

ЗАТВЕРДЖЕНО:



ДІЗ «Львівський національний  
університет імені Тараса Шевченка»  
С. В. Савченко

## **ПРОГРАМА**

### **фахового вступного випробування**

спеціальність – «Фізична культура і спорт. Спорт»

Освітній ступінь – бакалавр (з нормативним терміном навчання)

### **Теми**

1. Олімпійські ігри Стародавньої Греції.
2. Конгрес 1894 р. та його роль в олімпійському русі.
3. Періодизація Ігор Олімпіад.
4. Олімпійські ігри сучасності.
5. Особливості проведення Олімпійських Ігор.
6. Міжнародний Олімпійський комітет і основи його діяльності.
7. Національний Олімпійський Комітет України і основи його діяльності.
8. Міжнародні спортивні організації і основи їх діяльності.
9. Види спорту в програмі Ігор Олімпіад.
10. Види спорту в програмі зимових Олімпійських ігор.
11. Україна на Олімпійських іграх.
12. Система спортивних змагань в олімпійських видах спорту.
13. Професійний спорт як соціальне явище.
14. Розвиток професійного спорту в країнах ближнього зарубіжжя.
15. Формування та розвиток професійного спорту в Україні.
16. Визначення, мета, завдання, засоби, методи і основні принципи спортивного тренування.
17. Особливості побудови розминки та програми занять в процесі підготовки спортсменів.
18. Типи мікроциклів та особливості їх побудови.
19. Типи мезоциклів та їх особливості.
20. Макроструктура процесу підготовки спортсменів.
21. Фізична, техніко-тактична і психологічна підготовка спортсменів.
22. Рухливі якості спортсмена та методика їх розвитку (сила, швидкість, гнучкість, спритність, витривалість).
23. Екстремальні умови в системі підготовки спортсменів (середньогір'я, високогір'я, штучна гіпоксія).
24. Відбір та професійна орієнтація спортсменів в системі багатолітньої підготовки.
25. Стомлення і відновлення в системі підготовки спортсменів.
26. Контроль у спортивному тренуванні.
27. Особливості харчування в системі підготовки спортсменів.

- 28.Допінг у спорті.
- 29.Травматизм у спорті.
- 30.Перша допомога при травмах і ударах.

### **Список літератури**

1. Круцевич Т. Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді / Т. Ю. Круцевич, М. І. Воробйов, Г. В. Безверхня.– К.: Олімпійська література, 2001.–244 с.
2. Круцевич Т. Ю. Теория и методика физического воспитания : учеб. [для студ. ВУЗов физ. воспитания и спорта] / Т. Ю. Круцевич. : в 2-х т. – К., 2003. – Т.І. – 413 с.
3. Круцевич Т. Ю. Теория и методика физического воспитания Т.2 Методика физического воспитания различных групп населения / Т. Ю. Круцевич. – К. : Олимпийская литература, 2003. – 391 с.
4. Матвеев Л. П. Основы спортивной тренировки: учеб. пособие для ин-тов физ.культуры / Л. П. Матвеев – М.: Физкультура и спорт, 1977. – 280 с.
5. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры. Введение в предмет: Учебник для высших специальных физкультурных учебных заведений. 3-е изд. – СПб. : Издательство «Лань», 2003. – 160 с., ил. – (Учебники для вузов. Специальная литература).
6. Набатникова М. Я. Основы управления подготовкой юных спортсменов / М. Я. Набатникова. – М.: Физкультура и спорт, 1982. - 280 с.
7. Платонов В. Н. Олимпийский спорт / В. Н. Платонов, С. И. Гуськов. – К.: Олимпийская література, 1994. – 493 с.
8. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте: общая теория и ее практические приложения: учебник тренера высшей квалификации / В. Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 2004. – 808 с.
9. Профессиональный спорт [Гуськов С. И., Линец М. М., Платонов В. Н., Юшко Б. Н.]. – К.: Олимпийская література, 2000. – 391 с.