

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЧЕРНІВЕЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ЮРІЯ ФЕДЬКОВИЧА



Роман ПЕТРИШИН

«23» квітня 2024 р.

Програма фахового іспиту

для здобуття ступеня «бакалавр»
за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт
галузі знань 01 Освіта / Педагогіка

на основі ОС бакалавра, ОС магістра, ОКР спеціаліста, та для осіб, які не
менше ніж один рік здобувають ступінь бакалавра та виконують у повному
обсязі навчальний план за іншою спеціальністю (спеціалізацією)

Схвалено Вченою радою факультету
фізичної культури та здоров'я людини
Протокол № 4 від «23» квітня 2024 р.

Голова ради



Ярослав ЗОРІЙ

Чернівці – 2024

I. ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Фаховий іспит спрямований на виявлення у абітурієнтів рівня базової теоретичної і методичної підготовленості з фахово орієнтованих дисциплін та можливостей для подальшого опанування компонентами освітньо-професійних програм «Фізична культура і спорт», «Фітнес та рекреація» за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт.

Абітурієнт повинен знати:

- основні поняття та терміни галузі фізичної культури і спорту;
- розвиток міжнародного спортивного руху;
- управлінські засади розвитку галузі фізичної культури і спорту України;
- діяльність спортивних організацій;
- будову тіла людини, основні функції органів і систем;
- загальні засади теорії і методики викладання основних спортивних дисциплін.

Абітурієнт повинен уміти:

- використовувати теоретичні знання для складання комплексів фізичних вправ, планування рухового навантаження;
- здійснювати планування спортивних ігрових зустрічей відповідно систем розіграшу.

II. КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ЗНАТЬ

Оцінювання знань абітурієнтів під час фахового іспиту передбачає:

1. Правильність відповідей (правильне, чітке, достатньо глибоке викладення теоретичних понять)
2. Ступінь усвідомлення програмного матеріалу і самостійних міркувань.
3. Новизна навчальної інформації; рівень використання наукових (теоретичних знань).
4. Вміння користуватися засвоєними теоретичними знаннями.

Відповідь абітурієнта також оцінюється формою, тобто з позиції логічності, чіткості, виразності викладу.

Білет фахового іспиту складається з трьох теоретичних питань та ситуаційного завдання. Оцінюється загальна відповідь студента, максимальна кількість балів – 200. Критерії оцінки відповіді студента наступні:

176-200 балів виставляється абітурієнту тоді, коли його відповідь завершена за змістом, формою, обсягом. Це означає, що абітурієнт в повній мірі за програмою засвоїв увесь навчальний матеріал, викладений в підручниках та інших джерелах, дає глибокі відповіді на поставлені запитання, а також показує знання не лише основної, а й додаткової

літератури, першоджерел, доводить власні міркування, робить узагальнюючі висновки, використовує знання з суміжних, галузевих дисциплін, вміє пов'язати матеріал з реальною дійсністю і доцільно використовує його для аналізу практичних завдань.

150-175 балів передбачає також високий рівень знань, навичок і вмінь. При цьому відповідь досить повна, логічна з елементами самостійності, але містить деякі неточності, або пропуски в неосновних питаннях. Можлива недостатня чіткість в визначенні понять.

124-149 балів передбачає наявність знань лише основної літератури, абітурієнт відповідає по суті питання, і в загальній формі розбирається у матеріалі, але відповідь неповна, неглибока, містить неточності, дає недостатньо правильні формулювання, порушує послідовність викладу матеріалу, відчуває труднощі, застосовуючи знання при рішенні практичних завдань.

0-123 балів ставиться, коли абітурієнт не знає значної частини програмного матеріалу, допускає суттєві помилки при висвітленні понять, на додаткові питання відповідає не по суті, робить велике кількість помилок в усній відповіді.

Зарахування абітурієнтів на навчання відбувається на конкурсній основі за умови отримання не менше 124 балів.

III. СТРУКТУРА ПРОГРАМИ

Вступ до спеціальності

1. Дайте визначення поняттю «фізична культура», розкрийте місце фізичної культури у структурі загальної культури людства.
2. Розкрийте роль держави у розвитку галузі фізичної культури і спорту.
3. Визначте основні завдання, які вирішує фізична культура у суспільстві.
4. Розкрийте з якими галузями суспільної діяльності пов'язана фізична культура.
5. Охарактеризуйте основні форми та засоби фізичного виховання.
6. Дайте характеристику форм, в яких відбуваються заняття з фізичної культури в навчальних закладах.
7. Охарактеризуйте законодавчу базу фізичної культури та спорту в Україні.
8. Охарактеризуйте матеріально-технічну базу фізичної культури і спорту.
9. Охарактеризуйте наукове забезпечення галузі фізичної культури і спорту.
10. Розкрийте вертикаль державних органів управління фізкультурно-спортивним рухом в Україні.
11. Дайте визначення поняттю «спорт», охарактеризуйте спорт як специфічну частину фізичної культури.
12. Розкрийте історію становлення і розвитку олімпійського руху сучасності.

