

ЕКЗАМЕНАЦІЙНІ ВИМОГИ
ДО КАНДИДАТСЬКОГО ІСПИТУ ЗІ СПЕЦІАЛЬНОСТІ
24.00.01 - ОЛІМПІЙСЬКИЙ І ПРОФЕСІЙНИЙ СПОРТ

1. Спорт як соціальний інститут, його функції у сучасному суспільстві.
2. Олімпійські ігри Стародавньої Греції та їх культурна спадщина.
3. Реалізація поглядів П'єра де Кубертена в сучасному олімпійському русі.
4. Провісник олімпійського руху сучасності Олексій Бутовський та його педагогічна спадщина.
5. Олімпійський рух: мета, функції, структура та особливості реалізації.
6. Місце і роль спортсмена в олімпійському спорті.
7. Сучасний олімпізм та його основні цінності.
8. Основні напрями діяльності Міжнародного олімпійського комітету. Історія створення, структура, функції.
9. Вплив діяльності президентів МОК на розвиток олімпійського руху.
10. Роль і діяльність Національних олімпійських комітетів в загальній міжнародній олімпійській системі, їх характеристика, стосунки з Міжнародним олімпійським комітетом.
11. Організація, проведення і програма Олімпійських Ігор. Обрання міста-організатора Олімпійських Ігор.
12. Становлення та розвиток жіночого спорту в системі олімпійського руху.
13. Олімпійський спорт і політика. Використання спорту та Олімпійських ігор в ідеологічних і політичних цілях.
14. Реалізація «Fair play» в олімпійському спорті.
15. Забезпечення безпеки Олімпійських ігор: проблеми та перспективи їх подолання.

16. Комерціалізація олімпійського спорту, її ознаки, сильні та слабкі сторони.
17. Проблема аматорства та професіоналізація олімпійського спорту. Міжнародний олімпійський рух та професіональний спорт.
18. Олімпійський спорт та засоби масової інформації (преса, радіо, телебачення): особливості взаємовідносин.
19. Олімпійський спорт та охорона навколишнього середовища.
20. Сучасний олімпійський рух в Україні.
21. Конкуренція на Олімпійських іграх та неофіційний командний залік.
22. Національні системи олімпійської підготовки команд провідних країн світу.
23. Олімпійська освіта та збереження культурної спадщини олімпійського руху.
24. «Спорт для всіх» й олімпійський спорт. Рух «Спорт для всіх» і ставлення до нього Міжнародного олімпійського комітету.
25. Спорт інвалідів та олімпійський рух. Паралімпійські, Дефлімпійські ігри, Спеціальні Олімпіади.
26. Визначити і обґрунтувати основні поняття: олімпійський спорт, професійний спорт, спорт вищих досягнень, резервний спорт, дитячо-юнацький спорт, спорт інвалідів.
27. Професійна діяльність тренера у різних напрямках спорту.
28. Нормативно-правове забезпечення спортивної діяльності.
29. Науково-методичне забезпечення підготовки спортсменів.
30. Сучасні наукові методи досліджень у сфері «Фізична культура і спорт».
31. Інформаційне забезпечення сфери «Фізична культура і спорт» та безпосереднього процесу підготовки спортсменів.
32. Теорія і методика фізичного виховання як базова дисципліна фізкультурної освіти.

33. Характеристика системи фізичного виховання, її мета, завдання та принципи.
34. Понятійний апарат теорії і методики фізичного виховання: фізична культура, фізичне виховання, фізичний розвиток, фізична підготовленість, фізичний стан, фізична рекреація, фізична реабілітація, фізичне здоров'я.
35. Теорія адаптації як наукове підґрунтя фізичного виховання і спортивного тренування.
36. Фізіологічні механізми адаптації організму спортсмена до напруженої м'язової діяльності.
37. Формування ефективної довготривалої адаптації в умовах підвищення інтенсивності змагальної діяльності в сучасному спорті.
38. Системи енергозабезпечення м'язової діяльності різної інтенсивності та тривалості.
39. Теорія тренувальних навантажень: класифікація навантажень, зовнішня та внутрішня сторона навантажень. Особливості впливу навантажень на організм спортсменів різної кваліфікації та підготовленості.
40. Діяльність соматичної та вегетативних систем у спокої та при фізичних навантаженнях у тренуваного та нетренуваного спортсменів.
41. Теорія стомлення та відновлення як наукове підґрунтя фізичного виховання і спортивного тренування.
42. Фізіологічні закономірності відновлення функцій після фізичних навантажень.
43. Система спортивних змагань. Змагання у системі підготовки спортсменів.
44. Структура та особливості змагальної діяльності спортсменів в олімпійському спорті.
45. Класифікація засобів, методів та принципів спортивної підготовки, їх характеристика.

