

ЗАТВЕРДЖЕНО
Протокол засідання Вченої ради
комунального закладу вищої освіти
«Хортицька національна
навчально-реабілітаційна академія»
Запорізької обласної ради
17 березня 2025 року № 5

Уведено в дію 17 березня 2025 року
Наказ ректора Хортицької
національної академії
від 17 березня 2025 року № 58/од

ПРОГРАМА ФАХОВОГО ІСПИТУ

для здобуття першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
за освітньо-професійною програмою
«Фізична культура і спорт»
галузі знань А Освіта
спеціальності А7 Фізична культура і спорт
на основі НРК 6

Запоріжжя
2025

Укладачі:

Сергата Н.С., кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, завідувач кафедри фізичної культури і спорту комунального закладу вищої освіти «Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія» Запорізької обласної ради

Волкова С.С., кандидат педагогічних наук, професор, професор кафедри фізичної культури і спорту комунального закладу вищої освіти «Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія» Запорізької обласної ради

Сергатий М.О., кандидат юридичних наук, доцент, доцент кафедри фізичної культури і спорту комунального закладу вищої освіти «Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія» Запорізької обласної ради

Соколовська І.А., кандидат медичних наук, доцент, доцент кафедри фізичної культури і спорту комунального закладу вищої освіти «Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія» Запорізької обласної ради

Рецензент:

Ляхова І.М., доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри фізичного виховання і педагогіки спорту Київського столичного університету імені Бориса Гринченка.

Розглянуто на засіданні кафедри фізичної культури і спорту протокол від «06» березня 2025 року № 7

Затверджено на засіданні Вченої ради комунального закладу вищої освіти «Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія» Запорізької обласної ради від «17» березня 2025 року № 5

ЗМІСТ

Пояснювальна записка.....	4
Розділ 1. Програма фахового іспиту.....	6
Розділ 2. Оцінювання знань вступників.....	18
Список рекомендованої літератури.....	20

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Програма з фахового випробування (далі – фаховий іспит) підготовлена відповідно до Правил прийому на навчання для здобуття вищої освіти в 2025 році, наказу МОН від 10.02.2025 №168, та до розділу III Стандарту вищої освіти за другим (магістерським) рівнем вищої освіти за спеціальністю А7 «Фізична культура і спорт», затвердженого наказом Міністерства освіти і науки України від 11.05.2021 р. № 516, та об'єднує вимоги до результатів навчання, встановлених Стандартом вищої освіти для першого (бакалаврського) рівня вищої освіти за спеціальністю А7 «Фізична культура і спорт», затвердженим наказом Міністерства освіти і науки України від 24.04.2019 р. № 567, а також вимоги, обумовлені специфікою освітньо-професійної програми «Фізична культура і спорт» для здобувачів ступеня магістра.

Мета фахового іспиту з «Фізичної культури і спорту» – з'ясувати рівень теоретичних знань та практичних навичок вступників, для формування рейтингового списку конкурсного відбору вступників на навчання за освітнім ступенем бакалавра спеціальності «Фізична культура і спорт» в межах ліцензованого обсягу.

Фаховий іспит проводиться у вигляді тестування, яке оцінюється за 100-бальною шкалою оцінювання знань (від 100 до 200 балів) та триває 30 хв. Програма фахового іспиту складається з питань історії фізичної культури і спорту та основ теорії і методики фізичного виховання.

До участі у конкурсному відборі для вступу на навчання допускаються вступники з результатом фахового іспиту не менше 100 балів. Для зарахування на місце державного замовлення вступнику необхідно набрати прохідний бал, який у 2025 році складає 130 балів.

Інструкція для проходження фахового випробування.

1. Фаховий іспит проводиться у дистанційному режимі онлайн за допомогою інформаційної платформи ZOOM. Члени фахової атестаційної комісії створюють відеозустріч та надсилають запрошення на пошти абітурієнтів.

2. Перед початком фахового іспиту для вступників проводиться консультація про умови проведення тестування та ідентифікація вступника шляхом демонстрації на камеру оригіналу документа з фотокарткою (одного з документів), що посвідчує особу, передбаченого законом України «Про Єдиний державний демографічний реєстр та документи, що підтверджують громадянство України, посвідчують особу чи її спеціальний статус» та повідомлення вступником про своє місце перебування.

3. Вступник переходить за наданим йому посиланням для участі у фаховому іспиті.

