

Департамент образования города Москвы
Государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования города Москвы
«Московский городской педагогический университет»

ПРОГРАММА ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ ДЛЯ ПОСТУПАЮЩИХ В
МАГИСТРАТУРУ

Направление подготовки
49.04.01
Физическая культура

Программа подготовки
«Комплексное научное сопровождение сборных команд»

Разработчик программы вступительного испытания:

1. Страдзе А.Э. доктор социологических наук, директор института естествознания и спортивных технологий ГАОУ ВО МГПУ
2. Ваваев А.В. доцент кафедры биологии и физиологии человека института естествознания и спортивных технологий ГАОУ ВО МГПУ
3. Скотникова А.В. доцент кафедры адапталоги и спортивной подготовки института естествознания и спортивных технологий ГАОУ ВО МГПУ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа вступительного испытания выполнена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по программам бакалавриата.

Экзамен проводится в **устной** форме.

Экзаменационный билет содержит **2 вопроса**.

Для подготовки ответа на билет отводится **45 минут**. Продолжительность устного ответа – **20 минут**.

Во время ответа члены комиссии могут задавать дополнительные и уточняющие вопросы.

Результаты вступительного испытания объявляются на официальном сайте и на информационном стенде **не позднее второго рабочего дня после проведения вступительного испытания**.

Вступительные испытания проводятся **на русском языке**.

Поступающий допускается к сдаче вступительного испытания на основании поданного заявления, экзаменационных ведомостей, экзаменационного листа при наличии у него паспорта или иного документа, удостоверяющего его личность.

При опоздании к началу вступительного испытания поступающий может быть допущен к испытанию, причем время на выполнение задания ему не увеличивается, о чем его предупреждает экзаменатор.

Лица, не явившиеся на вступительные испытания по уважительной причине (болезнь или иные обстоятельства, подтвержденные документально), допускаются к ним в параллельных группах на следующем этапе сдачи этих испытаний или в резервный день.

Во время проведения вступительных испытаний их участникам и лицам, привлекаемым к их проведению, запрещается иметь при себе и использовать средства связи (мобильные телефоны, планшеты и т.п.).

При несоблюдении поступающим порядка проведения вступительных испытаний, экзаменационные комиссии, проводящие вступительное испытание, вправе удалить

поступающего с места проведения вступительного испытания с составлением акта об удалении. В случае удаления поступающего со вступительного испытания Университет возвращает поступающему принятые документы и не допускает до участия в конкурсе.

В случае отсутствия поступающих на вступительных испытаниях, проводимых устной форме, в течение 45 минут, экзаменационная комиссия вправе признать экзамен не состоявшимся.

Поступающий однократно сдает каждое вступительное испытание. Пересдача вступительного испытания не допускается. Допускается пересчет результатов вступительных испытаний, проводимых Университетом самостоятельно, при подаче заявления на иные формы обучения и (или) программы в случае совпадения перечня вступительных испытаний. Результаты вступительных испытаний, проводимых Университетом самостоятельно, действительны в год поступления.

При проведении вступительных испытаний Университет обеспечивает спокойную и доброжелательную обстановку, предоставляет возможность поступающим наиболее полно проявить уровень своих знаний и умений.

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ

Максимальная оценка за экзамен – 200 баллов.

Итоговый балл суммируется из баллов, полученных по первому и второму вопросу.

Максимальный балл по каждому вопросу – 100 баллов.

Критерии оценки одного экзаменационного вопроса:

90-100 баллов:

1. Дан полный, развернутый ответ на поставленный в билете вопрос.

Представлена вся полнота знаний об объекте, свободное оперирование понятиями, умение выделить существенные и несущественные признаки объекта, причинно-следственные связи. Знание материала далеко за рамками обязательного курса.

2. Ответ отличается четкая логика

3. Обоснована и аргументирована собственная позиция

4. В своем ответе абитуриент приводит примеры из практики

5. Показано отличное знание научной литературы

80-89 баллов:

1. Дан полный, развернутый ответ на поставленный в билете вопрос.

