

Міністерство освіти і науки України  
Відокремлений підрозділ «Лисичанський педагогічний коледж  
Луганського національного університету  
імені Тараса Шевченка»

ЗАТВЕРДЖУЮ

Директорка ВП «Лисичанський  
педагогічний коледж ЛНУ імені  
Тараса Шевченка



О. П. Літовка

2021 р.

## ПРОГРАМА

### СПІВБЕСІДИ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

для спеціальності 014.11 «Середня освіта (Фізична культура)»  
галузі знань 01 «Освіта»

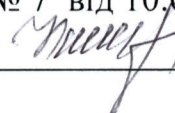
**освітньо-професійного ступеня фахового молодшого бакалавра**

(для вступників денної форми навчання та для здобуття освітньо-професійного ступеня фахового молодшого бакалавра на основі базової загальної середньої освіти та на вакантні місця другого курсу (з нормативним терміном навчання))

Розглянуто на засіданні ц.к

викладачів фізичного виховання

Протокол № 7 від 10.02.2021 р.

Голова ц/к  Крошка С.А.

Лисичанськ 2021

## **ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА**

### **Фізичне виховання**

#### **(база 9 класів)**

Інтереси особистості, суспільства і виробництва вимагають від фахівця високого рівня профільованої особистої фізичної культури, що забезпечує добрий стан здоров'я, активність та багато у чому визначає прогрес особистості.

Фізична культура – невід'ємна важлива частина загальної і фахової культури особистості сучасного фахівця, що забезпечує фундамент його фізичного, духовного добробуту й успіхи у виробничій діяльності. Вона є якісною, динамічною характеристикою рівня розвитку і реалізації можливостей людини, що забезпечує біологічний потенціал його життєдіяльності, необхідний для гармонійного розвитку, прояви соціальної активності, творчої праці. Все це обумовлює соціальне замовлення на оволодіння особистою фізичною культурою на всіх етапах формування фахівця. Особливе значення має оволодіння фізичною культурою у закладі вищої освіти, де закладаються основи професійної підготовки.

Свої функції, що розвивають і формують особистість, фізична культура реалізує через систему фізичного виховання.

Фізичне виховання – це педагогічний процес, спрямований на фізичний розвиток, функціональне удосконалення організму, навчання основним життєво важливим руховим навичкам, вмінням і зв'язаних із ними знаннями для успішної наступної професійної діяльності.

Фізичне виховання віднесено до числа обов'язкових дисциплін закладів вищої освіти, зокрема фахової передвищої, освоєння якої проводиться за спеціальною програмою тільки в межах суворо організованого освітнього процесу і тільки під керівництвом викладачів-професіоналів.

До співбесіди допускаються особи, які пройшли медичне обстеження і допущені лікарем, чітко усвідомили мету своєї участі, ознайомлені з технікою і правилами безпеки під час їх виконання.

Програма містить розділи «Пояснювальна записка», «Програма підготовки до вступних випробувань (перелік питань)», «Вимоги та критерії оцінювання (за 200-бальною шкалою)», «Перелік рекомендованої навчальної літератури».

Нормативною базою для розробки програми співбесіди з фізичної культури є: програма з фізичної культури для закладів загальної середньої освіти.

## ПРОГРАМА ПІДГОТОВКИ ДО ВСТУПНИХ ВИПРОБУВАНЬ

Співбесіда – це невеличкий іспит, на якому перевіряються ваші фахові, ділові та психологічні якості, а також ваші здібності та потенціал. Він може проходити як під час дистанційного формату зустрічі, так і при особистій зустрічі з представниками підрозділу персоналу.

Особи, що вступають на спеціальність «Середня освіта (Фізична культура)» за співбесідою відповідають на теоретичні питання (3-4). Всього представлено 40 питань.