4. Вступник розташовує камеру у статичному положенні так, щоб зображення охоплювало вступника та простір біля нього.

5. Фаховий іспит проводиться у формі тестування, під час якого вступник вирішує тестові завдання. Час на відповіді складає 30 хвилин. У разі переривання зв'язку під час фахового іспиту вступник отримує новий варіант тестів і починає підготовку спочатку.

6. Оголошення результатів фахового іспиту відбувається після перевірки тестових завдань членами екзаменаційної комісії і доводиться до всіх учасників тестування.

РОЗДІЛ 1. ПРОГРАМА ФАХОВОГО ІСПИТУ

ТЕСТОВІ ЗАВДАННЯ

ВАРІАНТ 1

1. Де відбувались Олімпійські ігри Стародавньої Греції?

- а). В Афінах.
- б). У Спарті.
- в). У селищі Олімпія.
- г). На горі Олімп.

2. Що таке Олімпіада?

- а). Чотирирічний період між Олімпійськими іграми.
- б). Назва полісу Стародавньої Греції.
- в). Ім'я однієї з дочок бога Зевса, на честь якої відбувалися Олімпійські ігри.
- г). Ім'я доньки Кроноса.

3. Як переводиться олімпійське гасло : «Citius-Altius-Fortius»?

- а). «Швидше, вище, сильніше».
- б). «У здоровому тілі – здоровий дух».
- в). «Вище, сильніше, швидше».
- г). «Головне не перемога, а участь».

4. У якому виді спорту українські спортсмени здобули найбільшу кількість олімпійських нагород?

- а). Плавання.
- б). Легка атлетика.
- в). Футбол.
- г). Гімнастика спортивна.

5. Яке з визначень точніше характеризує поняття «Фізичне виховання»?

- а). Педагогічний процес, спрямований на морфофункціональне вдосконалення людини, розвиток її фізичних якостей та формування спеціальних знань, умінь та навичок.
- б). Процес становлення та змінювання морфофункціональних можливостей людини.
- в). Специфічний вид діяльності, спрямований на підготовку людини до найвищих спортивних досягнень.
- г). Складова частина загальної культури, яка становить сукупність духовних та моральних цінностей, створених суспільством для фізичного вдосконалення людей.

6. Назвіть основні педагогічні принципи системи фізичного виховання.

- а). Свідомості, активності, доступності, систематичності, послідовності.

б). Єдності загальної та спеціальної підготовки, поглибленої спеціалізації і системного чергування навантаження та відпочинку, циклічності.

в). Всебічно гармонійно розвинутої особистості, оздоровчої спрямованості фізичного виховання, взаємозв'язку фізичного виховання з трудовою та оборонною діяльністю.

г). Науковості, реальності, конкретності, доступності.

7. Анаеробні вправи – це фізичні вправи:

а). в процесі виконання яких енергозабезпечення м'язової роботи здійснюється в основному за рахунок процесів окислення за участю кисню;

б). в процесі виконання яких енергозабезпечення м'язової роботи здійснюється в основному в безкисневих умовах (на клітинному рівні);

в). вправи змішаного характеру.

8. В якому з методів виховання фізичних якостей зміна навантаження можлива за рахунок зміни швидкості, тривалості, способу виконання дії, тривалості відпочинку, умов зовнішнього середовища.

а). Стандартний метод.

б). Змінний метод.

в). Інтервальний метод.

г). Повторний метод.

9. Яку рухову якість характеризує здатність долати зовнішній опір або протидіяти йому за рахунок м'язових зусиль?

а). Витривалість.

б). Гнучкість.

в). Швидкість.

г). Сила.

д). Координація.

10. Назвіть види силових здібностей.

а). Активна, пасивна.

б). Аеробна, анаеробна.

в). Стандартна, повторна, перемінна.

г). Абсолютна, відносна.

д). Динамічна, аеробна.

11. Назвіть види витривалості як фізичної якості.

а). Абсолютна, відносна, вибухова.

б). Загальна, спеціальна.

в). Інтервальна, безперервна.

г). Активна, пасивна.

12. Ігровий матеріал на уроці з фізичної культури дітей молодшого шкільного віку повинен займати:

а) весь урок з фізичної культури;

- б) приблизно половину загального часу;
- в) тільки у заключній частині занять;
- г) перша половина занять.

13. Що вирішує основна частина уроку фізичної культури?

