

Міністерство освіти і науки України
Рівненський державний гуманітарний університет

«ЗАТВЕРДЖЕНО»
Голова приймальної комісії Рівненського
державного гуманітарного університету
проф. Р.М. Постолюк
«19 березня» 2019 р.

**ПРОГРАМА ДОДАТКОВОГО ВИПРОБУВАННЯ
ЗІ СПЕЦІАЛЬНОСТІ 017 «ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ»**

для вступників на здобуття ступеня вищої освіти «Магістр»
на основі ступеня (освітньо-кваліфікаційного рівня) бакалавра, спеціаліста, магістра

Схвалено вченою радою педагогічного факультету
Протокол № 3 від «19» березня 2019 р.

Голова вченої ради
педагогічного факультету  проф. Сілков В.В.

Розробники: проф. Кіндрат В.К.
проф. Савлюк С.П.
доц. Ярмошук О.О.

Рівне – 2019

Програма додаткового випробування зі спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» для вступників на здобуття ступеня вищої освіти «Магістр» на основі ступеня (освітньо-кваліфікаційного рівня) бакалавра, спеціаліста, магістра / В.К. Кіндрат, С.П. Савлюк, О.О. Ярмошук – Рівне : РДГУ, 2019. – 7 с.

Розробники:

Кіндрат В.К., професор, кандидат педагогічних наук, зав.кафедри теорії та методики фізичного виховання РДГУ

Савлюк С.П., професор, доктор наук з фізичного виховання і спорту

Ярмошук О.О. доцент, кандидат наук з фізичного виховання і спорту

Рецензент:

Литвиненко Світлана Анатоліївна, професор, доктор педагогічних наук, професор кафедри практичної психології та психотерапії РДГУ

Програма додаткового випробування з теорії та методики фізичного виховання для вступників на здобуття ступеня вищої освіти магістра на основі ступеня (освітньо-кваліфікаційного рівня) бакалавра, спеціаліста, магістра визначає вимоги до рівня підготовки вступників у межах підготовки бакалаврів, зміст основних освітніх компетенцій, критерії оцінки відповідей вступників, рекомендовані літературні джерела.

Розглянуто на засіданні кафедри теорії і методики фізичного виховання (протокол № 3 від 5 березня 2019 р.).

ЗМІСТ

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА	4
ЗМІСТ ВСТУПНОГО ВИПРОБУВАННЯ	5
КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ЗНАНЬ ВСТУПНИКІВ	6
СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ	7
ІНФОРМАЦІЙНИЙ РЕСУРС	7

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Програму додаткового випробування зі спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» для вступників на здобуття ступеня вищої освіти «Магістр» на основі ступеня (освітньо-кваліфікаційного рівня) бакалавра, спеціаліста, магістра складено на основі освітньо-професійної програми «Фізична культура і спорт» першого (бакалаврського) рівня освіти. **Метою** Програми є перевірка знань та умінь вступників з базових дисциплін спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» і включає найбільш важливий матеріал курсів.

На додатковому випробуванні вступник повинен продемонструвати:

- глибину знань основних розділів фахових дисциплін;
- вміння формулювати визначення;
- ілюструвати свої відповіді прикладами;
- встановлювати міжпредметні зв'язки.

Порядок проведення додаткового випробування.

Вступне випробування проводиться згідно з розкладом, складеним приймальною комісією Рівненського державного гуманітарного університету.

Допуск до вступного випробування вступників здійснюється за умови наявності аркуша результатів вступних випробувань та документа, що засвідчує особу (паспорт).

Фахове випробування проводиться в усній формі, що передбачає надання відповідей на питання екзаменаційних білетів. Вступник отримує тільки один комплект екзаменаційних завдань, заміна завдань не дозволяється. Екзаменаційні білети складаються відповідно до даної програми, друкуються на спеціальних бланках за встановленим зразком та затверджуються головою приймальної комісії Рівненського державного гуманітарного університету.

Під час фахового випробування вступник має право звернутися до екзаменаторів з проханням щодо уточнення умов завдань. Натомість вступнику не дозволяється користуватися сторонніми джерелами інформації (електронними, друкованими, рукописними) та порушувати процедуру проходження фахового випробування, що може бути причиною для відсторонення вступника від вступних випробувань.

Для письмового запису відповідей на екзаменаційні завдання використовуються аркуші усної відповіді відповідного зразка. Після внесення вступником відповіді до зазначеного аркушу він ставить під нею свій підпис, що підтверджується підписами голови та екзаменаторами фахової атестаційної комісії.

Порядок оцінювання результатів фахового випробування.

Оцінювання відповіді вступника на фаховому випробуванні здійснюється членами екзаменаційної комісії, призначеної згідно з наказом ректора. Підставою для формування оцінки є правильність, логічність, глибина відповіді, вміння аналізувати проблеми, які стосуються змісту відповіді, виробляти самостійні оцінки та рішення щодо розв'язання таких проблем. Оцінювання відповіді вступника на додатковому випробуванні – за шкалою «склав»-«не склав».

