

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ УКРАЇНИ

«ЗАТВЕРДЖЕНО»

Голова приймальної комісії НУФВСУ
С.В. Імас

ПРОГРАМА

фахового вступного випробування
для здобуття освітнього ступеня бакалавра
на основі здобутого ступеня бакалавра за іншою спеціальністю

Спеціальність 017 «Фізична культура і спорт»
спеціалізації:

- менеджмент у спортивній діяльності;
- тренерська діяльність в обраному виді спорту;
- фізична реабілітація;
- фізичне виховання в освітній і виробничій сферах.
- фітнес та рекреація;

Розглянуто і затверджено на засіданні
приймальної комісії НУФВСУ,
протокол № 3 від 21 березня 2017 р.

Відповідальний секретар
приймальної комісії

С. В. Трачук

Пояснювальна записка

Програма вступного випробування складається із запитань за такими спеціалізаціями:

- менеджмент у спортивній діяльності;
- тренерська діяльність в обраному виді спорту;
- фізична реабілітація;
- фізичне виховання в освітній і виробничій сферах;
- фітнес та рекреація.

Прийом на навчання за освітнім ступенем бакалавра на основі здобутого ступеня бакалавра за іншою спеціальністю здійснюється виключно за заочною формою навчання на умовах фінансування за кошти фізичних та юридичних осіб.

Критерії оцінювання знань вступників

Вступникам пропонується виконати тестове завдання яке складається з 4-х рівнів, кожен з яких включає чотири питання.

Правильна відповідь на кожне питання першого рівня оцінюється в чотири бали. Максимальна оцінка за правильні відповіді на чотири питання першого рівня – 16 балів.

Правильна відповідь на кожне питання другого рівня оцінюється в п'ять балів. Максимальна оцінка за правильні відповіді на чотири питання другого рівня – 20 балів.

Правильна відповідь на кожне питання третього рівня оцінюється в шість балів. Максимальна оцінка за правильні відповіді на чотири питання третього рівня – 24 бали.

Правильна відповідь на кожне питання четвертого рівня оцінюється в десять балів. Максимальна оцінка за правильні відповіді на чотири питання четвертого рівня – 40 балів.

Загальна оцінка за тестування складається із суми балів, одержаних за правильні відповіді на питання чотирьох рівнів складності.

Максимальна оцінка за правильні відповіді на питання тестового завдання – 100 балів.

№ завд./рівень	I рівень	II рівень	III рівень	IV рівень	
1	4	5	6	10	
2	4	5	6	10	
3	4	5	6	10	
4	4	5	6	10	
Загальна кількість балів	16	20	24	40	100

ЗМІСТ ПРОГРАМИ ФАХОВОГО ВСТУПНОГО ВИПРОБУВАННЯ ЗІ СПЕЦІАЛІЗАЦІЇ МЕНЕДЖМЕНТ У СПОРТИВНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

Тема 1. Предмет і метод економічної теорії

Поняття економіки як системи економічних знань. Сутність економічних систем. Зародження економічної теорії та основні етапи її розвитку. Предмет і методи економічної теорії. Мета і функції економічної теорії. Економічні закони та категорії. Економічна теорія - наукова основа економічної політики.

Тема 2. Економічна система суспільства, продуктивні сили та виробничі відносини

Структурні елементи економічної системи суспільства. Класифікація економічних систем та їх критерії. Продуктивні сили як матеріальна основа економічної системи. Економічні відносини та їх структура. Виробничі відносини і способи виробництва. Типи економічних систем. Економічні форми поєднання робочої сили і засобів виробництва та їх розвиток в сучасному суспільстві. Основи відтворення суспільного продукту, продуктивних сил і виробничих відносин. Економічне зростання, його типи та рушійні сили.

Тема 3. Форми організації суспільного виробництва. Натуральне та товарне виробництво

Суть і риси натурального господарства. Сутність товарного виробництва. Основні риси товарного виробництва. Суб'єкти та об'єкти товарних відносин. Сутність економічного відтворення. Види економічного відтворення. Поняття та показники результативності виробництва. Суспільний продукт, його суть і форми. Натурально-речова і вартісна форми сукупного суспільного продукту. Результативні показники суспільного продукту: валовий внутрішній продукт, валовий національний продукт, національний доход. Національне багатство. Економічна і соціальна ефективність суспільного виробництва та її показники.

Тема 4. Економічні відносини власності

Поняття відносин власності: суть та економічний зміст власності. Юридична форма власності. Поняття володіння, розпорядження та використання майна. Еволюція форм власності. Типи власності. Види власності. Власність як економічне відношення, що виражає характер (соціально-економічну природу) привласнення, відносини господарського використання майна, економічні форми реалізації власності. Характер взаємозв'язку суспільного і приватного привласнення. Трудовий і нетрудовий характер привласнення. Особливості приватної власності, її відмінності від ін. Форми привласнення.

Тема 5. Капітал і наймана праця.

Поняття капіталу. Кругообіг і обіг капіталу. Основний і оборотний капітал. Постійний й змінний капітали. Висвітлення природи додаткової вартості у працях А.Сміта, Д. Рікардо, К.Маркса. Капітал і праця. Наймана

праця і робоча сила як товар. Власність: індивідуальна, колективна, державна, акціонерна, приватна.

Сутність витрат виробництва та їх види. Витрати виробництва, вартість товару і його ціна. Товар і його властивості. Конкретна і абстрактна праця, втілена в товарі. Основні етапи розвитку трудової теорії вартості. Теорії витрат виробництва, факторів виробництва, граничної корисності. Еволюція теорії граничної корисності. Сутність прибутку і його структура. Норма прибутку. Продуктивність та інтенсивність праці. Закон вартості та його функції. Основні принципи використання основного і оборотного капіталу. Механізм кругообігу і обігу капіталу. Соціально-економічні перетворення у постсоціалістичних країнах.

Тема 6. Розподіл національного доходу. Споживання і заощадження. Домогосподарства.

Значення розподілу в економіці. Розподіл національного доходу і об'єктивні основи формування доходів населення. Моделі розподілу національного доходу. Джерела особистих доходів. Основи формування доходів населення. Необхідний продукт: соціально-економічна суть, принципи розподілу і закономірності формування. Форми розподілу необхідного продукту. Суть і функції заробітної плати. Номінальна заробітна плата. Реальна - заробітна плата. Види, форми і системи заробітної плати. Суспільні фонди споживання.

Додатковий продукт і принципи його розподілу. Прибуток як економічна форма додаткового продукту. Первинний розподіл чистого продукту і формування первинних доходів різних груп населення, держави, підприємств матеріального і нематеріального виробництва. Сімейні доходи, їх мінімальний і оптимальний споживацький бюджет. Перерозподіл національного доходу і споживання. Споживання, національний дохід і заощадження. Сучасне економічне становище народу: його порівняльна характеристика в різних країнах. Сутність домогосподарства. Функції домогосподарств. Доходи домогосподарств та їх джерела. Розподіл доходів між домогосподарствами. Заощадження домогосподарств.

