



МІНІСТЕРСТВО МОЛОДІ І СПОРТУ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ
УКРАЇНИ
ВІДОКРЕМЛЕНИЙ СТРУКТУРНИЙ ПІДРОЗДІЛ
«ОЛІМПІЙСЬКИЙ ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ ІМЕНІ ІВАНА ПІДДУБНОГО
НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ УКРАЇНИ»
(ВСП «ОФК ІМ.І. ПІДДУБНОГО НУФВСУ»)

ЗАТВЕРДЖУЮ

заступник директора з навчально-
методичної роботи

_____ Анжела ДИМУЦЬКА

« ____ » _____ 2026р

**ПРОГРАМА ПІДСУМКОВОЇ АТЕСТАЦІЇ
здобувачів фахової передвищої освіти
з комплексного іспиту за фахом
з «Теорії і методики обраного виду спорту»**

галузь знань 01 Освіта/Педагогіка

спеціальності 017 «Фізична культура і спорт»

освітньо-професійна програма «Фізична культура і спорт»

кваліфікація інструктор-методист з фізичного виховання та спорту

СХВАЛЕНО

на засіданні циклової комісії циклу
дисциплін, що формують спеціальні
компетентності

від 30.04.2026р протокол №9

Голова циклової комісії

_____ Марина ЗОСИНА

Київ

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Підсумкова атестація комплексного іспиту з «Теорії і методики обраного виду спорту» передбачає перевірку загальнотеоретичної підготовки випускників коледжу за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт» ОПС «Фаховий молодший бакалавр» у відповідності до стандартів підготовки.

Інструктор-методист з фізичного виховання та спорту має бути розвиненою, освіченою та інтелігентною людиною, яка може кваліфіковано здійснювати освітню, фізкультурно-оздоровчу та навчально-тренувальну роботу з різним контингентом населення, а також сприяти гармонійному розвитку особистості, формуванню життєво необхідних навичок, розвитку фізичних якостей, зміцненню здоров'я, підготовці кваліфікованих спортсменів та команд.

Підсумкова атестація покликана виявити рівень знань та вмінь з циклу дисциплін, що відповідають освітньо-кваліфікаційній характеристиці фахового молодшого бакалавра.

I. ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Мета курсу - розкрити закономірності розвитку освіти, процесу навчання і виховання студентської молоді, її наукової і професійної підготовки відповідно до державних і європейських стандартів, потреб суспільства.

Завдання курсу:

1. Вивчення студентами основ системи фізичного виховання дітей шкільного віку.
2. Здійснення їх практичної підготовки в набутті вмінь і навичок для самостійної і організаційної роботи з фізичного виховання в школі;
3. Формувати переконання в студентів щодо оздоровчої спрямованості фізичного виховання.

Перелік компетентностей випускника відповідно до стандарту фахової передвищої освіти

Інтегральна компетентність	Здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів наук з фізичного виховання і спорту, та характеризується комплексністю та невизначеністю умов.
Загальні компетентності	Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями. Здатність працювати в команді. Здатність планувати та управляти часом. Здатність бути критичним і самокритичним. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів). Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
Спеціальні (фахові),	Здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової

предметні) компетентності	<p>активності різних груп населення.</p> <p>Здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини.</p> <p>Здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми.</p> <p>Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.</p> <p>Здатність застосовувати сучасні технології управління суб'єктами сфери фізичної культури і спорту.</p> <p>Здатність до безперервного професійного розвитку.</p>
--------------------------------------	---

Програма навчальної дисципліни

По закінченню вивчення навчального курсу з дисципліни Теорія і методика фізичного виховання здобувачі фахової освіти

Повинні знати:

- мету і завдання фізичного виховання учнів шкільного віку;
- вікові, анатомо-фізіологічні, психологічні особливості школярів;
- основні засоби фізичного виховання для збереження і зміцнення здоров'я школярів;
- основні розділи програми з фізичної культури;
- структуру, особливості підготовки і проведення уроку фізичної культури з учнями шкільного віку;
- вимоги до сучасного уроку фізичної культури;
- методику навчання основних видів фізичних вправ, передбачених шкільною програмою.

