

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ІЗМАЇЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ПЕДАГОГІЧНИЙ ФАКУЛЬТЕТ  
КАФЕДРА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ, СПОРТУ ТА ЗДОРОВ'Я  
ЛЮДИНИ

ПРОГРАМА АТЕСТАЦІЙНОГО ЕКЗАМЕНУ

**«Фізична культура та методика її навчання»**  
*(назва атестаційного екзамену)*

освітній ступінь бакалавр  
*(назва освітнього ступеня)*

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

спеціальність 014 Середня освіта  
*(код і назва напрямку підготовки)*

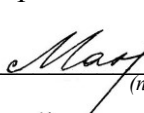
предметна спеціальність 014.11 Фізична культура  
*(код і назва напрямку підготовки)*

освітня програма Середня освіта: фізична культура  
*(назва спеціалізації)*

Ізмаїл – 2024


**ПОГОДЖЕНО:**

Гарант освітньо-професійної програми

  
к.п.н., доц. Максимчук І.А.  
(підпис, ініціали, прізвище)

**РЕКОМЕНДОВАНО:**

кафедрою фізичного виховання,  
спорту та здоров'я людини  
протокол № 7 від «12» березня 2024 року  
Завідувач кафедри

  
доц. Баштовенко О.А.  
(підпис, ініціали)

**ПОГОДЖЕНО:**

Голова ради якості вищої освіти  
педагогічного факультету

  
к.п.н., викл. Сич Ю.І.  
(підпис, ініціали, прізвище)

**Розробник програми:**

Житомирський Леонід Олександрович – старший  
викладач кафедри фізичного виховання, спорту та  
здоров'я людини

**Рецензент програми:**

Максимчук Борис Анатольович – доктор педагогічних  
наук, професор кафедри фізичного виховання, спорту та  
здоров'я людини

Баштовенко Оксана Анатоліївна – кандидат біологічних  
наук, доцент кафедри фізичного виховання, спорту та  
здоров'я людини

## 1. МЕТА І ЗАВДАННЯ АТЕСТАЦІЙНОГО ЕКЗАМЕНУ

**Метою** атестаційного екзамєну є: формування у студентів цілісного уявлення про призначення, форми, методи, технології, принципи фізичної культури та методики її навчання, що дає можливість кращої орієнтації фахівців в проблемах навчального процесу в загальноосвітніх школах з фізичної культури, організації позакласної та позашкільної роботи, формування у учнів здорового способу життя.

**Завданнями** атестаційного екзамєну є: виявити сформовані у студентів знання з предмету «Фізична культура та методики її навчання» з використанням інноваційних технологій, широкого світогляду, вміння орієнтуватися у великому обсязі професійної інформації та застосувати її у практичній професійній діяльності.

## 2. ЕТАПИ ТА ФОРМИ ПРОВЕДЕННЯ

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.<br/>Теоретичне питання з фізичної культури</i>          | 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 з урахуванням вимог Нової української школи.<br>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.<br>ФК 7. Здатність оволодівати базовими і новими видами фізкультурної діяльності.<br>ФК 8. Здатність вести документацію, що забезпечує процес навчання з фізичної культури в закладах загальної середньої освіти відповідно до вимог Нової української школи.. | ПРН 2. Усвідомлювати 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.<br>ПРН 6. Знати основні теоретичні положення в галузі фізичної культури з урахуванням вимог Нової української школи.<br>ПРН 9. Знати закономірності розвитку фізичних (рухових) якостей в різних видах рухової активності у тому числі у учнів з особливими освітніми потребами.<br>ПРН 11. Знати біологічні, соціальні, психологічні, духовні фактори, що обумовлюють значущість професії фахівця в галузі фізичного виховання та спорту<br>ПРН 17. Володіти руховими вміннями і навичками в обраному виді спорту на рівні кваліфікованого спортсмена.<br>ПРН 18. Володіти руховими навичками в базових видах спорту на рівні масових розрядів; |