Тема 7. Ринок: суть, функції та умови формування. Класифікація ринків. Інфраструктура ринку.

Інституціональні основи ринкової економіки. Ринкова економічна система як форма сучасного товарного виробництва. Ринкові відносини, їх суб'єкти і об'єкти. Функції ринку. Попит і пропонування, чинники, що на них впливають. Конкуренція і моделі ринків.

Принципи класифікації ринків. Сутність ринку і умови його формування. Структура ринку. Ринок основних виробничих ресурсів. Особливості попиту на фактори виробництва. Пропозиція факторів виробництва. Ринок капіталів. Особливості становлення ринкових відносин в Україні. Становлення ринкових інститутів. Моделі і шляхи переходу до ринку.

Поняття ринкової інфраструктури. Елементи ринкової інфраструктури. Сутність позичкового капіталу. Банки і банківська система. Капітал у сфері

торгівлі. Гуртова і роздрібна торгівля. Цінні папери як фіктивний капітал сфери обігу. Товарна біржа. Мета і функції товарної біржі. Типи товарних бірж. Поняття, суб'єкти і класифікація фондової біржі. Банки і небанківські інститути ринкової інфраструктури.

Тема 8. Гроші та грошова система

Виникнення, суть і функції грошей. Історія розвитку грошового обігу в Україні. Теорії грошей. Закони грошового обігу та методи його регулювання. Особливості функціонування паперових грошей в сучасних умовах. Роль золота. Соціально-економічна суть грошових реформ і досягнення стабілізації грошового обігу. Суть, причини та соціально-економічні наслідки інфляції. Фактори, що впливають на розвиток інфляції. Форми інфляції. Інфляція і безробіття. Вплив інфляції на обсяг виробництва національного продукту. Особливості формування антиінфляційного механізму в Україні.

Тема 9. Підприємство і підприємництво.

Сутність підприємництва і умови його існування. Поняття “підприємство” і “підприємництво”. Форми і види підприємств. Функції та умови існування підприємництва. Організація підприємницької діяльності: суб'єкти, об'єкти і види. Класифікація підприємств за розмірами. Права, обов'язки і відповідальність підприємця. Основні ознаки і особливості підприємства в умовах ринкової економіки. Взаємовідносини держави і підприємства. Капітал підприємства і його кругообіг. Сутність підприємництва, його ознаки і функції.

Тема 10. Світове господарство. Форми міжнародних економічних відносин.

Всесвітнє господарство: сутність та складові частини. Інтернаціоналізація економіки: сутність і форми прояву. Класифікація груп країн світового господарства. Міжнародний поділ праці. Міжнародна економічна інтеграція та її форми.

Світогосподарські зв'язки та їх форми. Світовий товарний ринок. Основні види міжнародної торгівлі. Міжнародний рух капіталу. Валютний курс. Міжнародна валютна система. Валютне регулювання. Валютні курси. Інтеграція економіки України у світове господарство як чинник економічного зростання.

Тема 11. Сутність та основні категорії менеджменту.

Поняття „менеджмент ” і необхідність управління організаціями. Цілі, задачі та види менеджменту. Предмет і методи в менеджменті. Менеджмент як вид професійної діяльності. Концепція наукового управління. Концепція адміністративного управління. Концепція управління з позицій людських відносин і поведінських наук. Сучасні тенденції розвитку менеджменту.

Тема 12. Організаційні основи менеджменту. Функції менеджменту (управління).

Суть і зміст понять „підприємництво ”, „бізнес ”, „підприємницька структура,,. Сутність функції організації. Загальні характеристики організацій. Складові успіху організацій.

Поняття і значення функцій менеджменту. Класифікація функцій менеджменту. Регламентация функцій менеджменту. Принципи управління. Сучасні принципи управління і методологія їх розробки. Методи управління, їх сутність та особливості.

Тема 13. Організаційні структури управління.

Загальна характеристика організаційних структур управління підприємством. Лінійна структура управління. Функціональна структура управління. Лінійно - функціональна структура управління. Лінійно - штабна структура управління. Дивізійна структура управління. Інноваційно-виробнича структура управління. Проектна структура управління. Матрична структура управління

Тема 14. Процес прийняття та реалізації управлінських рішень. Інформаційне забезпечення в менеджменті.

Поняття прийняття рішень. Місце прийняття рішень у процесі управління. Етапи раціонального вирішення проблем. Людський та організаційний фактори у процесі прийняття рішень. Моделювання у процесі прийняття рішень. Організація виконання управлінських рішень.

Поняття та класифікація інформації. Рівні інформаційного забезпечення менеджменту і типи інформації. Система інформації. Технологія інформаційної діяльності

Тема 15. Організаційні основи управління фізкультурним рухом в Україні

Поняття «фізкультурний рух». Структура фізкультурного руху та характеристика його компонентів. Законодавчі та програмно-нормативні засади розвитку фізичної культури і спорту в Україні. Система керівництва фізкультурним рухом в Україні. Організаційна структура управління фізичною культурою і спортом в Україні. Регіональне управління. Зміст і основні напрями впровадження та забезпечення розвитку вітчизняного фізкультурного руху. Суб'єкти сфери фізичної культури і спорту.

Тема 16. Організація управління фізичною культурою у сфері освіти

Характеристика сфери освіти, особливості її функціонування та системи управління. Організаційна структура управління фізичним вихованням та фізкультурно-спортивною роботи в суб'єктах сфери освіти. Система організації фізкультурно-оздоровчої та спортивною роботи в дошкільних, загальноосвітніх, професійно-технічних та вищих навчальних закладах. Організація управління у позашкільних навчальних закладах фізкультурно-спортивною спрямованістю.

Тема 17. Управління фізкультурно-оздоровчою діяльністю за місцем роботи, проживання та відпочинку громадян

Мета та напрями впровадження фізкультурно-оздоровчої роботи у трудовому колективі. Колектив фізичної культури, його типи та особливості управління. Характеристика сфери функціонального управління Всеукраїнського центру фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх». Мета, напрями та форми організації фізкультурно-оздоровчої діяльності за місцем проживання та відпочинку громадян

Тема 18. Організація управління фізичною культурою і спортом з окремими групами населення з урахуваннями фізичних та професійних особливостей.

Управління фізкультурно-оздоровчою діяльністю і фізкультурно-спортивною реабілітацією інвалідів. Організація фізкультурно-спортивної реабілітації людей з особими потребами різних нозологій. Управління фізкультурно-оздоровчою діяльністю серед сільського населення. Система забезпечення та форми організації роботи. Організація та управління фізичною підготовкою у Збройних Силах України, інших військових формуваннях і спеціальних службах.

