

КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА

ЗАТВЕРДЖЕНО

Приймальною комісією

Протокол № 5 від 29. 03. 2021 року

Голова Приймальної комісії

Віктор ОГНЕВ'ЮК



Програма
фахового випробування з «Теорії та методики фізичного
виховання», «Гімнастики та методики навчання», «Легкої атлетики та
методики навчання», «Спортивних ігор та методики навчання»

Освітній рівень: перший (бакалаврський)
Спеціальність: 017 Фізична культура і спорт
Освітня програма: 017.00.01 Фізичне виховання
На основі: освітньо-кваліфікаційного рівня
молодший спеціаліст

ПОГОДЖЕНО

Проректор з науково-методичної та
начальної роботи


Олексій ЖИЛЬЦОВ

РОЗГЛЯНУТО І ЗАТВЕРДЖЕНО

на засіданні кафедри
фізичного виховання і педагогіки спорту
протокол № 2 від 19.02.2021 р.

Завідувач кафедри  Лілія ЯСЬКО

Київ – 2021

ОПИС ПРОГРАМИ

Для вступу до навчання за освітньою програмою 017.00.01 Фізичне виховання першого (бакалаврського) рівня вищої освіти абітурієнти повинні знати:

- загальні положення дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання»: вихідні поняття, етапи розвитку дисципліни; засоби, методи та принципи фізичного виховання; наукові основи фізичного виховання (навантаження і відпочинок як компоненти виконання фізичних вправ, особливості адаптації організму до фізичних навантажень); особливості педагогічного процесу у фізичному вихованні (навчання рухових дій та формування рухових навичок);
- техніку гімнастичних вправ та методику викладання гімнастики;
- техніку легкоатлетичних вправ та методику викладання легкої атлетики;
- техніку вправ спортивних ігор (баскетболу, волейболу, гандболу, футболу), методику викладання спортивних ігор.

Мета фахового випробування – виявлення знань основного навчального матеріалу з курсів «Теорія та методика фізичного виховання», «Гімнастика та методика навчання», «Легка атлетика та методика навчання», «Спортивні ігри та методика навчання» в обсязі, необхідному для подальшого навчання і майбутньої роботи за фахом.

Форма проведення фахового випробування: у вигляді тестування.

Тривалість тестування – 1 година 20 хвилин.

Оцінювання: завдання оцінюється за 200 бальною шкалою.

Вимоги до вступників.

Достатній рівень володіння навчальним матеріалом, який відображується в оцінках, що виставляються під час складання вступного випробування. Загальне оцінювання здійснюється згідно з правильністю відповідей на поставлені запитання.

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ЗНАНЬ ВСТУПНИКІВ

Кількість балів (max - 200)	Критерії
180 – 200	Виставляється за глибокі знання навчального матеріалу, що міститься в основних і додаткових рекомендованих джерелах; вміння аналізувати явища, які вивчаються, у їхньому взаємозв'язку і розвитку, чітко і лаконічно; логічно і послідовно відповідати на поставлені запитання; вміння застосовувати теоретичні положення під час розв'язання практичних задач.
160 – 179	Виставляється за ґрунтовні знання навчального матеріалу, аргументовані відповіді на поставлені запитання; вміння застосовувати теоретичні положення під час розв'язування практичних задач.
140 – 159	Виставляється за міцні знання навчального матеріалу, аргументовані відповіді на поставлені запитання, які, однак, містять певні неточності; вміння застосовувати теоретичні положення під час розв'язання практичних задач.
120 – 139	Виставляється за посередні знання навчального матеріалу, мало аргументовані відповіді, слабе застосування теоретичних положень при розв'язанні практичних задач.
100 – 119	Виставляється за слабкі знання навчального матеріалу, неточні або мало аргументовані відповіді, з порушенням послідовності його викладання, за слабе застосування теоретичних положень при розв'язанні практичних задач.
1 – 99	Виставляється за незнання значної частини навчального матеріалу, істотні помилки у відповідях на запитання, невміння орієнтуватися під час розв'язання практичних задач, незнання основних фундаментальних положень.

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

ТЕМА 1. ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Поняття: фізична культура, фізичне виховання, фізичний розвиток, спорт. Показники, що свідчать про стан розвитку фізичної культури у суспільстві.

Мета фізичного виховання, завдання і засоби фізичного виховання.
Класифікація фізичних вправ. Групи методів спортивної підготовки, що застосовуються у фізичному вихованні. Дидактичні та спеціальні принципи фізичного виховання.

Навантаження і відпочинок як взаємопов'язані компоненти виконання фізичних вправ. Вихідні поняття, класифікація фізичних навантажень. Відпочинок як фактор оптимізації тренувальних дій. Зовнішня і внутрішня сторони фізичного навантаження. Показники інтенсивності і обсягу навантаження.

Теорія адаптації та закономірності її використання у фізичному вихованні. Визначення понять: гомеостаз, адаптація. Адаптація організму до фізичних навантажень. Види та стадії формування адаптаційних реакцій. Специфічність і перехресність адаптації.

Навчання руховим діям. Характеристика рухових умінь. Характеристика рухових навичок. Структура процесу навчання рухових дій, характеристика етапів навчання.

ТЕМА 2. ГІМНАСТИКА І МЕТОДИКА ЇЇ ВИКЛАДАННЯ

Характеристика видів гімнастики. Характеристика та класифікація засобів основної гімнастики. Класифікація загальнорозвиваючих вправ. Способи проведення загальнорозвиваючих вправ. Класифікація прикладних вправ.

