та остаточної сечі, її кількість та склад.
18. Травлення в різних відділах шлунково-кишкового тракту. Роль печінки та підшлункової залози у травленні.
19. Фізіологічна класифікація фізичних вправ анаеробного характеру.
20. Фізіологічна класифікація фізичних вправ аеробного характеру.
21. Фізіологічна характеристика передстартового та стійкого станів.
22. Причини та механізми втоми при фізичних навантаженнях.
23. Особливості гліколітичної системи у забезпеченні м'язової діяльності.
24. Особливості окиснювальної системи у забезпеченні м'язової діяльності.
25. Вплив гормонів на обмін речовин та енергозабезпечення під час м'язової діяльності.
26. Реакції серцево-судинної системи на фізичне навантаження: частота серцевих скорочень, артеріальний тиск, особливості крові.
27. Реакції дихальної системи на фізичне навантаження: легенева вентиляція, максимальне споживання кисню, артеріовенозна різниця за киснем.
28. Центральні та периферичні механізми, що регулюють температуру тіла. Способи віддачі тепла тілом.
29. Загальна характеристика функціонування організму жінки-спортсменки.

30. Загальна характеристика функціонування дитячого та юнацького організму під час занять спортом.

2.3. Рекомендована література

- 1.Вілмор Дж. Х., Костіл Д.Л. Фізіологія спорту. К.: Олімп. літ-ра, 2003. 605 с.
- 2.Голяка С.К., Возний С.С. Фізіологічні основи фізичної культури та спорту. / Навчально-методичний посібник. Херсон: ПП. «Вишемирський В.С.», 2015. – 256 с.
- 3.Голяка С.К. Фізіологічні основи фізичної культури та спорту. Метод. рекомен. до провед. лабор. занять. Херсон: ХДУ, 2008. 48 с.
- 4.Граевская Н.Д., Долматова Т.И. Спортивная медицина: Курс лекций и практические занятия. Учебное пособие. М.: Советский спорт, 2004. 304 с
- 5.Кричко З. Загальна фізіологія. Львів: 2002. 142 с.
- 6.Посібник з фізіології [за ред. Шевчука В.Г.]. Вінниця: Нова книга, 2005. 576 с.
- 7.Пушкар М.П. Основи гігієни К.: Олімпійська література, 2004. 128 с.
- 8.Ровний А.С., Язловецький В.С. Фізіологія спорту. Навчальний посібник. – Кіровоград: РВВ КПДУ імені Володимира Винниченка, 2005. 208 с.
- 9.Ровний А.С., Лизогуб В.С., Ільїн В.М., Ровна О.О. Фізіологія спортивної діяльності. Черкаси, 2016. 544 с.
- 10.Спортивна медицина: навч. посібн. для вищих навчальних закладів / В.П. Мурза., О.А. Архипов., М.Ф. Хорошуха. К. : Університет “Україна”, 2007. 249 с.
- 11.Спортивна морфологія: навч. посіб. / за ред. Радька М. М. - Чернівці: Книги ХХІ, 2007. 196 с.
- 12.Спортивная медицина. Справочное издание. М.: Терра-Спорт, 2003. 240 с.
- 13.Фізіологія людини / Ломака Ж.М., Кулачек Я.В. ВАТ “Херсонська міська друкарня, 2010. 268 с.

3. ОЛІМПІЙСЬКИЙ ТА ПРОФЕСІЙНИЙ СПОРТ

3.1. Програма третього блоку атестації здобувачів вищої освіти

Олімпійські ігри Стародавньої Греції.

Передумови виникнення олімпійського спорту; особливості організації та проведення стародавніх Олімпійських ігор; особливості участі та переможців Ігор Стародавньої Греції; систему підготовки спортсменів-олімпійців; кризові явища в олімпійському спорті Стародавньої Греції і кінець Олімпійських ігор; особливості Олімпійських ігор Римської Греції.

Участь у змаганнях, визначення і ушановування переможців древньогрецьких Олімпійських ігор.

Олімпія - місце проведення Олімпійських ігор в Стародавній Греції. Принципи, мета і завдання Ігор, їх програма і атрибутика. Учасники і переможці Ігор Стародавньої Греції. Ушанування переможців. Підготовка спортсменів-олімпійців. Характеристика періоду найвищого розвитку Олімпійських ігор.

Конгрес 1894 року та його роль в олімпійському русі.

