

**КИЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ 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



Голова приймальної комісії

А. А. Мазаракі

2021 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 2021

ВСТУП

Творчий конкурс проводиться з метою виявлення та оцінки фізичних здібностей вступників на здобуття освітнього ступеня бакалавра на основі повної загальної середньої освіти за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт», освітньою програмою «Спортивний менеджмент» та складається із вправ загальної фізичної підготовки і нормативів, що відображають рівень фізичної підготовленості вступників відповідно до вимог шкільної програми, схваленої для використання в загальноосвітніх навчальних закладах освіти (лист Міністерства освіти і науки України 1.4/18-Г-167 від 21.03.2011).

Тестові вправи сесій творчого конкурсу спрямовані на оцінку основних фізичних здібностей вступників: швидкості (біг на 100 м), сили (чоловіки – підтягування на перекладині; жінки – згинання і розгинання рук в упорі лежачи), витривалості (біг 2000 м).

Творчий конкурс проводиться протягом одного дня згідно розкладу приймальної комісії відповідно до умов виконання державних тестів.

До виконання творчого конкурсу із фізичної культури допускаються треновані особи, які пройшли медичне обстеження і допущені лікарем до тестування та надали голові екзаменаційної комісії медичну довідку за формою 086-о, 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, що підлягають тестуванню які допущені до тестування, повинні бути одягнені у відповідний спортивний одяг і взуття.

Перед творчим конкурсом вступників консультують щодо умов виконання тестових вправ сесій творчого конкурсу та місця проведення тестування. Час на виконання екзаменаційного завдання тестування по кожній із сесій творчого конкурсу - 15 хвилин на одного вступника.

Вступні випробування Творчий конкурс будуть проводиться на спортивній базі КНТЕУ, спортивному манежі № 1, футбольному полі.

ЗАВДАННЯ ПО КОЖНІЙ ІЗ СЕСІЙ ТВОРЧОГО КОНКУРСУ

1. Сесія «Біг 100 м»

Опис проведення тестування.

За командою «На старт» учасники тестування стають на стартову лінію в положення низького старту і зберігають нерухомий стан. За командою «Увага» підняти таз і вивести плечі вперед за лінію старту. За сигналом стартера або командою «Руш» з одночасним сигналом прапорцем вони учасники тестування повинні якнайшвидше подолати задану дистанцію, не знижуючи темпу бігу перед фінішем. Результатом тестування є час подолання дистанції з точністю до десятої частки секунди.

Загальні вказівки і зауваження.

Дозволяється тільки одна спроба. У забігу можуть брати участь двоє учасників, але час кожного фіксується окремо. Бігова доріжка повинна бути прямою, в належному стані та розділена на окремі доріжки. Тестування має

проводитись у відповідних погодних умовах, за яких учасники могли б показати свої кращі результати.

2. Сесія «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.

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.

3. Сесія «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 тестування 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 необхідно торкатися грудьми опори. Не дозволяється торкатись опори стегнами, згинати тіло і ноги, перебувати у вихідному положенні та із зігнутими руками більш 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.

4. Біг 2000 м

Опис проведення тестування.

Для чоловіків та жінок умови тестування однакові. За командою «На старт» учасники тестування стають перед стартовою лінією в положення високого старту. Коли всі готові до старту, за командою «Руш» (або за пострілом сигналом стартера) починають біг, намагаючись закінчити дистанцію якомога швидше. У разі потреби дозволяється переходити на ходьбу. Результатом тестування є час подолання дистанції з точністю до секунди.

Загальні вказівки і зауваження. Бігова доріжка повинна бути рівною і в належному стані. Погодні умови мають сприяти тому, щоб учасники тестування показали свої кращі результати.

