

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ  
ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ДОНЕЦКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
Институт физической культуры и спорта**

**УТВЕРЖДЕНО:**

на заседании Ученого совета  
Института физической культуры и  
спорта

Протокол № 8 от 03 марта 2021 г.

председатель совета

В.В. Сидорова



**ПРОГРАММА**

профильного экзамена  
для абитуриентов, поступающих на обучение  
по образовательной программе

**МАГИСТРАТУРЫ**

на направление подготовки

49.04.01 Физическая культура (*Магистерская программа: Профессиональное образование в сфере физической культуры и спорта*)

Донецк, 2021

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Введение .....	3
2. Объем требований для поступающих на направление подготовки 49.04.01 Физическая культура (Магистерская программа: Профессиональное образование в сфере физической культуры и спорта) .....	5
3. Порядок проведения и критерии оценивания .....	8
4. Образец экзаменационного билета .....	10
5. Список рекомендованной литературы .....	12

## 1. Введение

Программа профильного экзамена для абитуриентов, поступающих на обучение по образовательной программе Магистратуры на направление подготовки 49.04.01 Физическая культура (Магистерская программа: Профессиональное образование в сфере физической культуры и спорта), составлена на основе ГОС ВПО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, утвержденного приказом Министерства образования и науки Донецкой Народной Республики от 19 ноября 2015 года, № 811, зарегистрированного в Министерстве юстиции ДНР от 14 декабря 2015 года, № 827, и РПУД по дисциплинам «Теория и методика избранного вида спорта», «Теория спортивной тренировки», «Теория и методика физической культуры».

Цель вступительного испытания заключается в выявлении уровня теоретической подготовки абитуриента. Вступительное испытание проводится в форме письменных тестовых заданий, которые включают в соответствующих соотношениях вопросы по всем разделам программ вышеперечисленных дисциплин.

Содержание вопросов в тестовых заданиях даёт возможность выявить общий образовательный уровень абитуриента, сформированность профессиональных компетенций, характеризующих умения правильно осуществлять учебно-воспитательный процесс.

### **Абитуриент должен знать:**

- знать роль и место физической культуры и массового спорта в обеспечении здоровья нации и содействии социально-экономическому развитию общества;
- анатомо-физиологические, гигиенические и психолого-педагогические основы физической культуры;
- предмет, цель, задачи, принципы, методы и средства физического воспитания, спорта и физической рекреации;
- терминологию теории и методики физического воспитания, спорта и физической рекреации;
- структуру системы физического воспитания, спорта и физической рекреации;
- основные направления формирования личности в процессе физического воспитания, спорта и физической рекреации;
- формы организации занятий по физической культуре, спорту и физической рекреации;
- педагогические и медицинские методы контроля процесса физического воспитания и физической подготовки;
- механизм развития физических качеств и формирования двигательных навыков;
- санитарно-гигиенические требования и требования безопасности проведения занятий физическими упражнениями;

- структуру и содержание управленческой деятельности в области физической культуры, спорта и физической рекреации;
- демонстрацию техники выполнения физических упражнений;
- методику проведения занятий по физической культуре с различными возрастными группами школьников;
- методику обучения двигательным действиям;
- возрастные закономерности развития физических качеств и формирования двигательных навыков;
- методы организации врачебно-педагогического контроля в учебно-воспитательном процессе школьников;
- организацию и проведение соревнований;
- материально-техническое обеспечение процесса физического воспитания.