Тема 19. Організаційно-управлінська діяльність у сфері фізичної культури і спорту

Визначення терміну «організаційно-управлінська діяльність», її структура та зміст. Управлінське рішення (класифікація, методи та етапи прийняття). Методи управління та стилі керівництва. Комунікація і комунікабельність. Організація процесу комунікації. Самоменеджмент та управління діловою кар'єрою.

ЛІТЕРАТУРА

1. Гуменюк В.І., Кончак Ю.С. Менеджмент організацій: Навч. посібник. - К.: Знання, 2010. – 398 с.
2. Дутчак М.В. Спорт для всіх в Україні: теорія та практика / М.В.Дутчак.- К.: Олімпійська література, 2009.- 279 с.
3. Дутчак М.В. Спорт для всіх у світовому контексті / М.В.Дутчак.- К.: Олімпійська література, 2007.- 111 с.
4. Економічна теорія : навч. посіб. / [О. В. Стефанишин та ін.] ; Львів. нац. ун-т ім. Івана Франка. - Львів : ЛНУ ім. Івана Франка, 2015. - 335 с.
5. Економічна теорія : посіб. для студентів неекон. спец. / Юрій Кушнір. - Ужгород : Карпати, 2014. - 270 с.
6. Економічна теорія та публічна політика. Economic theory and public policy: цикл конф. "Людвіг фон Мізес і сучасні суспільства" : зб. наук. пр. / за наук. ред. Миколи Буника, Ірини Кіянки. - Львів : ЛРІДУ НАДУ, 2014. - 223с.
7. Економічна теорія. Макроекономіка: підручник / [В. М. Тарасевич та ін.]; за ред. д-ра екон. наук, проф. В. М. Тарасевича. - К.: Знання, 2012. - 206с.
8. Економічна теорія. Політекономія: практикум: навч. посіб. / В. Д. Базилевич [та ін.] ; за ред. д-ра екон. наук, проф., чл.-кор. НАН України В. Д. Базилевича. - К. : Знання, 2010. - 494 с.
9. Економічна теорія. Політична економія: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / П. В. Мельник, І. А. Максименко, Н. П. Мацелюх, М. М. Недашківський ; Держ. податк. адмін. України, Нац. ун-т держ. податк. служби України. - Чернівці : Прут, 2010. - 355 с.
10. Економічна теорія: навч. посіб. / [Л. С. Шевченко та ін.] ; за заг. ред. д-ра екон. наук, проф. Л. С. Шевченко ; Нац. юрид. ун-т ім. Ярослава Мудрого. - Харків : Право, 2016. - 267 с.

11. Економічна теорія: навч. посіб. / Г. І. Скорик, В. В. Барінов, М. Б. Швецова ; Нац. ун-т "Львів. політехніка". - Львів : Вид-во Львів. політехніки, 2014. - 187 с.
12. Економічна теорія: навч. посіб. для студентів ВНЗ / О. М. Стрішенець, В. І. Ліщук, Л. В. Єлісеєва ; Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки. - Луцьк: Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2014. - 236 с.
13. Жданова О.М., Чеховська Л.Я. Управління сферою фізичного виховання і спорту: навч.посіб. / О.М.Жданова, Л.Я.Чеховська.- Дрогобич.: Коло, 2009. – 224 с.
14. Закон України «Про внесення змін до Закону України "Про фізичну культуру і спорт" та інших законодавчих актів України " 17 листопада 2009 року 1724-VI // Відомості Верховної Ради України (ВВР), 2010. – № 7. – Ст. 50.
15. Мельник А.Ф., Моностирський Г.Л. Муніципальний менеджмент: Навч.посібник.- К.: Знання, 2006. – 425 с.
16. Мічуда Ю.П. Сфера фізичної культури і спорту в умовах ринку: закономірності функціонування та розвитку / Ю.П. Мічуда. – К.: Олімпійська література, 2007. – 216 с.
17. Мудрик В.И. Организационно-управленческие основы физической культуры и спорта: Учебн.пособие / В.И.Мудрик, Ю.П.Мичуда, С.А.Заветный.- Харьков.: Изд.ХНАДУ, 2008.- 408 с.
18. Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту. – К., 2004. – 16 с.
19. Олійник М.О., Скрипник А.П. Правові основи організації та управління фізичною культурою, спортом і туризмом в Україні: Навч.посібник.- Харків.: ХадіФК, 2000.- 292 с.
20. Переверзин И.И. Искусство спортивного менеджмента.- М.: Советский спорт, 2004.- 416 с.
21. Переверзин И.И. Менеджмент спортивной организации: учеб.пособие / И.И.Переверзин.- 3-е изд., перераб.и доп.- М.: Физкультура и спорт, 2006.- 464 с.
22. Рассел Хойя, Аарон С.Т.Смит, Мэтью Николсон. Спортивный менеджмент. Принципы и применение. – М.: Советский спорт, 2013. – 352 с.

ЗМІСТ ПРОГРАМИ ФАХОВОГО ВСТУПНОГО ВИПРОБУВАННЯ ЗІ СПЕЦІАЛІЗАЦІЇ ТРЕНЕРСЬКА ДІЯЛЬНІСТЬ В ОБРАНІМУ ВИДІ СПОРТУ

Тема 1. Загальні основи спортивної підготовки як системи знань

Передумови виникнення сучасної системи тренування спортсменів. Характеристика змісту та основний понятійний апарат загальної теорії підготовки спортсменів.

Тема 2. Мета, завдання, методи, основні принципи спортивної підготовки

Спортивна підготовка - мета та основні завдання. Види підготовки спортсменів. Спортивне тренування, тренуваність. Засоби спортивної підготовки. Класифікація фізичних вправ. Методи спортивної підготовки. Класифікація методів спортивної підготовки. Специфічні принципи спортивної підготовки. Дидактичні принципи та їх реалізація в системі підготовки спортсменів.

Тема 3. Система спортивних змагань

Змагання в олімпійському спорті їх місце і роль. Функції спорту вищих досягнень. Визначення основних понять: “змагання” та “змагальна діяльність”. Класифікація видів спорту за різними авторами. Регламентація та способи проведення змагань. Змагальна діяльність в окремих видах спорту. Система виявлення спортивних результатів та переможців. Фактори, які впливають на результати змагань. Положення про змагання.

Тема 4. Змагальна діяльність у спорті

Аналіз змагальної діяльності як інструменту управління процесом тренувань. Стратегія і тактика змагальної діяльності. Техніка змагальної діяльності. Сучасні системи спортивних змагань. Планування змагальної діяльності. Управління змагальною діяльністю. Структура змагальної діяльності в різних видах спорту. Система виявлення спортивних результатів та переможців.