Представлена вся полнота знаний об объекте, свободное оперирование понятиями, умение выделить существенные и несущественные признаки объекта, причинно-следственные связи. Однако, при ответе были допущены незначительные погрешности, не искажающие смысла излагаемого материала, исправленные абитуриентом самостоятельно в процессе ответа

2. Ответ отличается логичность изложения

3. Обоснована собственная позиция по отдельным проблемам

4. Недостаточное подтверждение теории примерами из практики

5. Показано знание основной научной литературы

70-79 баллов:

1. Дан достаточно полный ответ на поставленный в билете вопрос.

Представлены основными знания об объекте, умение выделить существенные и

несущественные признаки объекта, причинно-следственные связи. Могут быть допущены недочеты или незначительные ошибки, исправленные абитуриентом с помощью преподавателя.

2. Присутствуют незначительные нарушения в логике
3. Обоснована собственная позиция по отдельным проблемам
4. В ответе отсутствуют примеры из практики
5. Отмечаются незначительные пробелы в знаниях основной научной

литературы

60-69 баллов:

1. Ответ дан в целом правильно, однако не полно. Могут быть допущены незначительные ошибки, исправленные преподавателем. Показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в оперировании базовыми понятиями.

2. Присутствуют нарушения в логике
3. Обоснована собственная позиция по отдельным проблемам
4. В ответе отсутствуют примеры из практики
5. Отмечается слабое знание основной научной литературы

50-59 баллов:

1. Ответ дан не полный. Путаница в базовой терминологии.
2. Логика и последовательность изложения имеют существенные нарушения
3. Слабая аргументация
4. В ответе отсутствуют примеры из практики
5. Значительные пробелы в знаниях основной научной литературы

49 баллов и ниже:

1. Дан не полный ответ, представляющий собой разрозненные знания по теме вопроса с существенными ошибками.

2. Нелогичность изложения
3. Слабая аргументация, отсутствует доказательность изложения
4. В ответе отсутствуют примеры из практики

5. Отмечается полное незнание основной научной литературы

Уточняющие и дополнительные вопросы могут задаваться на усмотрение членов экзаменационной комиссии.

Абитуриент, набравший по итогам экзамена ниже установленного Университетом минимального балла, считается не сдавшим вступительное испытание и выбывает из участия в конкурсе.

ПРОГРАММА ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ

«Теоретико-методические основы физической культуры и спорта»

1. Физическая культура и спорт. Понятия, термины, основные положения.

Структура и предмет теории физической культуры, основные понятия теории физической культуры и спорта; социальные функции и функциональные связи физической культуры, основные компоненты и формы физической культуры, закономерности развития физической культуры в современных условиях преобразования общества; принципы, средства и методы эффективного обучения и воспитания в физической культуре и спорте. Особенности использования физической культуры в различных направлениях системы физического воспитания; теоретические и методические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств; теоретические и методические основы спортивной тренировки

Технология составления комплексов общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для освоения элементов и формирования простых целостных двигательных действий.

Педагогические технологии продуктивного, дифференцированного, развивающего обучения, реализации компетентностного подхода.

Основы законодательства в сфере физической культуры и спорта (правила избранных видов спорта, нормы, требования и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по избранным видам спорта. Этические нормы в области спорта.

2. Теоретико-методические основы многолетней подготовки

Содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на этапах многолетней подготовки; медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в группах на различных этапах многолетней подготовки по виду спорта; методика преподавания; режимы тренировочной работы; предельные тренировочные нагрузки; объем

индивидуальной спортивной подготовки; методы планирования тренировочного процесса; современные методы тренировочной работы. Технология совершенствования индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий, владение в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями.