Повинні вміти:

- правильно застосовувати засоби фізичного виховання для збереження і зміцнення здоров'я школяра;
- методично правильно будувати, проводити і аналізувати уроки фізичної культури;
- пояснювати, демонструвати, виконувати і проводити з учнями фізичні вправи і ігри;
- формувати в учнів основи знань з фізичної культури і спорту, валеології, особистої і громадської гігієни.

ПИТАННЯ ДО ІСПИТУ З ДИСЦИПЛІНИ

1. Що є об'єктом і предметом вивчення ТМФВ. Дайте визначення поняттю фізична культура.

2. Що таке інтенсивність і якими факторами вона регулюється. Дайте визначення поняттю фізичне виховання.
3. Що містять в собі: просторові та часові характеристики. Дайте визначення поняттю фізична освіта.
4. Що називається адаптацію, охарактеризуйте її види. Дайте визначення поняттю фізичний розвиток.
5. Охарактеризуйте фізичну якість «сила», та назвіть види її прояву. Дайте визначення поняттю фізичні якості.
6. Охарактеризуйте фізичну якість «витривалість», та назвіть основні типи стомлення. Дайте визначення поняттю фізична працездатність.
7. Що розуміється під поняттям «Адаптивне фізичне виховання». Дайте визначення поняттю фізична підготовленість.
8. Назвіть завдання адаптивного фізичного виховання. Дайте визначення поняттю фізична реабілітація.
9. Що називають «фізичне навантаження» та назвіть його сторони. Дайте визначення поняттю фізична культура.
10. Що розуміється під поняттям фітнес і назвати його види. Дайте визначення поняттю фізичне виховання
11. Що являє собою ТМФВ, як наука і навчальна дисципліна. Дайте визначення поняттю фізична освіта.
12. Назвіть мету адаптивного фізичного виховання. Дайте визначення поняттю фізична працездатність
13. Що називають «Швидкісний бар'єр», назвіть шляхи його виникнення і подолання. Дайте визначення поняттю фізичні якості.
14. «Фізичні вправи» та їх класифікацію. Дайте визначення поняттю фізична рекреація.
15. Охарактеризуйте методи, що застосовуються у процесі виконання вправ. Дайте визначення поняттю фізична реабілітація.
16. Охарактеризуйте фізичну якість «гнучкість», назвіть види гнучкості та засоби їх вдосконалення. Дайте визначення поняттю фізична культура.
17. Охарактеризуйте фізичну якість «координація», назвіть види координаційних здібностей. Дайте визначення поняттю фізичне виховання.
18. Охарактеризуйте фізичну якість «сила», назвіть засоби розвитку сили. Дайте визначення поняттю фізичний розвиток.
19. Що називають «навантаженням» та назвіть його сторони. Дайте визначення поняттю фізична працездатність.
20. Назвіть основні принципи фізичного виховання. Дайте визначення поняттю фізична реабілітація.
21. Охарактеризувати методи, що застосовуються при навчанні рухових дій. Дати визначення поняттю фізична рекреація.

22. Що містять в собі: силові та ритмічні характеристики. Дати визначення поняттю фізична культура.

23. Охарактеризуйте фізичну якість «бистрота», назвіть методи розвитку бистроти. Дайте визначення поняттю фізичне виховання.

24. Охарактеризуйте фізичну якість «витривалість» та назвіть основні види витривалості. Дайте визначення поняттю фізична освіта.

25. Назвіть основні форми організації занять, і що являється їх ознаками. Дайте визначення поняттю фізичний розвиток.

26. Охарактеризуйте урочні та позаурочні форми занять. Дайте визначення поняттю фізична рекреація

27. Що включає в свій зміст педагогічна оцінка уроку. Дайте визначення поняттю фізична реабілітація.

28. Як визначається щільність уроку і фактори від яких вона залежить. Дайте визначення поняттю фізична культура.

