

ДЕРЖАВНИЙ ТОРГОВЕЛЬНО-ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
СИСТЕМА УПРАВЛІННЯ ЯКІСТЮ
Система забезпечення якості освітньої діяльності та якості вищої освіти
сертифікована на відповідність ДСТУ ISO 9001 2015 / ISO 9001 2015

ЗАТВЕРДЖЕНО



Голова приймальної комісії

Анатолій МАЗАРАКІ

2022 р.

ПРОГРАМА

творчого конкурсу

для здобуття освітнього ступеня бакалавра
на основі повної загальної середньої освіти

галузь знань	01 «Освіта/Педагогіка»
спеціальність	017 «Фізична культура і спорт»
освітня програма	«Спортивний менеджмент»

Київ 2022

Розповсюдження і тиражування без офіційного дозволу ДТЕУ заборонено

Автори: В. Г. Гамов
О. О. Дембіцька
К. О. М'ясоєденков

Рекомендовано вченою радою факультету готельно-ресторанного та туристичного бізнесу 12 травня 2022 р протокол № 4 і затверджено приймальною комісією 12 травня 2022 р протокол № 12.

Рецензент: Т. В. Самоленко, канд. наук з фізичного виховання і спорту,
доцент

ПРОГРАМА

творчого конкурсу

**для здобуття освітнього ступеня бакалавра
на основі повної загальної середньої освіти**

галузь знань	01 «Освіта/Педагогіка»
спеціальність	017 «Фізична культура і спорт»
освітня програма	«Спортивний менеджмент»

ВСТУП

Творчий конкурс проводиться з метою виявлення та оцінки фізичних здібностей вступників на здобуття освітнього ступеня «бакалавр» на основі повної загальної середньої освіти за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт», освітньою програмою «Спортивний менеджмент» та складається із нормативів загальної фізичної підготовки, що відображають рівень фізичної підготовленості вступників.

Нормативи творчого конкурсу спрямовані на оцінку фізичних здібностей вступників та включають вправи: підіймання тулуба в сід за 1 хв; підтягування на перекладині (чоловіки); згинання і розгинання рук в упорі лежачи (жінки).

Творчий конкурс проводиться протягом одного дня відповідно до розкладу приймальної комісії.

До виконання нормативів творчого конкурсу із фізичної культури допускаються особи, які пройшли медичне обстеження і надали, при поданні заяви, медичну довідку про стан здоров'я, чітко усвідомили мету своєї участі в ньому, ознайомлені з технікою і правилами безпеки під час їх виконання. У разі незадовільного самопочуття брати участь у творчому конкурсі не рекомендується. Особи, які допущені до тестування, повинні бути одягнені у відповідний спортивний одяг і взуття.

Перед творчим конкурсом вступників консультують щодо умов виконання вправ творчого конкурсу та місця проведення тестування. Час на виконання тестування по кожній вправі творчого конкурсу – 3-5 хвилин на одного вступника.

Творчий конкурс проводиться дистанційно з використанням телекомунікаційних технологій (Zoom).

При складанні вправ творчого конкурсу дистанційно на екрані вступника має бути видно в повний зріст не залежно від положення відносно підлоги.

ВПРАВИ ТВОРЧОГО КОНКУРСУ

1. Підіймання тулуба в сід за 1 хв

Опис проведення тестування.

Підіймання тулуба в сід за 1 хв виконується з ВП: лежачи на спині на підлозі (каремати), руки за головою, пальці зчеплені в «замок», лопатки торкаються підлоги (каремату), ноги зігнуті в колінах під прямим кутом, ступні притиснуті до підлоги (можна закріпити ноги за допомогою партнера, чи іншим способом). Учасник виконує максимальну кількість підйомів за 1 хв, торкаючись ліктями колін, з подальшим поверненням у ВП. Зараховується кількість правильно виконаних підйомів тулуба.

Спроба не зараховується у разі: відсутності торкання ліктями стегон (колін); відсутності торкання лопатками підлоги (каремату); розімкнення пальців із «замка»; зміщення таза.

2. Підтягування на перекладині (чоловіки)

Опис проведення тестування.

Учасник тестування хватом зверху (долонями вперед) береться за перекладину на ширині плечей, руки випрямлені. За командою «Можна», згинаючи руки, він підтягується до такого положення, аби його підборіддя було над перекладиною. Потім учасник повністю випрямляє руки, опускаючись у вис. Вправа повторюється стільки разів, скільки в учасника вистачить сил.

Загальні вказівки і зауваження. Діаметр перекладини 2-3 см. Кожному учасникові дозволяється лише один підхід до перекладини. Не дозволяється розгойдуватися під час підтягування, робити допоміжні рухи ногами. Тестування припиняється, якщо учасник робить зупинку на 4 і більше секунди або йому не вдається зафіксувати потрібного положення більш як 2 рази підряд. Для зменшення скользіння рук дозволяється використати магnezію або крейду. Заборонено використання рукавиць.