ЗМІСТ ВСТУПНОГО ВИПРОБУВАННЯ

Фізичне виховання в Стародавній Греції. Олімпійські ігри та основні цінності олімпізму. Визначні спортивні досягнення олімпійців світу, зокрема, олімпійців України.

Вихідні поняття теорії і методики фізичного виховання (фізична культура, фізичне виховання, фізичний розвиток, фізичні якості, фізичне здоров'я, фізичний стан, фізична підготовленість, рухова активність).

Загальна характеристика здорового способу життя. Шкідливі звички та їх вплив на здоров'я людини. Фізичні вправи як основний засіб фізичного виховання та їх вплив на фізичний розвиток. Раціональний руховий режим школяра (добовий, тижневий та протягом року). Способи рухової діяльності школярів різного віку. Основи раціонального харчування. Форми занять рекреаційної, фізкультурно-оздоровчої та спортивної спрямованості. Поняття про оздоровчі системи. Вплив занять фізичними вправами на основні функції і системи організму.

Значення занять фізичною культурою та спортом для підтримання розумової працездатності. Ранкова гігієнічна гімнастика, фізкультурні хвилинки та фізкультурні паузи, рухлива перерва, спортивна година та їх значення. Природні та гігієнічні фактори як засоби фізичного виховання.

Загартування як засіб зміцнення здоров'я. Правила загартування холодними та тепловими процедурами. Правила гігієни та санітарії під час занять фізичною культурою.

Спортивний одяг і взуття. Життєво важливі способи пересування людини (ходьба, біг, стрибки, лазіння, вправи в рівновазі, вправи в метанні та ловінні предметів, піднімання та перенесення, способи подолання перешкод).

Гімнастика як засіб фізичного виховання. види гімнастики. Рухливі ігри як засіб фізичного виховання. Спортивні ігри як засіб фізичного виховання.

Туризм як засіб фізичного виховання. Види туризму.

Акробатичні вправи і їх значення в підготовці спортсменів різних спеціальностей (перекати, перекиди, перевороти, рівновага, шпагат, мости, стійки, падіння). Загальна фізична підготовка школярів різного віку. Поняття фізичного розвитку та фізичної підготовленості.

Засоби розвитку фізичних здібностей: сили, швидкості, витривалості, гнучкості, спритності та методи контролю. Особливості фізичного розвитку і функціонального стану організму школярів різного віку. Ознаки перевтоми та засоби їх попередження. Характеристика основних способів регулювання фізичного навантаження (швидкість та тривалість виконання вправ).

Основи самоконтролю під час занять фізичними вправами. Перша допомога при травмах (удар, вивих, перелом, розтягнення, обмороження, опіки). Правила техніки безпеки під час занять фізичною культурою в спортивних залах, на спортивному майданчику, на ковзанці. Правила самостійних занять та методика складання індивідуальних програм занять фізичними вправами.

Термінологія стройових вправ (стройові вправи і команди, різновидності розподілу групи, пересування і зупинка, повороти на місці, шиккування і перешикування, дроблення і злиття, зведення і розведення, розмикання і змикання). Форми фізичного виховання (урочні, позаурочні, позакласні, позашкільні). Урок як основна форма фізичного виховання. Фізична рекреація, її види. Методи фізичного виховання. Принципи фізичного виховання.

«Закон України про фізичну культуру і спорт».

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ЗНАТЬ ВСТУПНИКІВ

Рівень професійної компетентності вступників оцінюється за шкалою «склав / не склав».

I рівень – початковий Відповіді вступника на теоретичні питання елементарні, фрагментарні, зумовлюються початковими уявленнями про сутність математичних категорій. У відповідях на практичні та творчі завдання вступник не виявляє самостійності, демонструє не вміння аналізувати діяльність учасників навчально-виховного процесу, приймати рішення.

II рівень – середній. Вступник володіє певною сукупністю теоретичних знань, практичних умінь, навичок, здатний виконувати завдання за зразком, володіє елементарними вміннями здійснювати пошукову, евристичну діяльність, самостійно здобувати нові знання.

III рівень – достатній. Вступник знає істотні ознаки понять, явищ, закономірностей, зв'язків між ними, а також самостійно застосовує знання в стандартних ситуаціях, володіє розумовими операціями (аналізом, абстрагуванням, узагальненням тощо), вміє робити висновки, виправляти допущені помилки. Відповідь повна, правильна, логічна, обґрунтована, хоча їй і бракує власних суджень.