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ КОЖНОЇ СЕСІЇ ТВОРЧОГО КОНКУРСУ

Біг

Кількість балів	Біг 100 м, с				Кросовий біг 2000 м, хв			
	До 35 років		Після 35 років		До 35 років		Після 35 років	
	Чоловіки	Жінки	Чоловіки	Жінки	Чоловіки	Жінки	Чоловіки	Жінки
1	2	3	4	5	6	7	8	9
200	13,50	15,00	14,30	16,00	07:50,0	09:50,0	08:50,0	11:00,0
199	13,52	15,03	14,33	16,04	07:51,3	09:51,8	08:51,3	11:01,8
198	13,54	15,06	14,36	16,08	07:52,6	09:53,6	08:52,6	11:03,6
197	13,56	15,09	14,39	16,12	07:53,9	09:55,4	08:53,9	11:05,4
196	13,58	15,12	14,42	16,16	07:54,2	09:57,2	08:55,1	11:07,2
195	13,60	15,15	14,45	16,20	07:55,5	09:59,0	08:56,4	11:09,0
194	13,62	15,18	14,48	16,24	07:56,8	10:00,8	08:57,7	11:10,8
193	13,64	15,21	14,51	16,28	07:57,1	10:02,6	08:59,0	11:12,6
192	13,66	15,24	14,54	16,32	07:58,4	10:03,8	09:00,3	11:14,4
191	13,68	15,27	14,57	16,36	07:59,7	10:05,2	09:01,6	11:16,2
190	13,70	15,30	14,60	16,40	08:01,0	10:07,0	09:02,9	11:18,0
189	13,72	15,33	14,63	16,44	08:02,3	10:08,8	09:04,2	11:19,8
188	13,74	15,36	14,66	16,48	08:03,5	10:10,6	09:05,5	11:21,6
187	13,76	15,39	14,69	16,52	08:04,8	10:12,4	09:06,8	11:23,4
186	13,78	15,42	14,72	16,56	08:06,1	10:14,2	09:08,1	11:25,2
185	13,80	15,45	14,75	16,60	08:07,4	10:16,0	09:09,4	11:27,0
184	13,82	15,48	14,78	16,64	08:08,7	10:17,8	09:10,7	11:28,8
183	13,84	15,51	14,81	16,68	08:10,0	10:19,6	09:12,0	11:30,6
182	13,86	15,54	14,84	16,72	08:11,3	10:21,4	09:13,3	11:32,4
181	13,88	15,57	14,87	16,76	08:12,6	10:23,2	09:14,6	11:34,2
180	13,90	15,60	14,90	16,80	08:13,9	10:25,0	09:15,9	11:36,0
179	13,92	15,63	14,93	16,84	08:14,2	10:26,8	09:17,2	11:37,8
178	13,94	15,66	14,96	16,88	08:15,5	10:28,6	09:18,5	11:39,6
177	13,96	15,69	14,99	16,92	08:16,8	10:30,4	09:19,8	11:41,4
176	13,98	15,72	15,02	16,96	08:17,1	10:32,2	09:21,1	11:43,2
175	14,00	15,75	15,05	17,00	08:18,4	10:34,0	09:22,4	11:45,0
174	14,02	15,78	15,08	17,04	08:19,7	10:35,8	09:23,7	11:46,8
173	14,04	15,81	15,11	17,08	08:21,0	10:37,6	09:25,0	11:48,6
172	14,06	15,84	15,14	17,12	08:22,3	10:39,4	09:26,3	11:50,4
171	14,08	15,87	15,17	17,16	08:23,6	10:41,2	09:27,6	11:52,2
170	14,10	15,90	15,20	17,20	08:24,9	10:43,0	09:28,9	11:54,4
169	14,12	15,93	15,23	17,24	08:26,2	10:44,8	09:30,2	11:56,2
168	14,14	15,96	15,26	17,28	08:27,5	10:46,6	09:31,5	11:58,0
167	14,16	15,99	15,29	17,32	08:28,8	10:48,4	09:32,8	11:59,8
166	14,18	16,02	15,32	17,36	08:30,1	10:50,2	09:34,1	12:01,6
165	14,20	16,05	15,35	17,40	08:31,4	10:52,0	09:35,4	12:03,4
164	14,22	16,08	15,38	17,44	08:32,7	10:53,8	09:36,7	12:05,2
163	14,24	16,11	15,41	17,48	08:34,0	10:55,6	09:38,0	12:07,0
162	14,26	16,14	15,44	17,52	08:35,3	10:57,4	09:39,3	12:08,8
161	14,28	16,17	15,47	17,56	08:36,6	10:59,2	09:40,6	12:10,6
160	14,30	16,20	15,50	17,60	08:37,9	11:01,0	09:41,9	12:12,4

