

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ІЗМАЙЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ПЕДАГОГІЧНИЙ ФАКУЛЬТЕТ  
КАФЕДРА СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ, СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА  
ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ



«ЗАТВЕРДЖЕНО»  
Вченою радою педагогічного факультету  
Протокол № 9 від 26.02.2020 р.  
факультет  
Голова 02125467 проф. Кічук Н.В.

**ПРОГРАМА АТЕСТАЦІЙНОГО ЕКЗАМЕНУ**

**«Тренерсько – викладацька діяльність та**  
**медико-біологічні основи фізичної культури»**  
(назва атестаційного екзамену)

**освітній ступінь** бакалавр  
(назва освітнього ступеня)

**галузь знань** 01 Освіта / Педагогіка  
(шифр і назва галузі знань)

**спеціальність** 017 Фізична культура і спорт  
(код і назва спеціальності (предметної спеціальності або спеціалізації))

**освітня програма** Фізична культура і спорт: тренерсько-викладацька  
(назва освітньої програми)

Ізмаїл – 2020

**ПОГОДЖЕНО:**

Гарант освітньо-професійної програми

доц. Ярчук Г.В.*(підпис, ініціали, прізвище)***РЕКОМЕНДОВАНО:**кафедрою соціальної роботи, соціальної педагогіки та фізичної культурипротокол № 6 від 12.02.2020р.

Завідувач кафедри

доц. Фурдуй С.Б.*(підпис, ініціали, прізвище)***ПОГОДЖЕНО:**Голова ради якості вищої освіти  
педагогічного факультетук.п.н., викл. Сич Ю.І.*(підпис, ініціали, прізвище)***Розробник програми:**Ярчук Геннадій Васильович – кандидат філософських наук,  
доцент кафедри соціальної роботи, соціальної педагогіки та  
фізичної культури**Рецензент програми:**Ніфака Ярослав Миколайович – кандидат наук фізичного  
виховання та спорту, доцент кафедри соціальної роботи,  
соціальної педагогіки та фізичної культуриЖитомирський Леонід Олександрович – старший  
викладач кафедри соціальної роботи, соціальної  
педагогіки та фізичної культури© Ярчук Г.В., 2020 р.  
© ІДГУ, 2020 р.

# 1. МЕТА І ЗАВДАННЯ АТЕСТАЦІЙНОГО ЕКЗАМЕНУ

**Метою** атестаційного екзамену є: формування у студентів цілісного уявлення про призначення, форми, методи, технології, принципи спортивного тренування та медико-біологічних основ фізичної культури, що дає можливість кращої орієнтації фахівців в проблемах навчального процесу в спортивних секціях ДЮСШ, формування у учнів здорового способу життя.

**Завданнями** атестаційного екзамену є: виявити сформовані у студентів знання з предмету «Тренерсько – викладацька діяльність та медико-біологічні основи фізичної культури» з використанням інноваційних технологій, широкого світогляду, вміння орієнтуватися у великому обсязі професійної інформації та застосувати її у практичній професіональній діяльності.

## 2. ЕТАПИ ТА ФОРМИ ПРОВЕДЕНИЯ

### 2.1. Етапи проведення:

один етап

### 2.2. Форми проведення - усна

## 3. СТРУКТУРА ТА ЗМІСТ ЕКЗАМЕНАЦІЙНИХ ЗАВДАНЬ

### 3.1. Структура екзаменаційного завдання

Назва екзаменаційного завдання	Компетентності, що перевіряються	Результати навчання, що перевіряються
<b>Завдання для перевірки фахових компетентностей зі спеціальності</b>		
<i>Завдання 1. Теоретичне питання з методики тренерсько-викладацької діяльності</i>	ФК 2. Здатність застосовувати сучасні методи й освітні технології навчання у фізичному вихованні. ФК 3. Здатність здійснювати об'єктивний контроль і оцінювання рівня навчальних досягнень учнів з фізичного виховання. ФК 4. Здатність аналізувати особливості сприйняття та засвоєння учнями навчальної інформації з метою прогнозу ефективності та корекції навчально-виховного процесу з фізичного виховання. ФК 7. Здатність оволодівати базовими і новими видами фізкультурної діяльності. ФК 10. Здатність самостійно проводити навчальні заняття з фізичної культури з дітьми шкільного віку та учнями в загальноосвітніх установах, освітніх закладах середньої та професійної освіти, позакласну спортивно-масову роботу з учнями. ФК 11. Здатність самостійно проводити заняття з в шкільній секції спортивного напряму, здійснювати профілактику травматизму. ФК 12. Здатність виховувати в учнів	ПРН 5. Знає закони і принципи розучування рухових умінь і навичок, володіє теорією і методикою розвитку рухових умінь і навичок в базових видах рухової активності. ПРН 7. Знає вимоги до оформлення документації та основні закономірності побудови документів для здійснення навчального процесу в галузі фізичного виховання та спорту. ПРН 13. Володіння інформацією про інноваційні підходи до підвищення резервних можливостей організму людини. ПРН 14. Вміє проводити дослідження на відповідному рівні, здійснювати пошук, обробку та аналіз інформації з різних джерел, вчитися і оволодівати сучасними знаннями для їх подальшої реалізації в практиці. ПРН 15. Спроможний розвивати педагогічну думку, методи педагогічного контролю і контролю якості навчання, актуальні дидактичні технології. ПРН 16. Володіє педагогічними, медико-біологічними, інформаційними технологіями для