Тема 5. Техніко-тактична підготовленість спортсменів

Спортивна техніка і технічна підготовленість спортсменів. Визначення понять «спортивна техніка», «технічна підготовка» і «технічна підготовленість» спортсменів. Структура технічної підготовленості спортсменів, базові та додаткові рухи і дії. Критерії ефективності техніки виконання рухової дії. Завдання, засоби та методи технічної підготовки. Техніка видатних спортсменів на різних етапах розвитку сучасного олімпійського спорту. Етапи і стадії становлення технічної підготовки спортсменів. Фізіологічні стадії формування рухових навичок і відповідні їм педагогічні стадії. Основи методики вдосконалення технічної підготовленості спортсменів високої кваліфікації. Спортивна тактика, тактична підготовленість та напрями тактичної підготовки. Структура тактичної підготовленості. Тактичні знання, тактичні уміння, тактичні навички і тактичне мислення. Визначення змісту та основних теоретико-методологічних положень спортивної тактики. Задачі, засоби та методи

тактичної підготовки. Основи методики удосконалення тактики спортсменів високої кваліфікації. Удосконалення тактичного мислення. Критерії оцінки ефективності тактичної підготовленості.

Тема 6. Фізична підготовка і фізична підготовленість спортсменів

Визначення понять “швидкісні можливості”, “сила”, “координаційні здібності”, “гнучкість”, “витривалість”. Види рухових якостей. Чинники, що впливають на прояв різних рухових якостей спортсменів. Засоби фізичної підготовки. Методика розвитку рухових якостей та вплив компонентів навантаження на специфічність адаптаційних реакцій організму спортсменів. Особливості фізичної підготовки спортсменів різної кваліфікації та підготовленості. Контроль за рівнем прояву рухових якостей. Композиційний склад м'язів та його вплив на прояв рухових якостей.

Література

1. Бондарчук А.П. Периодизация спортивной тренировки / А.П. Бондарчук. – К.: Олимп. лит., 2005. – 304 с.
2. Булатова М.М., Платонов В.Н. Спортсмен в различных климато-географических и погодных условиях. – К.: Олимпийская литература, – 1996. – 177с.
3. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учеб. для вузов физ. культуры / Л.П. Матвеев. – [5-е изд.]. – Сов. спорт, 2010. – 340 с.
4. Мищенко В.С. Функциональные возможности спортсменов / В.С. Мищенко. – К.: Здоров'я, 1990. – 200 с.
5. Платонов В.Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение. – К.: Олимпийская литература, 2013. – 624 с.
6. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в Олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения. – К.: Олимпийская литература, 2004. – 808с.
7. Платонов В.Н. Адаптация в спорте. – Киев: Здоровье, 1988. – 215 с
8. Платонов В.Н. Подготовка национальных команд к Олимпийским играм: история и современность / В.Н. Платонов, Ю.А. Павленко, В.В. Томашевский. – К.: Изд. дом Бураго, 2012. – 252 с.
9. Платонов В.Н. Допинг и эргогенные средства в спорте. – К., Олимпийская литература, 2003, - 576 с.
10. Платонов В.Н. Олимпийский спорт /Платонов В.Н., М.М. Булатова, С.Н. Бубка. – К.: Олимпийская литература, 2009. – т.1 – 736с.
11. Платонов В.Н. Олимпийский спорт /Платонов В.Н., М.М. Булатова, С.Н. Бубка. – К.: Олимпийская литература, 2009. – т.2 – 696с.
12. Уилмор Дж., Костил Д. Физиология спорта и двигательной активности. / Дж. Уилмор, Д. Костил. Учебное пособие: Пер. с англ. – К.: Олимп. лит., 2001. – 503 с.
13. Шахлина Л.Г. Медико-биологические основы спортивной тренировки женщин / Л.Г. Шахлина. – К.: Наук. Думка, 2001. – 328 с.

14. Шинкарук О.А. Отбор спортсменов и ориентация их подготовки в процессе многолетнего совершенствования (на материале олимпийских видов спорта) / О.А. Шинкарук. – К.: Олимпийская л-ра, 2011. – 360 с.
15. Шкретій Ю.М. Управління тренувальними і змагальними навантаженнями спортсменів високого класу. – К.: Олімпійська література, 2005. – 257с.
16. Bompa T.O. Periodization training for sports / T.O. Bompa, M. Carrera. – [2nd ed.]. – Champaign, IL: Human Kinetics, 2005. – 259 p.

ЗМІСТ ПРОГРАМИ ФАХОВОГО ВСТУПНОГО ВИПРОБУВАННЯ ЗІ СПЕЦІАЛІЗАЦІЇ ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ

Розділ I. Біохімія

1. Поняття про хімічні компоненти організму людини: хімічні елементи, атоми, молекули простих і складних речовин: іони, складні сполуки, біохімічні реакції та процеси.
2. Неорганічні речовини, їх класи та біологічна роль в організмі.
3. Органічні речовини, їх класи та біологічна роль в організмі.
4. Вміст, стан та біологічна роль води в організмі людини.
5. Мінеральні речовини, добова потреба в них та роль в організмі.
6. Особливості обміну води та мінеральних речовин при виконанні фізичних вправ.
7. Механізми транспорту води та інших речовин в організмі: пасивний, активний та за участю плазматичних мембран, їх зміни під час м'язової діяльності.
8. Поняття про кислотно-основний стан внутрішнього середовища організму та показник гідрогену, або рН.
9. Величини рН в біологічних рідинах та їх вплив на біохімічні процеси в тканинах.
10. Кислотно-основна рівновага в рідинах та її регуляція. Форми порушення кислотно-основної рівноваги.
11. Буферні системи організму: механізм дії та зміни в процесі фізичних тренувань.
12. Обмін речовин та енергії (метаболізм); анаболізм та катаболізм – дві сторони метаболізму, їх значення в організмі.
13. Основні джерела (носії) енергії в клітинах організму. АТФ, АДФ та креатинфосфат, їх будова та роль в обміні енергії.
14. Біологічне окислення поживних речовин в організмі людини – основний шлях вивільнення енергії. Ферменти та коферменти процесів біологічного окислення.
15. Аеробний та анаеробний шляхи утворення енергії.
16. Вплив м'язової діяльності на енергетичний обмін.
17. Вітаміни, їх класи та біологічна роль в організмі людини. Поняття про авітаміноз, гіпо- та гіпервітамінози, їх прояви.
18. Ферменти: будова, властивості та механізм дії.
19. Залози внутрішньої секреції та гормони, що синтезуються в них.
20. Хімічна природа гормонів та механізм їх дії на обмін речовин.
21. Вуглеводи, їх будова, класи та біологічна роль.
22. Будова та біологічна роль в організмі людини нейтральних жирів, вищих жирних кислот, фосфоліпідів та стероїдів.
23. Будова, типи та біологічна роль нуклеїнових кислот.
24. Структурна організація скелетних м'язів, рухової одиниці, м'язового волокна, міофібрил.
25. Молекулярний механізм процесів скорочення та розслаблення м'язів.
26. Біохімічні зміни в скелетних м'язах в результаті адаптації до фізичних

навантажень. Гіпертрофія, її види.