Передумови відродження. Розвиток спорту у другій половині XIX ст. у світі і у Франції. Пропозиція П'єра де Кубертена про реформу освітньої системи. Вплив на його погляди англійської філософії Томаса Арнольда і концепції англійського спорту. Міжнародні контакти П'єра де Кубертена в 1893-1894 рр.

Міжнародний атлетичний конгрес 1894 р., його програма і значення для відродження Ігор і розвитку олімпійського руху. Роль П'єра де Кубертена у відродженні Олімпійських ігор, оцінка його творчої спадщини. «Ода спорту», її зміст, відродження в ній гуманістичних цінностей олімпізму.

Провідні принципи Олімпійського спорту.

П'єр де Кубертен і принципи Олімпійського спорту. Основні складові 7 принципів олімпійського спорту. Ідеї, які увійшли в основу формування принципів олімпійського спорту: політична, гуманістична, філософсько-педагогічна.

Олімпійська хартія - основний правовий документ олімпійського спорту.

Фундаментальні принципи олімпійського спорту. Олімпійська хартія – основний правовий документ олімпійського руху. Діяльність міжнародного олімпійського комітету (МОК). Цілі, завдання і загальна політика МОК у відповідності Хартії.

Міжнародний олімпійський комітет і основи його діяльності.

Передумови створення МОК. Діяльність міжнародного олімпійського комітету (МОК). Цілі, завдання і загальна політика МОК у відповідності Хартії. Членство у міжнародному олімпійському комітеті і його комплектування. Основні органи міжнародного олімпійського комітету

Міжнародні спортивні федерації (МСФ) і Національні олімпійські комітети (НОК) - основи їх діяльності.

Міжнародні спортивні федерації (МСФ), мета і завдання їх діяльності, характеристика їх взаємовідносин з МОК, роль МСФ у підготовці і проведенні Олімпійських ігор. Об'єднання МСФ. Національні олімпійські комітети (НОК), мета і завдання їх діяльності, їх взаємодія з МОК і МСФ. Діяльність Генеральної асамблеї НОК. Взаємовідносини НОК з урядами своїх країн. Роль НОК у зміцненні міжнародного олімпійського руху. Асоціації НОК.

Міжнародна олімпійська академія і олімпійський музей в системі олімпійського руху.

Міжнародна олімпійська академія і характеристика її діяльності. Олімпійський музей, його характеристика

Президенти МОК і їх роль у розвитку олімпійського спорту.

Характеристика діяльності президентів МОК: Деметріус Вікелас (1894-1896); П'єр де Кубертен (1896-1925); Анрі де Байє-Латур (1925-1942) Юханнес Зігфрід Едстрем (1946-1952); Ейвері Брендедж (1952-1972); Майкл Моріс Кілланін (1972-1980); Хуан Антоніо Самаранч (1980-2001); Жак Роге (2001-2013). Томас Бах (з 2013).

Проблеми аматорства та професіоналізму в олімпійському спорті.

Еволюція уявлення про спортсмена-аматора; проблеми аматорства в сучасному олімпійському спорті; передумови та особливості проведення «Відкритих» Олімпійських ігор і вирішення проблеми аматорства і професіоналізму в олімпійському спорті; сучасні погляди на професіоналізацію Олімпійських ігор

Визначення місця проведення і формування програми Олімпійських ігор.

Процедура визначення місця проведення Олімпійських ігор. Програма Олімпійських ігор. Місце проведення Олімпійських ігор. Підготовка і проведення Олімпійських ігор. Сучасні недоліки програм олімпійського спорту.

Підготовка і проведення Олімпійських ігор.

Особливості підготовки і проведення Олімпійських ігор. Взаємодія МОК, НОК, МСФ як передумова успішного проведення Олімпійських ігор. Зміст

програм сучасних Ігор Олімпіад та зимових Олімпійських ігор. Види спорту, що представлені в програмах Ігор Олімпіад і Зимових Олімпійських ігор.

Боротьба з апартеїдом в спорті.

Поняття про термін «апартеїд». Міжнародна конвенція проти апартеїду, охарактеризувати її складові. Роль ООН і діяльність МОК в боротьбі з апартеїдом.

Боротьба із застосуванням допінгу в спорті.

Передумови виникнення допінгу на спортивній арені. Зазначити 5 груп заборонених препаратів медичною комісією МОК. Напрямки МОК в боротьбі з допінгом. Роль діяльності організації ВАДА.

Демократизація і комерціалізація олімпійського руху.