3. Згинання та розгинання рук в упорі лежачи на підлозі (жінки)

Опис проведення тестування.

Учасник тестування займає положення упору лежачи, руки випрямлені на ширині плечей кистями вперед, тулуб і ноги утворюють пряму лінію, пальці ступнів опираються на підлогу. За командою «Можна» учасник починає ритмічно з повною амплітудою згинати і розгинати руки. Результатом тестування є кількість безпомилкових згинань і розгинань рук за одну спробу.

Загальні вказівки і зауваження. При згинанні рук має бути кут 90 градусів. Не дозволяється торкатись опори грудьми, стегнами, згинати тіло і ноги, перебувати у вихідному положенні та із зігнутими руками більше 4 секунд, лягати на підлогу, розгинати руки по чергово, розгинати і згинати руки не з повною амплітудою. Згинання і розгинання рук, що виконується з помилками, не зараховуються.

Оцінювання фізичної вправи «Піднімання тулуба в сід за 1 хв, разів»

Чоловіки		Жінки	
Кількість разів	Бали	Кількість разів	Бали
До 35 років			
20	100	10	100
21	101	11	101
22	102	12	102
23	103	13	103
24	104	14	104
25	105	15	105
26	106	16	106
27	107	17	107
28	108	18	110
29	109	19	113
30	110	20	116

31	113	21	119
32	116	22	122
33	119	23	125
34	122	24	128
35	125	25	131
36	128	26	134
37	131	27	137
38	134	28	140
39	137	29	143
40	140	30	146
41	143	31	149
42	146	32	152
43	149	33	155
44	152	34	158
45	155	35	161
46	158	36	164
47	161	37	167
48	164	38	170
49	167	39	173
50	170	40	176
51	173	41	179
52	176	42	182
53	179	43	185
54	182	44	188
55	185	45	191
56	188	46	194
57	191	47	197
58	194	48	200
59	197		
60	200		
Після 35 років			
10	100	4	100
11	101	5	101
12	102	6	102
13	103	7	103
14	104	8	104
15	105	9	105
16	106	10	106
17	107	11	107
18	108	12	110
19	109	13	113
20	110	14	116
21	113	15	119
22	116	16	122
23	119	17	125
24	122	18	128
25	125	19	131
26	128	20	134
27	131	21	137
28	134	22	140
29	137	23	143
30	140	24	146
31	143	25	149
32	146	26	152
33	149	27	155
34	152	27	158
35	155	29	161
36	158	30	164

37	161	31	167
38	164	32	170
39	167	33	173
40	170	34	176
41	173	35	179
42	176	36	182
43	179	37	185
44	182	38	188
45	185	39	191
46	188	40	194
47	191	41	197
48	194	42	200
49	197		
50	200		

**Оцінювання фізичної вправи
«Підтягування на перекладині» (чоловіки)**

До 35 років		Після 35 років	
Кількість разів	Бали	Кількість разів	Бали
1	100	1	100
2	100	2	110
3	100	3	115
4	105	4	120
5	110	5	130
6	115	6	140
7	120	7	150
8	130	8	160
9	140	9	170
10	150	10	180
11	160	11	190
12	170	12	200
13	180		
14	190		
15	200		

**Оцінювання фізичної вправи
«Згинання розгинання рук в упорі лежачи, разів» (жінки)**

До 35 років		Після 35 років	
Кількість разів	Бали	Кількість разів	Бали
5	100	5	100
6	105	6	105
7	110	7	110
8	115	8	115
9	120	9	120
10	130	10	125
11	135	11	130
12	140	12	140
13	145	13	150
14	150	14	160

15	155	15	170
16	160	16	180
17	165	17	190
18	170	18	200
19	175		
20	180		
21	185		
22	190		
23	195		
24	200		

СТРУКТУРА ОЦІНКИ ТА ПОРЯДОК ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ТВОРЧОГО КОНКУРСУ

Фізична підготовленість перевіряється та оцінюється за 200-бальною системою (шкала 100-200 балів). Такий підхід дає можливість більш творчого та диференційованого оцінювання рівня підготовленості абітурієнтів.

Оцінка за творчий конкурс обчислюється як середнє арифметичне отриманих балів за кожний з вправ.

Згідно Правил прийому до Державного торговельно-економічного університету для здобуття вищої освіти в 2022 році мінімальна кількість балів для допуску до участі у конкурсному відборі становить 100 балів.

Вступники, які отримують оцінку нижче мінімально встановленого прийнятною комісією бала за одну з вправ до участі у здачі наступного вправи творчого конкурсу та у конкурсному відборі не допускаються.

Перескладання вступних випробувань не допускається.