

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ТЕХНІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ



ЗАТВЕРДЖУЮ
Голова приймальної комісії
Ректор ЗНТУ С.Б. Беліков
«01» березня 2017 р.

ПРОГРАМА

творчого конкурсу з багатоборства зі спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» для абітурієнтів, які вступають до ЗНТУ на навчання за ступенем «бакалавр» на базі повної загальної середньої освіти.

Творчий конкурс з багатоборства проводиться та оцінюється відповідно до "Навчальної програми з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів 10-11 класи", затвердженою Міністерством освіти і науки України (Наказ МОНУ від 27.12.13 № 1844) та нормативних вимог "Спортивної класифікації з олімпійських видів спорту на 2009-2012 роки" та діючих Правил прийому до Запорізького національного технічного університету в 2017 р, розроблених на основі Умов прийому до вищих навчальних закладів України у 2017 р.

Критеріально-орієнтовані нормативні вправи дозволяють встановити рівень сформованості компетенцій необхідних для засвоєння змісту навчання за освітнім ступенем «бакалавр».

Освітньо-професійні програми та навчальні плани спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» передбачають значну кількість навчальних годин з практичних занять дисциплін за основними видами спорту (гімнастика, легка атлетика, плавання, футбол, волейбол, баскетбол, гандбол, туризм, самозахист, атлетизм та ін.). Тому метою творчого конкурсу з багатоборства є перевірка фізичної підготовленості абітурієнтів за двома обов'язковими тестами (нахил тулуба вперед з положення сидячи для чоловіків і жінок та підтягування для чоловіків; підймання ніг до кута 90° у висі для жінок) та одному за вибором (біг 100 м або стрибки у довжину з розбігу).

Організація та проведення творчого конкурсу з багатоборства відповідає правилам змагань з легкої атлетики та гімнастики.

Нормативні вимоги поділено залежно від статі та віку (17-24 та від 25 років) абітурієнтів.

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

Оцінювання здійснюється за 100 бальною шкалою від 100 до 200 балів. Результати кожного тесту оцінюються в залікових балах. Підсумкова оцінка творчого конкурсу з багатоборства є сумою залікових балів, одержаних по трьом тестам. Для участі в конкурсі абітурієнт повинен набрати не менш ніж

105 балів.

Нормативні вимоги до виконання вправ творчого конкурсу з багатоборства подані у таблиці 1.

Зведений протокол творчого конкурсу з багатоборства - таблиця 2.

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Державна програма "Фізична культура" для загальноосвітніх навчальних закладів (затверджена МОН України, лист МОН України №1/11-6611 від 23.12. 2004 року).

2. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика виховання. – т. 1, 2. – К.: Олімпійська література, 2008. – 391 с.

3 Романенко В.А. Диагностика двигательных способностей. Учебное пособие, – Донецк: изд-во ДонНУ, 2005, – 290 с.

4. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1,2 – Тернопіль: Навчальна книга, 2003. – 272 с.

5. Присяжнюк Д.С. Легка атлетика в школі. – Вінниця, 2002. – 154 с.

6. Футбол: навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву. – Київ, 1995. – 112 с.

7. Баскетбол: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. – М.: Советский спорт, 2007. – 100 с.

8. Єдина спортивна класифікація України на 2006-2008 р.р. Олімпійські види спорту (легка атлетика). – Київ, 2006. – 161 с.

Затверджено на засіданні предметної екзаменаційної комісії з проведення творчого конкурсу
«01» березня 2017 р

Голова предметної екзаменаційної комісії
з проведення творчого конкурсу



В.М. Мазін

Таблиця 1

Вправи	Вік	НОРМАТИВНІ ВИМОГИ										
		„34”	„30”	„27”	„24”	„21”	„18”	„15”	„12”	„10”	„5”	„0”
ЧОЛОВІКИ - ОБОВ'ЯЗКОВІ ВПРАВИ												
Нахил тулуба вперед з положення сидячи (см)	17-24	+15	+12	+10	+9	+8	+7	+6	+5	+4	+2	>+2
	Від 25	+10	+9	+8	+7	+6	+5	+4	+3	+2	+1	>+1
		„33”	„30”	„27”	„24”	„21”	„18”	„15”	„12”	„10”	„5”	„0”
Підтягування у висі на перекладині хватом зверху	17-24	25	23	21	19	17	15	13	11	10	8	>8
	Від 25	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	>6
ЧОЛОВІКИ - ВПРАВИ ЗА ВИБОРОМ												
Біг 100 м (сек.)	17-24	12,3	12,5	12,7	12,9	13,1	13,2	13,3	13,4	13,6	14,0	<14,0
	Від 25	13,3	13,5	13,7	13,9	14,1	14,2	14,3	14,4	14,5	14,6	<14,6
Стрибок у довжину з розбігу (см)	17-24	550	540	530	520	510	500	480	470	460	450	>450
	Від 25	500	480	470	460	450	440	430	420	410	400	>400
ЖІНКИ - ОБОВ'ЯЗКОВІ ВПРАВИ												
		„34”	„30”	„27”	„24”	„21”	„18”	„15”	„12”	„10”	„5”	„0”
Нахил тулуба вперед з положення сидячи (см)	17-24	+25	+22	+20	+18	+16	+14	+12	+10	+8	+4	>+4
	Від 25	+20	+18	+16	+14	+12	+10	+8	+6	+4	+2	>+2
		„33”	„30”	„27”	„24”	„21”	„18”	„15”	„12”	„10”	„5”	„0”
Підіймання ніг до кута 90° за 30 сек у висі на гімнастичній стінці	17-24	25	23	21	19	17	16	15	14	13	12	>12
	Від 25	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	>8
ЖІНКИ - ВПРАВИ ЗА ВИБОРОМ												
Біг 100 м (сек.)	17-24	14,6	14,8	15,0	15,2	15,4	15,6	15,8	16,2	16,6	17,0	<17,0
	Від 25	15,2	15,6	16,0	16,4	16,8	17,2	17,6	18,0	18,4	18,8	<18,8
Стрибок у довжину з розбігу (см)	17-24	460	430	420	410	400	390	380	370	360	350	>350
	Від 25	390	380	370	360	350	340	330	320	310	300	>300