

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ЗАТВЕРДЖУЮ

Голова приймальної комісії ХДУ

ректор Херсонського державного університету

Олександр СІВАКОВСЬКИЙ

«28» березня 2025 р.



ПРОГРАМА

фахового вступного випробування з

**«ТЕОРІЇ ТА МЕТОДИКИ СПОРТИВНОГО ТРЕНУВАННЯ ТА
МЕДИКО-БІОЛОГІЧНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ В СПОРТІ»**

для здобуття ступеня вищої освіти «магістр»

на основі базової або повної вищої освіти

за спеціальністю А7 Фізична культура і спорт

(денна, заочна форми здобуття освіти)

Затверджено на засіданні кафедри олімпійського та професійного спорту
(протокол № 7 від 11.03.2025 р.)

Укладач програми:



Дробот К.В

гарант ОП «Фізична культура і спорт»
РВО «магістр», доцентка кафедри
олімпійського та професійного спорту,
докторка філософії зі спеціальності 017.
Фізична культура і спорт

ЗМІСТ

1.	Загальні положення	4
2.	Зміст програми	6
3.	Список рекомендованої літератури	11
4.	Питання до фахового вступного випробування з «Теорії та методики спортивного тренування»	13
5.	Питання до фахового вступного випробування з «Медико-біологічного забезпечення в спорті»	16
6.	Критерії оцінювання знань фахового вступного випробування	18

1. Загальні положення

Програма фахового вступного випробування для абітурієнтів, які вступають на навчання для здобуття рівня вищої освіти магістр на базі попередньої вищої освіти розроблена відповідно до програм з дисциплін: «Теорія та методика спортивного тренування» та «Медико-біологічне забезпечення спорту».

Організація та проведення фахового вступного випробування відбувається у порядку визначеному у Положенні про приймальну комісію Херсонського державного університету.

Мета вступного випробування – відбір претендентів на навчання для здобуття рівня вищої освіти магістр.

Форма вступного випробування: фахове вступне випробування проводиться дистанційно в усній формі.

Результати вступного випробування оцінюються за 200 бальною шкалою. Загальний рейтинговий бал є сумою балів отриманих за двома блоками: «Теорія та методика спортивного тренування» та «Медико-біологічне забезпечення спорту». Заліковим балом вважається результат загального рейтингового балу від 100 до 200 балів. У випадку отримання вступником менше 100 балів загального рейтингового балу, такий абітурієнт участі в конкурсі на вступ для здобуття рівня вищої освіти магістр в Херсонському державному університеті не бере.

Під час проведення вступного випробування не допускається користування допоміжними електронними приладами, підручниками, навчальними посібниками та іншими матеріалами, якщо це не передбачено рішенням Приймальної комісії. У разі використання вступником під час вступного випробування сторонніх джерел інформації (у тому числі підказки) він відстороняється від участі у випробуваннях, про що складається акт.

Вступники, які не з'явились на дистанційне фахове вступне випробування без поважних причин у зазначений за розкладом час, до участі в конкурсі не допускаються.

Фахове дистанційне вступне випробування включає два блоки питань з «Теорії та методики спортивного тренування» та «Медико-біологічного забезпечення спорту». Фахове вступне випробування покликане виявити рівень знань та вмінь з професійно-орієнтованих дисциплін, передбачених освітньо-професійною програмою бакалавра «Фізична культура і спорт». Проведення екзамену передбачає перевірку знань, вмінь та навичок абітурієнтів до організації та проведення підготовки кваліфікованих спортсменів. Абітурієнт повинен знати: систему проведення змагань в олімпійських та неолімпійських видах спорту, основи змагальної діяльності спортсменів; основи сучасної підготовки спортсменів; основи фізичної, технічної, тактичної, психічної та інтегральної підготовки спортсменів; структуру і етапи підготовки спортсменів; основи відбору в спорті, моделювання, прогнозування, контролю і управління підготовкою спортсменів; матеріально-технічне і науково-методичне забезпечення підготовки спортсменів.

Зміст вступного випробування відображає необхідну теоретичну базу для засвоєння знань, умінь і навичок, яка становить теоретичне підґрунтя використання засобів спортивного тренування для підготовки спортсменів.

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

Структура та зміст навчальної дисципліни. Зміст навчальних дисциплін «Теорія та методика спортивного тренування» та «Медико-біологічне забезпечення спорту» та їх значення для фахівця сфери фізичного виховання та спорту. Сутність спорту, його роль, форми та умови функціонування в суспільстві. Основні терміни дисциплін. Методи наукових досліджень у 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.

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.

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.

