

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
УКРАЇНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені МИХАЙЛА ДРАГОМАНОВА
Факультет фізичного виховання, спорту і здоров'я**

«Затверджено»

На засіданні Приймальної комісії
УДУ імені Михайла Драгоманова
протокол № 5 від «28» березня 2024р.
Голова Приймальної комісії

Віктор АНДРУЩЕНКО

“Рекомендовано”

Вченою радою факультету фізичного
спорту та здоров'я
протокол №6 від «28» лютого 2024 р.
Голова Вченої ради

Олексій ТИМОШЕНКО

Програма фахового іспиту

з «Фізкультурно-спортивної реабілітації»

**для громадян України/іноземних громадян та осіб без громадянства,
при вступі на навчання для здобуття ступеня магістра
на базі раніше здобутого освітнього ступеня**

галузь знань 01 « Освіта/педагогіка»

спеціальність 017 «Фізична культура і спорт»

освітня програма «Фізкультурно-спортивна реабілітація»

Київ-2024

1. ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА ДО ВСТУПНОГО ФАХОВОГО ВИПРОБУВАННЯ

Програма вступного фахового випробування з фізкультурно-спортивної реабілітації при вступі на навчання для здобуття освітнього ступеня магістра на базі здобутого освітнього ступеня бакалавра охоплює базову інформацію, яку надають основні сучасні науки з фізкультурно-спортивної реабілітації.

Метою фахового випробування є оцінювання якості професійної підготовки бакалаврів фізичної культури і спорту, фахівців фізкультурно-спортивної реабілітації.

Фахове випробування проводиться у формі тестування. Тестові завдання складаються з 50 питань, на які є варіанти відповідей, одна з яких правильна. За кожну правильну відповідь абітурієнт отримує 2 бали. Максимальна кількість балів становить 100. Стобальна система оцінювання переводиться на 200-бальну за спеціальною таблицею. Таким чином, абітурієнт може набрати максимальну кількість балів 200.

На фаховому випробуванні абітурієнт повинен відповісти на питання, пов'язані з фізкультурно-спортивною реабілітацією для успішного відновлення здоров'я і фізичної працездатності людини після перенесених захворювань, виявити, перш за все, розуміння основних закономірностей, що розкриваються даною наукою та їх практичне значення.

Програма зорієнтована на з'ясування науково-теоретичного і методичного рівня підготовки щодо застосування засобів фізкультурно-спортивної реабілітації як системи заходів, розроблених із застосуванням фізичних вправ для відновлення здоров'я особи та спрямованих на відновлення і компенсацію за допомогою занять фізичною культурою і спортом функціональних можливостей її організму для поліпшення фізичного і психологічного стану.

Абітурієнт має також показати готовність до самостійної практичної діяльності. Необхідно встановити, як глибоко майбутні магістри фізичної культури і спорту усвідомлюють зміст, форми, методи та засоби фізкультурно-спортивної реабілітації, рівень розуміння ними теоретичного матеріалу та вміння застосовувати його для реалізації практичних завдань.

На фаховому випробуванні абітурієнту необхідно продемонструвати вміння мислити творчо і самостійно.

2. КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ЗНАНЬ АБІТУРІЄНТА НА ВСТУПНОМУ ФАХОВОМУ ВИПРОБУВАННІ

За шкалою Університету	Визначення	Характеристика відповідей абітурієнта	
		на питання теоретичного змісту	на питання практичного змісту
0-99 балів	низький	Абітурієнт не усвідомлює змісту текстових питань білету, тому його відповіді	Обсяг розв'язаних задач менше 50%

		не мають безпосереднього відношення до поставлених текстових питань. Наявна повна відсутність і уміння міркувати.	
100-149 балів	задовільний	Відповіді на тестові питання білету носять фрагментарний характер, характеризуються відтворенням знань на рівні запам'ятовування. Абитурієнт поверхово володіє умінням міркувати.	Обсяг розв'язаних задач у межах 50-75 %
150-174 бали	достатній	У відповідях на тестові питання білету допускаються деякі неточності або помилки не принципового характеру. Абитурієнт демонструє розуміння навчального матеріалу на рівні аналізу властивостей. Помітне прагнення абитурієнта логічно розмірковувати при відповіді на тестові питання.	Обсяг розв'язаних задач у межах більше 75 %.
175-200 балів	високий	Абитурієнт дає повну відповідь на тестові питання. Його відповіді свідчать про розуміння навчального матеріалу на рівні аналізу закономірностей, характеризуються логічністю і послідовністю суджень.	Обсяг розв'язаних задач у межах 100 %.