### *Питання для співбесіди*

1. Виберіть висловлювання, що стосується терміна "стретчинг"
2. Відновлення сучасного олімпійського руху.
3. Вкажіть назву кута між напрямом на географічну північ і тим напрямом, у якому необхідно рухатися, називається.
4. Внесок українців у розвиток сучасного олімпізму.
5. Гіподинамія є наслідком....
6. Динамометр служить для вимірювання показників
7. До змісту здорового способу життя людини відносяться .
8. Індивідуальний розвиток організму людини впродовж його життя називається....
9. Місце фізичної культури у загальній культурі людства.
10. На яких посадах можуть працювати фахівці з фізичного виховання?
11. Назвіть візуальні ознаки фізичної перевтоми.
12. Назвіть основні документи, які регулюють діяльність в галузі фізичної культури і спорту України.
13. Назвіть фахові спеціальності за напрямком фізичної культури і спорту.
14. Недостатність рухової активності людини в режимі дня має назву.
15. Основне призначення тренера-викладача.
16. Основне призначення фахівця з фізичного виховання.
17. Основні проблеми розвитку олімпійського руху сучасності.
18. Позначте характеристику бігу по дистанції
19. Професія – це своєрідна сукупність умінь, навичок, видів діяльності, особистих захоплень та зацікавлень людини, що служить джерелом заробітку, сприяє виявленню творчих здібностей і реалізації власних та суспільних устремлінь. Дайте характеристику своєї професії.
20. Слово «гімнастика» походить від грецького *gymnazo*. Укажіть, що це означає.
21. Спеціальність – це вузький, спеціалізований вид трудової діяльності у рамках конкретної професії, в якому людина досягла потрібного рівня підготовки, певної професійної майстерності й набула необхідного досвіду. Дайте характеристику своєї спеціальності.
22. Стандартні розміри баскетбольного майданчика (довжина і ширина – у метрах) складають.

23. Укажіть визначення поняття «гігієна».
24. Укажіть частоту серцевих скорочень, яка не повинна перевищувати під час занять фізичними вправами
25. Укажіть, якого року і де відбулися I Міжнародні Олімпійські ігри.
26. Чому урок називають основною формою реалізації завдань фізичного виховання?
27. Що таке МОК? Коли він утворений і в чому полягає його діяльність?
28. Які основні завдання в суспільстві вирішує фізична культура?
29. Які основні завдання стоять перед навчальною дисципліною "Фізична культура"?
30. Яку фізичну якість розвиває човниковий біг 4x9 м.
31. Мета фізичного виховання.
32. Позакласні заняття фізичними вправами.
33. Вплив занять фізичним вправами на естетичне виховання здобувачів освіти.
34. Розкрити поняття фізичне виховання та його особливості.
35. Фізичний розвиток та його особливості.
36. Індивідуальний метод організації навчальної діяльності.
37. Рухова активність - основний засіб фізичного виховання.
38. Сили природи та гігієнічні фактори як засоби фізичного виховання.
39. Фізкультхвилини і фізкультпаузи.
40. Фізичне виховання учнів поза межами закладу освіти.

## ВИМОГИ ТА КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ (ЗА 200-БАЛЬНОЮ ШКАЛОЮ)

*Додаток 4 до Правил прийому до ВП  
«Лисичанський педагогічний коледж  
Луганського національного  
університету імені Тараса  
Шевченка» в 2021 р.*

**ТАБЛИЦЯ**  
**переведення середнього бала документа про повну загальну середню**  
**освіту, обрахованого за 12-бальною шкалою, в шкалу 100-200**

1	100	4	120	8	160
1,1	100	4,1	121	8,1	161
1,2	100	4,2	122	8,2	162
1,3	100	4,3	123	8,3	163
1,4	100	4,4	124	8,4	164
1,5	100	4,5	125	8,5	165
1,6	100	4,6	126	8,6	166
1,7	100	4,7	127	8,7	167
1,8	100	4,8	128	8,8	168
1,9	100	4,9	129	8,9	169
2	100	5	130	9	170
2,1	101	5,1	131	9,1	171
2,2	102	5,2	132	9,2	172
2,3	103	5,3	133	9,3	173
2,4	104	5,4	134	9,4	174
2,5	105	5,5	135	9,5	175
2,6	106	5,6	136	9,6	176
2,7	107	5,7	137	9,7	177
2,8	108	5,8	138	9,8	178

2.9	109	5.9	139	9.9	179
3	110	6	140	10	180
3.1	111	6.1	141	10.1	181
3.2	112	6.2	142	10.2	182
3.3	113	6.3	143	10.3	183
3.4	114	6.4	144	10.4	184
3.5	115	6.5	145	10.5	185
3.6	116	6.6	146	10.6	186
3.7	117	6.7	147	10.7	187
3.8	118	6.8	148	10.8	188
3.9	119	6.9	149	10.9	189
		7	150	11	190
		7.1	151	11.1	191
		7.2	152	11.2	192
		7.3	153	11.3	193
		7.4	154	11.4	194
		7.5	155	11.5	195
		7.6	156	11.6	196
		7.7	157	11.7	197
		7.8	158	11.8	198
		7.9	159	11.9	199
				12	200

