

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Донецкий государственный университет»

УТВЕРЖДАЮ
Ректор ФГБОУ ВО «ДонГУ»


С.В. Беспалова
« 29 » 03 2024 г.



**Программа вступительного испытания
для поступающих на направление подготовки
49.04.01 Физическая культура (Магистерская программа:
Профессиональное образование в сфере физической культуры и спорта)**

г. Донецк
2024

Программа вступительного испытания по направлению подготовки 49.04.01 Физическая культура (Магистерская программа: Профессиональное образование в сфере физической культуры и спорта) при приеме на обучение по программам магистратуры разработана в институте физической физической и спорта ФГБОУ ВО «ДонГУ» в соответствии со следующими нормативными документами:

– Порядок приема на обучение по образовательным программам высшего образования — программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, утвержденным приказом Минобрнауки России от 21.08.2020 № 1076 (с изменениями);

– Особенности приема на обучение в организации, осуществляющие образовательную деятельность, по программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры и программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре (адъюнктуре), предусмотренные частями 7 и 8 статьи Федерального закона от 17 февраля 2023 г. № 19-ФЗ «Об особенностях правового регулирования отношений в сферах образования и науки в связи с принятием в Российскую Федерацию Донецкой Народной Республики, Луганской Народной Республики, Запорожской области, Херсонской области и образованием в составе Российской Федерации новых субъектов – Донецкой Народной Республики, Луганской Народной Республики, Запорожской области, Херсонской области и о внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации, утвержденные приказом Минобрнауки России от 01.03.2023 № 231;

– Правила приёма в федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Донецкий государственный университет» на обучение по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в 2023 году;

– Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - магистратура по направлению подготовки 49.04.01 Физическая культура, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 сентября 2017 года;

– Основная образовательная программа высшего образования по направлению подготовки 49.04.01 Физическая культура (Магистерская программа: Профессиональное образование в сфере физической культуры и спорта).

Разработчики программы:

Сидорова В.В. – канд. наук по физ. восп. и спорту, доцент, МСМК СССР по спортивной гимнастике;

Москалец Т.В. – зав. кафедрой спортивных игр, канд. биол. наук, доцент;

Батищева М.Р. – зав. кафедрой теории и методики физической культуры, канд. пед. наук, доцент;

Бороденко Д.Г. – старший преподаватель кафедры циклических видов спорта, МС ДНР по легкой атлетике;

Дубревский Ю.М. – зав. кафедрой циклических видов спорта, канд. пед. наук, доцент, МС СССР по легкой атлетике;

Коваль Т.В. – старший преподаватель, МС СССР по художественной гимнастике.

Программа утверждена на заседании Ученого совета института физической культуры и спорта от 05 марта 2024 г., протокол № ____.

Директор института
физической культуры и спорта



И.П. Зенченков

Заведующий кафедрой
спортивных игр,
канд. биол. наук, доцент



Т.В. Москалец

Содержание

1. Общие положения и порядок проведения вступительного испытания	6
2. Основное содержание программ вступительного испытания	7
3. Шкала оценивания и минимальное количество баллов, подтверждающее успешность прохождения вступительного испытания	22
4. Список рекомендуемой литературы для подготовки к вступительному испытанию	22

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ И ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ

Цель вступительного испытания по направлению подготовки 49.04.01 Физическая культура (Магистерская программа: Профессиональное образование в сфере физической культуры и спорта) при приёме на обучение по программам магистратуры – выявить уровень овладения абитуриентами универсальными и профессиональными компетенциями бакалавра и определение подготовленности абитуриентов к выполнению профессиональных задач, соответствующих их уровню квалификации.

Абитуриент должен знать:

- роль и место физической культуры и спорта в обеспечении здоровья нации и содействии социально-экономическому развитию общества;
- анатомо-физиологические, гигиенические и психолого-педагогические основы физической культуры и спорта;
- методику проведения учебных и учебно-тренировочных занятий с различными возрастными группами;
- возрастные закономерности развития физических качеств и формирования двигательных навыков;
- методы организации педагогического контроля;
- организацию, правила и судейство соревнований базовых видов спорта;
- правила безопасного проведения учебных и учебно-тренировочных занятий

Абитуриент должен уметь:

- на должном теоретико-методическом уровне осуществлять профессиональную деятельность в различных сферах физического воспитания;
- реализовывать в практической деятельности знания о закономерностях формирования двигательных навыков;
- формулировать конкретные задачи физического воспитания детей различного возраста и подготовки;
- планировать и проводить все виды учебных и учебно-тренировочных занятий с занимающимися разных возрастных групп;
- оценивать эффективность учебных занятий;
- осуществлять медико-биологический и педагогический контроль состояния организма в процессе проведения учебных занятий;

Абитуриент должен владеть:

- системой педагогических навыков в профессиональной деятельности;
- соответствующим практическим уровнем осуществления профессиональной деятельности в физическом воспитании;
- технологией обучения двигательным действиям и развития физических качеств в процессе физического воспитания;

- техникой и тактикой базовых видов спорта;
- навыками организации проведения соревнований в базовых видах спорта;
- навыками судейства соревнований базовых видов спорта;
- приемами страховки обучающихся.