Оцінювання рівня знань абитурієнтів проводиться кожним із членів предметної комісії окремо, відповідно до критеріїв оцінювання. Загальний бал оцінювання рівня знань абитурієнта виводиться за результатами обговорення членами комісії особистих оцінок з тестових відповідей абитурієнта. Бали (оцінки) вступного фахового випробовування виголошуються головою

предметної комісії усім абітурієнтам, хто брав участь у вступному випробовуванні, після закінчення іспиту.

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ВСТУПНОГО ФАХОВОГО ВИПРОБОВУВАННЯ

Предметна комісія аналізує результати відповідей на тестові питання білетів методом експертної оцінки і колегіально приймає рішення про «рекомендовано до зарахування» або «не рекомендовано до зарахування» (з урахуванням єдиного вступного іспиту з іноземної мови).

3. ЗМІСТ ПРОГРАМИ ВСТУПНОГО ФАХОВОГО ВИПРОБОВУВАННЯ

3.1. Здоров'я кого визначається як цінність визначається як можливість здійснення людиною цілеспрямованих і усвідомлених дій без погіршення свого фізичного і духовного стану, без втрат у адаптації до життєвого середовища?

3.2. Скільки програм фізичної реабілітації застосовують в гострій фазі під час лікарняного етапу реабілітації хворих на інфаркт міокарда?

3.3. Що не відноситься до програм фізичної реабілітації, які застосовують в гострій фазі під час лікарняного етапу реабілітації хворих на інфаркт міокарда?

3.4. З яких фаз складається процес реабілітації хворих на інфаркт міокарда?

3.5. Спеціально організований процес всебічного розвитку фізичних і морально-вольових здібностей, формування і розвитку життєво важливих рухових навичок й умінь людини – це?

3.6. Система заходів, розроблених із застосуванням фізичних вправ для відновлення здоров'я особи та спрямованих на відновлення і компенсацію за допомогою занять фізичною культурою і спортом функціональних можливостей її організму для поліпшення фізичного і психологічного стану – це?

3.7. Яке найбільш вигідне положення для виконання спеціальних дихальних вправ?

3.8. Який план масажу при бронхіальній астмі?

3.9. Яка найбільш ефективна форма лікувальної фізичної культури для вироблення правильного ритму дихання?

3.10. Фізкультурно-спортивна реабілітація – це?

3.11. Фізичні або юридичні особи, які здійснюють свою діяльність з метою розвитку фізичної культури і спорту – це?

3.12. Який провідний механізм лікувальної дії масажу при захворюваннях органів дихання?

3.13. Які форми масажу застосовують при легкій і середній формах Оцукрового діабету?

3.14. При важкій формі цукрового діабету заняття з ЛФК проводять за методикою, яку застосовують згідно з призначеним руховим режимом при захворюваннях.

3.15. Які провідні механізми лікувальної дії фізичних вправ при всіх захворюваннях серцево-судинної системи і на всіх етапах реабілітації?

3.16. Що є оцінкою співвідношення практичного стану організму людини або його окремих органів і підсистем з теоретично розрахованою або такою, що практично склалася в індивідуальній і суспільній свідомості, нормою?

3.17. Яку назву має дозована ходьба, в якій поєднується ходьба по горизонтальній площині та сходження з підйомом, що поступово зростає, із запланованими: дистанцією темпом і ритмом ходьби кількістю зупинок для відпочинку?

3.18. На яке збільшення ЧСС передбачає середня інтенсивність занять ЛФК?

3.19. Що є формою доцільної м'язової діяльності, які дозволяють найкраще сформувати життєво необхідні вміння та навички, а також розвинути важливі фізичні здібності?

3.20. Що є природнім процесом зміни природних морфологічних і функціональних ознак організму, обумовлений спадковими факторами і конкретними умовами зовнішнього середовища?

3.21. Що має бути системним процесом, який здійснюється суб'єктами фізкультурно-спортивної реабілітації на об'єктах спеціалізованої інфраструктури через стандартизовані й регламентовані процеси та процедури?

3.22. Фахівці у сфері надання послуги із фізкультурно-спортивної реабілітації або мультидисциплінарна реабілітаційна команда, що безпосередньо виконують заходи, які становлять зміст послуги із фізкультурно-спортивної реабілітації – це?