Зміст вільних вправ. Гімнастичні прилади, на яких виконуються вправи основної гімнастики. Засоби художньої гімнастики. Класифікація стройових вправ. Загальні задачі, які вирішуються в уроці гімнастики. Терміни загальнорозвиваючих і вільних вправ. Терміни вправ на снарядах. Терміни акробатичних вправ. Причини травмування на заняттях з гімнастики. Основні запобіжні заходи проти травмування на заняттях з гімнастики. Підготовка місць занять, спортивного устаткування та обладнання.

Методика навчання лазінню по канату в три прийоми. Методика навчання стрибку способом ноги нарізно через гімнастичного козла. Гігієнічні вимоги до місця занять з гімнастики. Методика навчання перекиду назад. Поняття про сід, присід та нахил. Особливості та зміст підготовчої частини уроку з гімнастики. Методика навчання перекиду вперед. Поняття про допомогу, проводку та підтримку. Особливості та зміст основної частини уроку з гімнастики. Техніка виконання стійки на лопатках.

ТЕМА 3. ЛЕГКА АТЛЕТИКА І МЕТОДИКА ЇЇ ВИКЛАДАННЯ

Техніка низького старту. Техніка стартового розгону, бігу по прямій, техніка фінішування. Техніка естафетного бігу, техніка передачі естафетної палички (на місці і в русі). Техніка високого старту, бігу по дистанції, бігу по віражу, фінішуванню. Техніка стрибка у довжину з розбігу способом «зігнувши ноги» (розбіг, відштовхування, політ, приземлення). Суддівство змагань з легкої атлетики. Техніка і методика навчання метанню м'яча з розбігу на дальність.

ТЕМА 4. СПОРТИВНІ ІГРИ

Баскетбол. Історія розвитку, офіційні правила, класифікація гри баскетбол. Техніка виконання прийомів переміщення у грі баскетбол. Техніка виконання передачі і ловлі м'яча. Техніка виконання ведення м'яча. Техніка виконання кидків м'яча у кошик. Техніка виконання кидків м'яча у русі. Техніка виконання захисних дій. Методика навчання ловлі та передачі м'яча у грі баскетбол. Методика навчання кидкам м'яча у кошик. Методика навчання ведення м'яча у грі баскетбол. Методика навчання відволікаючим діям у грі баскетбол.

Волейбол. Історія розвитку, офіційні правила, класифікація гри волейбол. Техніка виконання переміщень, стійки та вихідні положення. Техніка виконання різновидів передачі м'яча двома руками зверху. Техніка виконання подачі м'яча. Техніка виконання передачі м'яча знизу та зверху. Техніка виконання нападаючих ударів з різних зон. Техніка виконання захисних дій. Методика навчання прийомам техніки гри у нападі. Методика навчання прийомам техніки гри у захисті. Методика навчання тактиці нападу і захисту у грі волейбол.

Гандбол. Історія розвитку, офіційні правила, класифікація гри гандбол. Техніка пересування, ведення м'яча. Техніка ловлі та передачі м'яча. Техніка гри польового гравця у нападі. Техніка вибивання, викидання, блокування, перехоплення м'яча. Техніка гри воротаря у захисті і нападі. Методика навчання техніці гри польового гравця: пересування, ведення, ловля та передачі м'яча, кидки м'яча по воротах, кидки м'яча при протидії захисника.

Футбол. Історія розвитку, офіційні правила футболу. Техніка виконання ударів по м'ячу та зупинок м'яча. Техніка виконання відбирань та вкидань м'яча. Техніка гри воротаря. Методика навчання удару по м'ячу у футболі. Типові помилки при виконанні удару по м'ячу.

РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА

Основні:

1. Арефьев В. Г., Шегімага В.Ф., Терещенко І.А. Теорія та методика викладання гімнастики. Кам'янець-Подільський: ПП «ОПЮМ», 2012. 288с.
2. Ахметов Р.Ф., Максименко Г.М., Кутек Т.Б. Легка атлетика: Підручник. Житомир: ЖДУ ім. І.Франка, 2010. 337 с.
3. Козіна ЖЛ, Поярков ЮМ, Церковна ОВ, Воробйова ВО. Спортивні ігри: Загальні основи теорії і методики спортивних ігор [навч. посібник]. Харків; 2010; т1. 200 с.
4. Попуша В. Г. Теорія і методика фізичного виховання у схемах і таблицях: навч. посібник. Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2010. 128 с.
5. Сергієнко Л. П. Терміни і поняття у фізичній культурі. Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2011. 264 с.
6. Теорія і методика фізичного виховання [підручник для ВНЗ фіз. вих. і спорту] під ред. Круцевич Т.Ю. Київ: Олімпійська л-ра; 2017; т1. 448 с.
7. Фізична культура. Програма для загальноосвітніх навчальних закладів. Міністерство освіти і науки України. К.: Перун, 2004. 72 с.

Додаткові:

1. Артюшенко О.Ф. Легка атлетика: Навчальний посібник для студентів факультетів фізичної культури. Черкаси: БРАМА-ІСУЕП, 2000. 316 с.
2. Москаленко Н.В., Власюк О.О., Степанова І.В.. та ін. Інноваційні технології у фізичному вихованні школярів[навч. посіб. для студ. ВНЗ]. Дніпропетровськ: Інновація; 2014. 332 с.
3. Салямін Ю.М., Терещенко І.А, Прокопюк С.П., Левчук Т.М. Гімнастична термінологія. Начальний посібник для студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту. Київ, Олімпійська література. 2010. 97 с.
4. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2006. Частина 1. 272 с.
5. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2007. Частина 2. 248 с.