



**Министерство науки и высшего образования
Российской Федерации**
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
**«Калужский государственный университет
им. К.Э. Циолковского»**

**ПРОГРАММА ВСТУПИТЕЛЬНЫХ ИСПЫТАНИЙ,
ПРОВОДИМЫХ УНИВЕРСИТЕТОМ САМОСТОЯТЕЛЬНО
при поступлении по программам магистратуры**

44.04.01 «Педагогическое образование»

Магистерская программа

«Образование в области физической культуры и спорта»

Пояснительная записка

Вступительный экзамен в магистратуру по направлению 44.04.01. Педагогическое образование профиль «Образование в области физической культуры и спорта» является одной из форм проверки профессиональной готовности будущего магистра к решению комплекса профессиональных педагогических и управленческих задач и носит комплексный характер.

Программа вступительного испытания в магистратуру по направлению 44.04.01. Педагогическое образование профиль «Образование в области физической культуры и спорта» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования.

Вступительные испытания – междисциплинарный экзамен - является формой проверки профессиональной готовности будущих магистрантов к выполнению своих профессиональных функций и решению комплекса педагогических, исследовательских, управленческих задач в сфере физической культуры. Вопросы вступительного экзамена соотнесены с требованиями основной образовательной программы высшего профессионального образования по направлению подготовки 44.04.01. Педагогическое образование профиль «Образование в области физической культуры и спорта».

Цель и задачи вступительных испытаний: Вступительные испытания проводятся с целью установления у поступающего наличия ключевых компетенций, необходимых для освоения магистерских программ по данному направлению подготовки.

Задачи:

- выявить и оценить профессиональный и общекультурный уровень абитуриента для поступления на направление подготовки 44.04.01. Педагогическое образование профиль «Образование в области физической культуры и спорта»;
- отобрать наиболее подготовленных, целеустремленных, самостоятельно мыслящих, увлекающихся научными исследованиями кандидатов.

Магистр по направлению 44.04.01. Педагогическое образование профиль «Образование в области физической культуры и спорта» подготовлен к деятельности, требующей углубленной фундаментальной и профессиональной подготовки по направлению и к решению профессиональных задач в соответствии с профильной направленностью ООП магистратуры и видами профессиональной деятельности:

педагогическая деятельность:

- изучение возможностей, потребностей и достижений, обучающихся в зависимости от уровня осваиваемой образовательной программы;
- организация процесса обучения и воспитания в сфере образования с использованием технологий, отражающих специфику предметной области и соответствующих возрастным и психофизическим особенностям обучающихся, в

том числе их особым образовательным потребностям;

- организация взаимодействия с коллегами, родителями, социальными партнерами, в том числе иностранными;
- осуществление профессионального самообразования и личностного роста;

научно-исследовательская деятельность:

- анализ, систематизация и обобщение результатов научных исследований в сфере науки и образования путем применения комплекса исследовательских методов при решении конкретных научно-исследовательских задач;
- проведение и анализ результатов научного исследования в сфере науки и области образования с использованием современных научных методов и технологий;

управленческая деятельность:

- изучение состояния и потенциала управляемой системы и ее макро- и микроокружения путем использования комплекса методов стратегического и оперативного анализа;
- исследование, организация и оценка реализации результатов управленческого процесса с использованием технологий менеджмента, соответствующих общим и специфическим закономерностям развития управляемой системы;
- использование имеющихся возможностей окружения управляемой системы и проектирование путей ее обогащения и развития для обеспечения качества управления.

Общие требования к теоретическому экзамену по направлению подготовки

44.04.01. Педагогическое образование

Программа магистратуры «Образование в области физической культуры и спорта»

Общие требования к уровню подготовки абитуриентов: запас знаний, умений и навыков в области философии, истории, культурологии, психологии, педагогики, социологии, экономики, политологии, права, иностранных языков, русского языка, культуры речи, а также в области математики, информатики, физики, химии, биологии, в области общепрофессиональных и специальных дисциплин.

Абитуриент, желающий поступить в магистратуру, должен:

- владеть понятийно-категориальным аппаратом теории и методики физической культуры как педагогической науки;
- владеть системой знаний о роли, функциях физической культуры в современном обществе;
- владеть современными образовательно-воспитательными технологиями, способами применения педагогической теории в различных сферах физической

культуры;

- уметь решать психолого-педагогические задачи в процессе физического воспитания различных категорий населения, конструировать различные формы психолого-педагогической деятельности, моделировать образовательные и педагогические ситуации, применять психолого-педагогические методики диагностики, прогнозирования и проектирования, накопления профессионального опыта.

ФОРМА ПРОВЕДЕНИЯ ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ И ЕГО ПРОЦЕДУРА

Вступительные испытания проводятся в письменной форме по вопросам, предполагающим подготовку развернутых ответов и тестирования, которые позволяют определить качество усвоения знаний и умений по проблемам образования в области физической культуры и спорта и выявить степень развития профессиональной мотивации к педагогической деятельности в сфере физической культуры и спорта.

Ответ абитуриента оценивается по 100 балльной шкале.

При проведении вступительного испытания применяются следующие оценочные средства:

- вопросы, направленные на выявление теоретических знаний;
- задания, направленные на выявление методических умений и умений применять знания при решении учебных задач;
- задания проблемного характера.

