

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

ЗАТВЕРДЖЕНО

Приймальною комісією

Протокол № 3

«25» 05 2026 р.



Голова Відбіркової комісії
зі вступу до магістратури

Олександр ГУРА

ПОГОДЖЕНО:

Відповідальний секретар
Відбіркової комісії

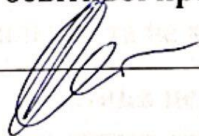
Ярослав КРИВИЙ

**ПРОГРАМА
ФАХОВОГО ІСПИТУ
ЗІ СПОРТУ**

при прийомі на навчання для здобуття
другого (магістерського) рівня вищої освіти
на основі НРК6, НРК7

Спеціальність: А7 «Фізична культура і спорт»

Гарант освітньої програми:

Спорт  Андрій СВАТЬЄВ

Запоріжжя – 2026

І. ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ

Фаховий іспит – це форма оцінювання в Запорізькому національному університеті (далі – ЗНУ), що передбачає визначення рівня підготовленості вступника щодо здобутих раніше компетентностей та результатів навчання, необхідних для опанування освітньої програми другого (магістерського) рівня вищої освіти.

Метою проведення фахового іспиту зі спорту є перевірка рівня знань, умінь та інших фахових компетентностей вступника, що є достатніми для здобуття освітнього ступеня магістра на основі НРК6, НРК7 за спеціальністю А7 «Фізична культура і спорт», освітньою програмою «Спорт».

Фаховий іспит проводиться у формі комп'ютерного тестування із застосуванням технологій дистанційного навчання в системі електронного забезпечення навчання «Moodle» ЗНУ.

Тривалість фахового іспиту становить 60 хвилин.

Фаховий іспит проводиться в очному форматі в ЗНУ з обов'язковою відеофіксацією та подальшим оприлюдненням на офіційному вебсайті Приймальної комісії. Дистанційний формат допускається за рішенням Приймальної комісії для вступників, які є військовослужбовцями, які проходять службу, або іноземними громадянами.

ІІ. КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

Оцінювання результатів фахового іспиту здійснюється автоматично системою електронного забезпечення навчання «Moodle» за шкалою від 0 до 200 балів.

Тестове завдання генерується індивідуально для кожного вступника і містить 50 запитань із вибором однієї правильної відповіді. Кожна правильна відповідь оцінюється в 4 бали. Неправильна відповідь або її відсутність оцінюється у 0 балів. Максимально можливий результат за іспит становить 200 балів.

Мінімальний пороговий бал, необхідний для допуску до участі в конкурсному відборі, становить 100 балів, що відповідає 25 правильним відповідям. Вступники, які набрали від 0 до 96 балів, отримують результат «незадовільно» та не допускаються до участі в конкурсному відборі на навчання.

Таблиця переведення тестових балів у шкалу 0-200 балів

Тестовий бал	Бал за шкалою 0–200	Тестовий бал	Бал за шкалою 0–200
1	4	26	104
2	8	27	108
3	12	28	112

4	16	29	116
5	20	30	120
6	24	31	124
7	28	32	128
8	32	33	132
9	36	34	136
10	40	35	140
11	44	36	144
12	48	37	148
13	52	38	152
14	56	39	156
15	60	40	160
16	64	41	164
17	68	42	168
18	72	43	172
19	76	44	176
20	80	45	180
21	84	46	184
22	88	47	188
23	92	48	192
24	96	49	196
25	100	50	200

Тестовий бал (0-50)	Підсумковий бал (0-200)	Рівень навчальних досягнень
45–50	180–200	Високий
35–44	140–176	Достатній
25–34	100–136	Базовий
0–24	0–96	Недостатній

Вступники, які отримали оцінку менше 100 балів, до участі в конкурсному відборі не допускаються.