Формой вступительного испытания для поступающих в магистратуру является устный экзамен, который будет проходить очно и (или) с использованием дистанционных технологий.

2. ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ

Общая характеристика дисциплин, входящих в вопросы билетов вступительного испытания по «Теории и методике физической культуры и спорта»

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

ВОПРОСЫ:

1. Система физической культуры.
2. Оптимизация процесса физического воспитания в школе.
3. Направленное формирование личности в процессе физического воспитания.
4. Принципы физического воспитания.
5. Средства физического воспитания.
6. Методы физического воспитания.
7. Основы обучения двигательным действиям.
8. Методика воспитания скоростных способностей.
9. Методика воспитания силовых способностей.
10. Методика воспитания координационных способностей.
11. Методика воспитания гибкости.
12. Методика воспитания выносливости.
13. Формы построения занятий по физическому воспитанию.
14. Организация работы по физическому воспитанию в школе в учебное время.
15. Организация работы по физическому воспитанию в школе во внеучебное время.
16. Физическое воспитание школьников: задачи, средства, особенности методики.
17. Физическое воспитание школьников с ослабленным здоровьем: задачи, средства, особенности методики.
18. Планирование учебной работы по физическому воспитанию в школе.
19. Педагогический контроль в процессе физического воспитания школьников.
20. Организация и проведение соревнований в школе.

21. Урок – основная форма физического воспитания школьников. Содержание и структура урока.
22. Учебно-исследовательская работа студента в школе.
23. Охрана труда на занятиях физической культурой в школе.
24. Структурные компоненты деятельности преподавателя физической культуры в школе.
25. Физическое воспитание в ВУЗе.
26. Церемониалы, торжественные процедуры и атрибутика массовых физкультурно-оздоровительных мероприятий.
27. Двигательная активность как фактор сохранения и укрепления здоровья детей.
28. Оздоровительная тренировка: цель, задачи, содержание.
29. Направления оздоровительной физической культуры.
30. Деятельность физкультурно-оздоровительных центров и культурно-спортивных комплексов.

ТЕМЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ОБЯЗАТЕЛЬНОМУ ИЗУЧЕНИЮ:

Общая характеристика системы физического воспитания

Структура системы физического воспитания и характеристика его основных частей. Основы системно направленного использования физической культуры в обществе (идейные, научно-прикладные, программно-нормативные, организационные). Кадры в системе физического воспитания. Цель и задачи физического воспитания. Понятие о специфических задачи физического воспитания.

Направленное формирование личности в процессе физического воспитания

Цель физического воспитания. Связь различных видов воспитания в процессе физического воспитания (умственного, нравственного, эстетического, трудового). Воспитательные возможности занятий различными видами физических упражнений. Задачи, средства и способы умственного, нравственного, эстетического и трудового воспитания, реализуемых в процессе физического воспитания.

Принципы, регламентирующие деятельность по физическому воспитанию

Иерархия принципов в системе физического воспитания. Общесметодические принципы (принцип сознания и активности, принцип доступности и индивидуализации). Специфические принципы физического воспитания (принцип непрерывности процесса физического воспитания, принцип системного чередования нагрузки и отдыха, принцип адаптированного сбалансирования динамики нагрузки, принцип возрастной адекватности направлений физического воспитания).

Средства физического воспитания

Понятие о физических упражнениях. Содержание физических упражнений (оздоровительное, образовательное и др. Значение физических упражнений). Техника физических упражнений. Структура движения (кинематическая, динамичная, ритмичная). Понятие о направлении

движения, траектории движения, амплитуда, темп, скорость, сила, ритм. Качественные характеристики упражнений. Классификация физических упражнений.

Методы физического воспитания

Понятие о методах физического воспитания. Специфические методы физического воспитания. Методы строго регламентированных упражнений. Методы обучения движения. Методы воспитания физических качеств. Методы упражнения со стандартной нагрузкой. Методы упражнения с нестандартной нагрузкой. Методы комбинированного типа. Игровой метод. Метод соревнований. Особенности использования в процессе физического воспитания словесного (методы передачи информации, Управления деятельностью, анализа и оценки деятельности) и наглядного (методы зрительной, звуковой и двигательной наглядности) воздействия.

Основы обучения действиям движения

Понятие о предмете обучения в физическом воспитании. Двигательные умения и навыки как результат обучения, закономерности их формирования. Закономерности формирования и взаимодействия умений и навыков. Этапы обучения подвижным действиям и особенности методики обучения на отдельных этапах.

Методика развития быстроты

Общая характеристика быстроты. Факторы, обуславливающие проявление быстроты. Возрастная динамика естественного развития быстроты. Средства развития быстроты. Методика развития быстроты простых реакций. Методика развития быстроты сложных реакций. Методика развития быстроты циклических движений. Методика развития быстроты ациклических движений. Методические рекомендации по предупреждению «скоростного барьера» и его устранения.

Основы методики развития силовых способностей

Общая характеристика силы. Факторы, от которых зависят силовые возможности человека. Возрастная динамика естественного развития силы. Средства развития силы. Методика развития максимальной силы путем увеличения мышечной массы. Методика развития максимальной силы путем усовершенствования межмышечной координации. Методика развития максимальной силы путем усовершенствования внутримышечной координации. Методика развития скоростной силы. Методика развития взрывной силы. Методика развития силовой выносливости. Особенности методики развития силовых качеств девушек и женщин.