29. Особливості методики занять з учнями віднесеними за станом здоров'я до спеціальних медичних груп. Дайте визначення поняттю фізичне виховання.

30. Завдання фізичного виховання. Дайте визначення поняттю фізична освіта.

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

Базова

1. Круцевич Т. Ю. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання : підручник Т I. – Київ, Олімпійська література 2012.- 391 с.

2. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання : підручник Т II. – Київ, Олімпійська література 2012.- 401 с.

3. Колумбет О.І. Теорія і методика фізичного виховання. Опорні схеми : Навчально-методичний посібник. – К.: РВУФК, 2013. 186с.

Допоміжна

1. Арєф'єв В. Г. , Єдинак Г. А. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту). Кам'янець-Подільський «РУТА». 2007

2. Тимошенко О.В., Мішаровський Р.М., Махов В.Я. Основи теорії та методики викладання спортивних і рухливих ігор: Навчально-методичний посібник.-К., 2003.-213с.

3. Приступа Є.Н., Пилат В.С. Традиції національної фізичної кудьтури.- Львів: Троян, 1991.-104с.

4. Иващенко Л.Я., Круцевич Т.Ю. Методика физкультурно-оздоровительных занятий. - К.: УГУФВС, 1994. — 126 с.

Інформаційні ресурси Сайт Коледжу - <https://olimpic.college/navchalno-metodychna-literatura/>

II. ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ ОБРАНОГО ВИДУ СПОРТУ

Мета курсу: на основі вивчення дисципліни сформувати теоретичні знання, практичні уміння та навички системи фундаментальних знань, яка визначає рівень професійної діяльності в галузі фізичного виховання і спорту, вимагає високої професійної підготовленості фахівців з питань теорії і методики обраного виду спорту. А також засвоїти основні знання з техніки обраного виду спорту.

Завдання курсу: сформувати цілісну систему знань з теорії і методики обраного виду спорту у студентів коледжу, методики тестування спортсменів різного віку.

Перелік компетентностей випускника відповідно до стандарту фахової передвищої освіти

Інтегральна компетентність	Здатність вирішувати типові спеціалізовані завдання в галузі фізичної культури і спорту або у процесі навчання, що вимагає застосування положень і методів та може характеризуватися певною невизначеністю умов; нести відповідальність за результати своєї діяльності; здійснювати контроль інших осіб у визначених ситуаціях.
Загальні компетентності	<p>ЗК 2 Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.</p> <p>ЗК 3 Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел.</p> <p>ЗК 4 Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово.</p> <p>ЗК 8 Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.</p>
Спеціальні (фахові, предметні) компетентності	<p>СК 2 Здатність до проведення занять, тренувань, уроків фізичної культури, організації фізкультурно-спортивних, оздоровчих заходів.</p> <p>СК 4 Здатність до використання знань про будову й функціонування організму людини для ефективної розробки індивідуальних та групових оздоровчих, навчально-тренувальних програм.</p> <p>СК 6 Здатність до застосовування методів, засобів, прийомів та організаційних форм під час організації і</p>

	<p>проведення фізичної культури і спорту.</p> <p>СК 10 Здатність демонструвати високий особистий рівень спортивних майстерності в офіційних спортивних заходах міжнародного та всеукраїнського рівнів</p>
--	---

Програма навчальної дисципліни

По закінченню вивчення навчального курсу з дисципліни Теорія і методика обраного виду спорту здобувачі фахової освіти

Повинні знати:

- становлення, структуру і предмет теорії і методики обраного виду спорту;
- сучасні етапи і тенденції розвитку виду спорту;
- засоби, щодо відновлення і стимуляції працездатності спортсменів, раціонального харчування, проблем травматизму та його профілактики, матеріально-технічного наукового забезпечення підготовки спортсменів і проведення змагань;
- мету, завдання, методи та основні принципи спортивного тренування в обраному виді спорту;
- структуру спеціальної підготовки в обраному виді спорту;
- принципи управління багаторічною підготовкою спортсмена;
- особливості професійно-педагогічної діяльності тренера-викладача з певного виду спорту;

Повинні вміти:

- організовувати і проводити ефективну виховну та навчально-тренувальну роботу з обраного виду спорту;
- формувати у спортсменів загальні та спеціальні знання, вміння та навички;
- розвивати фізичні якості;
- сприяти підвищенню рівня функціональних можливостей організму, а отже гармонійному фізичному і соціальному розвитку особистості;
- складати документи планування, навчально-методичну документацію;
- використовувати в роботі навчальну і наукову літературу, інші джерела інформації і працювати з ними.