	<p>соціально-особистісні якості: цілеспрямованість, організованість, працьовитість, відповіальність, громадянськість, комунікативність.</p>	<p>формування здорового способу життя, розвитку рухових умінь і навичок, розвитку фізичних (рухових) якостей у представників різних груп населення і вміс самостійно розробляти методики і технології для інтегрального гармонійного розвитку людини.</p> <p>ПРН 19. Вміє розробляти навчально-методичні матеріали (робочі програми, навчально-тематичні плани) на основі освітнього стандарту та зразкових програм з урахуванням виду освітньої установи, особливостей класу / групи та окремих учнів.</p>
<p><b>Завдання 2.</b> <b>Теоретичне питання з медико-біологічних основ фізичної культури</b></p>	<p>ФК 1. Здатність формувати в учнів предметні компетентності з фізичного виховання, медико-біологічних та психологічних основ і технологій розвитку рухових умінь і навичок та фізичних якостей, санітарно-гігієнічних основ діяльності у сфері фізичної культури.</p> <p>ФК 5. Здатність, розвитку рухових умінь і навичок, розвитку фізичних (до володіння педагогічними, медико-біологічними, інформаційними технологіями для формування здорового способу життя рухових якостей у представників різних груп населення і самостійної розробки методик і технологій для інтегрального гармонійного розвитку людини.</p> <p>ФК 6. Здатність до аналізу, систематизації та оцінки педагогічного досвіду, здатність до розробки методики та технологій для розвитку рухових умінь і навичок та фізичних (рухових) якостей) на основі розуміння і застосування положень фізіології, морфології, біохімії, біомеханіки.</p> <p>ФК 9. Здатність здійснювати профілактику травматизму, забезпечувати охорону життя і здоров'я дітей.</p>	<p>ПРН 1. Знає та вміє застосовувати на практиці основні положення фізіології, біомеханіки, морфології, психології, біохімії для розвитку фізичних (рухових) якостей, формування рухових умінь і навичок людей різних вікових груп, володіє засобами інтегрального гармонійного (розумового, духовного і фізичного) розвитку людини.</p> <p>ПРН 2. Усвідомлює витоки і еволюцію формування теорії спортивного тренування, медико-біологічні та психологічні основи і технологію фізичного виховання представників різних вікових груп, санітарно-гігієнічні основи діяльності у сфері фізичної культури і спорту.</p> <p>ПРН 4. Володіє актуальними технологіями педагогічного контролю і корекції, засобами і методами управління станом людини.</p> <p>ПРН 8. Знає правила профілактики травматизму та надання першої медичної допомоги; володіє основними методами захисту персоналу та населення від можливих наслідків аварій, катастроф, стихійних лих.</p> <p>ПРН 10. Знає біологічні, соціальні, психологічні та ін. фактори збереження здоров'я</p> <p>ПРН 11. Знає біологічні, соціальні, психологічні, духовні фактори, що обумовлюють значущість професії фахівця в галузі фізичного виховання та спорту.</p> <p>ПРН 13. Володіння інформацією про інноваційні підходи до підвищення резервних можливостей організму людини.</p> <p>ПРН 15. Спроможний розвивати педагогічну думку, методи педагогічного контролю і контролю якості навчання, актуальні дидактичні технології.</p> <p>ПРН 16. Володіє педагогічними, медико-біологічними, інформаційними технологіями для формування здорового способу життя,</p>

		розвиту рухових умінь і навичок, розвитку фізичних (рухових) якостей у представників різних груп населення і вміс самостійно розробляти методики і технології для інтегрального гармонійного розвитку людини.
<b>Завдання 3.</b> <i>Практичне завдання:</i>  <i>Складання комплексів спеціальних вправ, опис методики тренування, розвиток фізичних якостей та положень про проведення змагань.</i>	<p>ФК 2. Здатність застосовувати сучасні методи й освітні технології навчання у фізичному вихованні.</p> <p>ФК 3. Здатність здійснювати об'єктивний контроль і оцінювання рівня навчальних досягнень учнів з фізичного виховання.</p> <p>ФК 5. Здатність, розвиту рухових умінь і навичок, розвитку фізичних (до володіння педагогічними, медико-біологічними, інформаційними технологіями для формування здорового способу життя рухових якостей у представників різних груп населення і самостійної розробки методик і технологій для інтегрального гармонійного розвитку людини.</p> <p>ФК 8. Здатність вести документацію, що забезпечує процес навчання з фізичної культури в середніх загальноосвітніх навчальних закладах.</p> <p>ФК 9. Здатність здійснювати профілактику травматизму, забезпечувати охорону життя і здоров'я дітей.</p> <p>ФК 10. Здатність самостійно проводити навчальні заняття з фізичної культури з дітьми шкільного віку та учнями в загальноосвітніх установах, освітніх закладах середньої та професійної освіти, позакласну спортивно-масову роботу з учнями.</p> <p>ФК 11. Здатність самостійно проводити заняття з в шкільній секції спортивного напряму, здійснювати профілактику травматизму</p>	<p>ПРН 3. Знає, як застосовувати на практиці основні вчення в галузі фізичної культури.</p> <p>ПРН 5. Знає закони і принципи розучування рухових умінь і навичок, володіє теорією і методикою розвитку рухових умінь і навичок в базових видах рухової активності.</p> <p>ПРН 7. Знає вимоги до оформлення документації та основні закономірності побудови документів для здійснення навчального процесу в галузі фізичного виховання та спорту.</p> <p>ПРН 17. Володіє руховими уміннями і навичками в обраному виді спорту на рівні кваліфікованого спортсмена.</p> <p>ПРН 18. Володіє руховими навичками в базових видах спорту на рівні масових розрядів; вдосконалює руховий арсенал шляхом формування рухових умінь і навичок в інших видах спорту.</p> <p>ПРН 19. Вміє розробляти навчально-методичні матеріали (робочі програми, навчально-тематичні плани) на основі освітнього стандарту та зразкових програм з урахуванням виду освітньої установи, особливостей класу / групи та окремих учнів.</p> <p>ПРН 20. Вміє розробляти перспективні та оперативні плани і програми конкретних занять в сфері дитячо-юнацького спорту та зі спортсменами масових розрядів.</p>