Основы методики развития координации

Общая характеристика координационных способностей. Факторы, обуславливающие проявление координационных качеств. Возрастная динамика естественного развития координационных способностей. Средства развития координационных способностей. Общие положения методики развития координационных способностей. Основные правила по предупреждению травм во время развития координации. Контроль развития координационных способностей.

Выносливость и методика ее развития

Общая характеристика выносливости. Факторы, обуславливающие выносливость человека. Возрастная динамика естественного развития выносливости. Средства развития выносливости. Методика развития общей выносливости. Методика развития скоростной выносливости.

Основы методики развития гибкости

Общая характеристика гибкости. Факторы, обуславливающие проявление гибкости. Возрастная динамика естественного развития гибкости. Средства развития гибкости. Методика развития гибкости.

Формы построения (организации) занятий физическими упражнениями

Особенности организации занятий в физическом воспитании. Урок как форма организации занятий по физической культуре. Педагогическое построение урока. Неурочные формы занятий ("малые" и крупные формы занятий физическими упражнениями). Соревнования как форма организации занятий физическими упражнениями.

Планирование и контроль процесса физического воспитания

Понятие о планировании педагогического процесса. Требования к педагогическому планированию. Общая характеристика документов планирования (общий план работы на календарный и учебный год, учебная документация и т.д.). Педагогический контроль и самоконтроль в процессе физического воспитания. Учет результатов в физическом воспитании.

Физическое воспитание детей дошкольного возраста

Социально-педагогическое значение физического воспитания. Факторы, которые влияют на состояние здоровья детей, и возрастная их периодизация. Содержание и методика физкультурно-оздоровительных занятий с детьми дошкольного возраста. Содержание и методика физкультурно-оздоровительных занятий с детьми дошкольного возраста. Государственная программа по физическому воспитанию в детском саду.

Основы методики физического воспитания детей школьного возраста

Понятие о методике физического воспитания школьников. Цель и задачи методики физического воспитания подрастающего поколения. Социальные факторы, которые определяют цели, задачи и методика физического воспитания. Биологические факторы, которые влияют на содержание, методику и построение процесса физического воспитания школьников. Дифференцированный подход к учащимся в процессе физического воспитания.

Особенности методики физического воспитания детей младшего школьного возраста

Особенности методики обучения и воспитания детей младшего школьного возраста. Организация процесса физического воспитания младших школьников. Особенности планирования и контроля процесса физического воспитания. Дифференциальный и индивидуальный подход в воспитании детей младшего школьного возраста.

Особенности методики физического воспитания детей среднего школьного возраста

Связь младшей и средней звеньев системы физического воспитания. Роль среднего звена в системе физического воспитания подрастающего поколения. Возрастные особенности развития, условия жизни и деятельности школьников 10-15 лет. Поэтапная конкретизация и нормативы постановки задач физического воспитания задач учеников среднего школьного возраста.

Особенности методики физического воспитания юношей и девушек

Возрастные особенности юношей и девушек. Подготовка к учебной и трудовой деятельности. Особенности физкультурно-оздоровительной работы с юношами. Особенности физкультурно-оздоровительной работы с девушками. Общие и двигательные режимы.

Основы физического воспитания школьников с ослабленным здоровьем

Особенности дозирования физической нагрузки на уроках физического воспитания на организм детей с ослабленным здоровьем. Методика физического воспитания школьников с ослабленным здоровьем

Физическое воспитание студентов на занятиях физической культурой

Значение, цель и задачи физического воспитания студентов. Структура и содержание действующей базовой программы по физическому воспитанию. Учет психологических и физиологических особенностей студентов на занятиях физической культурой. Методика физического воспитания юношей и девушек. Система оценки знаний, умений и навыков студентов по дисциплине «Физическое воспитание».

Физическое воспитание взрослого населения в зрелом возрасте

Социальное значение и задачи физического воспитания взрослого населения, занятого трудовой деятельностью. Особенности физического развития и физической подготовленности лиц молодого и зрелого возраста. Физическая культура в режиме трудового дня. Физическая культура в быту. Контроль за здоровьем и физической подготовленностью, тех кто занимается физическими упражнениями.

Физическое воспитание взрослого населения в пожилом и старшем возрасте

Возрастные особенности пожилых и старшего возраста и задачи направленного физического воспитания. Факторы, влияющие на здоровье взрослых людей. Методические основы занятий физическими упражнениями в пожилом и старшем возрасте. Методика физкультурно-оздоровительных занятий со взрослым населением. Контроль за здоровьем и физической подготовленностью лиц пожилого и старшего возраста.

Профессионально-прикладная физическая подготовка

Построение и основы методики ППФП. Средства и методы профессионально-прикладной подготовки.

Современные физкультурно-оздоровительные технологии в физическом воспитании

Влияние современных физкультурно-оздоровительных технологий на здоровье и поддержания работоспособности взрослых людей. Методика современных физкультурно-оздоровительных технологий в физическом воспитании.

ТЕОРИЯ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ

ВОПРОСЫ:

1. Возникновение, развитие и характеристика современного спорта.
2. Характеристика понятия «спорт» и избранного вида спорта.

Основные направления спортивного движения.