ПИТАННЯ ДО ІСПИТУ

1. Предмет та зміст теорії та методики обраного виду спорту.
2. Система спортивних змагань, планування, правила і положення.
3. Основні поняття теорії спорту та класифікація видів спорту.
4. Особисті та професійні якості тренера-викладача та організація тренувального процесу.
5. Суть спортивних змагань і особливості діяльності змагання спортсменів.
6. Мета, завдання та засоби спортивного тренування.

7. Методи та засоби спортивного тренування.
8. Основні принципи спортивного тренування, зміст принципів.
9. Взаємозв'язок внутрішнього і зовнішнього навантаження під час спортивного тренування.
10. Основи теорії адаптації і закономірності її формування у спортсменів.
11. Основи методики розвитку силових якостей в обраному виді спорту.
12. Основи методики розвитку швидкості в обраному виді спорту.
13. Основи методики розвитку витривалості в обраному виді спорту.
14. Основи методики розвитку гнучкості в обраному виді спорту.
15. Основи методики розвитку координації в обраному виді спорту.
16. Фізична підготовленість і фізична підготовка спортсменів в обраному виді спорту.
17. Технічна підготовленість і технічна підготовка спортсменів в обраному виді спорту.
18. Тактична підготовленість і тактична підготовка спортсменів в обраному виді спорту.
19. Психологічна підготовленість і психологічна підготовка спортсменів в обраному виді спорту.
20. Побудова тренувальних занять: мікро, мезо та макроциклів в обраному виді спорту.
21. Багаторічне планування підготовки спортсменів в обраному виді спорту.
22. Відбір багаторічної підготовки і орієнтація спортсменів у системі спортивних тренувань.
23. Основи управління в системі підготовки спортсменів.
24. Контроль, види контролю у системі спортивних тренувань.
25. Моделювання та прогнозування в обраному виді спорту.
26. Засоби відновлення і стимуляції працездатності в системі підготовки спортсменів в обраному виді спорту.
27. Травматизм і захворюваність в обраному виді спорту, причини виникнення та профілактика.
28. Матеріально-технічне забезпечення підготовки до змагань в обраному виді спорту.
29. Основи побудови підготовки спортсменів і структура багаторічного процесу тренувань.
30. Допінг, види допінгу та боротьба з його використанням в обраному виді спорту.

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

Базова:

1. Платонов В.Н. Сучасна система спортивного тренування / В. М. Платонов. – К.: Перша друкарня, 2020. – 704 с.: іл.
2. Костюкевич В. М. «Теорія і методика спортивної підготовки» (на прикладі командних ігрових видів спорту). Навчальний посібник / В. М. Костюкевич – Вінниця: Планер, 2014 – 616 с.
3. Димуцька А.І. «Теорія і методика обраного виду спорту». Навчально-методичні матеріали для студентів ОКР «молодший спеціаліст» та ОС «бакалавр» галузі знань 01 «Освіта», спеціальності «Фізична культура і спорт»/ А.І. Димуцька - Київ: Олімпійський коледж ім. Івана Піддубного, 2018 - 136 с.

Допоміжна:

1. Шинкарук О. А. Теорія і методика підготовки спортсменів: управління, контроль, відбір, моделювання та прогнозування в олімпійському спорті: навч. посіб. / О. А. Шинкарук. - К., 2013. - 136 с.
2. Платонов В.Н. Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті. Загальна теорія її практичне значення- К.: Олімпійська література, 2004. - 808 с.
3. Костюкевич В.М. Теорія і методика тренування спортсменів високої кваліфікації: Навчальний посібник. – Вінниця: «Планер», 2007. - 273 с.
4. Линець М.М. Основи методики розвитку рухових якостей. - Львів: Штабар, 1997. - 208 с.