### 3.2. Зміст екзаменаційних завдань:

#### 3.2.1. Орієнтований перелік макротем з методики тренерсько-викладацької діяльності

1. Подача м'яча.
2. Прийом м'яча після подачі супротивника.
3. Передача м'яча для дій нападу.
4. Нападаючі дії.
5. Блокування.
6. Методика розвитку фізичних якостей баскетболістів:
7. Психологічна підготовка баскетболістів.
8. Етапи планування тренувального процесу.
9. Підготовка та участь у змаганнях.
10. Навчально тренувальна документація тренера.

### **3.2.2. Орієнтований перелік макротем з медико - біологічних основ фізичної культури**

1. Значення показників обміну речовин в біохімічному контролю в спорті.
2. Оздоровчий та лікувальний ефект фізичної культури та фізичних вправ.
3. Діагностичні методики фізичного розвитку дітей.
4. Фізкультурно-оздоровчі технології як спосіб реалізації фізичного здоров'я.
5. Види фізичних навантажень, їх інтенсивність
6. Раціональне харчування спортсменів.
7. Обмін речовин в організмі.
8. Поняття про процеси стомлення і відновлення при фізичному навантаженні.
9. Скелет та його сполучення у реалізації рухової активності.
10. Здоровий спосіб життя, як шлях формування та зміцнення здоров'я сучасної людини.
11. Основи лікувальної фізичної культури.
12. Методи дослідження у фізичній культурі.
13. Форми та засоби оздоровчої фізичної культури.
14. Лікувальна фізична культура при захворюваннях органів дихання.
15. Види фізичних навантажень та їх інтенсивність.
16. Основи дозування фізичного навантаження школярів.
17. Характеристика здоров'я людини. Методи оцінки здоров'я людини.
18. Поняття про оздоровче тренування.

### **3.2.3. Практичне завдання**

#### Приклади:

Правила з волейболу.

Методика організації та проведення змагань.

Структура тренувального заняття.

Методика організації і проведення літніх спортивних таборів,

методика тренування у літніх оздоровчих таборах.

**Написання конспекту тренувального заняття з заданої тими.**

## **4. КРИТЕРІЙ ОЦІНЮВАННЯ ЕКЗАМЕНАЦІЙНИХ ЗАВДАНЬ**

### *4.1. Шкала та схема формування підсумкової оцінки*

Підсумкова оцінка визначається як середньоарифметичне усіх оцінок отриманих за виконання всіх екзаменаційних завдань.

#### *Схема формування підсумкової оцінки*

<i>Оцінка за 1 завдання</i>	<i>Оцінка за 2 завдання</i>	<i>Оцінка за 3 завдання</i>	<i>Оцінка за додаткове питання</i>	<i>Середньозважений бал</i>	<i>Бали (за таблицю, дивись додаток1)</i>
<b>4</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>4,75</b>	<b>93</b>

*Приклад:*

$$(5+5+4+5) : 4 = 4,75 = 93$$

$$(4+5+4+5) : 4 = 4,5 = 88$$

Середньозважений бал переводиться за 100-бальною шкалою (дивись додаток 1).

Бали переводяться в оцінку за традиційною шкалою (дивись додаток 2).

Результат фіксується у протоколі засідання екзаменаційної комісії.

#### *4.2. Критерії оцінювання екзаменаційних завдань.*

<b>Оцінка</b>	<b>Критерії оцінення теоретичних завдань</b>
5	У відповіді відображене глибоке розуміння та усвідомлення матеріалу, творчий підхід до поставлених задач. Під час аналізу-інтерпретації зроблені самостійні висновки, аргументація, висловлене власне ставлення до проблеми. Студент має глибокі міцні й системні знання: може чітко сформулювати дефініції, використовуючи соціально-педагогічну термінологію, вільно володіє принципами побудови соціально-педагогічних знань, знає основні методологічні проблеми сучасної соціально-педагогічної науки; вміє аналізувати основні теорії та підходи з позиції методології науки, логічно та системно викладати матеріал, наводити приклади теоретичних та емпіричних досліджень за проблемою, вказуючи імена дослідників. У відповіді надано чіткі визначення соціально-педагогічних понять за різними підходами, виокремлено основні напрями дослідження даного питання, наведено прізвища дослідників та зазначено їх внесок в розробку даної теми, простежується зв'язок даної теми з іншими проблемами, наведено узагальнення у формі висновків, показано взаємозв'язок теоретичних положень з проблемами соціально-педагогічної практики.
4	Оцінка добре виставляється при наявності незначних недоліків у наданої відповіді, а саме: відображає глибокий пошук при досліженні та застосування навичок мислення високого рівня; показує явне поглиблення та розуміння теми; притягує увагу аудиторії. Студент має міцні ґрунтовні знання, але може припуститися неточностей у формулюванні, спостерігаються незначні мовленнєві помилки в наведених прикладах. Студент демонструє сформовані вміння критично оцінювати різні методологічні позиції, що склалися в сучасній науці, застосовувати знання методології під аналізу соціально-педагогічної теорії. У відповіді надано чіткі визначення соціально-педагогічних понять різних підходів, виокремлено основні напрями дослідження даного питання, наведено прізвища дослідників та зазначено їх внесок в розробку даної теми, простежується зв'язок даної теми з іншими проблемами, наведено узагальнення у формі висновків. Відповідь може мати певні неточності, або студент не пояснює певні положення, не визначає взаємозв'язок теоретичних положень з проблемами соціально-педагогічної практики.
3	Відповідь має чіткі цілі до відповідної теми. Включена інформація добута із різноманітних джерел. Студент знає програмний матеріал повністю, може продемонструвати навички узагальнення, систематизації, пояснення складних проблемних питань, але не вміє самостійно, знаходити зв'язок між методологією, соціально-педагогічною теорією та практикою. У відповіді надано чіткі визначення соціально-педагогічних понять, виокремлено основні напрями дослідження даного питання, наведено прізвища дослідників та визначено їх внесок в розробку даної теми, наведено узагальнення в формі висновків. Відповідь може мати певні неточності, можуть бути відсутніми пояснення певних положень, наводиться дані лише про один напрям дослідження даної проблеми. У відповіді простежується певна фрагментарність, але без порушень логіки викладення матеріалу, наводиться уся необхідна інформація, але без детального аналізу, без порівняння положень різних напрямів, без визначення методологічних основ теоретичного та практичного дослідження проблеми.