3. Система тренировочно-соревновательной подготовки.
4. Профессиональные умения и навыки тренера.
5. Функции тренера-преподавателя.
6. Педагогические способности тренера-преподавателя.
7. Способы управления коллективом и отдельными спортсменами.
8. Спортивная тренировка как педагогический процесс.
9. Принципы спортивной тренировки.
10. Средства спортивной тренировки.
11. Методы спортивной тренировки.
12. Физическая подготовка спортсмена.
13. Техническая подготовка спортсмена.
14. Тактическая подготовка спортсмена.
15. Психологическая подготовка спортсмена.
16. Структура занятий в спортивной тренировке. Их типы и направленность.

17. Нагрузка в спортивной тренировке.
18. Микроцикл, его построение и содержание.
19. Мезоцикл, его построение и содержание.
20. Макроцикл, его построение и содержание.
21. Построение учебно-тренировочного процесса в течение года.
22. Многолетняя подготовка спортсменов.
23. Отбор в спорте. Этапы, принципы и критерии отбора.
24. Этап начальной подготовки.
25. Учебно-тренировочный этап многолетней подготовки.
26. Этап спортивного совершенствования.
27. Этап высшего спортивного мастерства.
28. Контроль и учёт в спортивной тренировке.
29. Планирование в спорте.
30. Соревнования в системе спортивной подготовки.

ТЕМЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ОБЯЗАТЕЛЬНОМУ ИЗУЧЕНИЮ:

Характеристика спорта

Возникновение и развитие спорта. Развитие спорта в Древней Греции. Спорт как средство времяпровождения и развлечения. Характеристика современного спорта. Характеристика понятия «спорт» в узком и широком

смысле. Направления в развитии спортивного движения. Основные понятия. Характеристика системы тренировочно-соревновательной подготовки.

Спортивная тренировка как педагогический процесс

Характеристика спортивной тренировки как педагогического процесса. Цели и задачи спортивной тренировки. Единство обучения и воспитания в тренировке. Индивидуализация спортивной тренировки. Средства спортивной тренировки. Общеподготовительные, вспомогательные, специально-подготовительные, подводящие, развивающие, соревновательные упражнения. Дополнительные средства спортивной тренировки. Методы спортивной тренировки. Словесные, наглядные и практические методы. Методы, преимущественно направленные на освоение спортивной техники и методы, преимущественно направленные на развитие двигательных качеств. Игровой и соревновательный методы. Принципы спортивной тренировки. Дидактические и специальные принципы.

Профессиональные умения и навыки тренера

Особенности профессии тренера. Деловые и личностные контакты тренера. Педагогические способности тренера-преподавателя. Перцептивные, конструктивные, дидактические, экспрессивные, коммуникативные, организаторские и академические способности. Характеристика понятия «Функции» тренера. Функции тренера-преподавателя: учебно-тренировочная; воспитательная; функция планирования; контроля, учёта и коррекции; подготовки и участия в соревнованиях; отбора; материально-технического обеспечения; обеспечение безопасности занятий. Способы управления коллективом и отдельными спортсменами. Характеристика авторитарного, демократического, либерального стилей.

Основные виды подготовки спортсменов

Физическая подготовка спортсмена. Характеристика общей и специальной физической подготовки. Основы воспитания физических качеств. Техническая подготовка спортсмена. Требования к технике спортсмена. Общая техническая и специально техническая подготовка. Средства технической подготовки. Тактическая подготовка спортсмена. Задачи тактической подготовки. Общая и специальная тактическая подготовка. Качества, являющиеся базовыми для высокого уровня тактической подготовленности. Виды тактики в зависимости от вида спорта. Методы тактической подготовки. Психологическая подготовка спортсмена. Общая психологическая подготовка и психологическая подготовка к конкретному соревнованию. Средства и методы психологической подготовки. Теоретическая подготовка спортсменов.

Нагрузка в спортивной тренировке

Характеристика разновидностей нагрузок в спортивной тренировке и их показателей. Зоны нагрузок. Основные компоненты нагрузок. Длительность и характер интервалов отдыха в зависимости от величины и направленности нагрузок.

Система спортивных соревнований и соревновательная деятельность

Значение соревнований в спорте. Способы проведения соревнований. Документы, регламентирующие проведение соревнований. Содержание и особенности соревновательной деятельности. Соревнования в системе подготовки спортсменов.

Построение процесса спортивной тренировки

Построение тренировочных занятий. Типы занятий. Формы организации занятий. Занятия избирательной и комплексной направленности. Построение тренировки в микроцикле. Структура тренировочного микроцикла в зависимости от числа занятий в течение дня. Характеристика и структура мезоциклов. Типы мезоциклов. Построение тренировки в макроциклах. Характеристика многолетних и годовых макроциклов. Содержание периодов в макроциклах. Построение учебно-тренировочного процесса в течение года.

Многолетняя подготовка спортсменов

Продолжительность и структура многолетней подготовки. Этап начальной подготовки. Учебно-тренировочный этап. Этап спортивного совершенствования. Этап высшего спортивного мастерства.

Спортивный отбор в системе подготовки

Спортивный отбор и ориентация в спорте. Методы отбора. Педагогические, медико-биологические, психологические и социологические методы. Спортивные способности, их учёт и прогноз в процессе тренировки. Этапы отбора. Комплексная оценка данных при отборе в процессе спортивной деятельности.