Інформаційні ресурси

Сайт Коледжу - <https://olimpic.college/navchalno-metodychna-literatura/>

ІІІ. БЕЗПЕКА ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ТА ОХОРОНА ПРАЦІ

Мета курсу: полягає у набутті студентом компетенції, знань, умінь і навичок для здійснення професійної діяльності за спеціальністю з урахуванням ризику виникнення техногенних аварій й природних небезпек, які можуть спричинити надзвичайні ситуації та привести до несприятливих наслідків на об'єктах господарювання, а також формування у студентів відповідальності за особисту та колективну безпеку і усвідомлення необхідності обов'язкового виконання в повному обсязі всіх заходів гарантування безпеки праці на робочих місцях.

Завдання курсу:

1. Опанування знаннями, вміннями та навичками вирішувати професійні завдання з обов'язковим урахуванням галузевих вимог щодо забезпечення безпеки персоналу та захисту населення в небезпечних та надзвичайних ситуаціях.
2. Формування мотивації щодо посилення особистої відповідальності за забезпечення гарантованого рівня безпеки функціонування об'єктів галузі,

матеріальних та культурних цінностей в межах науково-обґрунтованих критеріїв прийнятної ризику полягає у набутті безпеки життєдіяльності у відповідних напрямках підготовки для вирішення професійних завдань, пов'язаних із гарантуванням збереження життя та здоров'я персоналу об'єктів господарювання в умовах небезпечних і надзвичайних ситуацій

Перелік компетентностей випускника відповідно до стандарту фахової передвищої освіти

<p>Інтегральна компетентність</p>	<p>Здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів наук з фізичного виховання і спорту, та характеризується комплексністю та невизначеністю умов.</p>
<p>Загальні компетентності</p>	<p>Здатність використовувати знання про культуру безпеки і ризик-орієнтоване мислення, при якому питання безпеки, захисту й збереження навколишнього середовища розглядаються як найважливіші пріоритети в житті й діяльності; знання сучасних проблем і головних завдань безпеки життєдіяльності та вміння визначити коло своїх обов'язків з питань виконання завдань професійної діяльності з урахуванням ризику виникнення небезпек, які можуть спричинити надзвичайні ситуації та привести до несприятливих наслідків на об'єктах господарювання; здатність приймати рішення щодо безпеки в межах своїх повноважень. здатність до ефективного використання положень нормативно-правових документів в своїй діяльності; володіння основними методами збереження здоров'я та працездатності виробничого персоналу.</p> <p>Фахових загальних (КФЗ): здатність орієнтуватися в основних методах і системах забезпечення техногенної безпеки, обґрунтовано вибирати відомі пристрої, системи та методи захисту людини і природного середовища від небезпек; обґрунтування вибору безпечних режимів, параметрів, виробничих процесів (в галузі діяльності); ефективного виконання функцій, обов'язків і повноважень з охорони праці на робочому місці, у виробничому колективі; проведення заходів щодо усунення причин нещасних випадків і професійних захворювань на виробництві; обґрунтування вибору безпечних режимів, параметрів, виробничих процесів (в галузі діяльності); ефективного виконання функцій, обов'язків і повноважень з охорони праці на робочому місці, у виробничому колективі; проведення заходів щодо усунення причин нещасних випадків і професійних захворювань на виробництві; проведення заходів з профілактики виробничого травматизму та професійної захворюваності;</p>