13. Визначте основні функції та напрямки діяльності Міжнародного олімпійського комітету (МОК).
14. Розкрийте історію становлення Національного олімпійського комітету України, його основні завдання.
15. Розкрийте представництво України у міжнародному спортивному русі.
16. Розкрийте здобутки українських спортсменів на міжнародній спортивній арені (на прикладі обраного виду спорту).
17. Розкрийте структуру та функції федерації України з (обраного виду спорту).
18. Охарактеризуйте спортивну класифікацію, її роль у спортивній галузі.
19. Розкрийте складники професійної майстерності тренера з виду спорту.
20. Розкрийте професійні обов'язки тренера з виду спорту.

Анатомія та фізіологія людини

1. Розкрийте загальну будову опорно-рухового апарату та його функції.
2. Визначте загальну будову скелету людини, розкрийте його функції.
3. Розкрийте будову хребта та грудної клітки, визначте їхні функції.
4. Розкрийте будову і функції поясів верхньої і нижньої кінцівок.
5. Розкрийте будову і функції вільних верхньої і нижньої кінцівок.
6. Охарактеризуйте поставу людини. Дайте рекомендації щодо формування правильної постави та профілактики її порушень.
7. Наведіть класифікацію м'язів людського організму, визначте їхнє біологічне призначення.
8. Розкрийте біологічне значення і загальний план будови нервової системи організму людини.
9. Розкрийте поняття, склад, характеристику, функції центральної нервової система (ЦНС) організму людини.
10. Охарактеризуйте функції, склад, кількісні показники крові в організмі людини.
11. Охарактеризуйте будову та функції серця людини.
12. Охарактеризуйте велике і мале коло кровообігу, їхнє біологічне призначення.
13. Охарактеризуйте будову та функції травної системи людини.
14. Визначте загальну будову і функції органів дихання.
15. Охарактеризуйте загальний план будови ендокринної системи людини.
16. Розкрийте будову і функції сечовидільної системи організму людини.
17. Розкрийте анатомію вестибулярної сенсорної системи організму людини.
18. Розкрийте анатомію зорової сенсорної системи організму людини.
19. Розкрийте анатомію слухової сенсорної системи організму людини.
20. Розкрийте поняття фізичного розвитку людини, визначте методики його дослідження.

Методика викладання спортивних дисциплін

1. Розкрийте задачі і місце гімнастики в сучасній системі фізичного виховання.

2. Охарактеризуйте освітньо-розвиваючі, прикладні, оздоровчі та спортивні види гімнастики.
3. Визначте та охарактеризуйте основні засоби гімнастики.
4. Визначте поняття стройових прийомів, стройової стійки. Охарактеризуйте дії учнів у відповідь на команди: "СТАВАЙ!", "РІВНЯЙСЬ!", "СТРУНКО!", "ВІЛЬНО!", "ВІДСТАВИТИ!", "РОЗІЙДИСЬ!".
5. Розкрийте поняття загальнорозвиваючих вправ, наведіть їх класифікацію за анатомічним принципом, за переважним впливом на рухові якості.
6. Розкрийте основні вимоги до проведення загальнорозвиваючих вправ.
7. Розкрийте правила складання комплексу загальнорозвиваючих вправ.
8. Визначте поняття вихідного положення при виконанні загальнорозвиваючих вправ, наведіть основні положення рук, які використовуються при виконанні ЗРВ.
9. Визначте поняття вихідного положення при виконанні загальнорозвиваючих вправ, наведіть основні положення ніг, які використовуються при виконанні ЗРВ.
10. Розкрийте поняття акробатичних вправ. Охарактеризуйте їх типи.
11. Дайте характеристику техніки гри в баскетбол: визначте основні поняття, класифікацію.
12. Дайте характеристику компонентам спортивного тренування у футболі (технічна, тактична, фізична, психологічна підготовки).
13. Наведіть основні положення правил гри у гандбол, охарактеризуйте основні технічні прийоми.
14. Наведіть основні положення правил гри у волейбол, охарактеризуйте основні технічні прийоми.
15. Охарактеризуйте системи розіграшу змагань у спортивних іграх.
16. Розкрийте історію легкоатлетичних змагань у давній Греції.
17. Охарактеризуйте види легкоатлетичного багатоборства.
18. Охарактеризуйте різновиди легкоатлетичного бігу, визначте дистанції бігу на офіційних та неофіційних змаганнях.
19. Охарактеризуйте різновиди легкоатлетичних стрибків, визначте місця для їх проведення.
20. Охарактеризуйте різновиди легкоатлетичних метань, визначте місця для їх проведення.