|  |   |   |
|--|---|---|
|  | <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 з особливими потребами в закладах загальної середньої та професійної освіти, позакласну спортивно-масову роботу з учнями.</p> <p>ФК 11. Здатність самостійно проводити заняття з в шкільній секції спортивного напрямку, здійснювати профілактику травматизму.</p> <p>ФК 12. Здатність виховувати в учнів соціально-особистісні якості: цілеспрямованість, організованість, працьовитість, відповідальність, громадянськість, комунікативність.</p>   | <p>вдосконалювати руховий арсенал шляхом формування рухових умінь і навичок в інших видах спорту.</p>   |
| <p><i>Завдання 2.<br/>Теоретичне питання з методики навчання фізичної культури</i></p> | <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 4. Здатність аналізувати особливості сприйняття та засвоєння учнями навчальної інформації з метою прогнозу ефективності та корекції навчально-виховного процесу з фізичного виховання.</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>ПРН 5. Знати закони і принципи розумування рухових умінь і навичок, володіє теорією і методикою розвитку рухових умінь і навичок в базових видах рухової активності.</p> <p>ПРН 7. Знати вимоги до оформлення документації та основні закономірності побудови документів для здійснення навчального процесу в галузі фізичного виховання та спорту</p> <p>ПРН 13. Володіти інформацією про інноваційні підходи до підвищення резервних можливостей організму людини, у тому числі для дітей з особливими освітніми потребами.</p> <p>ПРН 14. Вміти 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.</p> <p>ПРН 15. Спроможність розвивати педагогічну думку, методи педагогічного контролю і контролю якості навчання, актуальні дидактичні технології з урахуванням вимог Нової української школи.</p> <p>ПРН 16. Володіти педагогічними, медико-біологічними, інформаційними технологіями для формування здорового способу життя, розвитку рухових умінь і навичок, розвитку фізичних (рухових) якостей у представників різних груп населення і вміти самостійно розробляти методики і технології для інтегрального гармонійного розвитку людини.</p> <p>ПРН 19. Вміти 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><i>Завдання 3.</i><br/><i>Теоретичне питання:</i></p> <p><i>з Фізичної культури у контексті Концепції «Нової української школи».</i></p> | <p>ФК 3. Здатність здійснювати об'єктивний контроль і оцінювання рівня навчальних досягнень учнів з фізичного виховання.</p> <p>ФК 4. Здатність аналізувати особливості сприйняття та засвоєння учнями навчальної інформації з метою прогнозу ефективності та корекції навчально-виховного процесу з фізичного виховання.</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 10. Здатність самостійно проводити навчальні заняття з фізичної культури з дітьми шкільного віку та учнями з особливими потребами в закладах загальної середньої та професійної освіти, позакласну спортивно-масову роботу з учнями.</p> <p>ФК 12. Здатність виховувати в учнів соціально-особистісні якості: цілеспрямованість, організованість, працьовитість, відповідальність, громадянськість, комунікативність.</p> | <p>ПРН 4. Володіти актуальними технологіями педагогічного контролю і корекції, засобами і методами управління станом людини.</p> <p>ПРН 10. Знати біологічні, соціальні, психологічні та ін. фактори збереження здоров'я.</p> <p>ПРН 11. Знати біологічні, соціальні, психологічні, духовні фактори, що обумовлюють значущість професії фахівця в галузі фізичного виховання та спорту.</p> <p>ПРН 15. Спроможність розвивати педагогічну думку, методи педагогічного контролю і контролю якості навчання, актуальні дидактичні технології з урахуванням вимог Нової української школи.</p> |
|---|--|---|