	здатність до організації діяльності у складі первинного виробничого колективу з обов'язковим урахуванням вимог охорони праці; методичне забезпечення і проведення навчання та перевірки знань з питань охорони праці серед працівників організації (підрозділу);
Спеціальні (фахові, предметні) компетентності	обґрунтування та методичне забезпечення проведення навчання серед працівників та населення з питань безпеки життєдіяльності та дій за надзвичайних ситуацій; здатність аналізувати механізми впливу небезпек на людину, визначати характер взаємодії організму людини з небезпеками середовища існування з урахуванням специфіки механізму токсичної дії небезпечних речовин, енергетичного впливу та комбінованої дії уражальних факторів; проведення заходів з профілактики виробничого травматизму та професійної захворюваності; здатність до організації діяльності у складі первинного виробничого колективу з обов'язковим урахуванням вимог охорони праці; методичне забезпечення і проведення навчання та перевірки знань з питань охорони праці серед працівників організації (підрозділу).

Програма навчальної дисципліни

По закінченню вивчення навчального курсу з даної дисципліни здобувачі фахової освіти

Повинні знати:

- основні етапи та принципи формування безпечної життєдіяльності людини;
- характеристики, класифікацію та нормування зовнішніх та внутрішніх негативних факторів, що негативно впливають на здоров'я людини;
- вплив психофізіологічних особливостей людини на формування її безпеки;
- небезпеки, які можуть виникнути вдома, на вулиці, у доквіллі, в освітньому закладі та їх можливі наслідки;
- правила безпеки, шляхи захисту себе та свого оточення при виникненні різноманітних надзвичайних ситуацій природного, техногенного, соціально-політичного та воєнного характеру;
- можливості запобігання, реагування на небезпеки різного походження та їх наслідки;
- законодавчі акти та нормативні документи з питань безпеки життєдіяльності людини та забезпечення безпеки в Україні;
- основи само- та взаємодопомоги у невідкладних станах, небезпечних ситуаціях, тощо;

- сутність культури безпечної життєдіяльності, етапи її формування та основні життєві цінності;
- основні поняття охорони праці.
- основні законодавчі акти про охорону праці; Міжгалузеві і галузеві нормативні акти про охорону праці.
- управління охороною праці, органи державного нагляду, громадський контроль із охорони праці.
- основи фізіології та гігієни праці. Відшкодування збитків працівникам у разі ушкодження їх здоров'я.
- навчання з питань охорони праці при прийнятті на роботу та в період роботи.
- відповідальність за невиконання вимог з охорони праці. Основи електробезпеки та пожежної безпеки.
- сутність основних філософських концепцій здоров'я та його роль в житті та розвитку суспільства і людини;
- цілі та принципи фізичної, психологічної культури та спорту, їхній роль та значення в сучасному світі.

Повинні вміти:

- визначати рівень безпеки системи „людина – життєве середовище
- оцінювати середовище перебування стосовно особистої безпеки, безпеки колективу;
- ідентифікувати небезпеку; визначати причини та можливі наслідки небезпек;
- оцінювати рівень небезпек; визначити психофізіологічні особливості людини та їх роль у забезпеченні особистої безпеки;
- надавати першу медичну допомогу в екстремальних ситуаціях собі та іншим потерпілим; визначати вимоги законодавчих актів у межах особистої та колективної відповідальності.
- визначати вимоги щодо навчання працівників з урахуванням їх функціональних обов'язків.
- визначати шкідливі та небезпечні виробничі фактори на робочому місці.
- визначати вимоги законодавчих і нормативних актів з охорони праці в межах функціональних обов'язків фахівця.
- пояснити зв'язок індивідуальних особливостей фізичного та психічного розвитку та їхній зв'язок з регулярними заняттями фізичними вправами,
- дотримуватись принципів здорового способу життя.

ПИТАННЯ ДО ІСПИТУ

1. Законодавство в галузі охорона праці. Організація охорони праці в навчально - спортивних закладах.

2. Розслідування нещасних випадків в навчальних закладах. Документи при оформленні нещасного випадку.