1	2	3	4	5	6	7	8	9
159	14,32	16,23	15,53	17,64	08:39,2	11:02,8	09:43,2	12:14,2
158	14,34	16,26	15,56	17,68	08:40,5	11:04,6	09:44,5	12:16,0
157	14,36	16,29	15,59	17,72	08:41,8	11:06,4	09:45,8	12:16,8
156	14,38	16,32	15,62	17,76	08:43,1	11:08,2	09:47,1	12:18,6
155	14,40	16,35	15,65	17,80	08:44,4	11:10,0	09:48,4	12:20,4
154	14,42	16,38	15,68	17,84	08:45,7	11:11,8	09:49,7	12:22,2
153	14,44	16,41	15,71	17,88	08:47,0	11:13,6	09:51,0	12:24,0
152	14,46	16,44	15,74	17,92	08:48,3	11:15,4	09:52,3	12:25,8
151	14,48	16,47	15,77	17,96	08:49,6	11:17,2	09:53,6	12:27,6
150	14,50	16,50	15,80	18,00	08:50,9	11:19,0	09:54,9	12:29,4
149	14,52	16,53	15,83	18,04	08:52,2	11:20,8	09:56,2	12:31,2
148	14,54	16,56	15,86	18,08	08:53,5	11:22,6	09:57,5	12:33,0
147	14,56	16,59	15,89	18,12	08:54,8	11:24,4	09:58,8	12:34,8
146	14,58	16,62	15,92	18,16	08:56,1	11:26,2	10:00,1	12:36,6
145	14,60	16,65	15,95	18,20	08:57,3	11:28,0	10:01,4	12:38,4
144	14,62	16,68	15,98	18,24	08:58,6	11:29,8	10:02,7	12:40,2
143	14,64	16,71	16,01	18,28	08:59,9	11:31,6	10:04,0	12:42,0
142	14,66	16,74	16,04	18,32	09:01,2	11:33,4	10:05,3	12:43,8
141	14,68	16,77	16,07	18,36	09:02,5	11:35,2	10:06,6	12:45,6
140	14,70	16,80	16,10	18,40	09:03,8	11:37,0	10:07,9	12:47,4
139	14,72	16,83	16,13	18,44	09:05,1	11:38,8	10:09,2	12:49,2
138	14,74	16,86	16,16	18,48	09:06,4	11:40,6	10:10,5	12:51,0
137	14,76	16,89	16,19	18,52	09:07,7	11:42,4	10:11,8	12:53,8
136	14,78	16,92	16,22	18,56	09:09,0	11:44,0	10:13,1	12:55,6
135	14,80	16,95	16,25	18,60	09:10,3	11:45,8	10:14,4	12:57,4
134	14,82	16,98	16,28	18,64	09:11,6	11:47,6	10:15,7	12:59,2
133	14,84	17,01	16,31	18,68	09:12,9	11:49,4	10:17,0	13:01,0
132	14,86	17,04	16,34	18,72	09:14,2	11:51,2	10:18,3	13:02,8
131	14,88	17,07	16,37	18,76	09:15,5	11:53,0	10:19,6	13:04,6
130	14,90	17,10	16,40	18,80	09:16,8	11:54,8	10:20,9	13:06,4
129	14,92	17,13	16,43	18,84	09:18,1	11:56,6	10:22,2	13:08,2
128	14,94	17,16	16,46	18,88	09:19,4	11:58,4	10:23,5	13:10,0
127	14,96	17,19	16,49	18,92	09:20,7	12:00,2	10:24,8	13:11,8
126	14,98	17,22	16,52	18,96	09:22,0	12:02,0	10:26,1	13:13,6
125	15,00	17,25	16,55	19,00	09:23,3	12:03,8	10:27,4	13:15,4
124	15,02	17,28	16,58	19,04	09:24,7	12:05,6	10:28,7	13:17,2
123	15,04	17,31	16,61	19,08	09:26,0	12:07,4	10:30,0	13:19,0
122	15,06	17,34	16,64	19,12	09:27,3	12:09,2	10:31,3	13:20,8
121	15,08	17,37	16,67	19,16	09:28,6	12:11,0	10:32,6	13:22,6
120	15,10	17,40	16,70	19,20	09:29,9	12:12,8	10:33,9	13:24,4
119	15,12	17,43	16,73	19,24	09:31,2	12:14,6	10:35,2	13:26,2
118	15,14	17,46	16,76	19,28	09:32,5	12:16,4	10:36,5	13:28,0
117	15,16	17,49	16,79	19,32	09:33,8	12:18,2	10:37,8	13:29,8
116	15,18	17,52	16,82	19,36	09:35,0	12:20,0	10:39,1	13:31,6
115	15,20	17,55	16,85	19,40	09:36,3	12:21,8	10:40,4	13:33,4
114	15,22	17,58	16,88	19,44	09:37,6	12:23,6	10:41,7	13:35,2
113	15,24	17,61	16,91	19,48	09:38,9	12:25,4	10:43,0	13:37,0
112	15,26	17,64	16,94	19,52	09:40,2	12:27,2	10:44,3	13:38,8
111	15,28	17,67	16,97	19,56	09:41,5	12:29,0	10:45,6	13:40,6
110	15,30	17,70	17,00	19,60	09:42,8	12:30,8	10:46,9	13:42,4
109	15,32	17,73	17,03	19,64	09:44,1	12:32,6	10:48,2	13:44,2