### 3.2. Зміст екзаменаційних завдань:

#### 3.2.1. Орієнтований перелік макротем з теорії фізичної культури

1. Характеристика і структура системи фізичного виховання в Україні.
2. Основні аспекти фізичного виховання в сучасній школі.
3. Ідеологічні, науково-методичні та програмно-нормативні основи системи фізичного виховання.
4. Освітні, оздоровчі та виховні завдання фізичного виховання.
5. Інтелектуальний розвиток учнів у процесі фізичного виховання.
6. Характеристика гігієнічних факторів у фізичному вихованні.
7. Характеристика фізичних вправ та їх класифікація відповідно до педагогічних та фізіологічних завдань.
8. Загальна характеристика та складові позаурочної фізкультурної діяльності.
9. Визначити роль, місце та форми позаурочної спортивної та змагальної діяльності.
10. Використання взаємозв'язку навчально-виховного процесу ЗЗСО з дитячо-юнацьким рухом для удосконалення позашкільної роботи з фізичного виховання.
11. Основні форми та методи самостійної роботи учнів у фізичному вихованні.
12. Проаналізувати структуру та зміст поняття шкільного колективу фізичної культури у школі.

13. Роль та місце позакласної роботи з фізичної культури. Визначення ролі та місця адміністрації закладів.
14. Поняття технологій планування навчального процесу, його функції та значення.
15. Структура та зміст уроку фізичної культури (в умовах НУШ), технології річного планування навчально-вихованої роботи.

### **3.2.2. Орієнтований перелік макротем з методики навчання фізичної культури**

1. Урок як основна форма фізичного виховання школярів.
2. Оздоровчі, освітні і виховні характеристики уроку з фізичної культури.
3. Сучасні підходи до організації уроку з фізичного виховання школярів.
4. Особливості організації і методики проведення уроків фізичної культури з учнями молодшого, середнього та старшого шкільного віку.
5. Способи організації учнів на уроці фізичної культури.
6. Характеристика методів і методичних прийомів у формуванні фізичної культури учнів.
7. Характеристика силових якостей дитини з огляду на розвиток та вдосконалення.
8. Характеристика прудкості дитини з огляду на розвиток та вдосконалення.
9. Характеристика витривалості дитини з огляду на розвиток та вдосконалення.
10. Характеристика гнучкості дитини з огляду на розвиток та вдосконалення.
11. Характеристика спритності дитини з огляду на розвиток та вдосконалення.
12. Визначити роль фізичної культури у збереженні психічної роботи учнів.
13. Охарактеризувати основні складові здоров'я.
14. Дати характеристику компетентності вчителя фізичної культури.
15. Специфічні та не специфічні завдання на уроках фізичної культури (рухові, оздоровчі, виховні і т.д.).

### **3.2.3. Орієнтований перелік макротем з фізичної культури у контексті Концепції «Нової української школи».**

1. Мета реформи освіти Міністерством освіти і науки України.
2. Ключові компоненти Нової української школи.
3. Навчальна програма з фізичної культури НУШ для загальноосвітніх навчальних закладів для 5-9 класів.
4. Зміст пояснювальної записки навчальної програми з фізичної культури НУШ для 5-9 класів.
5. Інваріантна (обов'язкова) та варіативна складові програми з фізичної культури.
6. Види оцінювання учнів на уроках фізичної культури, позаурочній навчальній діяльності в контексті НУШ.
7. Компоненти та умови організації здоров'язбережувального освітнього середовища.

8. Основні засоби профілактики та збереження школярів в контексті рухової активності та раціонального харчування.
9. Значення засобів відновлення (фізіотерапія, аромотерапія, гімнастика, масаж, фітотерапія, та ін..) для поліпшення фізичної підготовки школярів.
10. Охарактеризувати процес навчання здоров'ю та виховання культури здоров'я з використанням виховних та спортивних заходів.
11. Розкрити значення рухливих ігор у навчальному процесі.
12. Травматизм як небезпечне явище на уроках фізичної культури, вимоги безпеки та запобігання травматизму.
13. Визначити поняття фізичне навантаження та розкрити основні критерії у визначенні дозування фізичного навантаження з огляду на моторну щільність уроку фізичної культури.
14. Охарактеризувати основні принципи навчання на уроках фізичної культури.
15. Основи української системи фізичного виховання (соціально-економічні, правові, програмно-нормативні, науково-методичні, організаційні).