2	Відповідь представляє інформацію структуровано у формі опорного конспекту, зрозуміло для аудиторії. Зроблений акцент на важливих питаннях. Студент знає основні положення, але його знання мають загальний характер, іноді не підкріплени прикладами. Замість чіткого термінологічного визначення пояснює теоретичний матеріал на окремих прикладах, не узагальнюючи зміст, не визначаючи основних закономірностей. Студент має прогалини в теоретичному курсі та практичних вміннях. Відповідь має фрагментарний характер, але простежується певна логіка викладання матеріалу; інформація надається в неповному обсязі; не наводиться достатня кількість прикладів теоретичних та емпіричних досліджень, не визначаються методологічні основи дослідження проблематики. Відповідь не містить порівняльного аналізу різних підходів до проблеми, не простежується історичний аспект вивчення питання. Відповідь містить неточності щодо формулювання соціально-педагогічних дефініцій, у визначенні основних теоретичних положень та закономірностей, в узагальненні наданої інформації.
1	Відповідь сфокусована на темі, але не висвітлює її. Наявна певна організаційна структура, але вона не явна з показу. Можуть бути фактичні помилки чи незрозумілості, але вони не значні. Студент має фрагментарні знання; не володіє термінологією, оскільки поняттєвий апарат не сформовано на відповідному рівні; не вміє наводити аргументи, послідовно доводити свою думку, але орієнтується в загальній проблематиці за цим питанням, може навести ілюстративні приклади, визначення соціально-педагогічних понять, певні теоретичні положення за визначеною проблемою. Відповідь носить фрагментарний характер, відсутніми є узагальнення матеріалу в формі висновків, визначення необхідних теоретичних положень та закономірностей, пояснення їх на прикладах. У відповіді спостерігаються помилки у визначенні основних положень теорії, соціально-педагогічних термінів, закономірностей.
0	Відповідь здається випадковою, чи незакінченою. Наявні значні фактичні помилки, незрозумілості та нерозуміння теми. Студент має фрагментарні знання; не володіє термінологією, оскільки поняттєвий апарат не сформовано; не вміє логічно та послідовно викласти матеріал з визначеної проблеми. Мовлення невиразне, обмежене, бідне, словниковий запас не дає змогу вербально оформити ідею. Студент надає відповідь в неповному обсязі, відсутніми є визначення основних понять та викладення основних положень, узагальнень наданої інформації та прикладів. Наведена інформація містить суттєві помилки, неточності.

<b>Оцінка</b>	<b>Критерії оцінення практичного завдання</b>
5	Студент має глибокі міцні й системні знання: може чітко сформулювати дефініції, використовуючи соціально-педагогічну термінологію, вільно володіє принципами побудови соціально-педагогічних знань, знає основні методологічні проблеми сучасної соціально-педагогічної науки; вміє аналізувати основні теорії та підходи з позиції методології науки, логічно та системно викладати матеріал, наводити приклади теоретичних та емпіричних досліджень за проблемою, вказуючи імена дослідників. У відповіді надано чіткі визначення соціально-педагогічних понять за різними підходами, виокремлено основні напрями дослідження даного питання, наведено прізвища дослідників та зазначено їх внесок в розробку даної теми, простежується зв'язок даної теми з іншими проблемами, наведено узагальнення у формі висновків, показано взаємозв'язок теоретичних положень з проблемами соціально-педагогічної практики.
4	Студент має міцні ґрунтовні знання, але може припуститися неточностей у формулюванні, спостерігаються незначні мовленнєві помилки в наведених прикладах. Студент демонструє сформовані вміння критично оцінювати різні методологічні позиції, що склалися в сучасній науці, застосовувати знання методології під аналізу соціально-педагогічної теорії. У відповіді надано чіткі визначення соціально-педагогічних понять різних підходів, виокремлено основні напрями дослідження даного питання, наведено прізвища дослідників та зазначено їх внесок в розробку даної теми, простежується зв'язок даної теми з іншими проблемами, наведено узагальнення у формі висновків. Відповідь може мати певні неточності, або студента не пояснює певні положення, не визначає взаємозв'язок теоретичних положень з проблемами соціально-педагогічної практики.
3	Студент знає програмний матеріал повністю, може продемонструвати навички узагальнення, систематизації, пояснення складних проблемних питань, але не вміє самостійно, знаходити зв'язок між методологією, соціально-педагогічною теорією та практикою. У відповіді надано

