

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
Харківський національний педагогічний університет  
імені Г. С. Сковороди



**«ЗАТВЕРДЖУЮ»**  
Голова приймальної комісії,  
Ректор ХНПУ імені Г. С. Сковороди  
**Юрій БОЙЧУК**  
«26» березня 2025 року

**ПРОГРАМА ТА КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ**  
**фахового іспиту з фізичної культури**  
для здобуття ступеня бакалавра  
на основі НРК6, НРК7 (скорочений строк навчання)  
за спеціальністю **A4.11 «Середня освіта (Фізична культура)»**  
освітня програма **«Фізична культура в закладах освіти»**,  
за спеціальністю **A7 «Фізична культура і спорт»**  
освітні програми: **«Тренерська діяльність в обраному виді спорту»**,  
**«Фітнес та рекреація»**

# **ПРОГРАМА ФАХОВОГО ІСПИТУ**

## **З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ**

### **ДЛЯ ЗДОБУТТЯ СТУПЕНЯ БАКАЛАВРА**

#### **ЗА СПЕЦІАЛЬНОСТЯМИ:**

#### **A4.11 СЕРЕДНЯ ОСВІТА(ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА),**

#### **A7 ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ**

Під час прийому вступників на скорочений строк навчання для здобуття ступеня «бакалавр» на основі освітніх рівнів: «бакалавр», «магістр», освітньо-кваліфікаційного рівня «спеціаліст» за спеціальностями: A4.11 Середня освіта (Фізична культура), A7 Фізична культура і спорт конкурсний відбір проводиться на підставі фахового іспиту з «Фізичної культури».

Вступне випробування проводиться за програмою, яка розроблена фаховою атестаційною комісією та затверджена ректором університету. Оцінювання рівня знань вступника здійснюється за результатами фахового іспиту з «Фізичної культури».

Критерії оцінювання результатів вступного випробування наведено в програмі фахового іспиту.

Конкурсний бал розраховується за такою формулою: Конкурсний бал (КБ) = П, де П – оцінка фахового іспиту (за шкалою від 100 до 200 балів).

## ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА

Вступне випробування із «Фізичної культури» проводиться у формі екзамену. Кожному вступнику, який проходить випробування, ставиться три питання.

На підготовку відповідей на питання білети відводиться не більше 30 хвилин, відповідь триває до 10 хвилин. Інформація про результат фахового іспиту оголошується вступникові в день його проведення. У процесі підготовки відповіді заборонено використання підручників, посібників, довідкової літератури.

**Мета вступного випробування** полягає в з'ясуванні рівня знань, умінь і навичок вступника необхідних для опанування нормативних і варіативних дисциплін за програмою підготовки фахівця ступеня «бакалавр» за спеціальностями: А4.11 Середня освіта (Фізична культура), А7 Фізична культура і спорт.

**Вимоги до здібностей і підготовленості вступників.** Для успішного засвоєння дисциплін, передбачених навчальним планом для підготовки за ступенем «бакалавр» за спеціальностями: А4.11 Середня освіта (Фізична культура), А7 Фізична культура і спорт вступники повинні володіти системою знань основ фізичного виховання, спорту та здоров'я, мати поняття про техніку виконання рухових дій.

**Характеристика змісту програми.** Змістом програми вступного випробування є питання з дисциплін професійно-орієнтовного циклу, що дозволяють визначити рівень знань із загальних питань фізичного виховання, історії розвитку та характеристики окремих видів спорту, зокрема гімнастики, спортивних ігор (футбол, баскетбол, волейбол) і плавання, а також особистої гігієни, гігієни фізичного виховання та спорту.

## ПИТАННЯ ДЛЯ ФАХОВОГО ІСПИТУ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

1. Фізична культура як суспільне явище.
2. Система освіти в галузі фізичної культури та спорту.
3. Характеристика професійної діяльності фахівця з фізичного виховання.
4. Характеристика професійної діяльності тренера з виду спорту.
5. Мета й основні завдання фізичного виховання.
6. Стан і проблеми фізичного виховання учнів в українській національній школі
7. Історія розвитку легкої атлетики.
8. Історія розвитку легкої атлетики в Україні.
9. Характеристика видів легкої атлетики.
10. Правила проведення змагань у стрибках, бігу та метанні.
11. Правила техніки безпеки на біговій доріжці, у секторі для метання та стрибкової ями.
12. Гімнастика в загальній системі фізичного виховання.
13. Історія розвитку гімнастики.
14. Історія розвитку гімнастики в Україні.
15. Нетрадиційні види гімнастики.
16. Характеристика акробатичних вправ.
17. Значення та функції гімнастичної термінології.
18. Значення корегувальної гімнастики для формування постави.
19. Розвиток фізичних здібностей засобами гімнастики.
20. Історія розвитку футболу.
21. Історія українського футболу.
22. Видатні футболісти України.
23. Правила гри у футбол.
24. Техніка безпеки на уроках футболу.
25. Розвиток фізичних здібностей засобами футболу.
26. Історія розвитку баскетболу.
27. Основні правила гри у баскетбол.
28. Розвиток фізичних здібностей засобами баскетболу.
29. Історія розвитку українського волейболу.