#### 4. КРИТЕРІЇ 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

| Оцінка за 1 завдання | Оцінка за 2 завдання | Оцінка за 3 завдання | Оцінка за додаткове питання | Середньозважений бал | Бали (за таблицею, дивись додаток1) |
|----------------------|----------------------|----------------------|-----------------------------|----------------------|-------------------------------------|
| 4                    | 5                    | 5                    | 5                           | 4,75                 | 93                                  |

*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.

| Оцінка | Критерії оцінення теоретичних завдань   |
|--------|---|
| 5      | У відповіді відображено 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 педагогічну термінологію, вільно володіє принципами побудови педагогічних знань, знає основні методологічні проблеми сучасної педагогічної науки фізичної культури; 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 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 педагогічної практики. |
| 4      | Оцінка добре виставляється при наявності незначних недоліків у наданій відповіді, а саме: відображає глибокий пошук при дослідженні 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 педагогічної теорії. У відповіді надано чіткі визначення 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, педагогічною теорією та практикою. У відповіді надано чіткі визначення 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 викладання 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 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 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,   |



|   |  |
|---|--|
|   | <p>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, відсутні 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, педагогічних термінів, закономірностей.</p>   |
| 0 | <p>Відповідь здається випадковою, чи незакінченою. Наявні значні фактичні помилки, незрозумілості та нерозуміння теми. Студент має фрагментарні знання; не володіє термінологією, оскільки понятійний 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, відсутні є визначення основних понять та викладення основних положень, узагальнень наданої інформації та прикладів. Наведена інформація містить суттєві помилки, неточності.</p> |

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

не передбачено

## **6. РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ**

### ***Рекомендована література до першого завдання:***

1. Вільчковський Е. С. 2008. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: навч. посіб. Суми : ВТД «Університетська книга, 428 с.
2. Круцевич Т.Ю. 2008. Теорія та методика фізичного виховання: [підручник для студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту]. Київ: Олімпійська література, Т.2. 366 с.
3. Матвеев Л.П. 2003. Теорія і методика фізичної культури. Підручник для інститутів фізичної культури. Видавництво «Лань».160 с.
4. Самостійно-педагогічні та медико-біологічні основи фізичної активності різних груп населення: кол.моногр. Луцьк: Вежа-Друк, 2018. 312с.
5. Теорія і методика фізичного виховання. 2012. Методика фізичного виховання різних груп населення підручник. Київ: Олімпійська література, Т.2. 392 с.
6. Теорія та методика фізичного виховання. 2017. Загальні основи теорії і методики, фізичного виховання. Том 1. Київ : Олімпійська література, 384 с.
7. Шиян Б.М. 2005. Методика викладання спортивно-педагогічних дисциплін у вищих навчальних закладах фізичного виховання і спорту: навч. посібник. / Б.М. Шиян. Харків: ОВС. 208 с.
8. Шиян Б.М. 2010. Теорія і методика фізичного виховання школярів: навч. посібник. Ч.1 / Б.М. Шиян. Тернопіль: навчальна книга Богдан. 272 с.
9. Шиян Б.М., І.О. Омеляненко. 2012. Теорія і методика фізичного виховання школярів: : навч. посібник. Ч.1 Тернопіль: навчальна книга-Богдан. 304 с.

### ***Рекомендована література до другого завдання :***

1. Адаптивне фізичне виховання. 2014. Навч. посібник / уклад.: Осадченко Т.М., Семенов А.А., Ткаченко В.Т. Умань : ВПЦ «Візаві», 210 с.
2. Андреева О. 2015. Розробка та впровадження технології проектування активної рекреаційної діяльності різних груп населення. *Спортивний вісник Придніпров'я*. Вип. 1. Дніпро. С. 4–9.