- а). Навчання і оцінку діяльності учнів, відновлення функціонального стану.
- б). Вирішення основних освітніх, виховних, оздоровчих завдань уроку.
- в). Організаційну, психологічну, координаційну підготовку учнів.
- г). Фронтальну, групову, індивідуальну підготовку учнів.

14. Спосіб проведення занять з фізичного виховання який передбачає одночасне виконання в декількох групах різних завдань викладача.

- а). Індивідуальний спосіб виконання вправ.
- б). Груповий спосіб виконання вправ.
- в). Поточний спосіб виконання вправ.
- г). Коловий спосіб виконання вправ.

15. Легка атлетика це:

- а) вид спорту, що поєднує природні для людини фізичні вправи: ходьбу, біг, стрибки і метання;
- б) вид спорту, що поєднує природні для людини фізичні вправи: ходьбу, біг, боротьбу, плавання і метання;
- в) вид спорту, що поєднує природні для людини фізичні вправи: ходьба, ігри з м'ячем, біг, стрибки, метання;
- г) вид спорту, що поєднує природні для людини фізичні вправи: біг, стрибки, метання, шейпінг.

16. Короткі дистанції в легкій атлетиці:

- а) 60, 100 та 200 метрів;
- б) від 30 до 450 метрів;
- в) від 30 метрів до 800 метрів;
- г) від 100 до 1000 метрів.

17. Результат у човниковому бігу 4x9 метрів характеризує рівень розвитку:

- а) швидкості;
- б) витривалості;
- в) швидкісно-силових якостей;
- г) спритності.

18. Коли вперше баскетбол увійшов до програми Олімпійських ігор?

- а). Ігри IV Олімпіади 1908 року.
- б). Ігри XI Олімпіади 1936 року.
- в). Ігри II Олімпіади 1900 року.
- г). Ігри III Олімпіади 1904 року.

19. У якому виді спорту українська спортсменка вперше піднялась на найвищу сходинку п'єдесталу пошани на Іграх XV Олімпіади та відкрила рахунок Олімпійських медалей України?

- а). Гімнастика.
- б). Легка атлетика.
- в). Плавання.
- г). Стрибки у воду.

20. Для тих, хто проводить заняття з плавання, обов'язковим є:

- а) володіння прийомами рятування та надання їм першої допомоги;
- б) наявність високого спортивного розряду;
- в) вміння визначати рівень фізичної підготовленості дітей.

21. Яка з наведених вправ, при навчанні плаванню, вивчається першою:

- а) спливання;
- б) лежання на воді;
- в) сковзання;
- г) відштовхування.

22. Який вид ведення м'яча в баскетболі не дозволяється?

- а). Обома руками одночасно.
- б). Поперемінно обома руками.
- в). Однією рукою.

23. Хто має право припинити проведення спортивних змагань, якщо їх проведенню перешкоджають погодні умови?

- а). Головний секретар змагань.
- б). Старший суддя на старті.
- в). Головний суддя змагань.

24. Скільки гравців однієї команди повинно бути на початку гри баскетбол?

- а). 3 гравця.
- б). 4 гравця.
- в). 5 гравців.
- г). 6 гравців.

25. Хто відповідає за розвиток олімпійського руху в країні?

- а). Верховна Рада України.
- б). Національний олімпійський комітет України.
- в). Рада національної безпеки та оборони.
- г). Кабінет Міністрів України.

1. Як часто відбувались Олімпійські ігри у Стародавній Греції?

- а). 1 раз на два роки.
- б). 1 раз на чотири роки.
- в). Кожен рік.
- г). Згідно з рішенням храму жерців Зевса.

2. Чим нагороджували переможців Олімпійських ігор у Стародавній Греції?

- а). Золотою медаллю з зображенням Зевса.
- б). Вінком із гілок оливи.
- в). Золотою прикрасою.
- г). Вінком із гілок лавра.

3. Що символізують олімпійські кільця?

- а). Національні олімпійські комітети країн – лідерів олімпійського руху.
- б). Об'єднання найсильніших країн світу.
- в). Об'єднання в олімпійському русі п'яти континентів і зустріч атлетів усього світу на Олімпійських іграх.
- г). Країни-засновниці Олімпійських ігор.

4. Назвіть ім'я українського важкоатлета Заслуженого майстра спорту, дворазового олімпійського чемпіона (1964, 1968 рр.), який встановив 19 світових рекордів і був визнаний найсильнішою людиною планети?