3. Контроль в системе подготовки спортсменов

Содержание контроля, на современном этапе. Контроль за спортивными результатами. Контроль за тренировочными нагрузками. Контроль за уровнем подготовленности спортсмена, диагностика уровня специальной физической и технико-тактической подготовленности. Контроль за психологическим состоянием и поведением на соревнованиях. Контроль за состоянием здоровья и функциональным состоянием. Формирование комплексной оценки состояния подготовленности спортсмена. Методы корректировки индивидуальных планов спортсменов (команды). Методики массового и индивидуального отбора в избранном виде спорта.

4. Теоретико-прикладные аспекты смежных дисциплин

Возрастная и специальная педагогика и психология; физиология и гигиена;. Физиологические нормы двигательной активности в зависимости от пола, возраста, уровня физического развития и медицинских характеристик здоровья; возможные последствия неадекватных физических нагрузок. Основы педагогики и психологии. Возрастная периодизация развития человека, закономерности развития физических и психических качеств; кризисы, обусловленные физическим и психическим созреванием человека; сенситивные периоды развития, их взаимоотношение. Методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта с занимающимися разного возраста, их родителями (законными представителями), коллегами по работе.

ПРИМЕРНЫЕ ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ВОПРОСЫ *

1. Основные понятия ТМФВиС, их характеристика и содержательное наполнение (физическая культура, физическое воспитание, спорт, физическое развитие, физическая подготовка).
2. Характеристика базовых форм организации физической культуры в современном обществе, их цель, задачи и содержательное наполнение.
3. Физические упражнения как основное средство физического воспитания. Общая характеристика и современные классификации.
4. Техничко-тактическая подготовка в процессе спортивной тренировки, ее цель и задачи, взаимосвязь с физической подготовкой.
5. Общие и специальные средства спортивной тренировки, Примерная классификация в современной теории физической культуры.
6. Общие методы обучения двигательным действиям, их характеристика и классификация.
7. Специальные методы обучения двигательным действиям, их характеристика и классификация.
8. Характеристика специфических методов развития физических качеств.
9. Принцип сознательности и активности как базовая основа процесса обучения двигательным действиям, характеристика основных правил и требований.
10. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты физической нагрузки, характеристика основных интервалов отдыха и их влияние на динамику физической работоспособности.
11. Принцип доступности и индивидуализации. Характеристика основных правил и требований в процессе обучения двигательных действий и развития физической культуры.
12. Характеристика общепедагогических методов обучения, их функциональная направленность и предметная взаимосвязь.
13. Структурные основы процесса обучения двигательным действиям. Цель, задачи и результативность методики на каждом этапе обучения.

14. Принцип взаимосвязи общей и специальной подготовки спортивной тренировки. Характеристика основных правил и требований.

15. Сила как физическое качество. Виды и разновидности физических способностей его характеризующие (собственно-силовые, скоростно-силовые и силовая выносливость), основные методические подходы по их целенаправленному развитию (средства, методы и формы организации).

16. Быстрота как физическое качество. Виды и разновидности скоростных способностей (скорость реакции, скорость движения, скоростная выносливость), методические подходы целенаправленного развития быстроты движений (средства, методы и формы организации).

17. Выносливость как физическое качество, виды и разновидность выносливости (аэробная, анаэробная, аэробно-анаэробная выносливость), методические подходы целенаправленного развития выносливости (средства, методы и формы организации).

18. Координационные способности и их классификация, методические подходы по целенаправленному их развитию (средства, методы и формы организации).

19. Гибкость как физическое качество. Методика развития гибкости в зависимости от возраста и пола.

20. Этапность обучения двигательным действиям, цель и задачи каждого из этапов. Понятие двигательного навыка и двигательного умения, как результат обучения.

21. Понятие «спортивная форма» и характеристика основных фаз ее развития в периоды тренировки.

22. Классификация видов спорта.

23. Спортивная тренировка как многолетний педагогический процесс, характеристика основных стадий (этапов) спортивной тренировки.

24. Характеристика системы спортивной подготовки.

25. Система спортивных соревнований.

26. Средства и методы спортивной тренировки.