3. Глазирін І.Д. 2017. Фізичне виховання теоретичний курс для студентів ВНЗ не профільних напрямів підготовки). Черкаси: ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 248 с.
4. Єлісеєва Д. С. 2016. Інноваційна технологія зміцнення здоров'я дітей старшого шкільного віку в процесі самостійних занять фізичним вихованням. Автореферат дисертації кандидата наук. Дніпро. 22 с.
5. Єлісеєва Д. С. 2016. Інноваційна технологія зміцнення здоров'я дітей старшого шкільного віку в процесі самостійних занять фізичним вихованням. Автореферат дисертації кандидата наук. Дніпро. 22 с.
6. Житомирський Л.О. 2019. Здоровий спосіб життя студентів – здоров'я української нації. Соціалізація студентської молоді засобами фізичної культури. Ізмаїл : ІДГУ, Полтава : ПНПУ імені В. Г. Короленка, С. 109-135.
7. Іващенко Л. Я., Благій О.Л. 2017. Фізичне виховання дорослого населення. В кн. Теорія та методика фізичного виховання. Київ : Олімп. л-ра, Т. 2. С. 264– 310.
8. Ткачук О.Г. 2019. Організація і методика оздоровчої фізичної культури. Київ. Олімпійський коледж ім. Івана Піддубного. 95 с.

**Рекомендована література до третього завдання :**

1. Антонік В.І. 2019. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури. Видавництво: Центр учбової літератури. 336 с.
2. Коляденко Г.І. 2007. Анатомія людини: підручник . Київ : Либідь, 381с.
3. Антонік В.І., Антонік І.П., Андріанов В.Є. 2009. Анатомія, фізіологія дітей (з основами гігієни та фізичної культури): Підручник. К.: Професіонал. Центр навчальної літератури, 335 с.
4. Гриньків М. Я., Музика Ф.В., Маєвська С.М., Куцериб Т.М. 2012. Навчальний посібник для лабораторних занять з курсу "Анатомія людини". Львів. ЛДНУ, 90 с.
5. Грубар І.Я. 2016. Навчальний посібник з курсу „Анатомія людини з основами спортивної морфології” для студентів І курсу факультету фізичного виховання (ілюстрований). Тернопіль: ТНПУ, 192с.
6. Беспалова О. Я. 2021. Основи анатомії та фізіології людини: Навчальний посібник для практичних робіт з кредитного модуля дисципліни «Анатомія та фізіологія людини-2. Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 63 с. [Електронний ресурс]: <https://ela.kpi.ua/server/api/core/bitstreams/8bb7506c-db05-4239-bebe-99ac25b3f62d/content>
7. Сидоренко П.І. 2015. Анатомія та фізіологія людини: підручник. К.: Медицина, 248 с.
8. Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження. 2017. Колективна монографія / за заг. ред. проф. Бойчука. Харків. Вид. Рожко С.Г. 488 с.
9. Концепція «Нової української школи» [https://nus.org.ua/wp-content/uploads/2017/09/razdel\\_1\\_Oglyad.pdf](https://nus.org.ua/wp-content/uploads/2017/09/razdel_1_Oglyad.pdf)
10. Навчальна програма з фізичної Нової української школи для загальноосвітніх навчальних закладів для 5-9 класів <https://osvita.ua/school/program/program-5-9/>

**Допоміжна література:**

1. Доценко І.І. 2006. Гігієна дітей і підлітків. Підручник. Київ: медицина. 304 с.
2. Круцевич Т.Ю., Воробйов М.І., Безверхня Г.В. 2011. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків та молоді / Т.Ю.Круцевич, М.І. Воробйов, Г.В. Безверхня. Київ. Олімпійська література. 224 с.
3. Мухін В. М. 2009. Фізична реабілітація : підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту. 3-тє вид., переоб. та доп. Київ: Олімп. література, 488 с.