III. ЗМІСТ ПРОГРАМИ

РОЗДІЛ 1. Теорія спортивного тренування з основами методик

Знання теоретико-методичних основ сучасної системи спортивного тренування, її структури, цілей, завдань, принципів та закономірностей побудови спортивної підготовки спортсменів різної кваліфікації. Розуміння особливостей застосування засобів і методів спортивного тренування, спрямованих на розвиток сили, швидкості, витривалості, гнучкості, спритності та координаційних здібностей спортсменів. Володіння знаннями щодо формування

та вдосконалення рухових навичок, технічної підготовки спортсменів, механізмів адаптації організму до фізичних навантажень і закономірностей розвитку тренувальних ефектів.

Розуміння особливостей управління тренувальною та змагальною діяльністю спортсменів, принципів побудови тренувального процесу, планування та періодизації спортивної підготовки у межах мікро-, мезо- та макроциклів. Знання структури річного циклу підготовки спортсменів, особливостей організації тренувальних занять на різних етапах підготовки, а також принципів добору тренувальних навантажень відповідно до функціонального стану та рівня підготовленості спортсменів.

Володіння знаннями щодо психологічної підготовки спортсменів, особливостей мотивації, психічної регуляції та подолання емоційного напруження у тренувальній і змагальній діяльності. Розуміння сучасних підходів до відновлення спортивної працездатності, застосування педагогічних, медико-біологічних і гігієнічних засобів відновлення після фізичних навантажень. Знання основ антидопінгового забезпечення спорту, видів заборонених речовин, наслідків їх застосування та принципів дотримання міжнародних антидопінгових правил.

РОЗДІЛ 2. Олімпійський та професійний спорт

Знання основних етапів становлення та розвитку олімпійського й професійного спорту, їх структури, функцій та ролі у сучасному суспільстві. Розуміння принципів олімпізму, змісту Олімпійської хартії, особливостей діяльності міжнародного олімпійського руху, Міжнародного олімпійського комітету, національних олімпійських комітетів та інших міжнародних спортивних організацій. Володіння знаннями щодо організації та проведення Олімпійських ігор, формування олімпійської програми, олімпійської символіки та сучасних тенденцій розвитку міжнародного спорту.

Розуміння сутності професійного спорту як соціального, економічного та комерційного явища, особливостей функціонування професійних спортивних ліг, діяльності спортсменів-професіоналів, спортивних клубів, федерацій та спортивних функціонерів. Знання основ спортивного менеджменту і маркетингу, організаційної структури професійного спорту, принципів фінансування та управління професійними спортивними організаціями.

Володіння знаннями щодо системи міжнародних спортивних змагань, особливостей підготовки та спортивного відбору спортсменів у командних та індивідуальних видах спорту. Розуміння критеріїв оцінювання техніко-тактичної, функціональної, психофізіологічної та морфологічної підготовленості спортсменів різної спеціалізації. Знання особливостей функціонування системи драфту у професійному спорті, принципів комплектування професійних команд

та сучасних підходів до підготовки спортсменів високої кваліфікації для участі у міжнародних спортивних змаганнях.

РОЗДІЛ 3. Загальна теорія підготовки спортсменів

Знання теоретичних і методичних основ системи спортивної підготовки спортсменів, її структури, закономірностей, принципів та сучасних підходів до організації тренувального процесу. Розуміння особливостей спортивного тренування як цілісної системи, ролі різних сторін підготовленості спортсмена, механізмів формування рухових умінь і навичок, а також основ енергозабезпечення м'язової діяльності під час тренувальної та змагальної діяльності.

Володіння знаннями щодо структури та змісту змагальної діяльності, особливостей організації спортивних змагань, факторів, що впливають на спортивний результат, а також принципів управління тренувальною та змагальною діяльністю спортсменів. Розуміння сутності тренувальних і змагальних навантажень, їх класифікації, спрямованості та особливостей застосування у системі спортивної підготовки. Знання основ педагогічного контролю, оперативного, поточного та етапного управління підготовкою спортсменів і ролі тренера у системі спортивного вдосконалення.