- а). Леонід Жаботинський.
- б). Юрій Зайцев.
- в). Владислав Крищишин.
- г). Денис Готфрід.

5. Яке з визначень точніше характеризує поняття «Рухова активність»?

- а). Кількість рухів, які людина виконує продовж дня, тижня, місяця.
- б). Це організований педагогічний процес, спрямований на морфологічне і функціональне удосконалення організму людини, формування і поліпшення її основних життєво важливих рухових вмінь, навичок і пов'язаних з ними знань.
- в). Цим терміном визначають рівень знань з фізичного виховання, рухових і гігієнічних вмінь та навичок.
- г). Передбачає міцне здоров'я, гармонійний фізичний розвиток та всебічну фізичну підготовленість людини до життя, праці та захисту Батьківщини.

6. Який принцип орієнтує на відповідність завдань, засобів та методів фізичного виховання можливостям учнів?

- а). Наочності.
- б). Доступності.
- в). Науковості.
- г). Систематичності.
- д). Послідовності.

е). Свідомості та активності.

7. Назвіть засоби фізичного виховання?

- а). Засоби забезпечення зорової, слухової, тактильної наочності.
- б). Засоби розвитку рухових якостей.
- в). Засоби навчання і розвитку рухових якостей.
- г). Фізичні вправи, гігієнічні фактори, природні сили.

8. Ознаки ігрового методу.

- а). Наявність суперництва, протиборства; максимальний прояв фізичних і психічних здібностей; обмежені можливості в управлінні навантаженням.
- б). Відсутність суворої регламентації діяльності; наявність сюжетно-рольової основи; надзвичайна мінливість умов; творча ініціатива і широка самостійність у виборі способів досягнення мети.
- в). Поєднання виборчої спрямованості і загального впливу на організм; зміна станцій; підвищення емоційного впливу занять.
- г). Точність в дозуванні навантаження; висока швидкість досягнення стану тренуваності.

9. Яку фізичну якість характеризує здатність виконувати рухи з максимальною амплітудою?

- а). Силу.
- б). Спритність.
- в). Витривалість.
- г). Гнучкість.
- д). Координацію.

10. Вкажіть групу засобів, яка найбільш забезпечує розвиток силових здібностей.

- а). Ігри, єдиноборства, кардіотренажери.
- б). Аеробні вправи помірної, великої, потужності.
- в). Анаеробні вправи, стретчинг, статичні вправи.
- г). Вправи з опором партнера, динамічні, статичні вправи.
- д). Тренажери, аеробні вправи.

11. Назвіть види силових здібностей.

- а). Активна, пасивна.
- б). Аеробна, анаеробна.
- в). Стандартна, повторна, перемінна.
- г). Абсолютна, відносна.

12. На заняттях з фізичної культури дітей молодшого шкільного віку перевага віддається:

- а) повторному методу навчання;
- б) цілісному методу навчання;
- в) розчленованому методу;

г) методу диференційованих вправ.

13. У дітей молодшого шкільного віку на заняттях з фізичного виховання по можливості треба виключити:

- а) вправи на динаміку;
- б) вправи на статику та затримання дихання;
- в) вправи на розвиток швидкісних якостей;
- г) вправи на витривалість.

14. Фітнес програми засновані на видах рухової активності.

- а). Шейпінг, зумба, фітбол-аеробіка.
- б). Слайд-аеробіка, стретчінг, система антигравити.
- в). Оздоровча ходьба, оздоровчий біг, плавання.
- г). Степ-аеробіка, аквафітнес, слайд-аеробіка, оздоровча ходьба.

15. Дистанція марафонського бігу дорівнюється:

- а) 40 км 40 м;
- б) 42 км 195 м;
- в) 100 км;
- г) 10 000 м.

16. Стрибки у легкій атлетиці бувають:

- а) стрибки у висоту, довжину, потрійний стрибок, стрибки через коня;
- б) стрибки у висоту, довжину, потрійний стрибок і стрибок з тичиною;
- в) стрибки у висоту, довжину, в воду потрійний стрибок і стрибок з тичиною;
- г) стрибки у висоту, довжину, потрійний стрибок, на місці, у «пісок».

17. Результат у стрибку в довжину з місця характеризує рівень розвитку:

- а) витривалості;
- б) швидкісно-силових якостей;
- в) швидкості;
- г) спритності.

18. Навить ім'я та прозвище спортсменки, яка здобула для олімпійської збірної України першу нагороду?