Специфічні принципи підготовки спортсменів: принцип спрямованості підготовки спортсменів до вищих досягнень; принцип поглибленої спеціалізації; принцип циклічності та безперервності підготовки спортсменів; принцип поступового збільшення навантаження; принцип варіативності навантажень; принцип циклічності процесу підготовки;

принцип взаємозв'язку структур змагальної діяльності і підготовленості спортсмена. Дидактичні принципи та їх використання в системі підготовки спортсменів.

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

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.

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.

Спортивна техніка, як система рухів. Характеристики спортивної техніки. Мета, завдання та зміст технічної підготовки. Етапи і стадії технічної підготовки спортсменів. Основи методики вдосконалення техніки спортсменів високої кваліфікації. Контроль технічної підготовленості спортсмена. Мета, завдання та зміст тактичної підготовки. Умови, що визначають вибір тактики. Методика тактичної підготовки спортсменів. Контроль за тактичною підготовленістю спортсменів.

Мета, об'єкт і види контролю. Контроль змагальної діяльності. Контроль тренувальних і змагальних навантажень. Моделі підготовленості і

змагальної діяльності спортсменів. Моделювання змагальної діяльності і підготовленості залежно від індивідуальних можливостей спортсменів.

Структура і зміст тренувального заняття. Типи 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. Особливості побудови занять в мікро циклах на різних етапах підготовки спортсмена.

Загальна характеристика мезоциклу. Структура, зміст та основні типи мезоциклів. Основні завдання втягуючих, базових, контрольно–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.

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.

Загальна характеристика засобів відновлення і стимулювання працездатності. Психолого–педагогічні засоби відновлення і стимулювання спортсменів. Медико–біологічні засоби відновлення і стимулювання працездатності спортсменів. Загальні принципи використання медико–біологічних засобів відновлення спортивної працездатності. Відновлення фізичної працездатності за допомогою фізіотерапевтичних методів. Фармакологічне забезпечення. Натуральна фармакологія.

Планування засобів відновлення й стимуляції працездатності в процесі підготовки.

Використання збалансованого харчування, як засобу відновлення працездатності. Особливості використання поживних речовин спортсменами. **Адаптація людини до висотної гіпоксії (загальні положення).** Стадія гострої адаптації. Стадія перехідної адаптації. Стадія стійкої адаптації. Побудова тренувального процесу в горах з урахуванням динаміки адаптації. Форми штучного гіпоксичного тренування. Негативний вплив заборонених стимулюючих речовин на організм спортсмена.

Адаптація і проблеми раціональної підготовки спортсменів. Формування термінової адаптації. Формування довготривалої адаптації. Деадаптація і переадаптація у спортсменів на різних етапах підготовки.

Вік спортсмена та їх схильність до адаптації. Формування адаптації залежно від динаміки й спрямованості тренувальних і змагальних навантажень. Формування адаптації залежно від спортивної спеціалізації й полу спортсменів. Тривалість багаторічної підготовки й фактори, що її визначають. Адаптація організму спортсмена в макроциклі залежно від навантажень.

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. Специфічні критерії, що впливають на розрахунок фізичного навантаження спортсмена різного рівня підготовленості.

Основні методи діагностики функціонального стану організму. Діагностика тренуваності і визначення спеціальної тренуваності.

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

Виникнення та розповсюдження допінгу у спорті. Фактори, що понукають до застосування допінгу. Характеристика та класифікація різних видів допінгу. Дії допінгу на організм спортсменів. Відношення до допінгу та боротьба з ним в різних видах спорту. Основні принципи та завдання діяльності Всесвітнього антидопінгового комітету. Покарання за використання допінгу під час тренувальної та змагальної діяльності.

Загальні положення про моделювання у спорті. Загальні положення про прогнозування у спорті. Основні види контролю у спорті та їх характеристика. Застосування різних видів контролю від характеру етапу підготовки.

Спортивний інвентар і оснащення місць тренувань і змагань. Загальні положення про тренажери. 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.