30. Загальна характеристика гри у волейбол.
31. Плавання в загальній системі фізичного виховання.
32. Історія розвитку плавання.
33. Характеристика спортивних способів плавання.
34. Правила безпеки під час занять плаванням.
35. Правила безпеки під час позакласних занять фізичною культурою.
36. Фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі дня школяра, правила їхнього виконання.
37. Загальна характеристика здорового способу життя.
38. Гігієна тіла, одягу, спортивної форми.
39. Раціональний руховий режим школяра (добовий, тижневий, протягом року).
40. Основи раціонального харчування.
41. Правила загартовування холодними та тепловими процедурами.
42. Ознаки перевтоми та засоби її попередження.
43. Шкідливі звички та їхній негативний вплив на спортивні досягнення.
44. Фізичні вправи як основний засіб фізичного виховання.
45. Природні і гігієнічні фактори як засоби фізичного виховання.
46. Естетичне виховання в процесі занять фізичними вправами.
47. Засоби розвитку витривалості й методи контролю.
48. Засоби розвитку сили й методи контролю.
49. Засоби розвитку гнучкості й методи контролю.
50. Засоби розвитку швидкісно-силових якостей і методи контролю.
51. Засоби розвитку спритності й методи контролю.
52. Засоби загальної фізичної підготовки.
53. Засоби спеціальної фізичної підготовки.
54. Частина уроку фізичної культури їхня характеристика.
55. Вимоги до особистості вчителя фізичної культури.
56. Учителі новатори в галузі фізичної культури.

## КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ЗА ШКАЛОЮ ВІД 100 ДО 200 БАЛІВ

<b>Бали</b>	<b>Кількість правильних відповідей</b>	<b>Характеристика відповіді</b>
191 – 200 балів	Від 95,5% до 100% правильних відповідей	Вступник демонструє всебічні, систематизовані та глибокі знання з предмета; уміє застосовувати їх на практиці; спроможний доводити правильність своєї відповіді переконливою аргументацією. Відповідь вступника повна, логічна, послідовна, не містить помилок.
181 – 190 балів	Від 90,5% до 95% правильних відповідей	Вступник правильно, чітко, логічно й повно відповідає на всі питання. Може пов'язати теорію й практику, правильно демонструє виконання практичних завдань. Відповідь повна. Вступник може припускатися незначних огріхів.
171 – 180 балів	Від 85,5% до 90% правильних відповідей	Вступник демонструє ґрунтовні знання, уміє застосовувати їх на практиці. Вільно висловлює власні думки, аргументовано відповідає на поставлені запитання. Відповідь вступника повна. Вступник може припускатися незначних помилок.
161 – 170 балів	Від 80,5% до 85% правильних відповідей	Вступник демонструє глибокі знання з предмета, вправно застосовує їх на практиці; уміє доводити правильність своєї відповіді. Відповідь вступника повна, логічна, але містить деякі неточності.
151 – 160 балів	Від 75,5% до 80% правильних відповідей	Вступник загалом правильно відповідає на питання. Демонструє виконання практичних навичок. Правильно використовує теоретичні знання для вирішення практичних завдань. Відповідь вступника повна, але недостатньо чітка, містить деякі огріхи.
141 – 150 балів	Від 70,5% до 75% правильних відповідей	Вступник виявляє загалом добрі знання з предмета, досить успішно виконує передбачені програмою завдання; оперує основними поняттями, уміє робити висновки. Відповідь вступника повна, але недостатньо чітка, містить незначні помилки.