Міжнародні олімпійські рекламні-спонсорські програми «ТОП», їх фінансове значення для олімпійського спорту. Джерела прибутків МОК і проблема їх розподілу серед організацій, що мають безпосереднє відношення до олімпійського спорту. Фінансування олімпійського спорту в різних країнах

Участь жінок в олімпійському спорті.

Жінка в епоху Олімпійських ігор Стародавньої Греції. Позиція П'єра де Кубертена щодо участі жінок в Олімпійських іграх. Жінки-спортсменки в Олімпійських іграх сучасності.

Економічна діяльність МОК. Економічні програми організації і проведення Олімпійських ігор.

Економічна діяльність МОК. Міжнародні олімпійські рекламні-спонсорські програми «ТОП»; Знати джерела прибутків МОК і проблема їх розподілу серед організацій, що мають безпосереднє відношення до олімпійського спорту. Спонсорство, ліцензування, реклама і маркетинг та їх значення у фінансуванні олімпійського спорту в різних країнах; Знати економічні програми організації і проведення Олімпійських ігор

Параолімпійські ігри.

Становлення Паралімпійського та Дефлімпійського спорту у світі. Розвиток Паралімпійського та Дефлімпійського спорту в Україні. Керівні організації спорту інвалідів в Україні. Національний Паралімпійський комітет України. Ігри Спеціальних Олімпіад

Сучасний стан олімпійського спорту в Україні та перспективи його розвитку.

Характеристика олімпійського спорту в Україні після 1992 року; сучасний стан олімпійського спорту в Україні. Олімпійці Херсонщини.

Місце та призначення професійного спорту в культурі суспільства.

Сутність професійного спорту як соціального явища; загальні соціальні функції професійного спорту; специфічні соціальні функції професійного спорту; роль професійного спорту у сучасному суспільстві.

Відмінні особливості професійного та олімпійського спорту.

Основні завдання спортивного бізнесу. Відмінності в оплаті праці спортсменів та представників інших спортивних професій. Особливість найму спортсменів в професійному спорті. Особливість розташування команд в професійному спорті.

Передумови виникнення професійного спорту.

Американізація; послаблення впливу державних структур; залучення легіонерів (спортсменів і тренерів); розвиток спортивного спонсорства; участь великих політиків і бізнесменів в керівництві професійним спортом; підвищення ролі ефективного спортивного менеджменту; підвищення комерційного інтересу з боку телебачення.

Соціальні фактори розвитку професійного спорту.

Аналіз економіки провідних професійних спортивних ліг (НХЛ, НБА та ін.). Соціальні критерії формування професійного спорту. Компоненти індустрії і взаємозв'язок з професійним спортом.

Етапи розвитку професійного спорту та їх особливості.

Охарактеризувати етапи розвитку професійного спорту. Перший етап «Виникнення». Другий етап «Формування». Третій етап «Розвитку». Четвертий етап «Піднесення». П'ятий «Хто знає?».

Роль телебачення та засобів масової інформації в розвитку професійного спорту.

Прибутки від продажу прав на трансляцію змагань. Роль телебачення в перебігу змагань професійних видів спорту. Монополізація спортивного ринку телевізійними компаніями.

Мета та завдання і специфічні функції професійного спорту.

Розкрити мету і завдання професійного спорту. Розкрити функції професійного спорту: організаційна функція професійного спорту, виховна функція професійного спорту, освітня функція професійного спорту, функція духовності, рекламна функція професійного спорту, функція «клапана безпеки», функція інтеграції, функція надії, функція індивідуалізації, функція моделювання поведінки

Відбір і підготовка спортсменів у професійному спорті.

Система відбору спортсменів «драфт». Відбір спортсменів в індивідуальних видах спорту. Відбір спортсменів в ігрових видах спорту.

Перспектива розвитку професійного спорту в Україні.

Формування та розвиток професійного спорту в Україні. Спортсмени України в іноземних професійних клубах. Створення національних структур професійного спорту та їх інтеграція до міжнародного професійного спорту. Перспективи розвитку професійного спорту в Україні.