Ситуаційні завдання

1. Укладіть комплекс вправ для ранкової гігієнічної гімнастики.
2. Укладіть комплекс вправ фізкультпаузи для учнів для під час виконання домашніх завдань.
3. Укладіть комплекс вправ зорової гімнастики для учнів для під час роботи за комп'ютером.
4. Доберіть комплекс фізичних вправ для розвитку сили м'язів рук з обтяженням власного тіла та з використанням інвентарю і обладнання: гімнастичні лави і стінка, поперечина.

5. Доберіть комплекс фізичних вправ для розвитку сили м'язів ніг з обтяженням власного тіла та з використанням інвентарю і обладнання: гімнастичні лави і стінка, скакалка.
6. Доберіть комплекс фізичних вправ для розвитку сили м'язів черева і спини з обтяженням власного тіла.
7. Доберіть комплекс фізичних вправ для розвитку сили м'язів черева і спини з використанням гімнастичної лави, гімнастичної стінки.
8. Складіть комплекс вправ для вдосконалення рухливості у плечових, кульшових суглобах, суглобах хребта.
9. Наведіть правила 5 рухливих ігор для розвитку швидкості та спритності для дітей молодшого шкільного віку.
10. Наведіть правила 5 рухливих ігор для розвитку дрібної моторики для дітей дошкільного віку.
11. Наведіть правила 5 рухливих ігор (естафет) для розвитку швидкісно-силових якостей для учнів середнього шкільного віку.
12. Складіть календар спортивних ігор за системою з вибуванням для 10 команд.
13. Складіть календар спортивних ігор для 10 команд за коловою системою.
14. Складіть календар спортивних ігор за системою з вибуванням для 13 команд.
15. Складіть календар спортивних ігор за коловою системою для 12 команд.
16. Розкрийте правила техніки безпеки при проведенні навчально-тренувальних занять зі спортивних ігор.
17. Розкрийте правила техніки безпеки при проведенні навчально-тренувальних занять з легкої атлетики.
18. Розкрийте правила техніки безпеки при проведенні навчально-тренувальних занять з гімнастики.
19. Розкрийте правила техніки безпеки при проведенні навчально-тренувальних занять з плавання.
20. Розкрийте правила техніки безпеки при проведенні навчально-тренувальних занять в тренажерному залі.

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

Основна

1. Антонік В. І. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури : навчальний посібник / В.І. Антонік, І. П Антонік., В.Є. Андріанов. – К. : Видавничий дім «Професіонал», Центр учбової літератури, 2009. – 336 с.
2. Волкова Н.П. Педагогіка : навчальний посібник. 2-е вид. / Н. П. Волкова. – К. : Академвидав, 2007. – 616 с.
3. Маруненко І.М. Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни : курс лекцій / І. М. Маруненко, Є.О.Неведомська, В.І. Бобрицька. — К. : Професіонал, 2004. – 287 с.
4. Теорія і методика викладання легкої атлетики / Навчально-методичний посібник для самостійної роботи з навчальної дисципліни «Теорія і методика викладання легкої атлетики» для студентів, які навчаються зі спеціальності 014.11 «Середня освіта (Фізична культура)» за освітнім ступенем «Бакалавр» на основі освітньо-кваліфікаційного рівня «Молодший спеціаліст» / уклад. : Т.І. Кудряшова, О.О. Губченко, – Кременчук : ПП «Бітарт», 2019. – 169 с.
5. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1, 2. / Б.М. Шиян. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2001. – 272 с.
6. Шиян Б.М. Теорія фізичного виховання / Б.М.Шиян, В.Г Папуша., Є.Н. Приступа. – Львів, 1996. – 218 с.
7. Худолій О. М. Основи методики викладання гімнастики: Навч. посібник. У 2-х томах. – Харків: «ОВС», 2008. – Т.1. – 408 с.

Додаткова

1. Енциклопедія олімпійського спорту України. – 2005. – 464 с.
2. Зайцева В.М. Теорія спортивного тренування з основами методик : підручник для студентів ВНЗ / В.М. Зайцева. – Київ, 2003. – 173 с.
3. Плахтій П.П. Основи гігієни та фізичного виховання / П. П. Плахтій. – Кам'янець-Подільський, 2003. – 240с.
4. Сергієнко Л.П. Тестування рухових здібностей школярів / Л.П. Сергієнко. – К. : Олімпійська література, 2001. – 440с.
5. Тарасюк В.С. Ріст і розвиток людини / В. С. Тарасюк. – К. : Медицина, 2008. – 400 с.

Голова предметної комісії:

кандидат наук з фізичного виховання і спорту,
доцент, доцент кафедри теорії та методики
фізичного виховання і спорту

Тетяна ЛЯСОТА