Оценка, полученная на письменном экзамене	«удовлетворительно»	«хорошо»	«отлично»
Баллы, начисляемые на полученную оценку	40-60	61-80	81-100

ОБЪЁМНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ ВСТУПИТЕЛЬНОГО ЭКЗАМЕНА на магистерскую программу «Образование в области физической культуры и спорта»

ПРАКТИКО-ОРИЕНТИРОВАННЫЙ И МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЙ МОДУЛЬ

1. Характеристика понятий: физическая культура, спорт, физическое воспитание, физическая рекреация, физическая реабилитация, физическое развитие, физическая подготовленность, физическое образование, физическая активность.

Определение и содержание понятий. Физическая культура как часть и явление общей культуры общества. Физическое воспитание как вид воспитания и педагогический процесс.

2. Социальные функции физической культуры. Основные направления в развитии спортивного движения.

Спорт как исторически сложившаяся специфическая человеческая деятельность. Спорт в структуре современного общества, спортивные объединения в мировой социально-политической системе.

Роль спорта в решении задач физического воспитания населения, в широком возрастном диапазоне, учащихся лиц, занятых трудовой деятельностью, находящихся на пенсии - в городе и на селе.

Функции современного спорта. Специфические функции (соревновательно-эталонная; эталонная функция; эвристически – достиженческая) и общие функции. Гуманистическая направленность функций спорта.

Типы спорта, сложившиеся в мире. Виды спорта. Отличительный их признак - предметная основа соревновательной деятельности (бег, плавание, игры и т. п.). Разнообразие видов спорта в мире, в нашей стране.

3. Средства физического воспитания и их классификация.

Физическое упражнение — как основное средство физического воспитания. Роль и значение гигиенических факторов, оздоровительных сил природы как специфических средств физического воспитания. Техника физических упражнений. Классификация физических упражнений: по признаку исторически сложившихся систем физического воспитания, анатомическому, преимущественной направленности, на воспитание отдельных физических качеств. биомеханической структуры движения. физиологических зон мощности, спортивной специализации.

4. Методы физического воспитания.

Метод физического воспитания как способ применения средств. Специфические и общепедагогические методы физического воспитания. Методы строго регламентированного упражнения в физическом воспитании: методы строго регламентированного упражнения, используемые при обучении двигательным действиям и при воспитании физических качеств. Игровой и соревновательный методы в физическом воспитании. Сюжетная организация деятельности как основа игрового метода.

Методы обучения двигательным действиям: целостно-конструктивного упражнения, расчленено-конструктивны, сопряженного воздействия, методы воспитания физических качеств, метод стандартного упражнения (стандартно-непрерывного упражнения, интервального упражнения). Метод переменного упражнения (переменно-интервального, переменного-непрерывного). Круговой метод. Соревновательный метод. Методы словесного и наглядного воздействия.

5. Специфические принципы физического воспитания.

Общее представление о принципах обучения. Классификация принципов обучения. Принципы: непрерывности процесса физического воспитания; системного чередования нагрузок и отдыха; постепенного наращивания развивающе-тренирующих воздействий, адаптированного сбалансирования динамики нагрузок; циклического построения занятий; возрастной адекватности направлений физического воспитания.

6. Основы методики обучения двигательным действиям.

Двигательное умение и двигательный навык — основа обучения двигательным действиям. Основы формирования двигательного навыка. Этапы начального, углубленного разучивания, закрепления и совершенствования как элементы структуры обучения двигательным действиям. Возникновение ошибок и их коррекция на различных этапах обучения двигательному действию. Законы формирования двигательного навыка.

7. Сила и основы методики воспитания силы.

Общая характеристика силы. Абсолютная и относительная сила. Формы проявления, способы оценки, средства и методы воспитания силы. Силовые способности. Физиологические механизмы развития силовых способностей (непредельные отягощения, предельные отягощения). Метод максимальных усилий; непредельных усилий, динамических усилий; «ударный» метод, статических усилий; статодинамический; круговой, игровой. Контрольные (тесты) упражнения.

8. Скоростные способности и основы методики их воспитания.

Общая характеристика быстроты. Формы проявления, способы оценки, средства и методы воспитания быстроты. Физиологические механизмы проявления быстроты. Методы строго регламентированного упражнения; соревновательный, игровой. Воспитание быстроты простой двигательной реакции; сложной двигательной реакции. Контрольные (тесты) упражнения.

9. Выносливость и основы методики воспитания выносливости.

Общая характеристика выносливости. Виды выносливости. Формы проявления, способы оценки, средства и методы воспитания выносливости. Физиологические механизмы проявления выносливости. Метод слитного упражнения с нагрузкой, умеренной и переменной интенсивности. Метод повторного интервального упражнения. Метод круговой тренировки, игровой и соревновательные методы.

10. Гибкость и основы методики воспитания гибкости.

Общая характеристика гибкости. Формы проявления, способы оценки, средства и методы воспитания гибкости. Физиологические механизмы проявления гибкости. Повторный метод, соревновательный метод, Методика развития гибкости.

11. Координационные способности и основы их воспитания.

Общая характеристика координационных способностей. Формы проявления, способы оценки, средства и методы воспитания. Выбор методов воспитания. Физиологические механизмы развития координационных

способностей. Методы: стандартно-повторного упражнения, вариативного упражнения, игровой, соревновательный.