- а). Лілія Подкопаєва.
- б). Яна Клочкова.
- в). Катерина Серебрянська.
- г). Валентина Цербе.

19. У якому виді спорту здобуто першу олімпійську нагороду для збірної команди України?

- а). Фігурне катання на ковзанах.
- б). Біатлон.
- в). Лижні перегони.

г). Шорт-трек.

20. Укажіть, з яких частин складається гра у волейбол.

- а). Партій.
- б). Таймів.
- в). Періодів.
- г). Сетів.

21. Що таке «навантаження»?

- а). Міра впливу фізичних вправ на організм людини.
- б). Саморегуляція фізичних вправ.
- в). Інтенсивність виконання фізичних вправ.
- г). Об'єм виконання фізичних вправ.

22. Оберіть правильне твердження щодо назви груп учнів для занять на уроках фізичної культури:

- а) основна, підготовча, спортивна;
- б) основна, підготовча, спеціальна;
- в) основна, медична, спортивна.

23. Процес навчання рухової дії рекомендується починати із засвоєння:

- а) основи техніки;
- б) визначальної ланки техніки;
- в) підвідних вправ;
- г) вихідного положення.

24. Фізична підготовка визначається як:

- а) процес навчання рухам і розвитку фізичних якостей;
- б) процес спрямований переважно на розвиток фізичних якостей;
- в) рівень розвитку, який характеризує високу працездатність;
- г) процес зміцнення здоров'я і підвищення рухових можливостей.

25. Кого обрано першим президентом Національного комітету України?

- а). Валерія Борзова.
- б). Леоніда Кравчука.
- в). Валерія Лобановського.
- г). Володимира Геращенко.

ВАРІАНТ 3

1. У якому виді спорту змагались атлети під час проведення перших Олімпійських ігор у Стародавній Греції?

- а). Біг.
- б). Кулачний бій.
- в). Стрибки у довжину та висоту.
- г). Кінні перегони.

2. Кого вважають засновником сучасного олімпійського руху?

- а). Роберта Довера.
- б). Вільяма Брукса.
- в). П'єра де Кубертена.
- г). Анрі-Мартіна Дідона.

3. Яким нормативно-правовим документом сучасного олімпійського руху керується МОК у своїй діяльності?

- а). Статут.
- б). Олімпійська конституція.
- в). Олімпійська хартія.
- г). Олімпійський кодекс.

4. Назвіть ім'я Заслуженого майстра спорту, олімпійського чемпіона XXIV Олімпійських ігор у Сеулі, 10-тиразового чемпіона світу, 35-тиразового рекордсмена світу у стрибках із жердиною, визнаного найкращим спортсменом світу, занесеного до Книги рекордів Гіннеса, Героя України, президента Національного олімпійського комітету України?

- а). Сергій Бубка.
- б). Юрій Прохоренко.
- в). Геннадій Близнєцов.
- г). Валерій Брумель.

5. Яке з визначень точніше характеризує поняття «Фізичні вправи»?

- а). Найбільш раціональні способи виконання рухової дії, які забезпечують ефективно досягнення найвищих результатів.
- б). Прояв моторної функції організму, що виражається у зміні положень тіла або його частин.
- в). Сукупність рухових дій, спрямованих на реалізацію завдань фізичного виховання і організованих за його закономірностями.
- г). Прояв рухових здібностей людини.

6. Яка група завдань фізичного виховання передбачає вдосконалення фізичного розвитку людини, її загартування, удосконалення будови тіла й формування постави?

- а). Виховних завдань.
- б). Оздоровчих завдань.

- в). Освітніх завдань.
- г). Завдань з оптимізації розвитку фізичних якостей.

7. Вкажіть класифікацію фізичних вправ залежно від впливу на розвиток окремих якостей людини.

- а). Силові, швидкісні, на гнучкість, на витривалість, на координацію, швидкісно-силові.
- б). Циклічні, ациклічні, комбіновані.
- в). Максимальної, субмаксимальної, помірної, великої потужності.
- г). Основні, підготовчі, підвідні, розвиваючі.

8. Назвіть методи фізичного виховання.

- а). Словесні, наочні, практичні.
- б). Оздоровчі, освітні, виховні.
- в). Фізичні вправи, природні фактори, гігієнічні фактори.
- г). Свідомість, активність, доступність, систематичність.

9. Вкажіть визначення швидкості як фізичної якості.