1	2	3	4	5	6	7	8	9
108	15,34	17,76	17,06	19,68	09:45,4	12:34,4	10:49,5	13:46,0
107	15,36	17,79	17,09	19,72	09:46,7	12:36,2	10:50,8	13:47,8
106	15,38	17,82	17,12	19,76	09:48,0	12:38,0	10:52,1	13:49,6
105	15,40	17,85	17,15	19,80	09:50,0	12:39,8	10:53,4	13:51,4
104	15,42	17,88	17,18	19,84	09:52,0	12:41,6	10:54,7	13:53,2
103	15,44	17,91	17,21	19,88	09:54,0	12:43,4	10:56,0	13:55,0
102	15,46	17,94	17,24	19,92	09:56,0	12:45,8	10:57,3	13:56,8
101	15,48	17,97	17,27	19,96	09:58,0	12:48,0	10:58,6	13:58,6
100 *	15,50	18,00	17,30	20,00	10:00,0	12:50,0	11:00,0	14:00,0

*Абітурієнт також отримує 100 балів, за умови самостійного подолання дистанції 100 м (2000 м) бігом.

Підтягування на перекладині (чоловіки)

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

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	110	6	110
7	120	7	120
8	130	8	130
9	135	9	140
10	140	10	150
11	145	11	160
12	150	12	170
13	155	13	175
14	160	14	180
15	165	15	185
16	170	16	190
17	175	17	195
18	180	18	200
19	185		
20	190		
21	195		
22	200		

СТРУКТУРА ОЦІНКИ ТА ПОРЯДОК ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ТВОРЧОГО КОНКУРСУ

Фізична підготовленість перевіряється та оцінюється за 200 - баловою системою. Такий підхід дає можливість більш точного та диференційованого оцінювання рівня підготовленості абітурієнтів.

Оцінка за творчий конкурс обчислюється як середнє арифметичне отриманих балів за кожну сесію конкурсу.

Згідно правил прийому до Київського національного торговельно-економічного університету мінімальна кількість балів для допуску до участі у конкурсу для зарахування на навчання становить 100 балів.

Вступники, які отримали оцінку нижче мінімально встановленого приймальною комісією бала на одній із сесій, не допускаються до участі у наступній сесії творчого конкурсу та конкурсному відборі на навчання.