Технология планирования в спорте

Общие положения технологии планирования в спорте. Документы перспективного планирования. Документы текущего планирования. Оперативное планирование. Планирование спортивной подготовки в многолетних циклах.

Контроль в спортивной тренировке

Характеристика комплексного контроля в спорте. Виды контроля в процессе управления подготовкой спортсменов: оперативный, текущий и этапный. Контроль за соревновательными воздействиями. Контроль за тренировочными воздействиями. Контроль за состоянием подготовленности спортсмена. Контроль за факторами внешней среды.

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ГИМНАСТИКИ

ВОПРОСЫ:

1. Место и значение гимнастики в системе физического воспитания (определение понятия «гимнастика», задачи, которые решаются на уроках по гимнастике). Методические особенности преподавания гимнастики.
2. История возникновения гимнастик. Характеристика национальных систем гимнастики.
3. Определение и краткая характеристика средств гимнастики.
4. Характеристика и значение гимнастической терминологии. Требования, предъявляемые к терминологии. Способы образования

терминов. Правила гимнастической терминологии. Правила применения терминов. Правила сокращений.

5. Характеристика и методические особенности проведения ОРУ в движении и на месте. Правила и форма записи ОРУ. Правила подбора и составления комплексов ОРУ.

6. Формы занятий по гимнастике в школе (структура, разновидности, общие требования).

7. Задачи, средства и методические указания к проведению подготовительной части урока по гимнастике.

8. Задачи, средства и методические указания к проведению основной части урока по гимнастике (способы организации занимающихся на уроках).

9. Задачи, средства и методические указания к проведению заключительной части урока по гимнастике.

10. Виды и характеристика массовых мероприятий и соревнований по гимнастике в школе.

ТЕМЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ОБЯЗАТЕЛЬНОМУ ИЗУЧЕНИЮ:

Гимнастика в системе фв. История развития гимнастики

Предмет и задачи гимнастики. Методические особенности гимнастики. Роль гимнастики в обеспечении здоровья населения. Механизм оздоровительного влияния занятий гимнастическими упражнениями на организм человека. Влияние занятий гимнастикой на физическое развитие детей и подростков. Значение дисциплины «Теория и методика гимнастики» в системе подготовки специалистов по физическому воспитанию и спорту. История развития гимнастики. Возникновение и эволюция гимнастики. Национальные системы гимнастики. Характеристика гимнастики на современном этапе.

Меры предупреждения травм на занятиях гимнастикой. Места занятий и их оборудование

Основные причины травматизма на занятиях гимнастикой. Методические и организационные требования к предупреждению травматизма. Страховка и помощь при обучении как средство предупреждения травматизма. Гимнастические залы. Гигиенические требования к эксплуатации. Гимнастические снаряды. Инвентарь. Правила эксплуатации залов и оборудования.

Гимнастическая терминология

Значение гимнастической терминологии. Развитие гимнастической терминологии. Требования к терминологии. Правила гимнастической терминологии (способы образования терминов, правила применения терминов, правила сокращения). Термины отдельных групп упражнений. Правила и формы записи общеразвивающих упражнений (без предмета, с предметом, в парах). Правила записи упражнений на снарядах, вольных упражнений, акробатических упражнений и упражнений художественной гимнастики.

Общеразвивающие упражнения

Характеристика, значение и классификация ОРУ. Правила составления комплексов ОРУ, и методика их проведения. Формы и правила записи комплексов ОРУ. Методика проведения ОРУ различными способами: раздельным, поточным и проходным. Дозировка выполнения упражнений. Регулирование физической нагрузки на занятиях ОРУ. Выявление ошибок и методика их исправления. Методика составления комплексов ОРУ. Методика использования ОРУ для формирования правильной осанки и развития двигательных способностей. Методика составления и проведения комплексов ОРУ без предмета различными способами, комплексов ОРУ с предметами (палка, скакалка) различными способами, комплексов ОРУ в парах, в тройках, по отделениям, в колоннах и шеренгах, по кругу.

Урок гимнастики в школе

Урок-основная форма физического воспитания школьников. Характерные особенности урока. Требования к уроку. Содержание и структура урока. Средства частей урока. Формы организации деятельности учеников на уроке гимнастики: фронтальная, групповая, индивидуальная, круговая, попеременная, поточная, сменная. Анализ и оценка деятельности учеников. Исправление ошибок. Помощь и страховка. Величина и распределение нагрузки на уроке. Плотность урока, виды плотности. Морфофункциональные особенности детей различных возрастных групп. Методические особенности проведения урока с детьми младшего школьного возраста. Методические особенности проведения урока с детьми среднего школьного возраста. Методические особенности проведения урока с детьми старшего школьного возраста. Возрастные особенности развития физических качеств. Методические особенности проведения урока с детьми, по состоянию здоровья, относящимися к подготовительной группе.

Организация и проведение массовых соревнований по гимнастике

Виды соревнований по гимнастике. Содержание и основные задачи массовых соревнований. Положение о соревнованиях. Программа соревнований. Этапы подготовки к проведению соревнований. Проведение соревнований и подсчет результатов. Отчет о проведенных соревнованиях.