	чіткі визначення соціально-педагогічних понять, виокремлено основні напрями дослідження даного питання, наведено прізвища дослідників та визначено їх внесок в розробку даної теми, наведено узагальнення в формі висновків. Відповідь може мати певні неточності, можуть бути відсутніми пояснення певних положень, наводиться дані лише про один напрям дослідження даної проблеми. У відповіді простежується певна фрагментарність, але без порушень логіки викладення матеріалу, наводиться уся необхідна інформація, але без детального аналізу, без порівняння положень різних напрямів, без визначення методологічних основ теоретичного та практичного дослідження проблеми.
2	Студент знає основні положення, але його знання мають загальний характер, іноді не підкріплені прикладами. Замість чіткого термінологічного визначення пояснює теоретичний матеріал на окремих прикладах, не узагальнюючи зміст, не визначаючи основних закономірностей. Студент має прогалини в теоретичному курсі та практичних вміннях. Відповідь має фрагментарний характер, але простежується певна логіка викладання матеріалу; інформація надається в неповному обсязі; не наводиться достатня кількість прикладів теоретичних та емпіричних досліджень, не визначаються методологічні основи дослідження проблематики. Відповідь не містить порівняльного аналізу різних підходів до проблеми, не простежується історичний аспект вивчення питання. Відповідь містить неточності щодо формулювання соціально-педагогічних дефініцій, у визначенні основних теоретичних положень та закономірностей, в узагальненні наданої інформації.
1	Студент має фрагментарні знання; не володіє термінологією, оскільки поняттєвий апарат не сформовано на відповідному рівні; не вміє наводити аргументи, послідовно доводити свою думку, але орієнтується в загальній проблематиці за цим питанням, може навести ілюстративні приклади, визначення соціально-педагогічних понять, певні теоретичні положення за визначеню проблемою. Відповідь носить фрагментарний характер, відсутніми є узагальнення матеріалу в формі висновків, визначення необхідних теоретичних положень та закономірностей, пояснення їх на прикладах. У відповіді спостерігаються помилки у визначенні основних положень теорії, соціально-педагогічних термінів, закономірностей.
0	Студент має фрагментарні знання; не володіє термінологією, оскільки поняттєвий апарат не сформовано; не вміє логічно та послідовно викласти матеріал з визначеної проблеми. Мовлення невиразне, обмежене, бідне, словниковий запас не дає змогу вербально оформити ідею. Студент надає відповідь в неповному обсязі, відсутніми є визначення основних понять та викладення основних положень, узагальнень наданої інформації та прикладів. Наведена інформація містить суттєві помилки, неточності.

## 5. ІНСТРУМЕНТИ, ОБЛАДНАННЯ ТА ПРОГРАМНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ДЛЯ ВИКОНАННЯ ЕКЗАМЕНАЦІЙНИХ ЗАВДАНЬ

не передбачено

## 6. РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

*Рекомендована література до першого завдання:*

*Основна:*

1. Амосов Н.М. Фізична активність і серце / Н.М. Амосов, Я. А. Бендет. – К: Здоров'я, 1984. – 232 с.
2. Архипов О. А. Особливості впровадження модульно – рейтингової системи у фізичне виховання студентства / О. А. Архипов. – У наук.-метод. журналі "Теорія і практика фізичного виховання" (зб. статей), № 2. – Донецьк: ДонНУ, 2004, с. 5-14.
3. Архипов О. А. Робоча навчальна програма з дисципліни "Фізичне виховання"(за кредитно – модульною технологією) для студентів 1-4 курсів / О. А. Архипов. – Київ, 2004. – 53с.

4. Бальсевич В. К. Фізична активність людини / В. К. Бальсевич, В. А. Запорожанов. – К: Здоров'я, 1987. – 224 с.
5. Гімнастика і методика викладання. Підручник для ВНЗ / Під заг. ред. Смолевського В. М.– М.: ФіС, 1987.-336 с.
6. Гімнастика і методика викладання. Підручник для ВНЗ./ Під заг. ред. Смолевського В. М. – М.: ФіС, 1987. – 336 с.
7. Дембо А. Р. Лікарський контроль у спорті / А. Р. Дембо. – М: Медицина, 1988. – 288 с. 393
8. Державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовки населення України. – К: 1997. – 36 с.