12. Урок. Классификация уроков физической культуры. Содержание и структура урока.

Урок — как основная форма организации учебной работы. Нетрадиционные уроки. Основные характеристики урока: продолжительность, состав учащихся; дидактическая структура, цели и задачи обучения и развития, закономерности и принципы учебного процесса. Разновидности школьных уроков физической культуры: по целевой направленности (ОФП, СФП, спортивно-тренировочные), по решению оздоровительных задач (ЛФК, реабилитационные, профилактические, компенсаторные), по этапности учебного процесса (вводные, базовые, изучения нового материала, совершенствования, закрепления, контрольные), по содержанию учебного материала (комплексные, однопредметные, разнородные). Деятельность учителя и деятельность учащихся как основа содержания урока физической культуры. Фазы работоспособности и трехчастная (подготовительная, основная и заключительная части) структура урока. Гигиенические требования к уроку.

13. Физическое воспитание детей школьного возраста.

Значение и задачи физического воспитания школьников. Периодизация школьного возраста, значение учета возрастных периодов для повышения эффективности физического воспитания. Возрастные особенности физического развития и физической подготовленности детей школьного возраста.

Физическое воспитание детей младшего, среднего, старшего школьного возраста. Задачи, средства, особенности методики.

Физическое воспитание детей с ослабленным здоровьем. Задачи содержания, особенности методики в зависимости от уровня физического развития и характера заболевания. Учет физического развития, состояния здоровья и реакции организма на дозированную физическую нагрузку при определении медицинской группы. Характеристика основной, подготовительной и специальной медицинских групп. Особенности структуры урока, средств, методов при занятии с детьми специальной медицинской группы.

14. Формы организации физического воспитания школьников.

Методика организации основных видов деятельности школьников. Фронтальный, групповой, круговой и индивидуальный методы организации деятельности учащихся на уроке. Особенности их применения со школьниками различного возраста. Поочередный, поточный, одновременный способы выполнения физических упражнений.

15. Педагогический анализ и педагогическое наблюдение на уроке физической культуры. Методика определения физической нагрузки и плотности урока. Оценка физической подготовленности школьников.

Структура педагогического анализа урока. Виды педагогических наблюдений. Оценка урока по результатам педагогического анализа. Методика проведения тестов по оценке уровня физической подготовленности школьников, содержащихся в школьной программе.

16. Физиологическая характеристика тренировки, тренированности,

спортивной формы. Эффекты тренировки.

Физиологическое обоснование особенностей спортивной тренировки: задачи, содержание, принципы. Показатели тренированности в состоянии относительного покоя при стандартной и предельной нагрузке. Принципы спортивной тренировки. «Спортивная форма»: приобретение, поддержание и временная утрата. Факторы, определяющие степень тренированности. Этапы спортивной тренировки. Физиологический механизм перенапряжения и перетренированности. Особенности спортивной тренировки детей школьного возраста. Физиологическое обоснование средств и методов развития тренированности. Влияние факторов внешней среды на состояние тренированности: перепады температуры, атмосферного давления, смена часовых поясов. Физиологические механизмы акклиматизации.

17. Физиологическая характеристика видов мышечной деятельности.

Разнообразие мышечной деятельности. Классификация физических упражнений и их физиологическая характеристика. Физиологическое обоснование поз человека. Особенности статической и динамической нагрузки. Стереотипные (стандартные) ситуационные (нестандартные) группы мышечных движений. Их место в школьной программе по физическому воспитанию. Особенности циклических движений и их влияние на организм детей и подростков. Зоны мощности (интенсивности), их физиологическая характеристика. Ациклические движения. Их значение и роль в физическом воспитании школьников и в спортивной тренировке.

18. Физиологическая характеристика функционального состояния организма при мышечной деятельности.

Физиологическая природа эмоционального состояния спортсмена. Предстартовое состояние. Разминка, ее особенности в зависимости от вида спорта, возраста и подготовленности спортсмена. Физиологический механизм вработывания. Состояние устойчивой работоспособности. Истинное и «кажущееся» устойчивое состояние. Понятия «мертвая точка» и «второе дыхание». Физиологические механизмы их возникновения и преодоления.

19. Физиологическая характеристика урока физической культуры.

Физиологическое обоснование структуры урока. Значение различных видов разминки. Фазы работоспособности: вработывание, устойчивое состояние, снижение физической активности. Физиологический анализ интенсивности нагрузки в различных частях урока. Управление физической нагрузкой по показателям дыхательной и сердечно-сосудистой систем. «Физиологическая кривая» урока. Физиологический анализ средств восстановления, представленных в школьной программе по физической культуре. Особенности урока в младших, средних и старших классах.

20. Утомление и восстановление.

Внешние проявления мышечного утомления. Причины утомления. Особенности утомления при различных видах мышечной деятельности. Чувство усталости. Особенности развития утомления у детей школьного возраста. Переутомление. Способы его предупреждения. Восстановительные процессы во время работы и после нее. Фазы восстановления (быстрое

восстановление, замедленное восстановление, суперкомпенсация, длительное восстановление). Общие закономерности восстановления после мышечной деятельности: неравномерность, гетерохронность, фазность, избирательность, конструктивный характер. Восстановление энергетических запасов в организме. Средства повышения эффективности процессов восстановления и отдыха после физических нагрузок.