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Вознюк Т.В. Основи теорії та методики спортивного тренування. Вінниця: ФОП Корзун Д.Ю., 2017. 240 с
2. Волков Л. В. Основи спортивної підготовки дітей і підлітків / Волков Л. В. – Київ : Вища школа, 1993. – 152 с.
3. Загальна теорія підготовки спортсменів : курс лекцій і практикум : навч.-метод. посіб. для студентів галузі знань 0102 «Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини» / [О. М. Бурла та інші] – Суми : Вид-во Сум ДПУ імені А. С. Макаренка, 2015. – 184 с.
4. Костюкевич В.М. Теоретико-методичні аспекти тренування спортсменів високої кваліфікації / В.М. Костюкевич: Навчальний посібник – Вінниця: Планер, 2007. – 272с.
5. Костюкевич В. М. «Теорія і методика спортивної підготовки» (на прикладі командних ігрових видів спорту). Навчальний посібник / В. М. Костюкевич – Вінниця: Планер, 2014 – 616 с.
6. Келлер В. С., Платонов В. М.. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів Львів : Українська спортивна Асоціація, 1993. 270 с.
7. Круцевич Т.Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді / Т.Ю. Круцевич, М.І. Воробйов, Г.В. Безверхня: Навчальний посібник – К.: Олімпійська література, 2011. - 224 с.
8. Кошура А.В. Теорія і методика спортивних тренувань : навч. посіб. – Чернівці : Чернівець. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича, 2021. –120 с.
9. Кутек Т. Б., Вовченко І. І. Основи теорії і методики спортивної підготовки: навчальний посібник. – Житомир: ЖДУ імені Івана Франка, 2022 – 108 с.
10. Платонов В.М. Фізична підготовка спортсмена / В.М. Платонов, М.М. Булатова. – К.: Олімпійська література, 1995. – 320 с.
11. Павленко В.О. Сучасні технології підготовки в обраному виді спорту [підручник] В. О. Павленко, Е.Ю. Насонкина, Є. Є. Павленко – Харків, 2020. 550 с.

12. Спортивна медицина / Я.Л. Шахліна, Б.Г. Коган, Т.О. Терещенко. – К.: Олімпійська література, 2018. – 424 с.
13. Спортивна медицина: Навч. посібн. для вищих навчальних закладів / В.П. Мурза., О.А. Архипов., М.Ф. Хорошуха. – К. : Університет “Україна”, 2007. – 249 с.
14. Шинкарук О. А. Теорія і методика підготовки спортсменів: управління, контроль, відбір, моделювання та прогнозування в олімпійському спорті: навч. посіб. / О. А. Шинкарук. — К., 2013. — 136 с.
15. Ячник І.О., Воробйов О.О., Романів Л.В. Відновлювальні засоби працездатності у фізичній культурі і спорті: Підручник. – Чернівці: Книги ХХІ, - 2009. – 432 с.

ПИТАННЯ ДО ФАХОВОГО ВСТУПНОГО ВИПРОБУВАННЯ

з «Теорії та методики спортивного тренування» для абітурієнтів на навчання за другим (магістерським) рівнем вищої освіти зі спеціальності А7 Фізична культура і спорт

1. Види змагань та їх характеристика.
2. Види підготовки спортсменів.
3. Визначення величини навантаження в спортивному тренуванні техніки.
4. Вплив різних температурних умов навколишнього середовища на ефективність
5. Головні змагання та їх завдання в обраному виді спорту.
6. Етапи відбору в спортивному тренуванні.
7. Завдання етапу початкової підготовки в обраному виді спорту.
8. Загальна характеристика і методика розвитку витривалості.
9. Загальна характеристика і методика розвитку гнучкості.
10. Загальна характеристика і методика розвитку координації.
11. Загальна характеристика і методика розвитку сили.
12. Загальна характеристика і методика розвитку фізичних якостей в обраному виді спорту.
13. Загальна характеристика і методика розвитку швидкості.
14. Загальна характеристика методів спортивного тренування.
15. Загальна характеристика методу безперервної вправи.
16. Загальна характеристика методу інтервальної вправи.
17. Загальна характеристика структури процесу навчання техніки спортивних вправ.
18. Загальна характеристика та типи мезоциклів.
19. Загальна характеристика та типи мікроциклів.
20. Загальна характеристика циклічності тренувального процесу в обраному виді спорту.

21. Застосування фізичних вправ.
22. Контроль за розвитком рухових якостей в обраному виді спорту.
23. Контрольні змагання та їх завдання в обраному виді спорту.
24. Контроль за станом підготовленості спортсмена.
25. Мета і завдання спортивного тренування.
26. Мета, зміст і структура тренувального заняття.
27. Методи навчання техніки спортивних вправ.
28. Надмірне навантаження, його ознаки.
29. Облік у процесі спортивного тренування.
30. Основні завдання етапу максимальної реалізації індивідуальних можливостей в обраному виді спорту.
31. Основні завдання етапу спеціалізованої базової підготовки в обраному виді спорту.
32. Основні завдання загальної та спеціальної фізичної підготовки в обраному виді спорту.
33. Основні завдання загальної та спеціальної фізичної підготовки.
34. Основні завдання інтегральної підготовки спортсмена.
35. Основні завдання техніко-тактичної підготовки спортсмена в обраному виді спорту.
36. Основні завдання технічної підготовки спортсмена.
37. Педагогічний контроль в обраному виді спорту. Види контролю.
38. Передзмагальна підготовка спортсмена.
39. Планування спортивного тренування в ДЮСШ. Вікові особливості контингенту.
40. Планування спортивного тренування. Види планування.
41. Побудова програм мікроциклів в межах мезоциклів.
42. Поєднання інтенсивності і об'єму фізичного навантаження.