*Рекомендована література до другого завдання :*

1. Адаптивне фізичне виховання : навч. посібник / уклад.: Осадченко Т.М., Семенов А.А., Ткаченко В.Т. – Умань : ВПЦ «Візві», 2014. – 210 с.
2. Антропова Т.О. Обстеження та визначення стану здоров'я /Т.О. Антропова, А.А. Пісарєв, О.І. Колісніченко. – К.: Медицина, 2006. – 352 с.
3. Вайнабаум Яків Семенович «Дозування фізичних навантажень школярів» – К.: «Вища школа», 1999 – 300 с.
4. Волков Л.В. Фізичне виховання учнів – К.: «Вища школа», 1988 – 287 с.
5. Волков Н.И., Несен Э.Н., Осиенко А.А., Корсун С.Н. Биохимия мышечной деятельности.-М.: Олимпийская литература, 2000. – 494 с.
6. Горячев Т., Усанова А., Шепелева О. Основы лечебной физкультуры и спортивной медицины. Учебное пособие: Феникс. – 2016. – 256 с.
7. Граевская Н.Д., Долматова Т.И. Спортивная медицина. Курс лекций и практические занятия. Часть 1. Учебное особие. -М.: Советский спорт, 2004. – 304 с.
8. Девятова М.В., Карлова К.С., Панова Г.И., Смирнов Г.И. Избранные лекции по ЛФК. Курс лекций /СПбГАФК им. П. Ф. Лесгафта, 2003г. – 111 с.
9. Дж.Х. Уілмор, Д.Л. Костілл «Фізіологія спорту і рухової активності». – К.: «Вища школа», 1997 – 364 с.
10. Капилевич Л.В., Дьякова Е.Ю., Кошельская Е.В., Андреев В.И. Спортивная биохимия с основами спортивной фармакологии Учебное пособие. – Томск: ТПУ, 2011. – 152 с.
11. Качашкін В.М. Методика фізичного виховання. – М.: Просвещение, 1980 – 304с.
12. Козленко М.П. Теорія і методика фізичного виховання у початковий класах. – К.: «Радянська школа», 1984 – 219 с.
13. Коробейников Н.К., А.А. Міхеєв, І.Г. Ніколенко Фізичне виховання. – М.: Вищ. шк., 1989 – 202 с.
14. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання. В 2 т. Т.1. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання. – К.: Олімпійська література, 2008. – 424 с.
15. Лікувальна фізкультура: навч. посіб. /Дубровський В. И.. – Москва: Владос, 2004. – 495 с.
16. Матвеєв Л.П. Теорія і методика фізичної культури. Підручник для інститутів фізичної культури: М.: Фізкультура і спорт, 1992. – 543 с.
17. Мохан Р., Глессон М., Гринхафф П.Л. Биохимия мышечной деятельности и физической тренировки Киев: Олимпийская литература, 2001. – 295 с.

18. Мухін В. М. Фізична реабілітація : підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту / В. М. Мухін. – З-те вид., переоб. та доп. – К. : Олімп. література, 2009. – 488 с.
19. Пастушенко Г. А Дозування фізичних навантажень. - К.: «Здоров'я», 1986 – 83 с.
20. Психологія здоров'я: навчальний посібник /уклад.: Гончар Г.І., Ткаченко В.Т., Пензай С.А. – Умань: ВПЦ «Візаві» 2014. – 518 с.
21. Соколовський В.С. Лікувальна фізична культура: Підручник / В. С. Соколовський, Н. О. Романова, О. Г. Юшковська. – Одеса: Одес. держ. мед. ун-т, 2005. – 234 с.
22. Теорія і методика фізичного виховання / За ред. Л.В. Волкова – М.: Просвіщеніе, 1979 – 314 с.
23. Теорія і методика фізичного виховання: навчальний посібник для студентів пед. інститутів і пед. уч-ш; Під редакцією Б.М. Шияна. – М.: Просвіщеніе, 1988. – 224 с.
24. Фізична культура: Практ. посібник / Б.І. Загородський, І.П. Залотарев, Ю.П. Пузир і ін – 2-е вид., Прераб. і доп. – М.: Вищ. шк., 1989. – 383 с.
25. Фізіологія людини: Підручник / В.І.Філімонов. - К.: ВСВ «Медицина», 2010. – 776с.
26. Фомін Н.А., Філін В.П. Вікові основи фізичного виховання – М.: Фізкультура і спорт, 1972 – 176 с.
27. Холодов Ж.К., Кузнєцов В.С. Теорія і методика фізичного виховання і спорту: Навчальний посібник для студентів вищ. навчальних закладів. – 2-е видання, випр. і доп. – М.: видавничий центр 2 Академія; майстерність; Вищ. школа, 2000. – 155 с.
28. Шиян Б.М. Методика фізичного виховання школярів. – Л.: Видавництво «Світ», 1993. – 183 С.
29. Шиян О. І. Освітня політика з питань забезпечення здорового способу життя молоді: монографія / О.І. Шиян. – Л., 2010. – 296с.

#### **Допоміжна література:**

1. Архипов О. А. Особливості впровадження модульно– рейтингової системи у фізичне виховання студентства / О. А. Архипов. – У наук.–метод. журналі "Теорія і практика фізичного виховання" (зб. статей), № 2. – Донецьк : ДонНУ, 2004, с. 5-14.
2. Долженко О. В. Сорбонская і Болонська декларації: Інформація до роздумів / О. В. Долженко // Вісник вищої школи: – 2000. – № 6.
3. Канішевський С. М. Науково–методичні та організаційні основи фізичного самоудосконалення студентства / С. М. Канішевський. – К : ІЗМН, 1997. – 270с.
4. Концепція фізичного виховання в системі освіти України. Міністерство освіти України 23. 04. 97 р. № 7/6 – 18.
5. Купер К. Аеробіка для гарного самопочуття / К. Купер. – М : Фізкультура і спорт, 1987. – 190 с.
6. Купер К. Нова аеробіка / К. Купер. – М : Фізкультура і спорт, 1976. – 132 с.
6. Лапутін А. Н. Біомеханіка спорту (навч. посібник) / А. Н. Лапутін, В. О. Гамалій, О. А. Архипов. – Київ : Олімпійська література, 2005. – 320 с.