27. Тренировочные и соревновательные нагрузки.
28. Принципы спортивной тренировки.
29. Физическая, техническая, тактическая, психологическая подготовка.
30. Спортивная тренировка в экстремальных условиях.
31. Построение тренировки в микро, мезо и макроциклах подготовки.
32. Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки.
33. Педагогический контроль.
34. Система восстановления.
35. Высшие психические функций, их развитие и проявление в спортивной деятельности.
36. Этапы периодизации развития человека.
37. Педагогика как наука, её основные категории.
38. Воспитание как целенаправленный процесс формирования личности (цели и задачи воспитания на современном этапе).
39. Содержание воспитания в современном образовательном учреждении (формы, методы и средства воспитания).
40. Педагогический процесс: характеристика и содержательное наполнение основных его компонентов (структура, субъекты, закономерности, принципы и функции педагогического процесса).
41. Этапы взаимодействия педагога и обучаемого в целостном процессе обучения.
42. Коллектив как среда воспитания личности (закономерности и динамика развития коллектива). А.С. Макаренко о коллективе.
43. Методы исследования взаимоотношений в коллективе.
44. Педагогические технологии в современном образовании: классификация, характеристики и интерактивные технологии организации процесса обучения.
45. Технологии контроля уровня подготовленности спортсменов высокой квалификации.

** - вопросы являются примерными и могут отличаться от вопросов, указанных в экзаменационных билетах*

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Основная литература

1. Абрамова Т.Ф. Многолетние сдвиги групповых значений телосложения спортсменов высокой квалификации / Учебное пособие. – М.: СпецЛит, 2015. – 37 с.
2. Баландин В.И., Блудов Ю.М., Плахтиенко В.А. и др. Прогнозирование в спорте - М.: Физкультура и спорт, 2006. - с.134.
3. Бешелев С.Д., Гурвич Ф.Г. Математико-статистические методы экспертных оценок. – М.: Статистика, 2014. – 161 с.
4. Васильков, А. А. Теория и методика спорта: учебник / А. А. Васильков. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2014. – 379 с.
5. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса. - М.: Физкультура и спорт, 1985. – 175 с.
6. Германов, Г.Н. Двигательные способности и навыки: разделы теории физической культуры: учебное пособие для студентов-бакалавров и магистров высших учебных заведений по направлениям подготовки 49.03.01, 49.04.01 «Физическая культура» и 44.03.01, 44.04.01 «Педагогическое образование» / Г.Н. Германов. – Воронеж: Элист, 2017. – 302 с. – ISBN 978-5-87172-082-0
7. Годик М.А. Комплексный контроль в спортивных играх / М.А. Годик, А.П. Скородумова. - М.: Советский спорт, 2010. - 336 с.
8. Губа В. Резервные возможности спортсменов / В. Губа, Н. Чесноков. – М.: Физическая культура, 2008. – 152 с.
9. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры: учебное пособие для академического бакалавриата / Г. Н. Германов. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2017. – 224 с. – (Бакалавр и магистр. Модуль.). –ISBN 978-5-534-04492-8.
10. Ефремов, О.Ю. Педагогика : учеб. пособие / О.Ю. Ефимов. – СПб.: Питер, 2010.

11. Максименко, А. М. Теория и методика физической культуры : учеб. для вузов физ. Культуры / А. М. Максименко. – 2-е изд. – М. : Физическая культура, 2009. – 496 с.
12. Мартиросов Э.Г. Методы исследования в спортивной антропологии. – М.: Физкультура и спорт, 1982. – 175 с.
13. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – Киев: Олимпийская литература, 1997. – с.18.
14. Полиевский С.А. Стимуляция двигательной активности / С.А. Полиевский. – М.: Физическая культура, 2016. – 256 с.
15. Психология спорта высших достижений. Под ред. А.В. Родионова. - М.: ФиС, 2016. - 413 с.
16. Радчич, И.Ю. Научно-методическое и медико-биологическое обеспечение подготовки высококвалифицированных спортсменов. Унифицированные критерии комплексного контроля. Инновационные технологии / И.Ю. Радчич. – 2-е изд. - М.: Спорт Медиа Групп, 2011. - 364 с.
17. Спортивная метрология. Под ред. В.В. Афанасьева. Учебник 2-е изд. - М.: Юрайт, 2017. - 247 с.
18. Солодков А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: учебник. – 7-е издание / А.С. Солодков, Е.Б. Сологуб. – М. : Спорт, 2017. – 620 с.
19. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению подгот. "Пед. образование" / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. - 13-е изд., испр. и доп. - М.: Academia, 2016. - 495 с.: ил.
20. Федоров А.И. Комплексный контроль в спорте: теоретико-методические, технические и информационные аспекты. / А.И. Федоров. – Челябинск, 2014. – 131 с.