20. Гигиенические требования к режиму дня и питанию школьников.

Суточный режим и его физиологические основы. Понятие об оптимальном режиме как гигиенической основе физического воспитания.

21. Спортивный травматизм и его профилактика.

Классификация спортивных травм, их характеристика и меры первой помощи. Классификация причин спортивного травматизма: организационные недостатки, нарушения методики проведения занятий, дисциплинарные нарушения, игнорирование санитарно-гигиенических норм и требований; невыполнение врачебных рекомендаций. Меры профилактики спортивного травматизма.

22. Основы построения оздоровительной тренировки.

Оздоровительная тренировка как повышение функционального состояния организма и физической подготовленности. Отличия оздоровительной тренировки от спортивной. Нижняя и верхняя границы пульса. Характеристика направленно-оздоровительных физкультурно-спортивных занятий: по характеру решаемых задач (развивающие, активизирующие, восстановительные); по контингенту (массовые, групповые, индивидуальные (самостоятельные)); по условиям проведения (в закрытом помещении, на открытом воздухе).

Характеристика средств специально-оздоровительной направленности: физические упражнения; средства закаливания; оздоровительный массаж; гигиенические факторы; психологические средства воздействия. Дозирование физических нагрузок, закаливания и массажа, сочетание средств.

Способы регламентации нагрузок с оздоровительной направленностью. Физкультурно-оздоровительные методики.

23. Педагогический и врачебный контроль в системе оздоровительной физической культуры

Специфические особенности видов контроля в оздоровительной физической культуре.

Оперативный и текущий контроль: педагогический - по оценке составлению величин внешней (количество выполненной работы, мощность) и внутренней (переносимость) нагрузок; врачебный - по степени функциональных реакций при нагрузке, выявление скрытой патологии.

Этапный контроль: педагогический - по динамике показателей физического развития и физической подготовленности, по сопоставлению этих показателей с нормами; врачебный - по динамике показателей здоровья и функционального состояния.

24. Физиологические пробы определения уровня здоровья.

Пробы для определения работоспособности сердечно-сосудистой системы, дыхательной системы, опорно-двигательного аппарата. Самоконтроль.

25. Физиологическая характеристика физических качеств и сенситивные периоды их развития.

Общая характеристика двигательных-координационных качеств, их классификация. Физиологическая характеристика мышечной силы. Ее разновидности. Режимы силовой работы (уступающий, преодолевающий, изометрический и др.) Факторы, обуславливающие ее проявление и развитие. Характеристика упражнений, представленных в школьной программе по физической культуре. Быстрота (скорость) движений. Ее физиологические механизмы, факторы и условия развития быстроты. Понятие «скоростной барьер». Выносливость, ее виды. Физиологические механизмы совершенствования общих и специальных видов выносливости. Ловкость, точность, гибкость, равновесие — как двигательные-координационные качества. Разновидности и проявления. Факторы, обуславливающие их развитие и совершенствование. Критерии оценки. Сенситивные периоды развития. Физиологическая характеристика физических упражнений для развития двигательных-координационных качеств, представленных.

26. Физиологическое обоснование спортивной ориентации и отбора детей и подростков.

Спортивная ориентация и отбор для занятий различными видами физических упражнений. Учет наследственности. Сенситивные периоды в процессе физического воспитания и спортивной тренировки, их учет. Соответствие тренировочных и соревновательных нагрузок функциональным возможностям организма. Физиологическое обоснование и учет возраста при выборе конкретного вида спорта.

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ МОДУЛЬ

27. Социально-педагогическое значение, цель и задачи использования физической культуры в школьном возрасте.

Значение физической культуры в создании фундамента для всестороннего физического развития, укрепления здоровья, формирования разнообразных двигательных умений и навыков. Цель физической культуры. Оздоровительные, образовательные, воспитательные задачи.

28. Процесс воспитания в современной школе.

Особенности воспитательного процесса. Системы и структуры воспитательного процесса. Общие закономерности процесса воспитания. Содержание процесса воспитания.

29. Воспитание ребенка в семье. Проблемы взаимодействия школы и семьи в современных условиях.

Семейное воспитание — как процесс воздействия на детей со стороны родителей и других членов семьи. Единство социального, семейного и школьного воспитания. Семья как среда обитания и воспитательная среда. Кризис семьи. Воспитание гражданина, патриота, будущего семьянина, законопослушного члена общества. Причины неудовлетворительного воспитания детей в семье. Детская беспризорность.

30. Принципы воспитания.

Принципы воспитательного процесса как общие исходные положения, в которых выражены основные требования к содержанию, методам, организации воспитательного процесса. Общественная направленность воспитания. Связь воспитания с жизнью, трудом. Опора на положительное в воспитании. Гуманизация воспитания. Личностный подход. Единство воспитательных воздействий.

31. Основные характеристики памяти и особенности её проявления на уроках физической культуры.

Память как сложный психический процесс, состоящий из нескольких частных процессов, связанных друг с другом. Память как запечатление, сохранение, последующее узнавание и воспроизведение следов прошлого опыта. Классификация основных видов памяти. Двигательная, эмоциональная, образная, словесно-логическая, произвольная, произвольная, долговременная, кратковременная, оперативная. Двигательная (моторная) память как запоминание, сохранение и воспроизведение различных движений. Особенности проявления памяти на уроках физической культуры.