7. Лебедев Н. Бігайте на здоров'я / Н. Лебедев // Легка атлетика – М : 2001. № 5 – С. 12–13 394
8. Легка атлетика. Уч–нік для ін–тів фіз. культури / Під ред. Н.Р.Озоліна, .І.Воронкина, Ю. Н.Примакова. – М : Фізкультура і спорт, 1989. – 670с.
9. Лукічов Р. А. Інтеграція та ефективність – цілі реформ у вищій освіті країн Європи / Р. А. Лукічов // Науковий вісник МГТУГА. – 2000. – № 26. – С. 13-18.
- 10.Мільнер Е. Р. Медико–біологічні аспекти оздоровчого бігу / Е. Р. Мільнер // Теорія і практика фіз. культури. – 1986. – № 3. – С. 33–35.
- 11.Мурза В. П. Фізична реабілітація (навч. посібник) / В. П. Мурза. – К. : МНТУ. 2004. – 556 с.
- 12.Загальні основи теорії і методики фізичного виховання. /Під загальною редакцією докт. пед. наук Л. П. Матвеєва. М. : Фіс, 1976. – Т. 1. – 302 с.
- 13.Оздоровчий фітнес. – К : Олімпійська література, 2000. – 367 с.
- 14.Олешко В. Р. Силові види спорту / В. Р. Олешко. – К : Олімпійська література, 1999. – 288 с.
- 15.Пирогова Е. А. Вплив фізичних вправ на працездатність і здоров'я людини / Е. А. Пирогова. Л. Я. Іващенко, Н.П. Страпко. – К : Здоров'я, 1986. – 152 с. 17.
- Платонов Ст. Н. Загальна теорія підготовки спортсменів в олімпійському спорті / В. Н. Платонов. – Київ : Олімпійська література, 1997. – 579с.
- 19.Кравців Ю. І. Спортивні ігри і методика викладання / Ю. І. Кравців. – М : Фізкультура і спорт, 1986. – 320 с. 395
- 20.Рибковський А. Р. Системна організація рухової активності студента / А. Р. Рибковський, С. М. Канішевський. – Донецьк: ДонНУ, 2003. – 436 с.
- 21.Уилмор Дж.До. Фізіологія спорту і рухової активності Дж.Х. Уилмор, Д. Л. Костилл. – К : Олімпійська література. 1997. -502 с.
- 22.Фурман Ю. Н. Поради займаються оздоровчим бігом / Ю. Н. Фурман. – К : Здоров'я, 1987. – 64стебла селери.
- 23.Фурман Ю. Н. Фізіологія оздоровчого бігу / Ю. Н. Фурман. – К : Здоров'я, 1994. – 307 с.
- 24.Хартман Ю. Сучасна силова тренування / Ю. Хартман, Х. Тюннеманн. – Берлін: Штортферлаг,1988. – 335 с.
- 25.Цільова комплексна програма "Фізичне виховання – здоров'я нації". Наказ Президента України від 01. 09. 98 р. та № 963/98.
- 26.Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів (1 частина) / Б. М. Шиян. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2001. – 272 с.
- 27.Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів (2 частина) / Б. М. Шиян. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2001. – 248 с.

#### **Інформаційні ресурси:**

1. Акімова В.О. Фізичне виховання студентів вищого навчального закладу: навчальний посібник / В.О. Акімова, І.І. Вржеснєвський. – Київ: НАУ, 2011. – 118 с. *Режим доступу:* [http://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/21509/1/O\\_Kozhanova\\_V\\_Biletska\\_L\\_Yasko\\_TMFV\\_FZFVS.pdf](http://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/21509/1/O_Kozhanova_V_Biletska_L_Yasko_TMFV_FZFVS.pdf)
2. Ареф'єв В.Г. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту) : навч.посіб./ В.Г. Ареф'єв; М-во освіти і науки України, КНПУ ім.. М.П.Драгоманова. – 2-ге вид.,перероб. і допов. – Кам'янець – Подільський: Абетка – НОВА, 2001.-383 с.

3. Режим доступу:  
[http://enpuir.npu.edu.ua/bitstream/123456789/5181/1/3%20%20%2846%29%2014\\_seria15.pdf](http://enpuir.npu.edu.ua/bitstream/123456789/5181/1/3%20%20%2846%29%2014_seria15.pdf)
4. Афанасьев С.Н. Методы клинических и функциональных исследований в физической культуре и спорте/ С.Н. Афанасьев, О.Л. Луковская, Е.П. Мызников. – Днепропетровск, 2012.- 209 с. Режим доступу:  
<http://www.infiz.dp.ua/joomla/index.php/component/content/article/22-kafedra/fr/43-kafedra-fiziologiji-ta-sportivnoji-meditisini>
5. Вілмор Дж.Х. Фізіологія спорту/ Дж.Х. Вілмор, Д.Л. Костілл. – К.: Олімпійська література, 2003. – 656 с. Режим доступу: <https://www.twirpx.com/file/38371/>
6. Мітова О.О. Методи наукових досліджень у баскетболі/ О.О. Мітова, Р.О. Сушко-Дніпропетровськ.: вид. «Інновація», 2015. – 216 с. Режим доступу: <https://unisport.edu.ua/content/sushko-ruslana-oleksandrivna>
7. Олексієнко Я.І. Оптимізація навчально-тренувального процесу студентів ВНЗ: методичні рекомендації/ Я.І. Олексієнко, Є.В. Руденко, В.В. Курінна. – Черкаси: ЧНУ ім. Богдана Хмельницького, 2013.- 104 с. Режим доступу:  
<http://eprints.cdu.edu.ua/494/1/jleks.pdf>
8. Шамардіна Г.М. Основи теорії та методики фізичного виховання/ Г.М. Шамардіна. - Дніпропетровськ: Дріан.2007.-486 с. Режим доступу: [http://irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis\\_nbuv/cgiirbis\\_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGEFILE\\_DOWNLOAD=1&Image\\_file\\_name=PDF/svp\\_2012\\_1\\_7.pdf](http://irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGEFILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/svp_2012_1_7.pdf)