Розділ II. Анатомія людини

1. Тканини, їх класифікація. Поняття про органи і системи органів.
2. Хімічний склад і будова кісток.
3. З'єднання кісток скелета. Суглоби, їх основні та допоміжні елементи. Класифікація суглобів.
4. Хребетний стовп. Будова, функції. Вигини хребта.
5. Функції і будова грудної клітки. З'єднання кісток грудної клітки.
6. Скелет плечового пояса та верхньої кінцівки. З'єднання кісток.
7. Скелет тазу. Скелет вільної нижньої кінцівки. Будова та функції тазостегнового, колінного, гомілкового суглобів.
8. Череп в цілому. Відділи черепа. Кістки мозкового черепа.
9. Кістки лицьового черепа та їхні сполучення.
10. М'язи: будова та функції.
11. Мімічні м'язи: розташування та функції.
12. Жувальні м'язи: розташування і функції.
13. Поверхневі та глибокі м'язи ший: розташування і функції.
14. Поверхневі та глибокі м'язи спини: розташування і функції.
15. Поверхневі та глибокі м'язи грудей: розташування і функції.
16. М'язи живота: розташування і функції. Діафрагма.
17. М'язи плечового поясу та верхньої кінцівки: розташування і функції.
18. М'язи нижньої кінцівки: розташування і функції. М'язи гомілки: розташування і функції. М'язи стопи: розташування і функції.
19. Травна система: загальний план будови, функції.
20. Порожнина рота: будова та функції. Глотка і стравохід: будова та функції.
21. Шлунок: будова, топографія, функції. Будова стінки шлунка.
22. Підшлункова залоза, функції.
23. Тонкий кишечник: будова, функції. Будова стінки кишечника.
24. Товстий кишечник: будова, функції.
25. Печінка, її функції, макро- і мікроскопічна будова.
26. Жовчовивідні шляхи: будова та функції.
27. Дихальна система: загальний план будови, функції.
28. Носова порожнина і гортань: будова та функції. Механізм голосоутворення.
29. Трахея, бронхи і легені - топографія, будова і функція.
30. Легені, структурно-функціональна одиниця легенів. Плевра.
31. Середостіння. Органи середостіння.
32. Сечовидільна система: загальний план будови, функції.
33. Нирки: будова, топографія. Нефрон. Будова нефрона.
34. Сечовивідні шляхи: будова, функції, статеві відмінності.
35. Органи чоловічої статевої системи. Будова, функції, вікові особливості.
36. Органи жіночої статевої системи. Будова, функції, вікові особливості.
37. Оваріально-менструальний цикл.
38. Серцево-судинна система: загальний план будови, функції. Класифікація судин. Кола кровообігу.
39. Серце. Будова та функції. Стінка серця. Провідна система серця.

40. Кровообіг верхніх кінцівок і голови.
41. Кровообіг органів грудної та черевної порожнини.
42. Кровообіг органів тазу і нижніх кінцівок.
43. Система верхньої порожнистої вени. Система нижньої порожнистої вени. Ворітна вена печінки.
44. Кровообіг плоду.
45. Будова і функції лімфатичної системи. Лімфатичні судини і вузли.
46. Селезінка, тимус: будова та функції.
47. Ендокринна система - структура та функції. Зв'язок нервової і гуморальної регуляції.
48. Центральні, периферичні та змішані залози.
49. Нервова система - загальний план будови, функції.
50. Спинний мозок - зовнішня і внутрішня будова. Рефлекторна і провідна діяльність.
51. Спинномозкові нерви - утворення, функції. Будова, класифікація. Утворення сплетінь.
52. Головний мозок, його відділи, функції.
53. Оболонки головного і спинного мозку. Спинномозкова рідина, її роль, шляхи циркуляції.
54. Висхідні шляхи головного та спинного мозку.
55. Низхідні шляхи головного та спинного мозку.
56. Черепно-мозкові нерви: функції, розташування ядер.
57. Структура і функції вегетативної нервової системи. Симпатичний відділ вегетативної нервової системи. Парасимпатичний відділ вегетативної нервової системи.
58. Зоровий аналізатор, його відділи. Будова очного яблука.
59. Слуховий аналізатор, його відділи. Будова органу слуху.

Розділ III. Основи гігієни

1. Сутність поняття «загартовування». Основні принципи та засоби загартовування.
2. Особиста гігієна.
3. Профілактика інфекційних захворювань.
4. Характеристика державних заходів попередження інфекційних хвороб.
5. Характеристика біологічних чинників зовнішнього середовища.
6. Значення фізичних властивостей повітря під час занять фізичними вправами та спортом.
7. Гігієнічна характеристика температури повітря.
8. Гігієнічна характеристика вологості повітря.
9. Гігієнічна характеристика клімату та погоди.
10. Врахування метеорологічних факторів під час занять спортом.
11. Гігієнічна оцінка спортивного одягу та взуття.
12. Принципи та режими раціонального харчування.
13. Гігієнічні вимоги до їжі та харчування.
14. Роль харчування для укріплення здоров'я та підвищення спортивної працездатності.

15. Норми калорійності харчових раціонів з урахуванням статевих, вікових, професійних особливостей та занять фізичними вправами і спортом.
16. Гігієнічне значення білків, жирів та вуглеводів у харчуванні різних контингентів населення та спортсменів.
17. Гігієнічна характеристика водорозчинних вітамінів.
18. Гігієнічна характеристика жиророзчинних вітамінів.
19. Гігієнічна характеристика мінеральних речовин.
20. Гігієнічна характеристика води та водопостачання.

Розділ IV. Вступ до спеціальності

1. Роль фізичної культури і спорту в житті сучасного суспільства.
2. Завдання та напрями діяльності фахівців в галузі фізичної культури і спорту.
3. Поняття та види фізичної реабілітації.
4. Засоби фізичної реабілітації.
5. Поняття комплексної терапії, її складові.
6. Завдання та напрями діяльності фахівців з фізичної реабілітації.