- а). Здатність швидко долати зовнішній опір або протидіяти йому за рахунок м'язових зусиль.
- б). Здатність швидко відповідати на відомий сигнал, який виникає несподівано.
- в). Здатність виконувати максимальну кількість рухових дій в мінімальний проміжок часу.
- г). Здатність тривалий час підтримувати швидкість рухів без зниження її інтенсивності.

10. Назвіть групу методів для розвитку загальної витривалості.

- а). Ігровий, змагальний, колове тренування, ізометричних зусиль.
- б). Ігровий, змагальний, перемінний, статичних зусиль.
- в). Ігровий, рівномірний, повторний, перемінний.
- г). Ігровий, змагальний, рівномірний, ізометричних зусиль.

11. Яку фізичну якість характеризує здатність виконувати рухи з максимальною амплітудою?

- а). Силу.
- б). Спритність.
- в). Витривалість.
- г). Гнучкість.
- д). Координацію.

12. Які є методи організації діяльності учнів на уроці фізичної культури?

- а). Фронтальний, груповий, індивідуальний.
- б). Одночасний, безперервний, прогресуючий.
- в). Словесний, наочний, практичний.
- г). Інтервальний, поточний, варіативний.

13. Для того щоб визначити навантаження на уроці з фізичної культури викладачу необхідно знати:

- а) стан здоров'я школярів;
- б) функціональні можливості учнів;
- в) фізичну підготовленість та індивідуальні можливості учнів;
- г) ступінь попереднього навантаження при вивченні раннього пройденого матеріалу.

14. Якою би оригінальною не була та чи інша фітнес-програма, в її структурі виділяють наступні компоненти:

- а) розминка, силові вправи, вправи на гнучкість, підходящі вправи;
- б) розминка, аеробна частина, силова частина, заключна частина;
- в) стретчінг, вправи на силу, вправи на витривалість, профілактична частина;
- г) анаеробна частина, вправи на швидкість, кардіореспіраторний компонент.

15. У бігу на короткі дистанції застосовується:

- а) високий старт;
- б) середній старт;
- в) низький старт;
- г) старт «плавця».

16. Результат у бігу на 30 метрів характеризує рівень розвитку:

- а) спритності;
- б) витривалості;
- в) швидкісно-силових якостей;
- г) швидкості.

17. Біг по стадіоні здійснюється:

- а) в залежності від погодних умов;
- б) в залежності від бажання легкоатлетів;
- в) за часовою стрілкою;
- г) проти часової стрілки.

18. Хто здобув перше олімпійське «золото» для команди України?

- а). Оксана Баюл.
- б). Сергій Бубка.
- в). Андрій Шевченко.
- г). Яна Клочкова.

19. Скільки спортсменів перебуває на футбольному полі під час ігри у футбол?

- а). 11 спортсменів.
- б). 22 спортсмена.

- в). 25 спортсменів.
- г). 44 спортсмена.

20. Яку назву має спортивне взуття футболіста?

- а). Шиповки.
- б). Кросівки.
- в). Бутси.
- г). Кеди.

21. Головні показники визначення фізичного розвитку учнів.

- а). Рухові тести.
- б). Функціональні проби.
- в). Тотальні розміри тіла.

22. Раціональна послідовність розвитку фізичних якостей в основній частині уроку фізичної культури:

- а) витривалість – сила – гнучкість – спритність – швидкість;
- б) сила – спритність – витривалість – швидкість – гнучкість;
- в) спритність – швидкість – сила – гнучкість – витривалість.

23. Фізичними вправами називаються:

- а) рухові дії, з допомогою яких розвивають фізичні якості і зміцнюють здоров'я;
- б) рухові дії, які дозують фізичне навантаження;
- в) рухи, які виконуються на уроках фізичної культури і під час ранкової гімнастики;
- г) рухові дії, які сприяють вирішенню задач фізичного виховання.

24. На уроках фізичної культури виділяють підготовчу, основну і заключну частини, тому що:

- а) так вчителю найкраще розподілити різні за характером вправи;
- б) розподіл на частини обумовлений необхідністю управляти динамікою працездатності тих, хто займається;
- в) розподіл уроку на частини вимагає Міністерство освіти і науки України;
- г) перед уроком як правило ставляться три завдання і кожна частина призначена для вирішення одного із них.

25. Хто зараз очолює Національний олімпійський комітет України?

- а). Віталій Кличко.
- б). Сергій Бубка.
- в). Григорій Суркіс.
- г). Олександр Волков.

