

КИЇВСЬКИЙ СТОЛИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА
ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ «УНІВЕРСУМ»

Циклова комісія фізичного виховання

ПРОГРАМА ЕКЗАМЕНУ
з дисципліни
«Теорія і методика фізичного виховання»

Освітньо-професійний ступінь: фаховий молодший бакалавр

Курс III

Спеціальність: 013 Початкова освіта

Освітньо-професійна програма: Початкова освіта

Форма проведення: письмово. Екзамен у формі тестування з практичним завданням.

Тривалість проведення: 2 год

Максимальна кількість балів: 40 балів

Екзамен проводиться в електронному навчальному курсі (ЕНК) у формі письмового тестування.

Критерії оцінювання

1. Виконання тестових завдань – 30 балів.

Всього 30 завдань:

1-5 – тестові завдання альтернативного вибору («так/ні») – кожна правильна відповідь оцінюється в 1 бал;

6-20 – тестові завдання з вибором однієї правильної відповіді – кожна правильна відповідь оцінюється в 1 бал;

21-24 – тестові завдання з вибором кількох правильних відповідей – кожне завдання оцінюється в 1 бал за умови вибору всіх правильних відповідей;

25-30 – тестові завдання на встановлення відповідності – завдання оцінюється в 1 бал за умови правильного встановлення всіх відповідностей.

2. Виконання практичного завдання – 10 балів.

Практичне завдання проводиться у формі співбесіди.

Після проходження тестування в електронному навчальному курсі у тесті другим блоком подається практичне завдання, яке обирається випадковим чином. Стисла відповідь вноситься студентом у відповідне поле білета.

Результати оцінювання навчальних досягнень студентів заносяться до електронного журналу після завершення екзамену.

Критерії оцінювання практичного завдання:

| Кількість балів | Значення оцінки (характеристика відповіді) |
|-----------------|--|
| 9-10 балів | Завдання виконане в повному обсязі, студент має системні, дієві знання, володіє понятійним апаратом, відповідь на запитання вичерпна й аргументована, не має помилок |
| 7-8 балів | Робота виконана в повному обсязі, але має деякі неточності і незначні помилки; достатньо високий рівень загальної обізнаності з предмету та адаптивності при використанні потрібного матеріалу |
| 5-6 балів | Поверхнєве знання змісту тем з дисципліни, труднощі при використанні понятійного апарату, відсутність міцних логічних зв'язків і послідовності у розумінні навчального предмету |
| 3-4 балів | Студент знайомий з матеріалом, але не виділяє основних положень, допускає суттєві помилки, які викривлюють зміст, не вміє користуватися термінологією і поєднувати теоретичні засади з практичним їх втіленням |
| 0-2 балів | Не виявляє розуміння матеріалу, має розрізненні знання, допускає грубі помилки, обсяг виконаного завдання менше 20% |

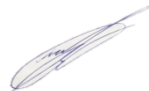
Орієнтований перелік тем для семестрового контролю

1. Предмет та основні поняття теорії та методики фізичного виховання.
2. Соціально-педагогічне значення фізичної культури учнів початкової школи.
3. Анатомо-фізіологічні та психологічні особливості учнів початкової школи.
4. Мета та завдання фізичного виховання учнів початкових класів.
5. Місце уроку фізичної культури в освітньому і виховному процесі.
6. Зміст і структура уроку.
7. Способи і методи організації діяльності учнів на уроці.
8. Види і типи уроків.
9. Завдання уроку.
10. Фізичні вправи як основний засіб фізичного виховання.
11. Зміст і форма фізичних вправ.
12. Оздоровчі сили природи і гігієнічні чинники як засоби фізичного виховання.
13. Визначення поняття «методи» та їх класифікація.
14. Загальні поняття про навантаження.
15. Види навантажень.
16. Втома та відновлення.

17. Тривалість і характер інтервалів відпочинку між вправами.
18. Загальні поняття про адаптацію.
19. Види адаптації.
20. Оздоровче, освітнє і виховне значення рухливих ігор.
21. Класифікація рухливих ігор.
22. Диференційоване фізичне виховання учнів початкової школи.
23. Розподіл учнів початкової школи за медичними групами.
24. Поняття про фізичні здібності, основні форми їх вияву.
25. Етапність розвитку фізичних здібностей.
26. Нерівномірність і гетерохронність (різночасність) розвитку здібностей.
27. Загальна характеристика сили.
28. Види силових здібностей.
29. Вікова динаміка природного розвитку сили.
30. Засоби вдосконалення сили.
31. Загальна характеристика швидкості як фізичної якості людини.
32. Вікова динаміка природного розвитку швидкості.
33. Засоби вдосконалення швидкості.
34. Загальна характеристика витривалості і втоми.
35. Вікова динаміка природного розвитку витривалості та контроль за її розвитком.
36. Загальна характеристика гнучкості.
37. Фактори, від яких залежить прояв гнучкості.
38. Вікова динаміка природного розвитку гнучкості та контроль за її розвитком.
39. Координаційні здібності.
40. Вікова динаміка природного розвитку координаційних здібностей.
41. Засоби розвитку координаційних здібностей.

Розглянуто і затверджено на засіданні циклової комісії фізичного виховання
Протокол від 01 квітня 2026 року № 3

Голова циклової комісії



Андрій МІНЯЙЛУК

Екзаменатор



Катерина ЗАЄЦЬ