3.2. Питання до атестації здобувачів вищої освіти з Олімпійського та професійного спорту

1. Олімпійські ігри Стародавньої Греції.
2. Фізичне виховання і спорт в системі освіти і виховання Стародавньої Греції.
3. Участь у змаганнях, визначення і ушановування переможців древньогрецьких Олімпійських ігор.
4. Кризові явища у спорті Стародавньої Греції і кінець Олімпійських ігор.
5. Конгрес 1894 року та його роль в олімпійському русі.
- 6.Провідні принципи Олімпійського спорту.
- 7.Олімпійська хартія - основний правовий документ олімпійського спорту.
- 8.Міжнародний олімпійський комітет і основи його діяльності.
- 9.Міжнародні спортивні федерації (МСФ) і Національні олімпійські комітети (НОК) - основи їх діяльності.
- 10.Міжнародна олімпійська академія і олімпійський музей в системі олімпійського руху.
- 11.Президенти МОК і їх роль у розвитку олімпійського спорту.
- 12.Проблеми аматорства та професіоналізму в олімпійському спорті.
- 13.Визначення місця проведення і формування програми Олімпійських ігор.
- 14.Підготовка і проведення Олімпійських ігор.
- 15.Боротьба з апартеїдом в спорті.
- 16.Боротьба із застосуванням допінгу в спорті.
- 17.Демократизація і комерціалізація олімпійського руху.
- 18.Участь жінок в олімпійському спорті.
- 19.Економічна діяльність МОК. Економічні програми організації і проведення Олімпійських ігор.
- 20.Параолімпійські ігри.
- 21.Сучасний стан олімпійського спорту в Україні та перспективи його розвитку.
22. Місце та призначення професійного спорту в культурі суспільства.
23. Відмінні особливості професійного та олімпійського спорту.
24. Передумови виникнення професійного спорту.
25. Соціальні фактори розвитку професійного спорту.
26. Етапи розвитку професійного спорту їх особливості.
27. Роль телебачення та засобів масової інформації в розвитку професійного спорту.
28. Мета та завдання і специфічні функції професійного спорту.
29. Відбір і підготовка спортсменів у професійному спорті.
30. Перспектива розвитку професійного спорту в Україні.

3.3. Рекомендована література

Основна:

1. Платонов В.Н., Гуськов С.И. Олимпийский спорт: Учебник 1 книга. К.: Олимпийская литература, 1994. 496 с.
2. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения. К.: Олимпийская литература, 2004. 808 с.
3. Платонов В.Н. Спорт высших достижений и подготовка национальных команд к Олимпийским играм / В.Н. Платонов. М.: Советский спорт, 2010. 310 с.
4. Платонов В.Н., Гуськов С.И., Линец М.М., Юшко Б.Н. Профессиональный спорт: Учебник. К.: Олимпийская литература, 2000. 391 с.

Додаткова:

1. Борисова О., Томашевський В. Особливості розвитку професійного тенісу в Україні // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2005. №1. С. 18-22.
2. Бріскін Ю.А. Спорт інвалідів. К.: Олімпійська література, 2006. 263 с.
3. Гуськов С.И., Гуськов С.С. Телевидение и спорт. М.: Полиграфсервис, 2000. 334 с.
4. Линець М.М. Професійний спорт як соціальне явище // Наукові записки Тернопільського державного педагогічного університету. 1998. №2. С. 131-133.
5. Линець М.М. Економічна ефективність систем змагань в командних ігрових видах професійного спорту // Тези III Всеукраїнської наук.-практ. конф. «Сучасні проблеми розвитку теорії та методики спортивних і рухливих ігор». Львів; 1999. С. 18-19.
6. Линець М.М. Формування правових засад професійного спорту в Європі // Матеріали IV Всеукраїнської науково-практичної конференції «Роль фізичної культури в здоровому способі життя»: 24-25 грудня 1999 р. Львів: 1999. С. 63-64.
7. Линець М.М., Шульга Л. Розвиток професійного спорту в Україні // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2005. №1. С. 23-29.
8. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты / Л.П. Матвеев. М.: «Известия», 2001. 323 с.
9. Мічуда Ю. Ринкові відносини та підприємництво у сфері фізичної культури і спорту. К.: Олімпійська література, 1995. 152 с.
10. Переверзин И., Суслов Ф. О структуре спорта высших достижений в социально-правовом статусе спортсменов профессионалов // Наука в олимпийском спорте. 2003. №1. С. 129-133.
11. Платонов В. Профессионалы у нас есть. А профессиональный спорт? // Олімпійська арена. 2000. №2. С. 18-20, 57-58; 2001. №1 С. 51-53.

12. Платонов В. Професіоналізація олімпійського спорту // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2005. №1. С. 3-9.