## Критерії оцінювання відповідей

### Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів		Оцінка за національною шкалою	
		За національною шкалою	
180-200	<b>A</b>	відмінно	Абітурієнт дає обґрунтовані, повні і послідовні відповіді на поставлені запитання, творчо підходить до засвоєного матеріалу, вільно володіє визначеними компетентностями, чітко і технічно грамотно висловлює свою думку. Вміє аналізувати факти і події, приймати рішення. Допустимі 1-2 незначні неточності, які не призводять до неправильних висновків або рішень
179-160	<b>B</b>	добре	У відповіді зроблена не принципова помилка несуттєвого характеру. Матеріал викладено з дотриманням вимог оформлення роботи
159-150	<b>C</b>	добре	У відповіді зроблені деякі не принципові помилки, несуттєвого характеру. Абітурієнт робить певні узагальнення і висновки, але не наводить практичних прикладів. Матеріал викладено з дотриманням вимог
149-130	<b>D</b>	задовільно	У відповіді зроблено деякі помилки. Абітурієнт допускає суттєві помилки в висновках
129-120	<b>E</b>	задовільно	Недостатня повнота викладення матеріалу, наявність неточностей при викладенні теоретичних питань. Порушення логічної послідовності викладення матеріалу
119-110		незадовільно з можливістю повторного складання	Відсутність знань по більшій частині матеріалу, погане засвоєння положень
109-100		незадовільно	Відсутність знань по матеріалу

## ПЕРЕЛІК РЕКОМЕНДОВАНОЇ НАВЧАЛЬНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Ареф'єв В. Г. Фізична культура в школі: Навчальний посібник для студентів навчальних закладів II-IV рівнів акредитації / В. Г. Ареф'єв, Г. А. Єдинак. – Кам'янець-Подільський: ПП Буйницький О. А., 2007. – 248 с.
2. Гладка Т. І. Інноваційна діяльність і гуманізація освіти: філософський аспект / Гладка Т. І. // Вісник Дніпропетровського університету. Філософія. Соціологія. Політологія. – 2007. – Випуск 15. – С. 172-177.
3. Енциклопедія освіти / [Акад.пед.наук України / голов. ред. В. Г. Кремень]. – К. : Юрінком Інтер, 2008. – 1040 с.
4. Євтух М. Б. Забезпечення якості вищої освіти – важлива умова інноваційного розвитку держави і суспільства/ М. Б. Євтух, І. С. Волощук // Педагогіка і психологія. – 2008. – № 1. – С.70-74.
5. Закон України „Про освіту”. Постанова ВР від 05.09.2017р., № 38-39 № 2145-VIII [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19> – Заголовок з екрану.
6. Закон України „Про фізичну культуру і спорт”. Постанова ВР № 3809-XII від 24.12.93, ВВР, 1994р, № 14 [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2273-19> – Заголовок з екрану.
7. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання : [підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту] / за ред. Т. Ю. Круцевич. – К. : Олімпійська література, 2008. – Т. 2. – 366 с.
8. Концепція реалізації державної політики у сфері реформування загальної середньої освіти „Нова українська школа” на період до 2029 року. Розпорядження КМУ № 988-р від 14.12.16 року [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <https://www.kmu.gov.ua/storage/app/media/reforms/ukrainska-shkola-compressed>. – Заголовок з екрану.
9. Навчальна програма з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів, 10–11 класи. Рівень стандарту / Тимчик М. В., Алексейчук Є. Ю., Деревянко В. В. та ін. [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna-serednya-osvita/navchalni-programi/navchalni-programi-dlya-10-11-klasiv> – Заголовок з екрану.
10. Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року „Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація”. Указ Президента України від 9.02.2016р. № 42/2016 [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/42/2016> – Заголовок з екрану.
11. Сергієнко Л. П. Теорія і методика фізичного виховання. / Л. П. Сергієнко, С. М. Борщов, М. В. Шелудешева. – Слов'янськ, 2007. – Ч. 2. – С. 58-66.