

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КИЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БУДІВНИЦТВА І
АРХІТЕКТУРИ

Бакалавр
Факультет: ГІСУТ



ПРОГРАМА

творчого конкурсу – конкурсу фізичної підготовки
для вступу на навчання для здобуття ступеня бакалавра
для осіб з інвалідністю на основі повної загальної середньої освіти та НРК5
зі спеціальності А7 - Фізична культура і спорт
Кваліфікація: Фахівець з фізичної культури і спорту

Затверджено на засіданні
приймальної комісії
протокол №2
від «13» травня 2026 року

Творчий конкурс з фізичної підготовки для спеціальності А7 «Фізична культура і спорт» для осіб з інвалідністю проводиться у вигляді виконання тестів, що включають: повертання тулуба вправо та вліво; повертання голови вправо та вліво; нахили тулуба вправо та вліво; нахили голови вправо та вліво.

Вступники, які допускаються до участі в творчому конкурсі, повинні мати повну загальну середню освіту або диплом фахового молодшого бакалавра (молодшого бакалавра, молодшого спеціаліста) за наявності оригіналу документу, що посвідчує особу та медичної довідки за формою 086-о.

Вступники, які приймають участь у тестуванні, повинні бути у спортивному одязі та спортивному взутті, які відповідають гігієнічним вимогам (комфортним, безпечним, зручним, не перешкоджаючим візуальному контролю за виконанням тестових вправ).

Оцінювання конкурсу з фізичної підготовки проводиться за шкалою від 100 до 200 балів окремо за кожен етап конкурсу.

Мета творчого конкурсу з фізичної підготовки. Визначення рівня фізичної підготовки вступників, що необхідний для опанування обов'язкових та вибіркових дисциплін за освітньо-професійною програмою спеціальності А7 «Фізична культура і спорт» освітнього рівня «бакалавр».

Характеристика та опис запропонованих тестів.

1. Повертання тулуба вправо та вліво. *Умови та обладнання:* рівна підлога будь-якого типу. *Опис проведення тестування* (для чоловіків і жінок умови тестування однакові, нормативи різні). За командою "На старт!", учасник приймає нерухому позу, що стоячи, що на візку, опускає руки вниз. Коли екзаменатором подається команда "Руш!", учасники повинні по черзі повертати тулуб вліво та вправо. Результатом тестування є максимальна кількість виконання вправи. Дозволяється тільки одна спроба. Екзаменатор зупиняє учасника, якщо він не до кінця повертає тулуб в сторони.

2. Повертання голови вправо та вліво. *Умови та обладнання:* рівна підлога будь-якого типу. *Опис проведення тестування* (для чоловіків і жінок умови тестування однакові, нормативи різні). За командою "На старт!", учасник приймає нерухому позу, що стоячи, що на візку, опускає руки вниз. Коли екзаменатором подається команда "Руш!", учасники повинні по черзі повертати голову вліво та вправо. Результатом тестування є максимальна кількість виконання вправи. Дозволяється тільки одна спроба. Екзаменатор зупиняє учасника, якщо він не до кінця повертає голову в сторони.

3. Нахили тулуба вправо та вліво. *Умови та обладнання:* рівна підлога будь-якого типу. *Опис проведення тестування* (для чоловіків і жінок умови тестування однакові, нормативи різні). За командою "На старт!", учасник приймає нерухому позу, що стоячи, що на візку, опускає руки вниз. Коли екзаменатором подається команда "Руш!", учасники повинні по черзі нахилити тулуб вліво та вправо. Результатом тестування є максимальна кількість виконання вправи. Дозволяється тільки одна спроба. Екзаменатор зупиняє учасника, якщо він не до кінця нахилиє тулуб в сторони.

4. Нахили голови вправо та вліво. *Умови та обладнання:* рівна підлога будь-якого типу. *Опис проведення тестування* (для чоловіків і жінок умови тестування однакові, нормативи різні). За командою "На старт!", учасник приймає нерухому позу, що стоячи, що на візку, опускає руки вниз. Коли екзаменатором подається команда "Руш!", учасники повинні по черзі нахилити голову вліво та вправо. Результатом тестування є максимальна кількість виконання вправи. Дозволяється тільки одна спроба. Екзаменатор зупиняє учасника, якщо він не до кінця нахилив голову в сторони.

Декан факультету ГІСУТ



Олена НЕСТЕРЕНКО