

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКА ДЕРЖАВНА АКАДЕМІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Голова приймальної комісії
Харківської державної академії
фізичної культури
д. фіз. вих., професор



Вячеслав МУЛИК

«17» Вісімнадцятого 2026 р.

ПРОГРАММА

ДОДАТКОВОГО ВСТУПНОГО ІСПИТУ
З ТЕОРІЇ ТА МЕТОДИКИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ
для здобуття вищої освіти ступеня доктора філософії
у 2026 році

Розглянуто та затверджено
на засіданні приймальної комісії
протокол № 4 від
«17» Вісімнадцятого 2026 року

Харків – 2026

Розробник: к.фіз.вих., професор, завідувач кафедри теорії та методики
фізичного виховання – Ірина МАСЛЯК

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА ДО ПРОГРАМИ ДОДАТКОВОГО ВСТУПНОГО ІСПИТУ

З ТЕОРІЇ ТА МЕТОДИКИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Додатковий вступний іспит складають абітурієнти, які вступають до аспірантури з іншої галузі знань, ніж та, що зазначена в їх дипломі магістра (спеціаліста).

Додаткове вступне випробування передує вступним іспитам зі спеціальності та іноземної мови. Оцінювання додаткового вступного випробування відбувається за двобальною шкалою: «зараховано» або «не зараховано». У тому випадку, коли за додаткове вступне випробування вступник отримав оцінку «не зараховано», він не допускається до наступного вступного іспиту і позбавляється права брати участь у конкурсі.

ПИТАННЯ ДЛЯ ДОДАТКОВОГО ІСПИТУ В АСПІРАНТУРУ

1. Надайте характеристику ТМФВ як навчальної та наукової дисципліни.
2. Охарактеризуйте виникнення фізичних вправ.
3. Надайте визначення поняттям: „фізичне виховання”, „фізичний розвиток” та „фізичне вдосконалення”.
4. Надайте визначення поняттям: „система фізичного виховання”, „фізична культура” та „спорт”.
5. Надайте визначення поняттям: „фізична підготовка”, „фізична підготовленість” та „професійно-прикладна фізична підготовка”.
6. Охарактеризуйте основні методи дослідження в теорії та методиці фізичного виховання.
7. Надайте загальну характеристику засобам фізичного виховання.

8. Охарактеризуйте оздоровчі сили природи та гігієнічні фактори як допоміжні засоби фізичного виховання.
9. Надайте визначення поняттю „фізична вправа”. Розкрийте „зміст” та „форму” фізичних вправ.
10. Надайте визначення поняттю „техніка ”фізичних вправ та розкрийте компоненти техніки.
11. Охарактеризуйте просторові та часові характеристики рухів.
12. Охарактеризуйте просторово-часові та динамічні характеристики рухів.
13. Розкрийте класифікацію фізичних вправ за різними ознаками.
14. Надайте визначення поняттям „фізичні якості ”, „розвиток фізичних якостей ”, „виховання фізичних якостей ”.
15. Надайте визначення поняттю „сила”. Назвіть види сили та силових здібностей.
16. Назвіть режими роботи м’язів та фактори, що обумовлюють силові можливості людини.
17. Охарактеризуйте методику виховання сили.
18. Надайте характеристику «натузі» при силовій роботі.
19. Надайте визначення швидкості як фізичної якості людини. Назвіть фактори, які обумовлюють прояв швидкості.
20. Охарактеризуйте види рухових реакцій та розкрийте їх виховання.
21. Розкрийте методику виховання швидкості.
22. Охарактеризуйте стабілізацію швидкості руху або „швидкісний бар’єр”.
23. Надайте визначення витривалості як фізичної якості людини. Назвіть її види. Перечисліть фактори, які обумовлюють прояв витривалості.
24. Охарактеризуйте фази та види втоми в процесі рухової діяльності.
25. Розкрийте особливості методики виховання витривалості.