**Абитуриент должен уметь:**

- наблюдать, сравнивать, отбирать, анализировать и систематизировать материал по физической культуре;
- эффективно использовать основные положения теории физической культуры;
- осуществлять учебно-воспитательный процесс с различным контингентом занимающихся с учетом требований современных научно-методических концепций управления, контроля и программирования процессом физической культуры;
- выбирать и творчески применять методы, средства и организационные формы образовательной, воспитательной и организационной деятельности учащихся в соответствии с решаемыми задачами;
- устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с учащимися, руководящим составом, родителями и общественностью;
- организовывать и проводить соревнования по видам спорта, которые предусмотрены программой по физической культуре для школ ДНР, выполнять функции судьи, соблюдать правила техники безопасности, страховки, эксплуатации спортивного инвентаря и спортивных сооружений;
- диагностировать состояние и уровень физической подготовленности учащихся школ (тестирование физических качеств, функциональных возможностей и т.д.);
- осуществлять перспективное, текущее и оперативное планирование учебно-воспитательной и организационной преподавателя.

**Абитуриент должен владеть:**

- способами нормирования и контроля физических нагрузок;
- основами планирования учебной, методической, воспитательной, и организационной работы в школе и в ВУЗе;
- методикой организации и проведения учебного процесса, физкультурно-оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований;
- способами нормирования и контроля физических нагрузок на занятии;

- методами и приемами помощи и страховки при обучении техническим приемам;
- правилами оказания первой доврачебной медицинской помощи при травмах на учебных занятиях.

## **2. Объем требований для поступающих на направление подготовки 49.04.01 Физическая культура (Магистерская программа: Профессиональное образование в сфере физической культуры и спорта)**

*ТМФК как предмет и учебная дисциплина.*

Цель физического воспитания. Задачи физического воспитания (оздоровительные, образовательные, воспитательные). Объект физического воспитания. Основные понятия теории физического воспитания: физическая культура, физическое воспитание, спорт, физическая подготовка, физическое развитие, физическое совершенство, физическое образование.

*Общая характеристика системы физического воспитания.*

Система физического воспитания, ее элементы. Основы системно направленного использования физической культуры в обществе: идейные, научно-прикладные, программно-нормативные, организационные основы системы физического воспитания.

Понятие «воспитание» в педагогической науке. Цель системы воспитания. Взаимосвязь физического воспитания с умственным, нравственным, эстетическим, трудовым воспитанием. Задачи, средства и методы нравственного, умственного, эстетического и трудового воспитания.

*Принципы, регламентирующие действия по физическому воспитанию.*

Понятие «принцип». Характеристика обще методических принципов. Характеристика специфических принципов физического воспитания.

*Характеристика средств физического воспитания.*

Понятие «физические упражнения». Оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений. Классификация физических упражнений. Дополнительные средства физического воспитания.

*Методы физического воспитания.*

Понятие «методы». Общепедагогические методы (словесные методы, методы наглядного воздействия). Специфические методы: метод строго регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы.

*Основы обучения двигательным действиям.*

Двигательные умения и навыки как предмет обучения в физическом воспитании. Основы формирования двигательного навыка. Структура процесса обучения и особенности его этапов.

*Методика воспитания скоростных способностей.*

Понятие «скоростные способности». Составляющих скоростных способностей (скорость двигательной реакции, скорость одиночного движения, частота движений). Особенности состава средств и методов. Методические особенности проведения занятий при воспитании скоростных

способностей.

*Методика воспитания силовых способностей.*

Понятие «сила», «абсолютная сила» и «относительная сила». Проявление силы в динамическом и статическом режиме. Основные средства воспитания силы. Особенности состава методов. Методические особенности проведения занятий при воспитании силовых способностей.

*Методика воспитания координационных способностей.*

Понятие «координационные способности». Составляющие координационных способностей - пространственное ориентирование, точность воспроизведения движения по пространственным, силовым и временным параметрам, статическое и динамическое равновесие. Особенности состава средств воспитания координационных способностей. Основные методы воспитания координационных способностей. Методические особенности проведения занятий при воспитании координационных способностей.

*Методика воспитания выносливости.*

Понятие «выносливость». Типы выносливости (общая, специальная). Виды выносливости в зависимости от величины физической нагрузки. Основные средства воспитания выносливости (на примерах каждого вида выносливости). Основные методы воспитания выносливости. Методические особенности проведения занятий при воспитании выносливости.

