

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КАМ'ЯНСЬКИЙ КОЛЕДЖ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

ЗАТВЕРДЖУЮ:

Голова приймальної комісії
Директор ККФВ

Чибісов В.І.

« 20 » травня 2018р.



ПРОГРАМА ТВОРЧИХ КОНКУРСІВ

для проведення конкурсних вступних випробувань
при вступі на навчання
до Кам'янського коледжу фізичного виховання
у 2018 році
освітньо-кваліфікаційний рівень - молодший спеціаліст;
напрямок підготовки 01 «Освіта»;
спеціальності 014.11 «Середня освіта (Фізична культура)»
(обраний вид спорту важка атлетика)

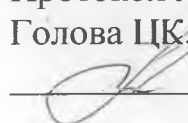
УМОВИ ТВОРЧОГО КОНКУРСУ
з обраного виду спорту («Важка атлетика»)
Базова загальна середня освіта (9 класів)
хлопці

Бали Вагова категорія	«12»	«11»	«10»	«9»	«8»	«7»	«6»	«5»	«4»	«3»	«2»	«1»
	Сума двоборства у кілограмах											
45	95	94	93	92	91	90	89	88	86	84	82	80
50	102	101	100	99	98	97	96	94	92	90	88	85
56	115	114	113	112	110	108	106	104	102	100	98	95
62	130	129	128	127	125	123	121	119	117	115	113	110
69	140	139	138	137	135	133	131	129	127	125	123	120
77	160	155	150	148	146	144	142	140	138	136	134	130
85	167	163	160	157	155	153	152	150	148	144	142	140
+85	175	170	167	164	162	160	158	156	154	152	150	147

УМОВИ ТВОРЧОГО КОНКУРСУ
з обраного виду спорту («Важка атлетика»)
Базова загальна середня освіта (9 класів)
дівчата

Бали Вагова категорія	«12»	«11»	«10»	«9»	«8»	«7»	«6»	«5»	«4»	«3»	«2»	«1»
	Сума двоборства у кілограмах											
40	57	56	55	54	53	52	51	50	49	48	47	46
44	65	64	63	62	61	60	59	58	57	56	55	54
48	72	70	69	68	67	66	65	64	63	62	61	60
53	77	74	72	70	69	68	67	66	65	64	63	62
58	85	82	80	78	76	74	72	70	68	67	66	65
63	90	87	85	83	81	79	77	75	73	72	71	70
+63	95	92	90	88	86	84	82	80	78	77	76	75

Розглянуто і ухвалено
на засіданні циклової
комісії легкої та важкої атлетики
Протокол № від 20.05. 2018 р.
Голова ЦК.

 М.А. БОРИСОВ

Список використаної літератури

Основна:

1. Олешко В.Г. Силові види спорту. - К.: Олімпійська література, 1999. - 288с.
2. Дворкін Л.С. Важка атлетика: [підручник для ВНЗ] .Л.С. Дворкін. - М.: Радянський спорт, 2005. - 600с.
3. Олешко В.Г. Важка атлетика: [навчальна програма для ДЮСШ, СДЮШОР, УОР та ШВСМ] .В.Г. Олешко, О.І. Пуцов - К.: 2004. - 80с.
4. Дворкін Л.С. Підготовка юного важкоатлета: [навчальний посібник для ВНЗ]
5. Л.С. Дворкін. - Москва, Радянський спорт, 2006. - 396с. «Біомеханіка важкоатлетичних вправ» під редакцією І.П. Жеков Москва «Фізкультура і спорт» 1977 р.

Допоміжна:

1. Важка атлетика. Підручник для інститутів фізичної культури/Під редактуванням проф. А.Н. Воробйова. – М.: Фізкультура і спорт, 1988.
2. Олешко В.Г., Моделювання процесу підготовки та відбір спортсменів у силових видах спорту. Монографія. - К.: ДПМ, Полімед», 2005. - 252 с.
3. «Золота вага штанги» під редакцією Ф.М. Ксензенко Київ «Молодь» 1982 р.
4. «Штанга на вагах часу» під редакцією Д.І. Іванова Москва «Фізкультура і спорт» 1987