3. Українське законодавство про охорону праці. Розкрити зміст, основні положення документів
4. Навчання з питань охорони праці працівників освіти в закладах спортивного профілю.
5. Охорона праці під час проведення навчально-тренувальних занять, зборів та спортивних змагань.
6. Причини спортивних травм що трапились під час навчального процесу. Заходи що до профілактики травматизму.
7. Мікроклімату в приміщенні для занять фізичною культурою та спортом. Показники мікроклімату та гранично допустимі норми.
8. Види та зміст інструктажів з охорони праці. Вимоги до інструкцій з ОП.
9. Особливості організації безпечного проведення навчально-тренувальних занять і змагань в окремих видах спорту.
10. Класифікація праці за ступенем важкості й напруженості.
11. Проведення туристичних походів. Основи організації та необхідна документація для проведення.
12. Основи надання першої невідкладної допомоги при різних видах кровотеч. Алгоритм дій, принципи надання допомоги.
13. Основи надання першої невідкладної допомоги при ураженні опорно-рухового апарату. Алгоритм дій, принципи надання допомоги.
14. Мета, місце та організація надання першої невідкладної допомоги.
15. Основи надання першої невідкладної допомоги при травмах закритого типу (забої, розтягнення, розриви і.т.п.). Алгоритм дій, принципи надання допомоги.
16. Основи надання першої невідкладної допомоги при ураженні електричним струмом. Алгоритм дій, принципи надання допомоги.
17. Основи надання першої невідкладної допомоги при утопленні, тепловому ударі. Алгоритм дій, принципи надання допомоги.
18. Основи надання першої невідкладної допомоги при опіках та обмороженнях. Алгоритм дій, принципи надання допомоги.
19. Поняття терміну – травма. Види травм, причини виникнення.
20. Основи пожежної безпеки в закладах освіти. Алгоритм дій педагогічних працівників у разі виникнення пожежі під час освітнього процесу.
21. Вимоги охорони праці до спортивних споруд. Державні будівельні норми.
22. Вимоги безпеки й санітарії до місць проведення навчального процесу й спортивного інвентарю.
23. Спортивні споруди у вузах та школах. Основи безпечної експлуатації споруд.

- 24.Гарантії прав громадян на охорону праці в Україні. «Кодекс законів про працю».
- 25.Умови оплати праці працівників фізичної культури і спорту.
26. Спортивний травматизм, професійні захворювання в спорті.
27. Протипожежні вимоги до спортивних споруд. Процес горіння.
- 28.Правила пожежної безпеки для закладів, установ і організацій системи освіти в Україні .
29. Засоби та методи щодо зниження дії шуму та вібрації в спортивних спорудах під час навчально-тренувального процесу.
30. Засоби що до профілактики порушень стану здоров'я працівників закладів освіти в Україні.

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

Базова

1. Підручник для студентів вузів освітніх рівнів «неповна вища освіта» та «базова вища освіта» всіх спец. – К.: Центр учбової літ., 2013
2. Атаманчук Петро Сергійович Безпека життєдіяльності: навч. посібник для студ. вузів. – К.: Центр учбової літ., 2011
3. Безпека життєдіяльності (забезпечення соціальної, техногенної та природної безпеки): Навч. посібник/ В.В. Бегун, І.М. Науменко - К., 2004. – 328с.

Допоміжна

1. Безпека життєдіяльності: Навч. посіб. / О.С. Баб'як, О.М. Сітенко, І.В. Ківва та ін. – Х.: Ранок, 2000. – 304с.
2. Заплатинський В. М. Безпека життєдіяльності: Опорний конспект лекцій. – К.: Київ. держ. торг.-екон. ун-т, 2009. – 207 с.
3. Пістун І.П. Безпека життєдіяльності: Навч. посіб. – Суми: Вид-во "Університетська книга", 2009. – 301 с.
4. Безпека життєдіяльності. /Є. П. Желібо, Н. М. Заверуха, В. В. Зацарний. За ред. Желібо Є. П.: Навч. посібник. – Львів, "Новий Світ-2000". – 2001.
5. Заплатинський В. М. Полімовний тлумачний словник з безпеки. Підручник. – К.: Центр учбової літератури, 2009. – 120 с. ISBN 978-911-01-0002

Сайт Коледжу - <https://olimpic.college/navchalno-metodychna-literatura/>