*Методика воспитания гибкости.*

Понятие «гибкость». Виды гибкости: общая, специальная, активная, пассивная, динамическая, статическая. Факторы, влияющие на развитие гибкости. Основные методы и средства воспитания гибкости. Особенности методики воспитания гибкости.

*Физическое воспитание детей младшего школьного возраста.*

Анатомо-физиологические особенности детей младшего школьного возраста. Задачи физического воспитания на данном возрастном этапе. Характеристика физических качеств, которые необходимо развивать у детей младшего школьного возраста. Основные средства, используемые в физическом воспитании детей младшего школьного возраста. Методические особенности занятий при работе с детьми младшего школьного возраста.

*Физическое воспитание детей среднего школьного возраста.*

Анатомо-физиологические особенности детей среднего школьного возраста. Задачи физического воспитания на данном возрастном этапе. Характеристика физических качеств, которые необходимо развивать у детей среднего школьного возраста. Основные средства, используемые в физическом воспитании детей среднего школьного возраста. Методические особенности занятий при работе с детьми среднего школьного возраста.

*Физическое воспитание детей старшего школьного возраста.*

Анатомо-физиологические особенности детей старшего школьного возраста. Задачи физического воспитания старших школьников. Характеристика физических качеств, которые необходимо развивать у детей старшего школьного возраста. Основные средства. Методические

особенности занятий при работе с детьми старшего школьного возраста.

*Физическое воспитание школьников с ослабленным здоровьем.*

Задачи физического воспитания при работе со школьниками с ослабленным здоровьем. Средства и методы физического воспитания со школьниками с ослабленным здоровьем. Особенности проведения уроков по физическому воспитанию с учащимися специальных медицинских групп.

*Физическое воспитание детей младшего дошкольного возраста.*

Значение физического воспитания для развития детей младшего дошкольного возраста. Физиологическая характеристика детей данного возраста. Задачи физического воспитания. Содержание процесса физического воспитания с детьми младшего дошкольного возраста. Особенности методики проведения занятий с детьми младшего дошкольного возраста.

*Физическое воспитание детей среднего и старшего дошкольного возраста.*

Значение физического воспитания для развития детей среднего и старшего дошкольного возраста. Физиологическая характеристика данного возраста. Задачи физического воспитания (оздоровительные, образовательные и воспитательные). Содержание процесса физического воспитания, основные методы и особенности методики проведения занятий с детьми среднего и старшего дошкольного возраста.

Физическое воспитание учащихся учреждений среднего профессионального (профессионально-технического) образования.

Цель и задачи физического воспитания в СПО. Формы занятий в СПО. Содержание программы по физическому воспитанию - теоретический материал, практический материал, учебные нормативы. Особенности методики занятий в СПО.

*Физическое воспитание студентов в образовательных учреждениях высшего профессионального образования (ОУ ВПО).*

Цель и задачи физического воспитания студентов в ВПО. Формы занятий по физическому воспитанию в ОУ ВПО. Содержание программы: теоретический материал, практический материал, учебные нормативы. Учебные отделения по физическому воспитанию в ОУ ВПО - основное, спортивное и специальное отделение. Особенности проведения учебных занятий по физическому воспитанию в учебных отделениях.

*Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП).*

Понятие «ППФП». Задачи и средства ППФП. Особенности организации и проведения учебных занятий по ППФП.

Формы построения занятий в физическом воспитании

Классификация форм занятий в физическом воспитании. Характеристика форм занятий физическими упражнениями. Урочные формы занятий. Неурочные формы занятий.

*Планирование и контроль учебной работы по физическому воспитанию.*

Понятие «педагогическое планирование». Требования, предъявляемые к педагогическому планированию. Виды и типы планов. Краткая

характеристика и содержание документов планирования - расчет часов из разделов программы физической культуры, годовой график прохождения учебного материала, графический рабочий план (на примере какого-либо вида программы), поурочные планы и план-конспект урока. Педагогический контроль и учет в физическом воспитании.