Список літератури

1. Волков Н.И. Биохимия мышечной деятельности: учебник / Н.И. Волков, Э.Н. Несен, А.А. Осипенко, С.Н. Корсун. – К.: Олимпийская литература, 2000. – 504 с.
2. Вступ до спеціальності (фізичне виховання, здоров'я): навчально-методичний посібник / укл. Ю.Ю. Мосейчук, С.В. Мединський, А.В. Гакман. – Чернівці, 2011. – 136 с.
3. Лаптев А.П. Лекции по общей и спортивной гигиене / А.П. Лаптев, С.А. Полиевский, О.В. Григорьева. – М.: Физическая культура, 2006. – 384 с.
4. Пешкова О.В. Вступ до спеціальності (фізична реабілітація) / О.В. Пешкова. – Харків, 2007. – 148 с.
5. Пушкар М.П. Основи гігієни / М. П. Пушкар. – К.: Олімпійська література, 1998. – 94 с.
6. Практикум з біохімії спорту: навч. посібник для студ. вищ. навч. закл. спорт. профілю / І.І. Земцова, С.А. Олійник. – К.: Олімпійська література, 2010. – 184 с.
7. Сили Р.Р. Анатомия и физиология в двух книгах / Род Р. Сили, Трент Д. Стивенс, Филипп Тейт. – К.: Олимпийская литература, 2007. – 1224 с.
8. Хоули Э.Г. Руководство инструктора оздоровительного фитнеса / Хоули Э.Г., Фрэнкс Б.Д. – К.: Олимпийская литература, 2004. – 368 с.

ЗМІСТ ПРОГРАМИ ФАХОВОГО ВСТУПНОГО ВИПРОБУВАННЯ ЗІ СПЕЦІАЛІЗАЦІЇ ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ В ОСВІТНІЙ ТА ВИРОБНИЧІЙ СФЕРАХ

Тема 1. Предмет і зміст теорії і методики фізичного виховання.

Термінологічний апарат (фізична культура, фізичне виховання, фізична освіта, фізичний розвиток, фізичні якості, фізичний стан, фізичне здоров'я, фізична працездатність, фізична підготовка і фізична підготовленість, фізична рекреація, фізична реабілітація, фітнес, рухова активність, норма).

Тема 2. Засоби і методи фізичного виховання. Техніка фізичних вправ.

Фізичні вправи – основний засіб фізичного виховання. Структура, форма, зміст, класифікація фізичних вправ. Чинники, які обумовлюють вплив фізичних вправ на організм тих, що займаються. Оздоровчий ефект засобів фізичного виховання. Оздоровчі сили природи та гігієнічні чинники як засоби фізичного виховання. Техніка фізичних вправ. Поняття техніки, основи техніки, основний механізм техніки, деталі техніки.

Тема 3. Загальна характеристика навчання руховим діям.

Методологічні основи теорії навчання руховим діям. Педагогічні та фізіологічні основи навчання руховим діям. Предмет та задачі навчання в фізичному вихованні. Особливості процесу навчання руховим діям. Рухові уміння та навички, їх характеристика (особливості, значення та закономірності формування).

Тема 4. Структура процесу навчання руховим діям. Початковий етап навчання руховим діям.

Передумови успішного засвоєння техніки рухових дій. Структура процесу навчання руховим діям. Етапи навчання та їх мета Початковий етап навчання руховим діям. Мета, задачі, шляхи створення уявлення про рухові дії, шляхи початкового практичного засвоєння рухових дій. Помилки, їх причини та засоби усунення. Навантаження і відпочинок на етапі початкового навчання.

Тема 5. Етап поглибленого навчання та вдосконалення рухових дій. Характеристика етапу поглибленого навчання і вдосконалення рухових дій. Спрямованість, задачі етапу поглибленого навчання. Особливості методики. Навантаження і відпочинок на етапі поглибленого навчання.

Спрямованість і задачі етапу вдосконалення рухових дій. Попередження і усунення помилок. Перебудова техніки рухових дій. Причини, що потребують перебудови техніки рухових дій. Контроль за освоєнням техніки рухових дій.

Тема 6. Загальні основи розвитку рухових якостей.

Загальні поняття про рухові якості. Основи методики розвитку рухових якостей. Послідовність дій педагога при розвитку рухових якостей.

Тема 6. Характеристика силових здібностей та методика їх розвитку якостей.

Загальна характеристика силових якостей (поняття, види, чинники, які обумовлюють силові якості). Характерні риси фізичних вправ для розвитку силових якостей. Засоби та методи розвитку силових якостей. Контроль за рівнем розвитку силових якостей.

Тема 7. Характеристика швидкісних здібностей та методика розвитку. Поняття «швидкісні якості», елементарні форми прояву, засоби та методика розвитку швидкісних якостей. Чинники, що обумовлюють швидкісні якості. Контроль за рівнем швидкісних якостей.

Тема 8. Характеристика витривалості та методика розвитку.

Витривалість як фізична якість, види витривалості, фактори, що обумовлюють прояв витривалості, засоби і методи розвитку витривалості. Контроль за рівнем витривалості.

Тема 9. Характеристика гнучкості та методика розвитку.

Характеристика гнучкості, види і чинники, що обумовлюють гнучкість. Засоби і методи розвитку гнучкості. Контроль за рівнем розвитку гнучкості.

Тема 10. Характеристика координаційних здібностей та методика розвитку.

Координаційні здібності: види, засоби, чинники, які обумовлюють прояву, методи і контроль за рівнем прояву.

Список літератури

1. Круцевич Т.Ю. Теория и методика физического воспитания. /под ред. Круцевич Т.Ю. – К.: Олимпийская литература, 2012. – 1 том. – 424 с. – 2 том. – 392 с.

2. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання. /под ред. Круцевич Т.Ю. – К.: Олімпійська література, 2012. – 1 том. – 391 с. – 2 том. – 366 с.

3. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник [для тренеров]: в 2 кн. / В.Н. Платонов. - К.: "Олимпийская литература ", 2015. – Кн. 1. – 2015. – 680 с.; Кн. 2. – 2015. – 752 с.

4. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б.М. Шиян. Частина 1. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2007. –272 с.

5. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б.М. Шиян. Частина 2. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2006. – 248 с.

ЗМІСТ ПРОГРАМИ ФАХОВОГО ВСТУПНОГО ВИПРОБУВАННЯ ЗІ СПЕЦІАЛІЗАЦІЇ ФІТНЕС ТА РЕКРЕАЦІЯ

Анатомія людини – наука про будову організму людини. Місце анатомії в системі біологічних наук. Класифікація анатомічних наук, що вивчають людину.

Особливості будови клітини. Органоїди: їх будова та функції. Органічні сполуки клітини та їхня загальна характеристика. Поняття про тканини. Типи тканин. Класифікація тканин.

Роль води та її функції в клітині. Поняття про біополімери. Особливості будови, властивості та функції вуглеводів. Ліпіди: структура, властивості та функції. Будова і властивості амінокислот. Класифікація амінокислот. Принципи утворення білків з амінокислот. Поняття про пептиди і поліпептиди. Рівні структурної організації білків. Властивості та функції білків в організмі. Поняття про ферменти. Особливості будови, властивості та функції нуклеїнових кислот (ДНК та різних типів РНК). Відкриття просторової структури ДНК. Регуляторні та сигнальні сполуки: вітаміни, гормони, нейрогормони.