Розуміння закономірностей побудови багаторічної підготовки спортсменів, принципів спортивного відбору та спортивної орієнтації, особливостей планування тренувального процесу на різних етапах спортивного вдосконалення. Знання структури річного циклу підготовки спортсменів, особливостей побудови мікро-, мезо- та макроциклів, принципів організації тренувальних занять і поєднання загальної та спеціальної фізичної підготовки у системі спортивного тренування.

Володіння знаннями щодо сучасних напрямів удосконалення системи спортивної підготовки, особливостей формування техніки спортивних вправ, механізмів розвитку втоми та засобів відновлення спортивної працездатності. Розуміння особливостей застосування медико-біологічних, педагогічних і психологічних засобів відновлення, причин виникнення перетренованості та способів її профілактики. Знання основ антидопінгового забезпечення спорту та особливостей організації тренувального процесу дітей, підлітків і юних спортсменів з урахуванням вікових та фізіологічних особливостей організму.

РОЗДІЛ 4. Професійна майстерність тренера.

Знання особливостей професійної діяльності тренера, його ролі у системі спортивної підготовки спортсменів та сучасних вимог до професійної майстерності фахівця у сфері спорту. Розуміння структури тренерської діяльності, функціональних обов'язків тренера, принципів організації навчально-тренувального процесу та підготовки спортсменів до змагальної

діяльності. Володіння знаннями щодо професійно важливих якостей тренера, критеріїв педагогічної майстерності, психологічних особливостей професійної діяльності та чинників, що впливають на ефективність роботи тренера.

Розуміння психолого-педагогічних основ діяльності тренера, закономірностей взаємодії у системі «тренер – спортсмен», особливостей психологічного супроводу тренувального процесу та управління психоемоційними станами спортсменів. Знання морально-етичних принципів професії тренера, основ педагогічного впливу, формування гуманістичних цінностей, розвитку комунікативних та організаційних здібностей у професійній діяльності. Володіння знаннями щодо психологічного контролю, особливостей етапного, поточного та оперативного управління підготовкою спортсменів.

Знання сучасних стилів керівництва спортивним колективом, особливостей формування авторитету тренера, принципів індивідуального підходу до спортсменів та методів індивідуалізації навчально-тренувального процесу. Розуміння особливостей професійного спілкування тренера зі спортсменами, колегами, суддями та батьками спортсменів, а також специфіки виховної роботи у спортивному колективі.

Володіння знаннями щодо професійного розвитку та самовдосконалення тренера, шляхів підвищення професійної компетентності, значення самоосвіти, самоаналізу та безперервного професійного навчання у сучасному спорті. Розуміння особливостей професійної самосвідомості тренера, педагогічної компетентності, моральної зрілості та здатності до ефективного управління процесом спортивної підготовки спортсменів різного віку та рівня кваліфікації.

IV. РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА

1. Теорія спортивного тренування з основами методик : методичні рекомендації до виконання курсової роботи для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра спеціальності «Фізична культура і спорт» освітньо-професійної програми «Спорт» / уклад.: Т. В. Воронкова, А. В. Симонік, А. В. Сватъєв, Д. А. Міфтахутдінова. Запоріжжя : ЗНУ, 2025. 79 с.

2. Воронкова Т. В., Симонік А. В., Сватъєв А. В., Верітов О. І.. Теорія спортивного тренування з основами методик : навчальний посібник для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра спеціальності «Фізична культура і спорт» освітньо-професійної програми «Спорт». Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2025. 217 с.

3. Пономарьов В. О., Петров В. О., Воронкова Т. В.. Загальна теорія підготовки спортсменів : курс лекцій для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра спеціальності «Фізична культура і спорт» освітньо-професійної програми «Спорт». Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2025. 76 с.

4. Годорова В. Основи теорії і методики спортивного тренування : навчальний посібник. Одеса : Університет Ушинського, 2023. 206 с.