Дополнительная литература

1. Бомин В.А. Тренировочный процесс с использованием телеметрической системы контроля / В.А. Бомин, Г.Я. Галимов, В.Ю. Лебединский // Проблемы физического воспитания и спортивной работы в системе образования: Материалы VI

Всероссийской научно-методической конференции (26-27 января, г. Иркутск). – Иркутск: ВСИ МВД РФ, 2016. – С. 161-163.

2. Интегральные основы спортивной подготовки. – М.: LAP Lambert Academic Publishing, 2012. – 364 с.

3. Дышко Б.А. Инновационные технологии тестирования прыжковой подготовленности спортсменов: автоматизированный динамометрический комплекс. Научно-практическая конференция «Инновационные технологии в подготовке спортсменов». М.: 2017. С.36-38

4. Дышко Б.А., Кочергин А.Б. Инновационная технология тренировки кардиореспираторной выносливости спортсменов. Научно-практическая конференция «Инновационные технологии в подготовке спортсменов». М.: 2017. С. 38-39

5. Ковалева А.В., Квитчастый А.В., Бочавер К.А., Касаткин В.Н. Физиологические методы диагностики состояния и повышения результативности в спорте / Научно-практическая конференция «Инновационные технологии в подготовке спортсменов». М.: 2017. С. 48-49

6. Казиков И.Б. Современная система подготовки российских спортсменов к участию в Играх Олимпиад. - М.: Физкультура и спорт, 2004. - 232 с.

7. Левушкин С.П., Сандин А.А., Сорокин С.А. Использование компьютерных технологий для оценки и коррекции подготовленности / В сборнике: Актуальные проблемы и современные технологии: материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. - М.: ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», 2013. – С. 85-87

8. Макарова Г.А. Спортивная медицина : Учебник / Г.А. Макарова. — М.: Советский спорт, 2003. — 480 с.

9. Соколов А.В. Теория и практика диагностики функциональных резервов организма. – ГЭОТАР-Медиа, 2015. – 176 с.

10. Алексеев В.М., Анохина Е.С. Пик-тесты. Тестирование физической работоспособности в спортзале, на футбольном поле (CD). – Советский спорт, 2015.

11. Губа В.П. Тестирование и контроль футболистов. – Спорт, 2016. – 220с.

Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети Интернет

1. Интернет-ресурсы Единое окно доступа к образовательным ресурсам [Электронный ресурс]. – URL: <http://window.edu.ru>
2. eLIBRARY.RU [Электронный ресурс]: научная электронная библиотека. – URL: <http://www.elibrary.ru>
3. Znanium.com [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. URL: <http://znanium.com>
4. Cstsk.ru [Электронный ресурс]: сайт Центр спортивных технологий Москомспорта. URL: <http://cstsk.ru/funktsionalnoe-testirovanie>
5. i1.ru [Электронный ресурс]: сайт Инновационный Центр олимпийского комитета России. URL: <https://i1.ru/services>
6. Minsport.gov.ru [Электронный ресурс]: сайт Министерство спорта Российской Федерации. URL: <https://www.minsport.gov.ru/sport/podgotovka/82/28344/>
7. КиберЛенинка [Электронный ресурс]: научная электронная библиотека. – URL: <https://cyberleninka.ru>
8. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. URL: <http://lib.sportedu.ru>