13. Пономарев Н.И. Профессиональный спорт как субкультура // ТиПФК, 1995, № 8. С.56-58.

14. Ярчук И. Лига начинается с драфта // Мой спорт. 2004. №10. С. 89-90.

Критерії оцінювання знань і вмінь здобувачів вищої освіти

Система контролю якості освітнього процесу та критерії балів, які використовуються у Херсонському державному університеті, оснований 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 08.09.2021 № 890-Д).

Метою контролю є оцінка якості організації та проведення освітнього 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 в цілому.

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 індивідуальному плані здобувача, протоколі засідання екзаменаційної комісії.

Таблиця 1

Критерії оцінювання кожного модулю комплексного екзамену за фахом

Національна шкала успішності	100-бальна система оцінювання	Оцінка ЄКТС	Коментар
Відмінно	90-100	A	Виставляється, якщо здобувач правильно і в повному обсязі відповів на екзаменаційне питання. Відповідь характеризується системністю, обґрунтованістю, повнотою розкриття. Здобувач володіє навчальним матеріалом, вміє використовувати понятійно-категоріальний апарат
Добре	82-89	B	Виставляється, якщо здобувач правильно і майже у повному обсязі відповів на екзаменаційне питання, але з незначними помилками. Відповідь характеризується системністю, обґрунтованістю,

			повнотою розкриття. Здобувач володіє навчальним матеріалом, вміє використовувати понятійно-категоріальний апарат
	74-81	C	Виставляється, якщо здобувач відповів на екзаменаційне питання з незначними помилками у достатньому обсязі для його розкриття. Відповіді характеризуються системністю, обґрунтованістю повнотою розкриття, можливо з поодинокими неточностями. Здобувач володіє навчальним матеріалом, вміє використовувати понятійно-категоріальний апарат
Задовільно	64-73	D	Виставляється, якщо здобувач відповів на екзаменаційне питання з помилками у майже достатньому обсязі для його розкриття. Відповіді характеризуються недостатньою системністю, обґрунтованістю, повнотою розкриття, можливо із суттєвими неточностями. Здобувач, в цілому, володіє навчальним матеріалом, вміє використовувати понятійно-категоріальний

			апарат
	60-63	E	Виставляється, якщо здобувач відповів на екзаменаційне питання з мінімальним розкриттям питання або зі значними помилками. Відповідно характеризуються недостатньою системністю, обґрунтованістю, повнотою розкриття, можливо із суттєвими неточностями. Здобувач недостатньо володіє навчальним матеріалом, не завжди вміє використовувати понятійно-категоріальний апарат.
Незадовільно	35-59	FX	Виставляється, якщо здобувач відповів на конкретне екзаменаційне питання з величезною кількістю помилок. Відповіді характеризуються відсутністю системності, обґрунтованості, повноти розкриття. Здобувач не володіє навчальним матеріалом, не вміє використовувати понятійно-категоріальний апарат.
	0-34	F	Встановлюється, якщо здобувач взагалі не відповів на конкретне екзаменаційне питання

Рішення комісії про оцінювання рівня підготовки здобувача вищої освіти, а також про присвоєння йому кваліфікації «Бакалавр» 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.

Сума балів / Local grade	Оцінка ЄКТС		Оцінка за національною шкалою/National grade
90 – 100	A	Excellent	Відмінно
82-89	B	Good	Добре
74-81	C		
64-73	D	Satisfactory	Задовільно
60-63	E		

Незадовільно	35-59	FX	Виставляється, якщо здобувач відповів на конкретне екзаменаційне питання з величезною кількістю помилок. Відповіді характеризуються відсутністю системності, обґрунтованості, повноти розкриття. Здобувач не володіє навчальним матеріалом, не вміє використовувати понятійно-категоріальний апарат.
	0-34	F	Встановлюється, якщо здобувач взагалі не відповів на конкретне екзаменаційне питання

Рішення комісії про оцінювання рівня підготовки здобувача вищої освіти, а також про присвоєння йому кваліфікації «Бакалавр» 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.

Сума балів / Local grade	Оцінка ЄКТС		Оцінка за національною шкалою/National grade
90 – 100	A	Excellent	Відмінно
82-89	B	Good	Добре
74-81	C		
64-73	D	Satisfactory	Задовільно
60-63	E		
35-59	F X	Fail	Незадовільно з можливістю повторного складання
1-34	F		Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

Гарант ОП *ЛХар*

Людмила ХАРЧЕНКО-БАРАНЕЦЬКА