*Додаток 1.*

**Таблиця переведення середньозваженого балу  
за 100-бальною шкалою**

<i>100-бальна</i>	<i>сер. бал</i>	<i>100- бальна</i>	<i>сер. бал</i>						
<b>100</b>	4,97–5,00	<b>80</b>	4,10–4,14	<b>60</b>	3,10–3,14	<b>40</b>	2,25–2,29	<b>20</b>	1,15–1,20
<b>99</b>	4,94–4,96	<b>79</b>	4,05–4,09	<b>59</b>	3,05–3,09	<b>39</b>	2,20–2,24	<b>19</b>	1,09–1,14
<b>98</b>	4,91–4,93	<b>78</b>	4,00–4,04	<b>58</b>	3,00–3,04	<b>38</b>	2,15–2,19	<b>18</b>	1,03–1,08
<b>97</b>	4,87–4,90	<b>77</b>	3,95–3,99	<b>57</b>	2,96–2,99	<b>37</b>	2,10–2,14	<b>17</b>	0,97–1,02
<b>96</b>	4,84–4,86	<b>76</b>	3,90–3,94	<b>56</b>	2,93–2,95	<b>36</b>	2,05–2,09	<b>16</b>	0,91–0,96
<b>95</b>	4,80–4,83	<b>75</b>	3,85–3,89	<b>55</b>	2,90–2,92	<b>35</b>	2,00–2,04	<b>15</b>	0,85–0,90
<b>94</b>	4,76–4,79	<b>74</b>	3,80–3,84	<b>54</b>	2,87–2,89	<b>34</b>	1,95–1,99	<b>14</b>	0,79–0,84
<b>93</b>	4,72–4,75	<b>73</b>	3,75–3,79	<b>53</b>	2,84–2,86	<b>33</b>	1,90–1,94	<b>13</b>	0,73–0,78
<b>92</b>	4,68–4,71	<b>72</b>	3,70–3,74	<b>52</b>	2,81–2,83	<b>32</b>	1,85–1,89	<b>12</b>	0,67–0,72
<b>91</b>	4,64–4,67	<b>71</b>	3,65–3,70	<b>51</b>	2,78–2,80	<b>31</b>	1,80–1,84	<b>11</b>	0,61–0,66
<b>90</b>	4,60–4,63	<b>70</b>	3,60–3,64	<b>50</b>	2,75–2,77	<b>30</b>	1,75–1,79	<b>10</b>	0,55–0,60
<b>89</b>	4,55–4,59	<b>69</b>	3,55–3,59	<b>49</b>	2,70–2,74	<b>29</b>	1,69–1,74	<b>9</b>	0,49–0,54
<b>88</b>	4,50–4,54	<b>68</b>	3,50–3,54	<b>48</b>	2,65–2,69	<b>28</b>	1,63–1,68	<b>8</b>	0,43–0,48
<b>87</b>	4,45–4,49	<b>67</b>	3,45–3,49	<b>47</b>	2,60–2,64	<b>27</b>	1,57–1,62	<b>7</b>	0,37–0,42
<b>86</b>	4,40–4,44	<b>66</b>	3,40–3,44	<b>46</b>	2,55–2,59	<b>26</b>	1,51–1,56	<b>6</b>	0,31–0,36
<b>85</b>	4,35–4,39	<b>65</b>	3,35–3,39	<b>45</b>	2,50–2,54	<b>25</b>	1,45–1,50	<b>5</b>	0,25–0,30
<b>84</b>	4,30–4,34	<b>64</b>	3,30–3,34	<b>44</b>	2,45–2,49	<b>24</b>	1,39–1,44	<b>4</b>	0,19–0,24
<b>83</b>	4,25–4,29	<b>63</b>	3,25–3,29	<b>43</b>	2,40–2,44	<b>23</b>	1,33–1,38	<b>3</b>	0,13–0,18
<b>82</b>	4,20–4,24	<b>62</b>	3,20–3,24	<b>42</b>	2,35–2,39	<b>22</b>	1,27–1,32	<b>2</b>	0,07–0,12
<b>81</b>	4,15–4,19	<b>61</b>	3,15–3,19	<b>41</b>	2,30–2,34	<b>21</b>	1,21–1,26	<b>1</b>	0,01–0,06

*Додаток 2.*

**Переведення підсумкового балу за 100-бальною шкалою оцінювання в  
підсумкову оцінку за традиційною шкалою**

<b>Підсумковий бал</b>	<b>Оцінка за традиційною шкалою</b>	
	<b>екзамен</b>	
90-100	відмінно	
89-70	добре	
51-69	задовільно	
1-50	незадовільно	

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**  
**ІЗМАЙЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**  
(повне найменування вищого навчального закладу)

***ЕКЗАМЕНАЦІЙНЕ ЗАВДАННЯ №***  
**атестаційного екзамену з «Тренерсько – викладацька діяльність та**  
**медико-біологічні основи фізичної культури»**

для здобувачів вищої освіти ступеня \_\_\_\_\_ «бакалавр»  
напрям підготовки \_\_\_\_\_ 017 Фізична культура і спорт  
спеціалізація \_\_\_\_\_ Фізична культура і спорт: тренерсько-викладацька діяльність

*Варіант №*

*Завдання 1.*

Етапи планування тренувального процесу за видами спорту.

*Завдання 2.*

Основи лікувальної фізичної культури дітей з вадами.

*Практичне завдання 3.*

Розробити комплекс з 8-10 вправ, спрямованих на розвиток гнучкості.

Голова екзаменаційної комісії

(підпис)

(прізвище, ініціали)

Завідувач випускової кафедри

(підпис)

(прізвище, ініціали)

Екзаменатори

(підпис)

(прізвище, ініціали)

(підпис)

(прізвище, ініціали)