32. Характеристика и особенности восприятия. Организация эффективного восприятия на уроках физической культуры.

Понятие о восприятии. Восприятие как целостное отражение предметов, ситуаций, явлений, возникающих при непосредственном воздействии физических раздражителей на рецепторные поверхности органов чувств. Основные свойства восприятия. Предметность. Целостность. Константность. Структурность. Осмысленность. Апперцепция. Активность. Особенности восприятия. Организация эффективного восприятия на уроках физической культуры.

33. Основные операции мышления, психологические методы их изучения, роль каждой из них в учебном процессе.

Мышление как высший познавательный психический процесс. Мышление как процесс в порождении нового знания на основе творческого отражения и преобразования человеком действительности. Характеристики и признаки мышления. Формы мышления: понятие, суждение, умозаключение. Мыслительные операции: анализ, синтез, сравнение, абстрагирование, обобщение, конкретизация. Роль мышления в учебном процессе.

34. Основы развития внимания и способы поддержания его устойчивости на уроках физической культуры.

Внимание как психологический феномен. Внимание как направленность и сосредоточенность психической деятельности на чем-либо определенном. Виды внимания: произвольное, произвольное, произвольное. Свойства внимания: устойчивость, переключаемость, отвлекаемость, объем, концентрация, распределение. Два основных этапа развития внимания. Этап дошкольного развития внимания. Этап школьного развития внимания. Развитие внимания и способы, и способы его поддержания на уроках физической культуры.

35. Мотивы и мотивация учебно-физкультурной и спортивной

деятельности

Мотив как побуждения к деятельности, связанные с удовлетворением потребности субъекта. Мотивация как система факторов, детерминирующая поведение; как характеристика процесса, стимулирующего и поддерживающего поведенческую активность на определенном уровне. Мотивация физкультурной и спортивной деятельности.

36. Особенности физического воспитания как педагогического процесса.

Физическое воспитание как вид воспитания, специфика которого заключается в обучении движениям и воспитании физических качеств человека. Физическое образование. Воспитание физических качеств. Особенности физического воспитания.

37. Методика формирования знаний на уроках физической культуры.

Знания как компонент физического образования. Содержание общего физкультурного образования. Система знаний. Уровни усвоения и качества знаний. Особенности методики формирования знаний у детей различного школьного возраста. Система оценки знаний.

38. Особенности деятельности учителя физической культуры.

Деятельность учителя физической культуры. Способности и умения учителя физической культуры, стиль деятельности учителя физической культуры, психологические особенности личности тренера.

39. Содержания образования в современной школе.

Содержание образования как одно из основных средств и факторов развития личности. Содержание образования как совокупность систематизированных знаний, умений и навыков, взглядов и убеждений; уровень развития познавательных сил и практической подготовки, достигнутый в результате учебно-воспитательной работы. Содержания образования в современной школе. Общее и специальное образование.

40. Двигательная активность и психическое развитие человека.

Понятие двигательной активности. Психическое развитие. Взаимосвязь психического, психомоторного и физического развития, условия, источники и движущие силы психического развития, ведущая деятельность, основные новообразования.

41. Стили педагогического общения.

Педагогическое общение как многоплановый процесс организации, установления и развития коммуникации, взаимопонимания и взаимодействия между педагогами и учащимися, порождаемый целями и содержанием их совместной деятельности. Авторитарный стиль, попустительский стиль, демократический стиль другие стили общения.

42. Межличностные отношения и особенности общения в спорте.

Социально-психологические особенности спортивной группы, психологические основы общения в спорте. Успешность спортивной деятельности и общение.

43. Особенности научного исследования в области физической культуры и спорта. Проблематика научно-методической деятельности.

Понятия: актуальность темы, цель исследования, научная гипотеза, методы исследования, организация исследования.

Методы сбора информации. Изучение литературных источников. Педагогические наблюдения: классификация, способы, виды регистрации. Контрольные испытания: виды, методика, способы оценки. Педагогические эксперименты, их классификация. Хронометрирование. Математико-статистические методы.

Основные области и направления исследований в системе физического воспитания и спорта. Практическое использование результатов исследования, их методическая интерпретация.

44. Характеристика программно-нормативных документов по физической культуре.

Федеральный закон "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" № 329-ФЗ от 4 декабря 2007 года. ФЦП «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2006-2015 годы». Стратегия развития физической культуры и спорта на период до 2020 года. ФЦП «Молодежь России» на 2011-2015. РЦП «Развитие физической культуры и спорта в Калужской области на 2011-2015 годы». ВЦП «Развитие системы дополнительного образования в области физической культуры, спорта и туризма 2012-2014 г.г. «Развитие системы физкультурных и спортивных мероприятий и спорта высших достижений в Калужской области» 2011-2013 г.г. ФГОС общего образования. Федеральные стандарты спортивной подготовки.

Программы физического воспитания общеобразовательной школы как документы, способствующие установлению единого физкультурно-оздоровительного режима школы, содействующего нравственному воспитанию, трудовой и профессиональной подготовке учащихся.