43. Поняття «техніка спортивних вправ». Визначальна ланка, основа, деталі.
44. Принципи спортивного тренування.
45. Психологічні основи підготовки спортсмена в системі навчально-тренувальної діяльності в обраному виді спорту.
46. Регламентація і способи проведення змагань.
47. Роль і місце змагань в багаторічній підготовці спортсменів.
48. Соціальні функції спорту.
49. Спортивний відбір та його особливості.
50. Способи визначення результату в різних видах спорту.
51. Фізичне навантаження як фактор впливу на формування тренуваності спортсмена.
52. Форми організації занять і їх загальна характеристика.
53. Характеристика вербального методу спортивного тренування.
54. Характеристика змагального методу тренування.
55. Характеристика методу інтервальної стандартизованої вправи.
56. Характеристика методу колового тренування.
57. Характеристика наочного методу спортивного тренування.
58. Характеристика тренувальних занять вибіркової спрямованості в обраному виді спорту.
59. Характеристика тренувальних занять вибіркової спрямованості.
60. Характеристика тренувальних занять комплексної спрямованості.

ПИТАННЯ ДО ФАХОВОГО ВСТУПНОГО ВИПРОБУВАННЯ
з «Медико-біологічного забезпечення в спорті»
для абітурієнтів на навчання за другим (магістерським) рівнем вищої
освіти зі спеціальності А7 Фізична культура і спорт

1. Визначення біологічного віку дітей та підлітків.
2. Визначення фізичного розвитку за методом індексів.
3. Визначення фізичного розвитку за методом центілей.
4. Гіпоглікемічні стани, причини, клініка і профілактика.
5. Класифікація та перша допомога при кровотечі.
6. Клініка та перша допомога при переломах та вивихах кісток кінцівок.
7. Методи дослідження нервової системи спортсменів.
8. Методи дослідження серцево-судинної системи (ЧСС, АТ).
9. Методи дослідження фізичного розвитку дітей та підлітків.
10. Методи дослідження функціонального стану дихальної системи.
11. Методика проведення ортостатичної проби.
12. Методика проведення та оцінка проби Мартіне.
13. Методика проведення соматоскопії.
14. Особливості імунної системи спортсменів.
15. Особливості тренування жінок та дівчат спортсменок.
16. Перша допомога при зупинці серцевої діяльності та дихання.
17. Поняття про медико-педагогічні спостереження.
18. Причини загибелі на воді, перша допомога.
19. Причини та перша допомога при втраті свідомості під час занять фізичними вправами.
20. Причини, клініка та профілактика печінкового больового синдрому.
21. Профілактика спортивного травматизму.

22. Профілактика та перша допомога при сонячному та тепловому ударі.
23. Самоконтроль в масовій фізичній культурі та спорті.
24. Статевий контроль в спорті.
25. Спортивне серце, його структурні та функціональні особливості.
26. Методика тренувального масажу.
27. Методика відновлювального масажу.
28. Методика попереднього масажу.
29. Клініка, та профілактика перенапруги та перетренованості.
30. Анамнез і візуальне спостереження за зовнішніми ознаками втоми.

**КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ЗНАНЬ ФАХОВОГО ВСТУПНОГО
ВИПРОБУВАННЯ**

**з «Теорії та методики спортивного тренування» для абітурієнтів на
навчання за другим (магістерським) рівнем вищої освіти зі спеціальності
А7 Фізична культура і спорт**