5. Кутек Т. Б., Вовченко І. І. Основи теорії і методики спортивної підготовки : навчальний посібник. Житомир : ЖДУ імені Івана Франка, 2022. 108 с.

6. Кошура А. В. Теорія і методика спортивних тренувань : навчальний посібник. Чернівці : Чернівецький національний університет імені Ю. Федьковича, 2021. 120 с.

7. Платонов В. М. Сучасна система спортивного тренування : підручник. Київ : Перша друкарня, 2021. 672 с.

8. Єфремова А. Г., Гринько В. М., Куделко В. Е. Особливості методики спортивного тренування чоловіків і жінок в обраному виді спорту : конспект лекцій. Харків : УкрДУЗТ, 2022. 60 с.

9. Мітова О. О. Теоретико-методичні основи контролю в командних спортивних іграх у процесі багаторічної підготовки : монографія. Дніпро, 2022. 396 с.

10. Свасьєв А. В., Симонік А. В., Верітов О. І., Воронкова Т. В. Олімпійський та професійний спорт : навчальний посібник для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра спеціальності «Фізична культура і спорт» освітньо-професійної програми «Спорт». Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2021. 78 с.

11. Симонік А. В. Олімпійський та професійний спорт: методичні рекомендації до практичних занять для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра напрямів підготовки «Спорт», «Фізичне виховання», «Здоров'я людини». Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2017. 44 с.

12. Свасьєв А. В., Симонік А. В., Верітов О. І., Воронкова Т. В. Олімпійський та професійний спорт : методичні рекомендації до самостійної роботи для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра спеціальності «Фізична культура і спорт» освітньо-професійної програми «Спорт». Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2024. 61 с.

13. Булатова М. М., Єрмолова В. М., Радченко Л. О., Кроль І. М., Єгупов М. В. Олімпійський спорт у таблицях : навчально-методичний посібник. Київ : НУФВСУ, 2024. 61 с.

14. Платонов В. М. Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті : загальна теорія і практичні аспекти. Київ : Олімпійська література, 2020. 704 с.

15. Бірюк С. В. Професійний спорт : навчальний посібник. Миколаїв : ЧНУ ім. П. Могили, 2020. 75 с.

16. Сергієнко В. М. Олімпійський спорт : навчальний посібник. Суми : СумДУ, 2024. 120 с.

17. Рибалко П. Ф. Олімпійський та паралімпійський спорт : методичні рекомендації. Суми : СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2025. 52 с.

18. Булатова М. М., Бубка С. Н., Платонов В. М. Олімпійський рух: історія і сучасність : у 2 кн. Київ : Олімпійська література, 2021. Кн. 1. 640 с.