26. Надайте визначення поняття гнучкості як рухової якості людини та її різновидів. Розкрийте фактори, які зумовлюють прояв гнучкості людини.
27. Охарактеризуйте особливості методики виховання гнучкості.
28. Надайте визначення поняттю „координаційні здібності”. Назвіть форми прояву координаційних здібностей та розкрийте фактори, що обумовлюють прояв координаційних здібностей.
29. Охарактеризуйте здібність до керування часовими, просторовими та силовими параметрами рухів, як форму прояву координаційних здібностей та розкрийте методику її виховання.
30. Охарактеризуйте здібність до збереження рівноваги та розкрийте методику її розвитку.
31. Охарактеризуйте відчуття ритму, як форму прояву координаційних здібностей та розкрийте методику її розвитку.
32. Охарактеризуйте здібність до орієнтування в просторі, як форму прояву координаційних здібностей та розкрийте методику її виховання.
33. Охарактеризуйте здібність до довільного розслаблення м'язів, як форму прояву координаційних здібностей та розкрийте методику її виховання.
34. Надайте визначення поняттю «спритність» та охарактеризуйте методику її виховання.
35. Надайте характеристику руховим умінням та навичкам.
36. Розкрийте фізіологічні механізми формування рухової навички.
37. Надайте характеристику першому етапу процесу навчання рухам.
38. Надайте характеристику другому етапу процесу навчання рухам.
39. Надайте характеристику третьому етапу процесу навчання рухам.
40. Назвіть причини появи помилок та шляхи їх попередження.
41. Назвіть класифікацію рухових помилок.
42. Охарактеризуйте принцип свідомості та активності.
43. Надайте характеристику принципу наочності.

44. Охарактеризуйте принцип доступності й індивідуалізації.
45. Вкажіть яка закономірність лежить в основі принципу систематичності.
46. Охарактеризуйте принцип поступового підвищення вимог.
47. Охарактеризуйте використання методу слова в фізичному вихованні.
48. Надайте характеристику методу наочності.
49. Надайте характеристику методу практичної вправи.
50. Охарактеризуйте ігровий та змагальний методи навчання.
51. Надайте характеристику безперервному методу.
52. Надайте характеристику інтервальному методу.
53. Надайте характеристику повторному методу.
54. Надайте характеристику коловому методу.
55. Надайте характеристику урочним формам занять.
56. Назвіть класифікацію урочних форм занять.
57. Охарактеризуйте структуру уроку.
58. Охарактеризуйте позакласні та позашкільні форми занять фізичними вправами.
59. Охарактеризуйте форми фізкультурно-оздоровчої діяльності в основній школі закладів повної загальної середньої освіти.
60. Розкрийте методика регулювання навантаження в процесі занять з фізичного виховання.

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Гурєєва А. М., Черненко О. Є., Дорошенко Е. Ю. Теорія і методика фізичного виховання : основи спеціальної термінології у фізичному вихованні : навчальний посібник. ЗДМУ, 2020. 78 с.
2. Масляк І. П., Мамешина М. А. Теорія та методика фізичного виховання. Навчальний посібник. перероб. Харків: ХДАФК, 2018. 180 с.
3. Масляк І. П., Мамешина М. А. Теорія та методика фізичного виховання. навч. посіб. 2-ге вид. перероб. і допов. Харків, ХДАФК, 2025. 123 с.
4. Москаленко Н. В. Власюк О. О., Степанова І. В., Шиян О. В. Інноваційні технології у фізичному вихованні школярів : навч. посібник [для студ. вищ. навч. закладів]. Дніпропетровськ: Інновація, 2011. 238 с.
5. Пангелова Н. Є., Круцевич Т. Ю., Данилко В. М. Теоретико-методичні основи оздоровчої фізичної культури: навчальний посібник. Переяслав Хмельницький: ФОП Домбровська Я.М. 2017. 505 с.
6. Теорія і методика фізичного виховання. За ред. Т. Ю. Круцевич. К.: Олімпійська література, 2017. Т. 1. 384 с.
7. Теорія і методика фізичного виховання. За ред. Т. Ю. Круцевич. К.: Олімпійська література, 2017. Т. 2. 448 с.
8. Тулайдан В. Г., Тулайдан Ю. Т. Практикум з теорії і методики фізичного виховання. Львів, «Фест-Прінт». 2017. 179 с.
9. Черненко С. О. Теорія й методика фізичного виховання : навчальний посібник. Краматорськ : ДДМА, 2021. 215 с.
10. Шутько В. В. Теоретичні основи фізичного виховання: навчальний посібник. Кривий Ріг: Криворізький державний педагогічний університет, 2018. 94 с.