### **3. Порядок проведения и критерии оценивания**

Вступительное испытание проводится в форме письменных тестовых заданий, которые включают в соответствующих соотношениях вопросы по всем разделам программы по «Теории и методике физической культуры».

Тестовые задания вступительного испытания имеют 3 варианта. Каждый вариант задания включает 60 вопросов. Конкретный материал по всем разделам сформулирован в тестах лаконично и кратко. На каждый из вопросов предлагается 4 варианта ответов, среди которых правильным может быть только один из предложенных вариантов.

Для выполнения письменных тестовых заданий отводится до 2 астрономических часов времени из расчета 2 минуты на каждое из 60 тестовых заданий. В аудиторию испытуемые заходят по одному, предъявляя экзаменатору свой паспорт и экзаменационный лист, занимают место по своему выбору. После размещения всех испытуемых в аудитории экзаменаторы раздают им варианты тестовых заданий. По образцу, записанному на доске, каждый поступающий внимательно заполняет все пункты титульного листа, ставит личную подпись.

Следующий этап - выполнение самого задания: для каждого из 60 предложенных вопросов абитуриент знаком «Х» отмечает правильные на его взгляд ответы, а знаком «-» - неправильные. Менять значки или вносить исправления в «чистовике» не допускается. Предварительные варианты ответов испытуемый может записывать на «черновике». Записи в «черновике» не рассматриваются и не оцениваются экзаменаторами во время проверки работ.

Работы можно сдавать экзаменаторам по мере их выполнения, но не позднее, чем через 2 часа (120 минут) после начала экзамена. Выполненные работы проверяются и оцениваются в соответствии с принятыми критериями оценки, которые приведены ниже.

Во время испытания абитуриенты не имеют права пользоваться мобильными телефонами. Если абитуриент нарушает требования экзаменатора, он может быть освобожден от продолжения испытания.

При обнаружении во время подготовки к ответу списывания из конспекта, учебника, других источников поступающей от дальнейшего прохождения испытания отстраняется.

При нарушении абитуриентом дисциплины во время испытания он также от дальнейшего прохождения испытания отстраняется.

В случае отказа абитуриента от ответа на тестовое задание, а также при



выявлении во время подготовки к ответу списывания из конспекта, учебника, других источников, поступающий к дальнейшему выполнению тестовых заданий не допускается, работа не проверяется и не оценивается.

Оценивание выполнения заданий осуществляется по 100-балльной шкале.

По результатам выполнения письменных тестовых заданий абитуриентам выставляются оценки, согласно разработанной шкалы оценивания знаний (таблица 1).

Вступительное испытание считается пройденным, если абитуриент набрал **60** баллов и более.

При получении 59 баллов и менее абитуриент не допускается к участию в конкурсе на зачисление.

*Таблица 1*

**Шкала оценивания знаний абитуриентов вступительного испытания по направлению подготовки 49.04.01 Физическая культура (Магистерская программа: Профессиональное образование в сфере физической культуры и спорта), образовательная программа: магистратура**

<b>Оценка в баллах</b>	<b>Необходимое количество правильных ответов</b>	<b>Оценка в баллах</b>	<b>Необходимое количество правильных ответов</b>
100	60	80	47
99		79	46
98	59	78	
97		77	45
96	58	76	
95		75	44
94	57	74	
93		73	43
92	56	72	
91		71	42
90	55	70	
89	54	69	41
88	53	68	
87	52	67	40
86		66	
85	51	65	39
84	50	64	
83	49	63	38
82		62	
81	48	61	37
<b>60 баллов</b>		<b>36 правильных ответов</b>	