Программы по физическому воспитанию учащихся образовательных учреждений; учебный план; инструкция по технике безопасности; инструктивно-методические письма: «О преподавании физической культуры в общеобразовательных учреждениях» «Система физкультурного образования в школе (учебная работа; физкультурно-оздоровительная работа, внеклассная»; «О введении третьего дополнительного часа физической культуры в общеобразовательных учреждениях» Повышение роли физической культуры и спорта. Введение 3-го часа за счет регионального компонента. БУП - содействует сохранению и укреплению физического и психического здоровья. «О занятиях по физической культуре в зимний период». Замена лыжной подготовки – катание на санках, кроссовая подготовка, спортивные игры, марш-броски, занятия на коньках.

Общий план работы по физическому воспитанию в общеобразовательной школе. Годовой план-график прохождения учебного процесса Тематический план. План-конспект урока по физической культуре.

45. Основные элементы и структура педагогической системы предмета «Физическая культура». Функции педагогической системы предмета «Физическая культура».

Система физического воспитания как совокупность взаимосвязи

элементов, ориентированных на обеспечение физического совершенствования и укрепления ресурсов здоровья всех слоев населения, формирования здорового образа жизни. Связь физического воспитания с образованием и воспитанием.

Структура системы физического воспитания, ее составные части. Подсистемы: цель, задачи (образовательные, воспитательные, оздоровительные); основы (идеологические, научные, методические, программные, нормативные, управленческие); принципы (гармоничного развития личности, связи с трудовой и военной практикой, оздоровительной направленности); направления (общая физическая подготовка, профессиональная физическая подготовка, спортивная подготовка, реабилитационно-лечебная физкультура); организационные формы (дошкольные учреждения; учебные заведения; внешкольные учреждения; спортивные клубы и объединения на предприятиях, в учреждениях, по месту жительства; спортивные сооружения; структурные подразделения подготовки спортсменов высших разрядов и спортивных резервов; структуры (на условиях оплаты); подготовка и повышение квалификации кадров (профессиональное ориентирование в школе, отбор абитуриентов, подготовка в высших и средних физкультурных учебных заведениях; после окончания учебного заведения); материально-техническое обеспечение (закрытые и плоскостные сооружения), современное оснащение различных видов физкультурно-спортивных занятий; методические комплексы - программы, учебники, учебные пособия для обучающихся и обучаемых, научное оборудование.

46. Комплекс ГТО как система непрерывного физического воспитания населения

История возникновения и научно-методическое обоснование комплекса ГТО. Современное состояние комплекса ГТО. Структура и содержание Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

Рекомендованная литература:

основная:

1. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – 3-е изд., стер. -М.: изд. центр «Академия», 2008. –480 с.
2. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. –4-е изд., стер. -М.: изд. центр «Академия», 2007. – 144 с.
3. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты. 4-е изд., исп. и доп. –СПб.: Изд-во «Лань», 2005. – 384 с.
4. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. Введение в теорию. -М.,2003.

5. Педагогика физической культуры. Учеб. пособ. Под ред. Б.А. Ашмарина. - С. Пб., 1999.
6. Теория и методика физической культуры: Учебник. / Под ред. Ю.Ф. Курамшина. -М.: Советский спорт, 2008. –464 с.

дополнительная:

1. Биохимия мышечной деятельности: учеб. для студентов вузов физ. воспитания и спорта / Волков Н.И., Несен Э.Н., Осипенко А.А., Корсун С.Н. - Киев: Олимп. лит. 2000. - 503 с.
2. Бекасова С.Н. Творчество в физической культуре и спорте: Учебно-метод. пособие / Под ред. Прохоровой М.В.; СПб ГАФК им.П.Ф. Лесгафта. – СПб., 2003.–168 с.
3. Войнар Ю. Подготовка физкультурных кадров. Традиции, реалии, перспективы: Монография. –СПб.: РГПУ им. А.И. Герцена, 2000. –228 с.
4. Войнар Ю., Бойченко С., Барташ В. Теория спорта -методология программирования: Монография. – Минск, 2001. –320 с.
5. Коренберг В.Б. Основы спортивной кинезиологии: учеб. пособ. / В.Б. Коренберг. – М.: Советский спорт, 2005. -232 с.
6. Краткий курс лекций по спортивной медицине – учебно-методическое пособие под редакцией А.В. Смоленского, 2004г.
7. Переверзин И.И. Менеджмент спортивной организации: Учебное пособие. –3-е изд., перераб. и доп. – М.: «Физкультура и спорт»,2006.
8. Основы и методика физической культуры. Под ред. А.Т. Гужаловского. - М.: ФиС,1991.
10. Пономарев Г.Н. Высшее профессиональное образование в области физической культуры: состояние, предпосылки и направления обновления: Монография. СПб.: Изд-во РГПУ им А.И. Герцена,2003. –262 с.
11. Психомоторная организация человека: Учебник для вузов / Е.П. Ильин. СПб. : Питер, 2003. – 384 с.
12. Родионов А.В. Психология физического воспитания и спорта: Учебник для вузов. – М.: Академический Проект; Фонд «Мир», 2004. –(«Caudeamus»).
13. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации». 2008 год.
14. Физиология человека: Учебник для вузов физической культуры и факультетов физического воспитания педагогических вузов / Под общ. ред. В.И. Тхоревского, М.: Физкультура, образование и наука, 2001, 492с. Часть II . Физиология спорта.
15. Физическая культура студента: Учебник / Под ред. В.И. Ильинича. –М.: Гардарики, 2002. 448 с.
16. Хуббиев Ш.З. Концепция экономизации физкультурной деятельности оздоровительной направленности: Учебно-методическое пособие. –СПб.: ООО «Книжный Дом», 2007. –304 с.