Внеклассные занятия гимнастикой в школе

Формы проведения занятий в школе: УГГ, гимнастика до занятий, физкультминутка, занятия на большой перемене с элементами гимнастики. Гимнастические выступления на спортивных праздниках в школе, организация и методика проведения. Составление программы выступления, музыкальное оформление, постановка номеров программы, особенности методики разучивания упражнений. Сводные и генеральные репетиции. Проведение спортивного праздника.

Оздоровительные виды гимнастики

Оздоровительные виды гимнастики как средство оздоровления, повышение жизнедеятельности организма в целом, поддержки работоспособности. Характеристика видов оздоровительной гимнастики.

Особенности проведения занятий. Составление и проведение комплексов различных видов оздоровительной гимнастики.

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ

ВОПРОСЫ:

1. Методические задачи и средства обучения технике бега на короткие дистанции.
2. Методические задачи и средства обучения бегу по пересеченной местности.
3. Методические задачи и средства обучения бегу на 800 м.
4. Методические задачи и средства обучения прыжку в длину с разбега способом «согнув ноги».
5. Методические задачи и средства обучения прыжку в высоту с разбега способом «перешагивание».
6. Назовите последовательность задач при обучении метанию гранаты (мяча).
7. Перечислите в методической последовательности задачи обучения при передаче эстафетной палочки в эстафетном беге 4x100 м.
8. Диагностика физических качеств юного легкоатлета.
9. Раскройте структуру Положения о проведении юношеских соревнований по легкой атлетике.
10. Последовательность организационных задач при разработке плана-сценария торжественного открытия соревнований.

ТЕМЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ОБЯЗАТЕЛЬНОМУ ИЗУЧЕНИЮ:

Преподавание и содержание предмета легкая атлетика и ее прикладное значение

Классификация и общая характеристика легкоатлетических видов спорта. Возникновение и развитие легкой атлетики. Эволюция техники легкоатлетических упражнений.

Методика обучения технике бега на короткие дистанции

Техника безопасности и профилактика спортивного травматизма. Исторический аспект развития спринтерского бега. Последовательность обучения элементам техники бега на короткие дистанции.

Методика обучения технике кроссового бега

Техника безопасности при обучении бегу по пересеченной местности. Требования к одежде и обуви. Бег с горы и в гору; преодоления естественных и искусственных препятствий во время бега по дистанции. Правила и особенности проведения соревнований в кроссовом беге.

Методика обучения технике бега на средние и длинные дистанции

Техника безопасности при обучении бегу на средние и длинные дистанции. Последовательность обучения работе рук, постановке стопы на опору, выносу бедра. Основы техники двойного шага (опорная и безопорная фаза). Старт и стартовый разгон. Правила и организация соревнований в беге на средние и длинные дистанции.

Методика обучения технике эстафетного бега

Исторические сведения о развитии эстафетного бега. Техника безопасности и профилактика спортивного травматизма. Методика обучения передачи эстафетной палочки в колонне по 4 чел., в парах (на месте, в ходьбе и при медленном беге). Правила и организация соревнований в эстафетном беге.

Методика обучения технике прыжка в высоту способом «перешагивание»

Методика обучения специальным и подводящим упражнениям прыгуна. Последовательность обучения разбегу, отталкиванию, переходу через планку, приземлению. Методика обучения упражнениям для развития гибкости и амплитуды движения. Правила и особенности проведения соревнований в прыжках в высоту с разбега.

Методика обучения технике прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги»

Техника безопасности и профилактика спортивного травматизма при прыжках в длину с разбега способом «согнув ноги». Методика обучения специальным и подводящим упражнениям прыгуна в длину. Методика и последовательность обучения разбегу, отталкиванию, полёту и приземлению. Правила и особенности проведения соревнований в прыжках в длину с разбега.

Методика обучения технике метания малого мяча, гранаты

Техника безопасности и профилактика спортивного травматизма при обучении метанию малого мяча (гранаты). Методика и последовательность обучения элементам техники метания мяча (гранаты) с разбега. Правила и особенности проведения соревнований в метании малого мяча (гранаты).

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА СПОРТИВНЫХ ИГР

ВОПРОСЫ:

1. Основные понятия об игре. Классификация современных подвижных игр.
2. Методика проведения подвижных игр для детей младшего школьного возраста.
3. Методика проведения подвижных игр в учебно-тренировочном процессе на примере избранного вида спорта.
4. Методика обучения в баскетболе техники игры в нападении и защите.
5. Тактические действия в баскетболе в нападении и защите.
6. Индивидуальная, групповая и командная тактика в волейболе.
7. Методика обучения в волейболе техническим действиям в нападении и защите.
8. Методика обучения техническим действиям в нападении в футболе.
9. Тактические действия футболистов в защите и нападении.

10. Организация соревнований по спортивным играм. Системы проведения соревнований в спортивных играх.

ТЕМЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ОБЯЗАТЕЛЬНОМУ ИЗУЧЕНИЮ:

Основные понятия об игре. Классификация современных подвижных игр

Подвижные игры в системе физического воспитания и спорта. Педагогическое значение подвижных игр и их характеристика с учетом возрастных особенностей детей. История возникновения и развития подвижных игр. Место подвижных игр в системе физического воспитания. Значение подвижных игр в системе спортивной подготовки. Функции подвижных игр. Классификация подвижных игр: некомандные, переходные, командные.