131–140 балів	Від 65,5% до 70% правильних відповідей	Вступник виявляє достатні знання з предмета, виконує передбачені програмою завдання з незначними огріхами; оперує основними поняттями, уміє робити висновки, але відповідь вступника недостатньо чітка, містить помилки.
121–130 балів	Від 60,5% до 65% правильних відповідей	Вступник відтворює частину теоретичного матеріалу, виявляє знання та розуміння основних положень, але пояснення не лаконічні, не повні. Під час відповіді вступник припускається помилок.
111–120 балів	Від 55,5% до 60% правильних відповідей	Вступник має прогалини в знаннях навчального матеріалу з дисципліни. Відповідь не повна, потребує уточнень і додаткових запитань; вступник не вміє самостійно зробити висновків, припускається значних помилок під час відповіді.
101–110 балів	Від 50,5% до 55% правильних відповідей	Вступник непереконливо відповідає на питання, плутає поняття. Відповідаючи на запитання практичного характеру, виявляє неточності в знаннях, не вміє оцінювати факти та явища. Припускається помилок під час виконання практичних завдань.
100 балів	50%	Вступник неповно, за допомогою додаткових питань відповідає на питання. Його відповіді неточні, під час демонстрації практичних навичок вступник припускається помилок.
Менше 100 балів <b>Не склав</b>	Від 0% до 49% правильних відповідей	Вступник володіє теорією на фрагментарному рівні, під час виконання завдань припускається принципових помилок. Вступник не здатний орієнтуватися в програмному матеріалі.

## СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андрошук Н., Андрошук М. Основи здоров'я і фізична культура( теоретичні відомості): підручники і посібники. Тернопіль, 2006. С - 160
2. Артюшенко О.Ф. Легка атлетика: навчальний посібник для викладачів і студентів факультетів фізичної культури педагогічних інститутів і університетів. Черкаси : Брама-Україна, 2008. 446 с.
3. Васьков Ю.В. Управління фізичним вихованням в загальноосвітньому навчальному закладі. Харків: Торсінг плюс, 2006. 192 с.
4. Волинець Ю.Й. Інструктивно-методичні рекомендації з питань безпеки життєдіяльності під час занять фізичною культурою та при проведенні спортивно-масових заходів у загальноосвітніх школах. Директор школи, 2001. № 23–24.
5. Волков Л.В. Виховання фізичних здібностей учнів. К.: Рад. шк., 1980. 102с.
6. Волков Л.В. Теорія і методики дитячого та юнацького спорту. К.: Олімпійський спорт, 2002. 294 с.
7. Волошин А.П. На олімпійській хвилі. К.: «МП Леся», 2007. 448с.
8. Єрмолова В.М. Олімпійська освіта у школі. К., 2009. 85с.
9. Книга вчителя фізичної культури: Довідково-методичне видання. Харків: Торсінг плюс, 2006. 560 с.
10. Козіна Ж.Л. Спортивні ігри в 2-х томах: навчальний посібник для студентів факультетів фізичної культури педагогічних вищих навчальних закладів Харків, 2013.Т. 1. 446с.
11. Козіна Ж.Л.. Спортивні ігри в 2-х томах: навчальний посібник для студентів факультетів фізичної культури педагогічних вищих навчальних закладів Харків, 2013. Т. 2. 347с.
12. Кондес Т.В. Фізична культура і здоров'я: навчальний посібник. К.: Університет економіки і права «КРОК». 2017. 100-126 с.
13. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання : в 2 т. К. : Олімпійська літ-ра, 2008. 391 с.
14. Кулик В.В. Олімпійський у серцях вогонь. Історія виникнення та становлення НОК України. К.: «МП Леся», 2007. 308с.



- 15.Лящук Р. П. Гімнастика : в 2 ч. Ч. 2. : навч. посіб. Тернопіль : ТДПУ, 2001. 212 с.
- 16.Сергієнко Л. П. Тестування фізичних здібностей школярів. К.: «Олімпійська література», 2001. 439 с.
- 17.Хоулі Е. Оздоровчий фітнес. К. : Олімпійська літ-ра, 2000. 368 с.
- 16.Худолій О. М. Основи методики викладання гімнастики : в 2 ч. : навч. посіб. 3-є вид., випр. і доп. Х. : ОВС, 2004. 414 с.
- 17.Худолій О.М. Загальні основи теорії та методики фізичного виховання: Навч.посібник. Харків: «ОВС», 2008. 406с.
- 18.Шепеленко Т.В. Фізичне виховання у формуванні здорового способу життя: навчальний посібник. Харків: Укр.ДУЗТ, 2018. 125 с.
- 19.Шиян Б.М. Теорія та методика фізичного виховання школярів, Ч.1. Тернопіль: Навчальна книга. Богдан, 2001. 272 с.
- 20.Шиян Б.М. Теорія та методика фізичного виховання школярів, Ч.2. Тернопіль: Навчальна книга. Богдан, 2001. 248 с.