17. Якимович В.С. Культура в мире спорта: монография / В.С. Якимович. –М. : Советский спорт, 2006. –164 с.

интернет-источники:

1. Библиотека Гумер - <http://www.gumer.info>
2. Гуманитарная электронная библиотека -<http://www.lib.ua.ru.net>
3. Интернет библиотека электронных книг Elibrus - <http://elibrus.lgb.Ru>
4. Каталог образовательных интернет-ресурсов - <http://www.edu.ru>
5. Библиотека портала-<http://www.edu.ru/>
6. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU - <http://elibrary.ru>
7. Научная онлайн-библиотека Порталус - <http://www.portalus.ru>
8. Служба Twirps.com- <http://www.twirpx.com>
9. Федеральный портал Российское образование - <http://www.edu.ru>
10. Электронная библиотека учебников. Учебники по педагогике - <http://studentam.net>

Образец вступительного испытания

Задание с выбором нескольких ответов из нескольких предложенных

1. **В практике физического воспитания применяются следующие методы организации деятельности занимающихся на уроке:**
 - 1) Переменный метод;
 - 2) Групповой метод;
 - 3) Непрерывный метод;
 - 4) Фронтальный метод.
2. **В физической культуре в зависимости от сроков действия различают следующие виды планирования:**
 - 1) Ежедневное, еженедельное;
 - 2) Текущее, оперативное;
 - 3) Предварительное;
 - 4) Перспективное.
3. **Обучение и совершенствование двигательных действий или их элементов разучивают, как правило;**
 - 1) В подготовительной части занятия после выполнения подводящих упражнений;
 - 2) В начале основной части занятия;
 - 3) В середине основной части занятия;
 - 4) В конце основной части занятия после выполнения упражнений на расслабление.
4. **По особенностям организации занимающихся и способам руководства ими занятия физическими упражнениями подразделяются на две группы:**
 - 1) Урочные;
 - 2) Обязательные и добровольные;
 - 3) Физкультурно-оздоровительные;
 - 4) Неурочные.

5. При разработке рабочего плана необходимо придерживаться следующих методических рекомендаций:

- 1) Учитывать структурную сложность упражнений и готовить обучаемых к их овладению;
- 2) Знания планировать с учетом прохождения конкретного практического материала на занятиях;
- 3) Строить учебный процесс, используя в максимальной степени эффект положительного переноса умений, навыков и исключая отрицательный перенос
- 4) Отводить время на сообщение учащимся знаний по физической культуре.

6. Исходя из задач управления подготовкой спортсмена различают разновидности комплексного контроля:

- 1) Текущий;
- 2) Оперативный;
- 3) Психологический;
- 4) Спортивно-медицинский.

7. Факторы внешней среды не позволяющие показывать высокие результаты:

- 1) Качество спортивного инвентаря;
- 2) Специальная физическая подготовленность;
- 3) Поведение зрителей;
- 4) Объективность судейства.

8. Критериями технического мастерства спортсмена являются:

- 1) Тактические действия;
- 2) Разносторонность техники и эффективность;
- 3) Объем техники;
- 4) Тактическое мастерство.

9. К документам перспективного планирования относятся:

- 1) Методические материалы;
- 2) Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта;
- 3) Зачетные требования;
- 4) Многолетний (перспективный) план подготовки спортсменов.

10. Обучение двигательному действию следует начинать:

- 1) С создания у занимающихся общего представления о двигательном действии;
- 2) Непосредственного разучивания техники двигательного действия по частям, начиная с его основного звена;
- 3) Способа его выполнения;
- 4) Разучивания общеподготовительных упражнений.

Задания открытого типа на установление последовательности

- 1. Для повышения двигательной активности учащихся младших классов в режиме учебного дня проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия в определенной последовательности:**
 - 1) Игры и физические упражнения на удлиненных переменах;
 - 2) Спортивный час;
 - 3) Физкультминутки на уроках;
 - 4) Утренняя гимнастика до учебных занятий.

- 2. При составлении содержания урока физической культуры необходимо учитывать методическую последовательность:**
 - 1) Определить критерии оценки деятельности учащихся на уроке;
 - 2) Определить средства и методы решения каждой из задач урока;
 - 3) Разработать методы организации деятельности занимающихся при решении каждой из задач;
 - 4) Уточнить необходимый инвентарь для урока.

- 3. Укажите последовательность разработки основных документов планирования учебного предмета «Физическая культура»:**
 - 1) Тематический план на четверть;
 - 2) Годовой план-график учебного процесс;
 - 3) План-конспект урока;
 - 4) Рабочая программа;

- 4. В основной части урока физической культуры вначале:**
 - 1) Закрепляются и совершенствуются усвоенные ранее двигательные умения и навыки;
 - 2) Разучиваются новые двигательные действия или их элементы;
 - 3) Выполняются упражнения, требующие проявления выносливости;
 - 4) Выполняются упражнения, требующие проявления силы;

- 5. Отличительной особенностью занятий физическими упражнениями в начальной школе является акцент на решение:**
 - 1) Оздоровительных задач;
 - 2) Воспитательных задач;
 - 3) Образовательных задач;
 - 4) Задач по формированию телосложения и регулирования массы тела средствами физического воспитания.