46. Сучасна теорія керування рухами й теоретичні основи технічного вдосконалення спортсменів.
47. Поняття техніки фізичних вправ та критерії її ефективності. Структура фізичних вправ.
48. Технічна підготовленість і основи її вдосконалення.
49. Тактична підготовленість і основи її вдосконалення.
50. Контроль техніко-тактичної підготовленості спортсменів.
51. Психологічна підготовленість спортсменів і основи її вдосконалення.
52. Теорія мотивації діяльності як наукове підґрунтя фізичного виховання і спортивного тренування.
53. Теоретичні та практичні основи методики вольової підготовки спортсменів.
54. Регулювання психічної напруженості спортсмена у процесі тренувальної та змагальної діяльності.
55. Фізіологічні механізми розвитку і вдосконалення рухових якостей.
56. Морфо-функціональна і метаболічна характеристика м'язової сили, витривалості. Фізіологічні механізми адаптації організму спортсмена до напруженої м'язової діяльності.
57. Силкові якості спортсменів, види та фактори, що обумовлюють розвиток сили. Основи методики розвитку.
58. Морфо-функціональна і метаболічна характеристика швидкості, гнучкості.
59. Швидкісні якості спортсменів. Форми прояву швидкісних здібностей. Фактори, що їх лімітують. Основи методики розвитку.
60. Координаційні можливості. Фактори, що обумовлюють розвиток координаційних можливостей. Методика розвитку.
61. Гнучкість, її види. Фактори, що її обумовлюють. Методика розвитку.
62. Витривалість, її види, фактори, що обумовлюють її розвиток. Методика розвитку.

- 63.Інтегральна підготовка як процес забезпечення злагодженості комплексних проявів усіх сторін підготовленості у змагальній діяльності спортсменів.
- 64.Теорія вікового розвитку як наукове підґрунтя фізичного виховання і спортивного тренування.
- 65.Сучасна система періодизації спортивного тренування: мегаструктура, макроструктура, мезоструктура, мікроструктура.
- 66.Загальна структура багаторічної підготовки і фактори, що її визначають.
- 67.Основи побудови підготовки спортсменів на різних етапах багаторічного вдосконалення.
- 68.Юнацькі Олімпійські ігри та проблема раціональної побудови багаторічної підготовки.
- 69.Відбір та орієнтація спортсменів на різних етапах багаторічної підготовки.
- 70.Періодизація річної підготовки у системі багаторічного удосконалення спортсменів.
- 71.Відставлений тренувальний ефект та безпосередня підготовка спортсменів до змагань.
- 72.Типи мезоциклів та побудова їх програм.
- 73.Типи мікроциклів та побудова їх програм.
- 74.Структура тренувальних занять та її фізіологічне обґрунтування. Побудова програм занять.
- 75.Теорія управління у фізичному вихованні і спорті. Управління в системі підготовки спортсменів.
- 76.Комплексний контроль у системі підготовки спортсменів, його складові, зміст та спрямованість.
- 77.Сутність моделювання в спорті й перспективні напрямки його розвитку. Види моделей.

- 78.Сутність, методи та види прогнозування в спорті.
- 79.Підготовка спортсменів в умовах середньо- та високогір'я.
Реакліматизація спортсменів після спуску з гір.
- 80.Змагання та підготовка спортсменів в умовах високих та низьких температур.
- 81.Спортсмен в умовах порушення циркадних ритмів.
- 82.Ергогенні засоби та їх застосування в спорті вищих досягнень.
- 83.Основні напрямки використання засобів управління працездатністю та відновлювальними процесами в спорті.
84. Проблема допінгу в олімпійському спорті. Актуальні напрямки боротьби із застосуванням допінгу. Діяльність Всесвітнього антидопінгового агентства (WADA).
- 85.Особливості харчування спортсменів в різних видах спорту.
- 86.Загальна характеристика зовнішнього середовища підготовки спортсменів.
- 87.Біомеханічні ергогенні засоби в спорті.
- 88.Використання новітніх технологій в сфері фізичної культури і спорту.
- 89.Перетренованість спортсменів та її профілактика.
- 90.Проблема травматизму в спорті та основні напрямки профілактики травм.

Розробник:

професор кафедри історії і теорії
олімпійського спорту,
доктор наук з фіз. вих. і спорту, професор

Павленко Ю.О.