РОЗДІЛ 2. ОЦІНЮВАННЯ ЗНАНЬ ВСТУПНИКІВ

2.1. Порядок оцінювання підготовленості вступника

Фаховий іспит є формою контролю навчальних досягнень вступника, глибини засвоєння ним програмового матеріалу, логіки та взаємозв'язків між окремими дисциплінами та їхніми розділами, здатності творчо використовувати набуті знання та уміння.

Забезпечення об'єктивності і справедливості тесту вимагає спеціальних заходів щодо забезпечення конфіденційності тестових завдань.

Під час підготовки тестів було враховано наступні вимоги до тестових завдань:

- a) певна складність, що відповідає меті й рівню оцінювання;
- b) достатня варіативність тестових балів;
- c) позитивна кореляція балів завдань із балами всього тесту.

До варіантів відповідей включено дистрактори (неправильні варіанти), які є зрозумілими для вступників, наближені до правильних і становлять собою найпоширеніші помилки при відповідях на подібні завдання. Такий підхід унеможливорює просте відгадування вступниками правильної відповіді та дає змогу глибше перевірити рівень знань.

Тестові завдання розподілені на три варіанти. Вступник вирішує один варіант тестових завдань, якій йому буде надано екзаменаційною комісією.

3.2. Структура оцінки

Кожний варіант тексту складається з 25 питань з варіантами відповідей, одна з яких є вірною. Правильна відповідь оцінюється у 8 балів. Максимальна сума балів, яку може отримати вступник становить 200 балів.

Отже, за умови правильної відповіді на всі тестові питання, вступник може отримати 200 балів, які і є конкурсним балом вступника.

Таблиця розподілу балів
(кількісний і якісний показники рівня підготовленості вступника)

Якісна шкала оцінювання			
низький	задовільний	достатній	високий
200-бальна шкала оцінювання			
100-109	110-159	160-189	190-200

Для участі у конкурсному відборі на бюджет до Хортицької національної академії **прохідний бал за фаховий іспит дорівнює 130 балів.**

Якщо вступник під час вступного випробування **набрав від 100 до 129 балів**, то така кількість балів вважається достатньою для **допуску вступника до участі у конкурсному відборі** до навчання в Хортицької національної академії **за кошти фізичних і юридичних осіб** (контракт).

2.3. Критерії оцінювання підготовленості вступників

Якісні рівні /бали			
низький	задовільний	достатній	високий
100-109	110-159	160-189	190-200
Характеристика рівня володіння навальним матеріалом			
дуже низький, вступник майже не володіє теоретичним матеріалом та практичними навичками, з винесених на вступне випробування дисциплін, неправильно відповів на більшість тестових питань	недостатній, вступник правильно відповів на 50 відсотків тестових завдань	достатній, вступник правильно відповів на 60-80 відсотків тестових завдань	високий, вступник володіє теоретичним матеріалом, має практичні навички з дисциплін, винесених на вступне випробування

СПИСОК ЛІТЕРАТУРНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Круцевич Т. Ю., Воробйов М. І., Безверхня Г. В. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді : навч. посіб. Київ, 2011. 224 с.
2. Наказ Міністерства освіти і науки України «Про затвердження Порядку прийому на навчання для здобуття вищої освіти в 2025 році», від 10.02.2025 р. № 168. [URL:https://ips.ligazakon.net/document/RE43718?an=2](https://ips.ligazakon.net/document/RE43718?an=2)
3. Папуша В. Г. Теорія і методика фізичного виховання у схемах і таблицях. Тернопіль, 2011. 128 с.
3. Сергієнко Л. П. Практикум з теорії та методики фізичного виховання: навч. посібник. Харків, 2007. 271 с.
4. Сергієнко Л. П. Теоретико-методологічні основи контролю рухових здібностей студентської молоді у процесі фізичного виховання. Київ, 2016. 44 с.
5. Теорія і методика фізичного виховання: в 2-х томах / під ред. Т.Ю. Круцевич. Київ, 2012. Т. 1. 392 с.
6. Теорія і методика фізичного виховання: в 2-х томах / під ред. Т.Ю. Круцевич. Київ, 2012. Т. 2. 368 с.
7. Христова Т. Є. Тестування рухових здібностей школярів: курс лекцій для студентів вищих навчальних закладів спеціальності «Фізична культура». Мелітополь, 2017. 48 с.