- 6. Спортивный отбор начинается в детском возрасте и завершается в сборных командах страны для участия в Олимпийских игра (этапы отбора):**
 - 1) Проводится просмотр в целях их ориентации на занятия тем или иным видом спорта;
 - 2) Проводится обследование соревновательной деятельности спортсменов с экспертной оценкой и с последующим их тестированием;
 - 3) Проводятся просмотрные учебно-тренировочные сборы;
 - 4) Выявляются одаренные в спортивном отношении дети.

- 7. Многолетний процесс спортивной подготовки может быть представлен в виде последовательно чередующихся больших стадий, включающих этапы многолетней подготовки:**
 - 1) Максимальной реализации индивидуальных возможностей (углубленной специализации,

- спортивного совершенствования, высших достижений);
- 2) Спортивного долголетия (сохранение достижений);
- 3) Базовой подготовки (начальной специализации);
- 4) Поддержание тренированности.

8.Процесс многолетней подготовки спортсменов подразделяется на этапы:

- 1) Углубленной специализации в избранном виде спорта;
- 2) Начальная спортивная специализация;
- 3) Высшее спортивное мастерство;
- 4) Совершенствование спортивного мастерства.

9. Программа спортивной подготовки, реализуемая организацией в соответствии с требованиями федеральных стандартов спортивной подготовки имеет структуру:

- 1) Методическая часть;
- 2) Нормативная часть;
- 3) Пояснительная записка;
- 4) Система контроля и зачетные требования.

10.Тренировочные планы независимо от их типа (командные и индивидуальные годовые и оперативные должны включать в себя:

- 1) Показатели, характеризующие тренировочные и соревновательные нагрузки и состояние спортсменов;
- 2) Данные на кого рассчитан план;
- 3) Целевые установки;
- 4) Тренировочные и воспитательно-методические указания, сроки соревнований, тестирование, медицинское обследование.

Задания открытого типа на установление соответствия

1. Соответствие терминов и их определений (основы спортивной тренировки)

Номер ответа (определения)	Термин (понятие)	Определение
	Спортивно-техническая подготовка	1.Система психолого – педагогических воздействий. Применяемых в целях формирования и совершенствования у спортсменов свойств личности.
	Спортивно-тактическая подготовка	2.Степень освоения спортсменом системы движений, соответствующей особенностям данной спортивной дисциплины, направленной на достижение высоких спортивных результатов.
	Физическая подготовка	3. Педагогический процесс, направленный на овладение рациональными формами ведения спортивной борьбы в процессе специфической соревновательной деятельности.
	Психическая	4.Процесс, направленный на воспитание

	подготовка	физических качеств и развитие функциональных возможностей, создающих благоприятные условия для совершенствования всех сторон подготовки.
--	------------	--

2. Соответствие терминов и их определений (средства физического воспитания)

Номер ответа (определение)	Термин (понятия)	Определение
	Подготовительная фаза	1. Движения, с помощью которых решается главная задача действия
	Основная фаза	2. Завершает действие
	Заключительная фаза	3. Создает наиболее благоприятные условия выполнения главной задачи действия

3. Соответствие терминов и их определений (обучение двигательным действиям)

Номер ответа (определение)	Термин (понятия)	Определение
	Обучение	1. Педагогическая деятельность учителя по организации и управлению учебной деятельностью занимающимися.
	Учение	2. Целенаправленный, систематический и организованный процесс формирования и развития у социальных субъектов качеств, необходимых им для выполнения каких-либо функций.
	Преподавание	3. Деятельность обучаемого по овладению знаниями, умениями и навыками.

4. Соответствие терминов и их определений (методы обеспечения наглядности)

Номер ответа (определения)	Термин (понятие)	Определение
	Метод непосредственной наглядности	1. Создает дополнительные возможности для восприятия занимающимися двигательных действий с помощью предметного изображения.

	Метод опосредованной наглядности	2.Предназначен для создания у занимающихся правильного представления о технике выполнения двигательного действия.
	Методы направленного прочувствования двигательного действия	3.Предназначены для получения преподавателем и занимающимися с помощью различных технических устройств
	Методы срочной информации	4.Направлены на организацию восприятия сигналов от работающих мышц, связок или отдельных частей тела.

5. Соответствие терминов и их определений (обучение двигательным действиям)

Номер ответа (определения)	Термин (понятие)	Определение
	Ближайший (срочный) эффект упражнений	1. Отражение воздействия упражнения, остающиеся после его выполнения и изменяющиеся в зависимости от динамики обусловленных им восстановительных процессов в организме
	Следовой эффект упражнений	2. Суммарный эффект, представляющий собой производное от воздействия совокупности всех выполненных за продолжительный период упражнений и динамики реагирования организма на их воздействие
	Кумулятивный эффект упражнений	3.Отражение физических процессов, происходящих в организме непосредственно при выполнении физических упражнений, и того функционального состояния, которое возникает в конце упражнения в результате его выполнения.