90-100	Абітурієнт має глибокі міцні і системні знання з усього теоретичного та практичного курсу, вільно володіє понятійним апаратом, знає основні проблеми навчальної дисципліни, її мету та завдання. Вміє застосовувати здобуті теоретичні та практичні знання у всіх видах професійної діяльності. викладача. Не допускає помилок при відповіді на питання.
82-89	Абітурієнт має міцні ґрунтовні знання, виконує теоретичну та практичну роботу без помилок, але існують незначні помилки в викладенні програмного матеріалу.
74-81	Абітурієнт знає програмний матеріал повністю, має практичні навички щодо обґрунтування відповідної теми, але не вміє самостійно та творчо мислити, не може вийти за межі теми, що доповідається.
64-73	Абітурієнт знає основні теми курсу, має уявлення про структуру та зміст навчальної дисципліни, але його знання мають загальний характер. Під час доповіді практично не використовує приклади з різних видів спорту. Володіє знаннями та вміннями не в повному обсязі.
60-63	Абітурієнт знає основні теми курсу, проте знання мають поверхневий характер і не характеризують лаконічністю викладення. Має прогалини в теоретичних відомостях курсу й практично не може використовувати отримані знання в практичній діяльності.
35-59	Абітурієнт має фрагментарні знання з усього курсу. Не володіє спеціальною науковою термінологією, оскільки понятійний апарат не сформований. Не вміє проаналізувати й обґрунтувати запропоновані для вивчення теми.
1-34	Абітурієнт повністю не знає програмного матеріалу. Не може дати відповідь на поставлені питання.

**КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ЗНАНЬ ФАХОВОГО ВСТУПНОГО
ВИПРОБУВАННЯ**
з «Медико-біологічного забезпечення спорту»,
для абітурієнтів на навчання за другим (магістерським) рівнем вищої
освіти зі спеціальності А7 Фізична культура і спорт

90-100	Абітурієнт показує глибокі і системні знання з поставлених питань, чітко формує відповідь використовуючи спеціальну медичну термінологію, вільно володіє понятійним апаратом, знає фізіологічні механізми впливу фізичних вправ на організм людини. Вміє застосовувати теоретичні та практичні знання у всіх видах аналізу. Чітко знає протипоказання до проведення фізичних вправ та навантажень, вміє визначати фізичний розвиток та фізичну працездатність спортсменів. Знає методи профілактики спортивних травм та правила надання першої долікарської допомоги. Не допускає помилок у відповіді.
82-89	Абітурієнт показує ґрунтовні знання з курсу медико-біологічного забезпечення спорту, логічно формулює відповідь використовуючи спеціальну медичну термінологію, володіє понятійним апаратом, знає фізіологічні механізми впливу фізичних вправ на організм людини. Вміє застосовувати здобуті теоретичні та практичні знання у всіх видах аналізу. Знає основні протипоказання до проведення фізичних вправ та навантажень, вміє визначати фізичний розвиток та фізичну працездатність спортсменів. Знає методи профілактики спортивних травм та вміє надавати першу долікарську допомогу. У відповідях допускає деякі неточності в формулюваннях, незначні помилки у використанні спеціальної медичної термінології.
74-81	Абітурієнт має добрі знання з курсу медико-біологічного забезпечення спорту, формулює відповідь з використанням спеціальної медичної термінології, знає фізіологічні механізми впливу фізичних вправ на організм людини. Знає основні протипоказання до проведення фізичних вправ та навантажень. При визначенні фізичного розвитку та фізичної працездатності допускає незначні помилки. Знає методи профілактики спортивних травм та основи надання першої долікарської допомоги. У відповідях допускає деякі

	неточності в формулюваннях, помилки в методиці проведення тестів з фізичними навантаженнями.
64-73	Абітурієнт має задовільні знання з курсу медико-біологічного забезпечення спорту, відповідь містить помилки та неточності. Знає основні фізіологічні механізми дії фізичних вправ, основні протипоказання до застосування тестів з фізичними навантаженнями, але його знання мають загальний характер, іноді непідкріплені прикладами. Знає методи профілактики та основи надавання першої долікарської допомоги при спортивних травмах. У відповідях допускає неточності в формулюваннях, та використанні спеціальної медичної термінології, помилки в методиці проведення тестів з фізичними навантаженнями.
60-63	Абітурієнт має задовільні знання з теоретичного і практичного курсу медико-біологічного забезпечення спорту, має уявлення про основні протипоказання до проведення навантажувального тестування, задовільно володіє навичками надання першої долікарської допомоги. Замість чіткого термінологічного визначення викладає теоретичний матеріал на побутовому рівні припускаючи неточності та помилки. Має прогалини в теоретичному курсі та в практичних вміннях та навичках. Знання не систематизовані.
35-59	Абітурієнт має фрагментарні знання з усього курсу медико-біологічного забезпечення спорту. Не володіє термінологією, понятійний апарат не сформований. Не вміє викласти програмний матеріал, словниковий запас не дає змогу оформити ідею. Практичні навички на рівні розпізнавання.
1-34	Абітурієнт повністю не знає програмного матеріалу з курсу медико-біологічного забезпечення спорту. Не може дати відповідь на поставлені питання.