Методика проведения подвижных игр для детей младшего школьного возраста

Факторы, определяющие выбор подвижных игр: возрастные особенности учащихся 1-4 классах, структура урока физического воспитания, место и условия проведения, инвентарь, количество учащихся. Педагогическое значение подвижных игр: развитие физических способностей, обучение двигательным действиям, управление двигательной активностью, воспитание личностных качеств, развитие памяти и речи, формирование социально-значимых взаимоотношений. Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение в качестве участника, помощника и руководителя.

Методика проведения подвижных игр в учебно-тренировочном процессе на примере избранного вида спорта

Подвижные игры - содержание и методика проведения подвижных игр в занятиях по различным видам спорта, средства, формы и методы спортивной подготовки. Факторы, определяющие выбор подвижных игр: возрастные особенности занимающихся, структура тренировочного занятия, виды спортивной подготовки, периоды спортивной тренировки. Примеры в различных видах спорта: подвижные игры в занятиях гимнастикой, циклическими видами спорта, видами борьбы, плаванием, спортивными играми. Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение подвижных игр в качестве участника, помощника и руководителя.

Методика обучения в баскетболе техники игры в нападении и защите

Анализ техники игры в нападении: перемещений (стойка, бег, ходьба, остановки, повороты, прыжки). Техники владения мячом: передач и ловли мяча, бросков, ведения. Методика обучения технике игры в нападении. Методы и средства обучения. Методика обучения технике игры в защите: техника перемещений, выбивания мяча, отбивания мяча, накрывания мяча, перехвата мяча, вырывания мяча, взятия отскока

Тактические действия в баскетболе в нападении и защите

Методика обучения тактическим действиям в нападении: Индивидуальные действия. Групповые действия. Командные действия. Тактика игры в защите. Индивидуальные действия. Групповые действия. Командные действия.

Индивидуальная, групповая и командная тактика в волейболе

Методика обучения тактическим действиям в нападении: индивидуальные, групповые и командные тактические действия;

Тактика защиты: индивидуальные, групповые и командные тактические действия.

Методика обучения в волейболе техническим действиям в нападении и защите

Методика обучения техническим элементам в защите; Определение ошибок и методика их устранения; Анализ техники и методика обучения техническим приемам в защите: стойки и перемещение, прием мяча, блок. Методика обучения техническим элементам в нападении; Определение ошибок и методика их устранения; Анализ техники и методика обучения техническим приемам в нападении: стойки и перемещения, передачи мяча, подачи мяча, атакующие.

Методика обучения техническим действиям в нападении в футболе

Основные требования к крайним защитникам в обороне, к игрокам средней линии в атаке и обороне; Факторы, влияющие на эффективность передач; Общие указания по комбинационной игре в защите и нападении; Методика обучения тактическим действиям; Современные тактические системы.

Тактические действия футболистов в защите и нападении

Общие понятия и классификация тактики; Функции игроков; Игроки линии защиты, средней линии и линии нападения; Тактика нападения: индивидуальная, групповая, командная; Тактика защиты: индивидуальная, групповая, командная.

Организация соревнований по спортивным играм. Системы проведения соревнований в спортивных играх

Принципы построения и проведения соревнований по спортивным играм; Положение о соревнованиях по спортивным играм; Способы проведения соревнований (системы розыгрыша: круговой, с выбыванием, смешанный); Календарь соревнований; Работа судейской коллегии. Документация соревнований, требования к оборудованию и инвентарю.

3. ШКАЛА ОЦЕНИВАНИЯ И МИНИМАЛЬНОЕ КОЛИЧЕСТВО БАЛЛОВ, ПОДТВЕРЖДАЮЩЕЕ УСПЕШНОСТЬ ПРОХОЖДЕНИЯ ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ

Испытание проводится в форме устного экзамена. Билет содержит 3 вопроса, подготовленных в соответствии с программой вступительного испытания в магистратуру. В аудиторию испытуемые заходят по одному, предъявляя экзаменатору свой паспорт и экзаменационный лист, занимают место по своему выбору. Экзаменатор разрезает конверт с билетами и раскладывает их перед абитуриентами. Поступающих знакомят с порядком сдачи экзамена и с системой его оценивания. После этого все абитуриенты покидают аудиторию.

Для участия во вступительном испытании в аудиторию заходят первые 6 человек, выбирают билеты, сообщают номер билета экзаменатору, получают лист с печатью для подготовки к устному ответу и занимают место по выбору. Для подготовки к ответу по билету предлагается 20-25 минут.

Следующий этап – подготовка к ответу. Абитуриент записывает на листке свои мысли, структурирует будущий ответ. По готовности – садится перед комиссией и отвечает по вопросам билета. Ответ оцениваются в соответствии с принятыми критериями оценки, которые приведены ниже. Абитуриенту могут быть заданы дополнительные или наводящие вопросы.

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 поступающий 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 вопросы билета его ответ оценивается в «ноль» баллов.

Минимальное количество баллов, подтверждающее успешность прохождения вступительного испытания – 60 баллов.

4. СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ВСТУПИТЕЛЬНОМУ ИСПЫТАНИЮ

Теория и методика физической культуры

1. Васильков А.А. Теория и методика физического воспитания: учебник / А.А. Васильков. - Ростов н/Д.: Феникс, 2008. - 381 с.

1. Деминский А.Ц. Методические основы оздоровительной физической культуры: учеб. пособ. для инст. и фак. физической культуры и спорта / А.Ц. Деминский, Ж.К. Холодов, В. С. Кузнецов. - Донецк, 2001. - 68 с.

2. Деминский А.Ц. Основы теории физической культуры / А.Ц. Деминский. - Донецк, 1996. - 328 с.
3. Кобяков Ю. П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни: учеб. пособ. / Ю.П. Кобяков. - 2-е изд., доп. и перераб. - Ростов н/Д.: Феникс, 2014. - 62 с.
4. Круцевич Т.Ю. Рекреация в физической культуре разных групп населения: учеб. пособ. / Т.Ю. Круцевич, Г.В. Безверхняя. - К.: Олимп. лит-ра, 2010. - 248 с.
5. Теория и методика физического воспитания: в 2 - х томах. / Под ред. Т.Ю. Круцевич. - Киев: Олимп. лит-ра, 2003. – 391 с.
6. Туревский И.М. Самостоятельная работа студентов факультетов физической культуры по дисциплинам предметной подготовки: учеб. пособ. для студ. высш. учеб. заведений / И.М. Туревский, Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. - М.: «Академия», 2003. - 320 с.
7. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособ. для студ. высш. учеб. заведений. / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – 2-е изд., испр. и доп. - М.: «Академия», 2001. – 480 с.
8. Физическая культура: учеб. пособ. / Под общ. ред. Е.В. Конеевой. - Ростов н/Д.: Феникс, 2006. – 558 с.

Теория и методика спортивной тренировки

1. Васильков А.А. Теория и методика спорта: учебник / А.А. Васильков. – Ростов н/Д.: Феникс, 2008. – 379 с.
2. Деминский А.Ц. Оптимизация учебно-тренировочного процесса: учеб. - метод. пособ. / А.Ц. Деминский. - Херсон: Айлант, 2002. – 296 с.
3. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник / Л.П. Матвеев. – СПб: Лань, 2005. – 384 с.
4. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов: учебник / Л.П. Матвеев. - К.: Олимпийская литература, 1999. – 317 с.
5. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте: учебник / В.Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 1997. – 583 с.
6. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособ. / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. - М.: Академия, 2000. – 421 с.

Теория и методика гимнастики

1. Гимнастика: учеб / под ред. М.Л.Украна и А.М. Шлемина. – М.: ФиС, 1977.
2. Гимнастика / под ред. А.М. Шлемина, А.Т. Брыкина. – М.: ФиС, 1979.
3. Гимнастика: учеб. / под ред. А.Т. Брыкина, В.М. Смолевского. – М.: ФиС, 1985.
4. Гимнастика и методика преподавания / под ред. В.М. Смолевского. – М.: ФиС, 1987.

5. Гимнастика с методикой преподавания / под ред. И.Б. Павлова, В.М. Баршая. – М.: Просвещение, 1985.
6. Гимнастика с методикой преподавания / под ред. Н.К. Меньшикова. – М.: Просвещение, 1990.
7. Методика физического воспитания учащихся начальных классов / А.Ф. Борисенко, С.Ф. Цвек. – Киев.: Радянська школа, 1997.
8. Гимнастика и методика ее преподавания: уч-ник для ф-тов физ.культуры / под ред. Н.К. Меньшикова. – СПб.: Изд-во РГПУ им. Герцена, 1998.
9. Методика преподавания гимнастики в школе / П.К.Петров. – М.: Гуманит. изд. центр «Владос», 2000.
10. Гимнастика: учеб. для студ. высш. пед. учеб. Заведений / под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Меньшикова. – М.: Изд. центр «Академия», 2001.
11. Палыга В.Д. Гимнастика / В.Д. Палыга. – М.: «Просвещение», 1982.
12. Петров П.К. Методика преподавания гимнастики / П.К.Петров. – М.: Гуманит. изд. центр «ВЛАДОС», 2000.
13. Худолей О.Н. Основы методики преподавания гимнастики / О.Н.Худолей. – Харьков.: Консум, 1998.

Теория и методика лёгкой атлетики

1. Жилкин А. И. Легкая атлетика: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / А.И. Жилкин, В.С. Кузьмин, Е.В. Сидорчук. — М.: Академия, 2003. — 464 с.
2. Озолин Н.Г. Легкая атлетика: учеб. для ин-тов физ. культуры / Н.Г. Озолин, В.И. Воронкина, Ю.Н. Примакова. – М.: Альянс, 2017. – 671 с.

Теория и методика спортивных игр

1. Жуков М.Н. Подвижные игры / М.Н. Жуков. – М.: Академия, 2000. – 160 с.
2. Ивойлов А.В. Волейбол / А.В. Ивойлов – Минск: Высш.шк., 1985. – 262 с.
3. Козаков П.Н. Футбол / П.Н. Козаков. – М.: ФиС, 1978. – 256 с.
4. Нестеровский Д.И. Баскетбол / Д.И. Нестеровский. – М.: Академия, 2004. – 336 с.