#### 4. Образец экзаменационного билета

**УТВЕРЖДЕНО:**

на заседании Ученого совета  
Института физической культуры и  
спорта

Протокол №8 от 03 марта 2021 г.  
председатель совета

\_\_\_\_\_ В.В. Сидорова

*ГОУ ВПО «Донецкий национальный университет»*

Институт физической культуры и спорта

Вступительное испытание по	ТЕОРИИ И МЕТОДИКЕ ФИЗИЧЕСКОЙ
	КУЛЬТУРЫ
ОП	Магистратура
Форма обучения	Очная, заочная
Направление подготовки	49.04.01 Физическая культура

#### ВАРИАНТ №1

**1. Укажите, какое понятие (термин) подчеркивает прикладную направленность физического воспитания к трудовой или другой деятельности:**

- А. Физическая подготовка;
- Б. Физическое совершенство;
- В. Физическая культура;
- Г. Физическое состояние.

**2. Основу методов воспитания составляют ...:**

- А. Средства и приемы воспитания;
- Б. Убеждения и наглядный пример;
- В. Тактика и техника воспитания;
- Г. Правила воспитания.

**3. Под методами физического воспитания понимают:**

А. Основные положения, которые определяют содержание, организационные формы учебного процесса в соответствии с его общими целями и закономерностями;

Б. Те руководящие положения, которые раскрывают отдельные стороны употребления того или другого принципа обучения;

В. Конкретные побуждения, причины, которые заставляют лицо действовать, производить двигательные действия;

Г. Способы выполнения и употребления физических упражнений.

**4. Укажите, какой принцип обязал последовательно изменять направленность физического воспитания в соответствии со сменяющимися возрастными этапами и стадиями развития человека, то есть относительно периодов онтогенеза, и особенно периодам возрастного физического развития организма:**

- А. Принцип научности;
- Б. Принцип возрастной адекватности направлений физического воспитания;
- В. Принцип систематичности и последовательности;
- Г. Принцип всестороннего развития человека.

**5. Оптимальная степень овладения техникой действия, которое характеризуется автоматическим (то есть при минимальном контроле со стороны сознания) управлением движениями, высокой прочностью и надежностью выполнения, называется ...:**

- А. Двигательным умением;
- Б. Техническим мастерством;
- В. Двигательной одаренностью;
- Г. Двигательным навыком.

Председатель Приемной комиссии

С.В. Беспалова

Председатель аттестационной комиссии

Т.В. Москалец

Год поступления 2021

## 5. Список рекомендованной литературы

1. Ашмарин Б.Л. Теория и методика физического воспитания / Б.Л. Ашмарин. - М.: Просвещение, 1990. - 287 с.
2. Васильков А.А. Теория и методика физического воспитания: учебник / А.А. Васильков. - Ростов н/Д: Феникс, 2008. - 381 с.
3. Воробьев Н.И. Практика в системе физкультурного образования: учеб. пособие / М.И. Воробьев, Т.Ю. Круцевич. - Киев: Олимпийская литература, 2006. - 1923 с.
4. Деминский А.Ц. Основы теории физической культуры / А.Ц. Деминский. - Донецк, 1996. - 328 с.
5. Теория и методика физического воспитания: учебник для высших учебных заведений физического воспитания и спорта / под ред. Т.Ю. Круцевич. - К.: Олимпийская литература, 2003. - Т.1. - 424 с.
6. Теория и методика физического воспитания: учебник для высших учебных заведений физического воспитания и спорта / под ред. Т.Ю. Круцевич. - К.: Олимпийская литература, 2003. - Т.2. - 392 с.
7. Туревский И.М. Самостоятельная работа студентов факультетов физической культуры по дисциплинам предметной подготовки: учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений / И.М. Туревский, Ж.К. Холодов, А.С. Кузнецов; под ред. И.М. Туревский. - М.: Издательский центр «Академия», 2003. - 320 с.
8. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. - М.: Издательский центр «Академия», 2001. - 480 с.