4. Психологія здоров'я. 2014. навчальний посібник /уклад.: Гончар Г.І., Ткаченко В.Т., Пензай С.А. Умань: ВПЦ «Візаві» 518 с.
5. Сергієнко Л.П. 2007. Практикум з теорії та методики фізичного виховання / Л.П. Сергієнко. Харків. Освіта. Виховання. Спорт., 275 с.
6. Сергієнко Л.П. 2011. Терміни і поняття у фізичній культурі / Л.П. Сергієнко. Тернопіль: навчальна книга. Богран, 264 с.
7. Шиян Б.М.,Вацеба О.М. 2008. Теорія і методика наукових педагогічних досліджень у фізичному вихованні та спорті / Б.М. Шиян,О.М. Вацеба. Тернопіль: Навчальна книга Богдан, 275 с.
8. Шиян О. І. 2010. Освітня політика з питань забезпечення здорового способу життя молоді: монографія. Львів, 296с.

### **Інформаційні ресурси:**

1. Акімова В.О. 2011. Фізичне виховання студентів вищого навчального закладу: навчальний посібник / В.О. Акімова, І.І. Вржеснівський. Київ: НАУ, 118 с. *Режим доступу:* <http://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/21509/1/OKozhanovaVBiletskaLYaskoTMFVFZFS.pdf>
2. Арефь`в В.Г. 2001. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту) : навч.посіб./ В.Г. Арефь`в; М-во освіти і науки України, КНПУ ім.. М.П.Драгоманова. 2-ге вид.,перероб. і допов. Кам'янець – Подільський: Абетка НОВА, 383 с. *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)
3. Вілмор Дж.Х. 2003. Фізіологія спорту/ Дж.Х. Вілмор, Д.Л. Костілл. Київ: Олімпійська література, 656 с. *Режим доступу:* <https://www.twirpx.com>
4. Мітова О.О. 2015. Методи наукових досліджень у баскетболі/ О.О. Мітова, Р.О. Сушко-Дніпропетровськ.: вид. «Інновація», 216 с. *Режим доступу:* <https://uni-sport.edu.ua/content/sushko-ruslana-oleksandrivna>
5. Олексієнко Я.І. 2013. Оптимізація навчально-тренувального процесу студентів ВНЗ: методичні рекомендації/ Я.І. Олексієнко, Є.В. Руденко, В.В. Курінна. Черкаси: ЧНУ ім. Богдана Хмельницького, 104 с. *Режим доступу:* <http://eprints.cdu.edu.ua/494/1/jleks.pdf>
6. Шамардіна Г.М. 2007. Основи теорії та методики фізичного виховання/ Г.М. Шамардіна. Дніпропетровськ: Дріан. 486 с. *Режим доступу:* [http://irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis\\_nbuv/cgiirbis\\_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE\\_FILE\\_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&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/svp_2012_1_7.pdf)

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

| <i>100-бальна</i> | <i>сер. бал</i> | <i>100-бальна</i> | <i>сер. бал</i> | <i>100-бальна</i> | <i>сер. бал</i> | <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       |

**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**  
**ІЗМАЇЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

(повне найменування вищого навчального закладу)

***ЕКЗАМЕНАЦІЙНЕ ЗАВДАННЯ №***  
**атестаційного екзамену з «Фізичної культури та методики її навчання»**

для здобувачів вищої освіти ступеня «бакалавр»  
галузь знань 01 Освіта/Педагогіка  
спеціальність 014 Середня освіта  
предметна спеціальність 014.11 Фізична культура  
освітня програма Середня освіта: фізична культура

*Варіант №*

*Завдання 1.*

Теорія і методика фізичної культури як наука і навчальна дисципліна.

*Завдання 2.*

Урок як основна форма фізичного виховання.

*Завдання 3.*

Навчальна програма з фізичної культури Нової української школи для загальноосвітніх навчальних закладів для 5-9 класів.

Затверджено на засіданні кафедри фізичного виховання,  
спорту та здоров'я, людини ІДГУ  
Протокол № від « » 2024 року

**Голова екзаменаційної комісії**

\_\_\_\_\_

(підпис)

Максимчук Б.А.  
(прізвище та ініціали)

**Завідувач випускової кафедри**

\_\_\_\_\_

(підпис)

Баштовенко О.А.  
(прізвище та ініціали)

**Екзаменатори**

\_\_\_\_\_

(підпис)

Максимчук І.А.  
(прізвище та ініціали)