IV рівень – високий. Передбачає глибокі знання з фахових дисциплін; ерудицію, вміння застосовувати знання творчо, здійснювати зворотній зв'язок у своїй роботі, самостійно оцінювати різноманітні життєві ситуації, явища, факти, виявляти і відстоювати особисту позицію. Відповідь вступника свідчить про його вміння адекватно оцінити власні здібності, можливості, рівень домагань, психологічні особливості; вибрати найефективніший варіант поведінки в тій чи іншій ситуації; регулювати власні емоційні стани, долати критичні ситуації тощо.

**Таблиця відповідності
рівнів компетентності за значенням шкали оцінювання під час вступного
випробування**

Рівень компетентності	Шкала оцінювання
<p>Початковий Відповіді вступника невірні, фрагментарні, засвідчують відсутність розуміння програмового матеріалу в цілому.</p>	не склав
<p>Середній Відповіді вступника визначаються правильним розумінням суті питання програмового матеріалу, але при цьому допускаються окремі неточності у формулюваннях, доведеннях теорем. Завдання практичного характеру не розв'язані або у їх розв'язку допущено грубі помилки, що свідчить про поверхневий, фрагментарний характер знань вступника.</p>	склав
<p>Достатній Вступник демонструє правильне і глибоке розуміння суті питання програмового матеріалу, але при цьому допускає окремі неточності непринципового характеру.</p>	
<p>Високий Відповіді вступника визначаються правильним і глибоким розумінням суті питання програмового матеріалу; глибоким і аргументованим доведенням основних тверджень.</p>	

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

Основна

1. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта / Л.В. Волков. –К., Олимп. лит., 2002. – 296 с.
3. Герцик М.С., Вацеба О.М. Вступ до спеціальностей галузі «Фізичне виховання і спорт»: Підручник. –Харків: «ОВС», 2005. –240 с.
4. Данилко М.Т. Формування готовності до професійної діяльності майбутніх учителів фізичної культури / М.Т. Данилко — Луцьк: Волин. обл. друк., 2003. — 234 с.
5. Дятленко С.М. Фізична культура в школі : 5 –11 класи : методичний посібник. – К. : Літера ЛТД, 2011. – 368 с.
6. Іванова Л.І. Фізичне виховання учнів з відхиленнями у стані здоров'я : [метод. посібник] / Л.І.Іванова. –К. : Літера ЛТД, 2012. – 320 с.
7. Козлова К.П. Тести для контролю знань студентів - випускників факультету фізичного виховання / К.П. Козлова, В.М. Костюкевич, Л.Г. Євсєєв. — Вінниця, 2000. — 24с.
8. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання: [Підручник для студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту] / Т. Ю. Круцевич. – Т.1, 2 –К. : Олімпійська література, 2012. – 392 с.
10. Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физич. культуры. – М.: Сов. спорт, 2004. – 463с.
11. Термінологія вправ основної гімнастики. Навчальний посібник. – Рівне: РДГУ, 2011. – 150с.
12. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. –Частина 1. –Тернопіль: Навчальна книга –Богдан, 2001. –272 с.
- 13.Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. –Частина 2.–Тернопіль: Навчальна книга –Богдан, 2002. –248 с.
14. Ярмошук О.О. Фізична культура з методикою викладання. Рівне: Рівненський державний гуманітарний університет, 2010.

Додаткова

1. Андрощук Н.В., Андрощук М.М. Основи здоров'я і фізична культура (теоретичні відомості). –Тернопіль: „Підручники і посібники”, 2006. –160 с.
2. Від гри до здоров'я нації. Рухливі та українські народні ігри, естафети на уроках фізичної культури. Методичний посібник.-Тернопіль: Підручники і посібники, 2000.-80 с.
3. Легкая атлетика, правила соревнований. —М.: Терра спорт, 2000. —72 с.
4. Леськів А.Д., Андрощук Н.В., Дзюбановський А.Б. Форми і засоби фізичного виховання молодших школярів. Методичний посібник (видання 2-ге, доповнене).-Тернопіль: СМП “Астон”, 2000.-175 с.
5. Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту. –К., 2004.–16 с.
6. Озолин Н.Г. Наука побеждать (настольная книга тренера). –М.: „Астрель”, 2006. – 863 с.
7. Теоретико-методичні основи управління багаторічною підготовкою стрибунів у висоту високого класу: Монографія-Житомир / Ахметов Р.Ф./ –Вид-во ЖДУ ім.. І.Франка, 2005. –284 с.
8. Худолій О.М. Основи методики викладання гімнастики: Навч. посібник . –Харків: „ОВС”, 2004.–414 с.

ІНФОРМАЦІЙНИЙ РЕСУРС

1. <http://uk.wikipedia.org/wiki>. – Віртуальна енциклопедія.
2. <http://www.osvita.org.ua>. – Освітній портал.
3. <http://tnpu.edu.ua>. – Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка.
4. <http://www.info-library.com.ua>. – Електронна бібліотека підручників.