3.23. Комплекс оптимальних видів, форм, обсягів, термінів реабілітаційних заходів з визначенням порядку і місця їх проведення, спрямованих на відновлення та компенсацію порушених або втрачених функцій організму і здібностей конкретної особи до виконання видів діяльності, визначених у рекомендаціях медико-соціальної експертної комісії – це?

3.24. Хлопчик 12 років хоче прискорити свій ріст. Якими видами спорту ви порадите йому займатися ?

3.25. Що спрямовується на підвищення рухової активності, оздоровлення, формування компенсаторних функцій організму і позитивної мотивації в осіб з інвалідністю, дітей з інвалідністю до суспільної адаптації?

3.26. Що є документом, розробленим мультидисциплінарною реабілітаційною командою на підставі результатів реабілітаційного обстеження особи із числа ветеранів війни, членів їх сімей та сімей загиблих (померлих) ветеранів війни, що визначає мету та завдання реабілітації та комплекс заходів, необхідних для їх досягнення?

3.27. Що є динамічним станом організму людини, який характеризується високим енергетичним потенціалом, оптимальними адаптаційними реакціями на зміни довкілля, що забезпечує гармонійний фізичний, психоемоційний і соціальний розвиток особистості, її активне довголіття, повноцінне життя, ефективну протидію захворюванням?

3.28. В якому з рухових режимів комплекси складаються приблизно з 75 % загальнорозвивальних вправ і дихальних вправ у співвідношенні 1:1 і до 25 % спеціальних вправ?

3.29. В якому з рухових режимів комплекси вміщують 50 % загальнорозвивальних вправ і дихальних вправ (у співвідношенні 2:1) і 50 % спеціальних вправ.

3.30. З урахуванням яких механізмів підбираються засоби для вирішення спеціальних завдань?

3.31. З урахуванням яких механізмів підбираються засоби для вирішення загальних завдань?

3.32. Викривлення хребта випуклістю назад – це?

3.33. В яких відділах хребта може спостерігатися лордоз?

3.34. Порушення постави, зі збільшенням і зменшенням фізіологічних викривлень хребта спостерігаються в якій площині?

3.35. Порушення постави, яке характеризується збільшенням грудного кіфозу зі зменшенням поперекового лордозу – це.

3.36. Хронічне, прогресуюче захворювання хребта, що характеризується дугоподібним викривленням у фронтальній площині і скручуванням хребців навколо вертикальної осі – це?

3.37. При якому ступені сколіозу спостерігається наявність двох дуг, кут основної дуги дорівнює 30-60°, виявляється значне скручування хребців, деформація грудної клітки і утворення реберного горба, зміна кута нахилу тазу?

3.38. Які корегуючі вправи використовують в заняттях лікувальної гімнастики при сколіозах, що концентровано діють на визначені ділянки хребта і при неправильному виконанні можуть призводити до противикривлень?

3.39. Який спосіб плавання переважно застосовують при сколіозах?

3.40. Підібрати фізичну вправу для створення і зміцнення м'язового корсету?

3.41. Які напрями має фізична культура?:

3.42. Сукупність здібностей, що характеризують окремі якісні сторони рухових можливостей людини: сила, швидкість, спритність, витривалість і гнучкість – це?

3.43. Період реабілітації, який починається з моменту виникнення та/або виявлення обмеження повсякденного функціонування внаслідок розвитку гострого стану здоров'я – це?

3.44. Реабілітація пацієнта-спортсмена після ортопедичної операції обов'язково повинна включати?

3.45. Визначте завдання лікувальної фізичної культури у II і III періодах опікової хвороби.

3.46. При переломах верхніх кінцівок ідеомоторні вправи є спеціальними у якому періоді реабілітації?

3.47. Які форми лікувальної фізичної культури застосовують у іммобілізаційному періоді при переломах плечової кістки?

3.48. При обстеженні м'язів 18 річного спортсмена виявлено: рельєф великих м'язів виражений і його видно навіть у спокої, під час пальпації відчувається помірний опір. Який розвиток м'язів у даного спортсмена?

3.49. Визначте завдання ЛФК у вільному руховому режимі при інсульті.

3.50. Що є основним патогенетичним механізмом ДЦП?

