

# ПРОГРАМА

творчого заліку

за спеціальністю 014.11 Середня освіта. Фізична культура

для вступників до ДВНЗ «УжНУ» на основі повної загальної середньої освіти

## ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

З спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична культура) відповідно до Правил прийому ДВНЗ «Ужгородський національний університет» абітурієнти попередньо складають творчий залік з фізичної підготовки.

## ПРОГРАМА ТВОРЧОГО ЗАЛІКУ

Творчий залік включає в себе два тести з фізичної підготовки:

- стрибок у довжину з місця – для чоловіків і жінок (додаток 1);
- підтягування на перекладині - для чоловіків (додаток 2);
- згинання і розгинання рук в упорі лежачи - для жінок (додаток 3);

Кожен із тестів оцінюється за двохсотбальною шкалою (200 балів) (див. додатки 1–3). Оцінка за творчий залік з фізичної підготовки визначається як середнє арифметичне з оцінок, які отримані за результатами виконання тестів з фізичної підготовки. Достатнім рівнем для отримання оцінки «зараховано» є результат від 120 до 200 балів. Вимоги до виконання тестів викладені в п.2 Інструкції про організацію проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України (Наказ міністерства молоді і спорту України, № 4665 від 15.12.2016 р.).

Для проходження творчого заліку абітурієнтам потрібно:

1. Ознайомитися з Програмою творчого заліку та графіком його складання;
2. Завчасно подати заяву до приймальної комісії ДВНЗ «Ужгородський національний університет»;
3. У день складання творчого заліку вступнику необхідно з'явитися до місця його проведення за 20 хв., мати при собі документ, що засвідчує особу, медичну довідку (форма – 086о), з висновком лікаря про допуск до фізичних навантажень.
4. Вступник повинен мати спортивний одяг та спортивне взуття.

Тестування проводиться починаючи з 29 березня 2018 року до 26 липня згідно розкладу (Додаток 4).

Кількість набраних балів за результатами тестування рівня фізичної підготовленості не впливає на конкурсний бал абітурієнта. Позитивно складений творчий залік є допуском для подачі документів при вступі до ДВНЗ «УжНУ».

## Стрибок у довжину з місця

Бали		Вік, років / результат, см	
		<i>До 35 років</i>	<i>Після 35 років</i>
200	Ч	260 і більше	240 і більше
	Ж	210 і більше	190 і більше
190	Ч	260	240
	Ж	210	190
180	Ч	253	233
	Ж	204	185
170	Ч	246	225
	Ж	198	180
160	Ч	240	217
	Ж	192	175
150	Ч	233	210
	Ж	186	170
140	Ч	226	200
	Ж	180	166
130	Ч	220	190
	Ж	175	160
120	Ч	200	180
	Ж	160	145
110	Ч	190	180
	Ж	150	140
100	Ч	190 і менше	180 і менше
	Ж	150 і менше	140 і менше

**Підтягування на перекладині  
(для чоловіків)**

<b>Бали</b>	<b>Результат / кількість разів</b>	
	<i>До 35 років</i>	<i>Після 35 років</i>
200	14	12
190	13	11
180	12	10
170	11	9
160	10	8
150	9	7
140	8	6
130	7	5
120	6	4
110	5	3
100	менше 5	менше 3

**Згинання і розгинання рук в упорі лежачи  
(для жінок)**

<b>Бали</b>	<b>Результат / кількість разів</b>	
	<i>До 35 років</i>	<i>Після 35 років</i>
200	22	20
190	20	18
180	18	16
170	16	14
160	14	12
150	12	10
140	10	8
130	8	6
120	6	4
110	4	2
100	менше 4	менше 2

**РОЗКЛАД**  
**проведення творчого заліку**  
**спеціальність 014.11 Середня освіта. Фізична культура**

<b>Час проведення</b>	<b>Місце проведення</b>
29 березня 2018 р. 14.00	м. Ужгород, вул. І. Франка, 1; факультет здоров'я та фізичного виховання.
26 квітня 2018 р. 14.00	
19 червня 2018 р. 14.00	
17 липня 2018 р. 14.00	
19 липня 2018 р. 14.00	
24 липня 2018 р. 14.00	
26 липня 2018 р. 14.00	