Скелет та його сполучення. Скелет як частина опорно-рухового апарату. Будова кісток, їх форма. Щільна та губчаста речовина та їх значення. Кістковий мозок. Класифікація кісток. Ріст, розвиток та вікові особливості кісток. Вплив фізичного навантаження на ріст та розвиток кісток. Точки окостеніння. Відновлення кісток після переломів. Сполучення кісток – синартрози і діартрози. Види сполучення кісток за допомогою сполучної, хрящової та кісткової тканини. Будова суглобів і осі обертання. Кістки тулуба, їх сполучення. Будова хребців, ребер і груднини. Хребет і грудна клітина як ціле. Конституційні особливості грудної клітини. Особливості будови хребта дітей, що ускладнюють тривале стояння. Вікові зміни скелету тулуба. Вплив умов на його будову.

Кістки кінцівок та їх сполучення. Кістки верхньої кінцівки, їх сполучення, кістки нижньої кінцівки, їх сполучення. Онтогенез, вікові та статеві особливості скелета кінцівок.

Скелет голови (череп). Мозковий та лицевий відділи. Кістки черепа та їх сполучення. Топографія черепа. Ротова, носова порожнини і пов'язані з ними повітряносні пазухи. Основні форми черепа. Вікові особливості черепа.

М'язова система (Міологія). М'язи – активна частина опорно-рухового апарату тіла. Будова скелетних м'язів. Будова саркоміра. Механізм скорочення смугастого волокна. М'яз як орган. Класифікація м'язів. Робота м'язів – статична і динамічна. Динаміка руху скелетних м'язів. Сила м'язів. Вікові особливості м'язів. Вплив фізичного навантаження на структуру та функції м'язів. М'язи голови. Мімічна і жувальна мускулатура, їх кріплення та функції. М'язи шиї. Поверхневі та глибокі м'язи шиї, їх кріплення та функції. М'язи тулуба. М'язи грудей. Поверхневі та глибокі м'язи грудей, їх кріплення та функції. М'язи живота. Поверхневі та глибокі м'язи живота, їх кріплення та функції. М'язи спини. Поверхневі та глибокі м'язи спини, їх кріплення та функції. М'язи верхньої кінцівки. М'язи поясу верхньої кінцівки, їх кріплення та функції. М'язи плеча. М'язи згиначі передньої групи плеча. М'язи розгиначі задньої групи плеча. М'язи передпліччя. М'язи згиначі передпліччя, їх кріплення. М'язи розгиначі передпліччя, їх кріплення. М'язи кисті. М'язи нижньої кінцівки. М'язи поясу нижньої кінцівки, кріплення та функції. М'язи стегна. М'язи згиначі та розгиначі стегна, їх кріплення. М'язи – обертачі стегна, їх кріплення. М'язи згиначі та розгиначі гомілки, їх кріплення. М'язи стопи, їх кріплення та функції. Анатомо-функціональні передумови для формування постави у шкільному віці.

Спланхнологія. Загальний огляд внутрішніх органів, поділ їх на системи, закономірність їх будови, слизові оболонки, залози, м'язові

оболонки, серозний покрив. Серозні порожнини тіла і їх розвиток. Топографія внутрішніх органів.

Система органів травлення. Філогенез. Загальна характеристика. Ембріогенез. Гістологічна будова стінки травного шляху в цілому і за відділами. Вікові особливості. Ротова порожнина, її стінки. Слинні залози і їх протоки. Зів і піднебіння, мигдалики. Зуби: молочні і постійні. Глотка, її частини, порожнина і стінка. Перехрестя травного і дихального апарату. Мигдалики і лімфоїдне кільце глотки, його значення. Шлунково-кишковий тракт. Стравохід. Шлунок, його будова і топографія. Мікроскопічна будова стінки шлунка. Тонкий кишечник, дванадцятипала кишка, протоки, що в неї відкриваються. Підшлункова залоза, будова, топографія, особливості її гістологічної структури у зв'язку з подвійною функцією. Печінка, її функції та мікроскопічна будова. Жовчні протоки і жовчний міхур. Особливості кровоносної системи печінки. Товстий кишечник, його відділи. Особливості будови слизової та м'язової оболонки. Функціональне значення різних відділів шлунково-кишкового тракту. Фізіологія травлення. Методи дослідження функцій травного апарату. Травлення у ротовій порожнині. Регуляція слиновиділення. Травлення у шлунку. Склад та властивості шлункового соку. Фази шлункової секреції. Регуляція травлення у шлунку.

Система органів дихання. Носова порожнина. Гортань, її хрящі, суглоби, зв'язки, м'язи. Гортань як орган голосоутворення. Гігієна голосу в період статевого дозрівання. Трахея і бронхи. Легені, їх топографія, частини, поверхні, корінь і ворота. Розгалуження бронхів у легенях. Мікроскопічна будова легень. Особливості кровообігу альвеол у зв'язку з функцією газообміну. Механізм дихання. Плевра. Її листки, порожнина. Середостіння: органи, що складають переднє і заднє середостіння. Вікові особливості органів дихання. Вплив фізичного навантаження і тренування на розвиток дихальної системи.

Система органів сечовиділення. Нирки, форма, положення, фіксація, відношення до очеревини. Кіркова і мозкова речовина нирки. Мікроскопічна будова. Нефрон – структурно-функціональна одиниця нирки. Особливості кровопостачання нирки. Сечоводи, сечовий міхур, сечівник і сфінктери, їх будова, значення, вікові особливості. Фізіологія виділення. Механізми сечоутворення. Нервово-гуморальна регуляція сечоутворення.

Система органів розмноження. Чоловічі статеві органи. Розвиток яєчка. Сім'явивідні протоки, сім'яний канатик. Передміхурова залоза (простата) і сім'яні міхурці. Вікові особливості чоловічої статевої системи. Аномалії розвитку чоловічих статевих органів.

Жіночі статеві органи, їх ембріогенез та загальна характеристика. Яєчник, маточні труби, матка, їх будова, відношення до очеревини і зв'язки. Вікові та циклічні особливості. Будова жіночої статевої системи. Плацента, аномалії розвитку жіночих статевих органів.