Таблиця переведення тестових балів, отриманих абітурієнтами за тести в рейтингову шкалу (від 100 до 200 балів)

Тестовий бал	Бал 100-200	Тестовий бал	Бал 100-200	Тестовий бал	Бал 100-200	Тестовий бал	Бал 100-200
0	100.0	22	133.0	44	173.5	66	192.5
1	100.5	23	136.0	45	174.5	67	193.5
2	100.5	24	139.0	46	175.5	68	194.0
3	100.5	25	141.5	47	176.5	69	195.0
4	100.5	26	144.5	48	177.5	70	195.5
5	100.5	27	147.0	49	178.5	71	196.5
6	100.5	28	149.0	50	179.5	72	197.0
7	100.5	29	151.5	51	180.5	73	197.5
8	100.5	30	153.5	52	181.0	74	198.0
9	101.0	31	155.5	53	182.0	75	198.5
10	101.5	32	157.0	54	183.0	76	199.0
11	102.5	33	159.0	55	184.0	77	199.5
12	103.5	34	160.5	56	185.0	78	199.5
13	105.0	35	162.0	57	185.5	79	200.0
14	107.5	36	163.5	58	186.5	80	200.0
15	109.5	37	165.0	59	187.0	81	200.0
16	113.0	38	166.5	60	188.0	82	200.0
17	116.0	39	167.5	61	188.5	83	200.0
18	119.5	40	169.0	62	189.5	84	200.0
19	123.0	41	170.0	63	190.5		
20	126.0	42	171.5	64	191.0		
21	129.5	43	172.5	65	192.0		

4. Для пільгових категорій осіб, яким надано право складати вступні випробування (особи, що потребують особливих умов складання випробувань) в УДУ імені Михайла Драгоманова за рішенням Приймальної комісії створюються особливі умови для проходження вступних випробувань.

5. СТРУКТУРА БІЛЕТУ ВСТУПНОГО ФАХОВОГО ВИПРОБУВАННЯ

**Український державний університет імені Михайла Драгоманова
Факультет фізичного виховання, спорту і здоров'я**

Ступінь: «Магістр»

Галузь знань: 01 «Освіта/Педагогіка»

Спеціальність: 017 Фізична культура і спорт

Освітньо-професійна програма «Фізкультурно-спортивна реабілітація»

Вступне фахове випробування з фізкультурно-спортивної реабілітації

На базі ступеня /ОКР: «Бакалавр» / «Спеціаліст»

Приклад тестових завдань:

1. Система заходів, розроблених із застосуванням фізичних вправ для відновлення здоров'я особи та спрямованих на відновлення і компенсацію за допомогою занять фізичною культурою і спортом функціональних можливостей її організму для поліпшення фізичного і психологічного стану – це?:

- А) фізична культура;
- Б) фізичне виховання;
- В) фізична реабілітація;
- Г) фізкультурно-спортивна реабілітація;
- Д) спорт.

2. Який провідний механізм лікувальної дії масажу при захворюваннях органів дихання?:

- А) гуморальний;
- Б) механічний;
- В) нервово-рефлекторний;
- Г) формування компенсації та тонізуючого впливу;
- Д) трофічної дії.

3. Які провідні механізми лікувальної дії фізичних вправ при всіх захворюваннях серцево-судинної системи і на всіх етапах реабілітації?:

- А) тонізуючий вплив, трофічна дія;
- Б) формування компенсації, нормалізація функцій;
- В) тонізуючий вплив, формування компенсації.

4. Що є динамічним станом організму людини, який характеризується високим енергетичним потенціалом, оптимальними адаптаційними реакціями на зміни довкілля, що забезпечує гармонійний фізичний, психоемоційний і соціальний розвиток особистості, її активне довголіття, повноцінне життя, ефективну протидію захворюванням?:

- А) фізична культура;
- Б) фізичне виховання;
- В) фізична реабілітація;
- Г) фізкультурно-спортивна реабілітація;
- Д) здоров'я людини.

6. СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Приступа Є. Н. Фізкультурно-спортивна реабілітація у системі галузевих соціальних практик / Є. Н. Приступа, Н. В. Жарська, Ю. А. Бріскін, А. С. Вовканич. *Український журнал медицини, біології та спорту*. 2022. Т. 7. № 4. С. 163-169.

2. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії: підручник / Л.О. Вакуленко, В. В. Клапчук, Д. В. Вакуленко. Тернопіль, ТДМУ, 2019. 372 с.

3. Воропаєв Д. С., Єжова О. О. Основи фізичної реабілітації (загальна характеристика засобів фізичної реабілітації) : навч. посіб. Суми : Сумський державний університет, 2019. 80 с.

4. Мухін В. М. Фізична реабілітація : підруч. Київ : Олімпійська література, 2009. 486 с.