19. Мартиненко О. В., Гнатюк О. С. Професійний спорт і сучасні тенденції підготовки спортсменів : навчальний посібник. Харків : ХДАФК, 2023. 98 с.
20. Кашуба В. А., Іванова Г. І. Технології моніторингу підготовки спортсменів в олімпійському спорті : навчальний посібник. Київ : НУФВСУ, 2022. 84 с.
21. Андрєєва О. В. Менеджмент і маркетинг у професійному спорті : навчальний посібник. Львів : ЛДУФК ім. І. Боберського, 2023. 102 с.
22. Організація та проведення спортивних змагань : курс лекцій для здобувачів ступеня вищої освіти магістра спеціальності «Фізична культура і спорт» освітньо-професійної програми «Спорт» / А. В. Симонік, В. О. Пономарьов, В. О. Петров, Т. В. Воронкова. Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2023. 127 с.
23. Організація та проведення спортивних змагань : методичні рекомендації до практичних занять для здобувачів ступеня вищої освіти магістра спеціальності «Фізична культура і спорт» освітньо-професійної програми «Спорт» / А. В. Симонік, В. О. Пономарьов, В. О. Петров, Т. В. Воронкова. Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2024. 45 с.
24. Загальна теорія підготовки спортсменів / уклад. Платонов В. М., Булатова М. М. Київ : Олімпійська література, 2023. 428 с.
25. Теорія і методика спортивної підготовки / Іванов В. М., Костюкевич В. М. Вінниця : ТОВ «Планер», 2024. 356 с.
26. Сучасна система підготовки спортсменів / Костюкевич В. М., Шинкарук О. А. Київ : Центр учбової літератури, 2025. 392 с.
27. Тренувальний процес у спорті / Козіна Ж. Л., Єрмаков С. С. Харків : ХДАФК, 2023. 214 с.
28. Підготовка спортсменів у системі багаторічного вдосконалення / Шинкарук О. А., Мітова О. О. Дніпро : Інновація, 2024. 318 с.
29. Науково-методичні основи спортивного тренування / Рибалко П. Ф., Приходько В. В. Суми : СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2025. 276 с.
30. Основи побудови тренувального процесу спортсменів / Гринь Л. В., Савченко В. Г. Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2026. 148 с.
31. Теоретико-методичні засади підготовки спортсменів / Круцевич Т. Ю., Безверхня Г. В. Київ : НУФВСУ, 2023. 340 с.
32. Іванов В. М., Петрова О. С., Коваленко Д. І. Професійна майстерність тренера : навчальний посібник для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». Київ : Олімпійська література, 2023. 214 с.
33. Професійна майстерність тренера : конспект лекцій для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра спеціальності «Фізична культура і спорт» освітньо-професійної програми «Спорт» / уклад.: В. О. Пономарьов, К. В. Царенко, А. В. Симонік. Запоріжжя : ЗНУ, 2025. 69 с.

34. Сидоренко Л. В., Марченко Т. О. Професійна діяльність сучасного тренера : методичні рекомендації до практичних занять для здобувачів вищої освіти освітньо-професійної програми «Спорт». Дніпро : ДДУВС, 2024. 88 с.

35. Бондаренко С. М., Клименко І. В. Психолого-педагогічні основи професійної майстерності тренера : навчально-методичний посібник. Харків : ХДАФК, 2025. 176 с.

36. Павленко Р. Ю., Шевченко М. І. Теорія та практика професійної підготовки тренера : навчальний посібник для студентів закладів вищої освіти. Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2023. 198 с.

37. Гриценко О. П., Мельник В. С. Педагогічна майстерність тренера-викладача : методичні рекомендації для самостійної роботи студентів спеціальності «Фізична культура і спорт». Одеса : ПНПУ, 2024. 72 с.

38. Сватєєв А. В., Симонік А. В., Верітов О. І. Професійний розвиток тренера у сучасному спорті : навчальний посібник для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра освітньо-професійної програми «Спорт». Запоріжжя : ЗНУ, 2025. 154 с.

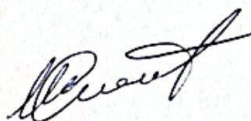
39. Ткаченко Н. А., Романенко В. Г. Комунікативна компетентність тренера : навчально-методичний посібник. Полтава : ПНПУ імені В. Г. Короленка, 2026. 132 с.

40. Воронкова Т. В., Симонік А. В. Професійна майстерність тренера : методичні рекомендації до самостійної роботи для здобувачів ступеня вищої освіти магістра спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». Запоріжжя : ЗНУ, 2024. 64 с.

41. Кравченко І. М., Остапенко Ю. Л. Сучасні технології професійної діяльності тренера : навчальний посібник. Київ : Центр учбової літератури, 2025. 240 с.

42. Белова А. С., Федоренко П. В. Педагогічні здібності та професійна етика тренера : навчально-методичний посібник для студентів факультетів фізичного виховання і спорту. Черкаси : ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2026. 118 с.

Голова фахової
атестаційної комісії



Ігор ДЯДЕЧКО