Серцево-судинна система. Філогенез кровоносної системи. Розвиток органів кровообігу. Поділ судинної системи на кровоносну і лімфатичну. Кола кровообігу. Артерії, вени, капіляри: будова їх стінок. Рефлексогенні зони. Закономірності розміщення та розгалуження судин. Значення анастомозів і колатерального кровообігу. *Серце*, його форма. Стінки, порожнини, клапани. Серцевий м'яз, його особливості та іннервація. Провідна система серця. Власні судини серця. Навколосерцева сумка. Судини малого кола кровообігу. Легеневий стовбур, його гілки, функція, топографія. Легеневі вени. Артерії і вени великого кола кровообігу. Гілки дуги аорти, грудної і черевної аорти. Система верхньої і нижньої порожнистих вен. Розвиток серця. Кровообіг плода. Особливості серцево-судинної системи людини. Форменні елементи крові. Їхня характеристика, функції. Гемоглобін, його властивості, функції. Захисні функції крові. Фізіологія серцево-судинної системи. Будова і властивості серцевого м'яза. Автоматія серця та її природа. Провідна система серця. Іннервація серця. Рефлекторна і гуморальна регуляція роботи серця. *Лімфатична система* і її

значення. Склад лімфи. Лімфатичні капіляри, судини і протоки.. Будова лімфатичних вузлів і їх функція. Топографія основних елементів лімфатичної системи. Роль лімфатичної системи при поширенні інфекції в організмі.

Органи кровотворення та імунної системи. Кістковий мозок і його розподіл в ембріональний та постембріональний періоди розвитку. Вилочкова залоза (тімус). Лімфатичні регіональні скупчення. Селезінка, її будова і функція.

Залози внутрішньої секреції. Будова і функції органів внутрішньої секреції. Вікові особливості. Значення ендокринних залоз в обміні речовин і розвитку організму. Поняття про гіпо- і гіперфункцію.

Епіфіз (шишкоподібне тіло) і гіпофіз. Їх форма, будова і топографія. Щитоподібна та паращитоподібна залози, їх топографія, будова і функції. Хромафінна система органів: надниркові залози і параганглії, їх будова і значення, інтерреналові залози. Ендокринні острівці підшлункової залози. Ендокринна частина статевих залоз внутрішньої секреції.

Нервова система. Значення нервової системи та її загальна характеристика. Нейрон, нервове волокно, рецептори, ефектори та синаптичні закінчення. Нейроглія. Сіра і біла речовини мозку. Поділ нервової системи на центральний і периферичний відділи. Оболонки мозку. *Спинний мозок.* Спинальні ганглії. Корінці спинного мозку. Мікроскопічна будова сірої та білої речовини спинного мозку. Провідні шляхи спинного мозку. *Головний мозок.* Ембріогенез і вікові зміни. Відділи головного мозку. Ретикулярна формація. Судини. Стовбурова частина мозку як продовження спинного мозку. Довгастий мозок, його морфологія та розшарування сірої та білої речовини. Задній мозок і морфологія моста, мозочка та його ніжок. Кінцевий мозок. Морфологія великих півкуль, їх частини, борозни і закрутки. Будова бічних шлуночків. Кора, її мікроскопічна будова. Черепні нерви, їх кількість, походження, склад волокон, місця виходу від мозку і виходу з черепу та зони інервації.

Автономна нервова система, її анатомічні і функціональні особливості. Рефлекторна дуга автономної нервової системи. Симпатичний відділ нервової системи, його центральні нейрони. Симпатичний стовбур, вузли, нерви і сплетення. Парасимпатичний відділ автономної нервової системи, його центральні нейрони. Шляхи виходу парасимпатичних волокон на периферію, їх вузли і зони інервації.

Аналізатори і органи чуття. Поняття про аналізатори. Значення органів чуття як периферичної частини аналізаторів. Розвиток органів чуття. *Шкіряний та руховий аналізатори.* Розвиток та будова шкіри; її придатки і похідні. Капілярні візерунки. Особливості пігментації шкіри людини. Волосся і нігті. Шкірні залози. Іннервація шкіри, її рецептори. Гігієна шкіри. Опіки. Перша допомога. Пропріорецептори — рецептори м'язово-суглобової чутливості. Провідниковий і центральний відділи шкіряного і рухового аналізаторів. Спинно-мозкові шляхи, тонкий і клиноподібний пучки та волокна сенсорного ядра трійчастого нерва. *Зоровий аналізатор.* Очне яблуко, його оболонки, камери. Сітківка, її мікроскопічна будова. Структурно-функціональні особливості акомодативного апарату ока людини у зв'язку з його трудовою діяльністю. Близько- і далекозорість. Вікові особливості ока. Допоміжний апарат ока. Гігієна зору. *Слуховий та присінковий аналізатори.* Зовнішнє вухо та його рудиментарні утворення. Середнє вухо. Слухова труба. Їх функціональні призначення. Внутрішнє вухо, кістковий та перетинчастий лабіринти. Спіральний орган і його мікроскопічна будова. Провідний і центральний відділи слухового і присінкового аналізаторів. *Смаковий і нюховий аналізатори.* Орган смаку. Смакові горбочки, їх будова та розміщення. Смакові нерви людини. Провідні шляхи і центри аналізатора смаку. Орган нюху. Специфічні клітини в слизовій оболонці нюхової частини, тракти, трикутники. Провідні шляхи і центри аналізатора нюху. Поняття про ВНД. Умовні і безумовні рефлекси та інстинкти. Механізм утворення умовних рефлексів. Пам'ять та її механізми. Види і форми пам'яті.

Вступ у спеціальність Фітнес. Фізичний фітнес. Ментальний фітнес. Сучасні танцювальні напрями. Аеробіка. Сучасні напрями аеробіки та їх характеристика. Класифікація вправ в аеробіці. Базові кроки аеробіки. Вимоги до музичного супроводу на заняттях з аеробіки. Рівні інтенсивності фізичного навантаження на занятті з аеробіки.

Фізична рекреація. Загальні ознаки рекреаційних занять. Класифікація рекреаційних занять.

Література:

1. Кучерук О.С. Фізіологія людини: Ч.І. Нейрогуморальна регуляція функцій організму людини/ О.С. Кучерук, П.Д. Плахтій– Кам'янець-Подільський: КПДПУ, інформ.-видав. відділ, 2009.- 210 с.

2. Плахтій П.Д. Фізіологія людини: Ч II. Обмін речовин і енергозабезпечення м'язової діяльності / П.Д. Плахтій – Кам'янець-Подільський: КПДПУ, інформ.-видав. відділ, 2005. – 176 с.

3. Чайченко Г.М. Фізіологія людини і тварин: Підручник / Г.М. Чайченко, В.О.Цибенко, В.Д. Сокур – К.: Вища школа, 2003. – 463 с.

4. Нормальная физиология: Учебник для студентов ун-тов / А.В. Коробков, А.А. Башкиров, К.Т. Ветчинкина / Под. ред.. проф.. А.В. Коробкова. – М.: Высшая школа, 1980. – 560 с.

5. Кучерова І.С. Фізіологія людини і тварин. Навч. посібник / І.С. Кучеров – К.: Вища школа, 1991 – 327 с.

6. Шмидт Р. Физиология человека и животных/ Р. Шмидт– М.: Мир, 1985 – 800 с.