

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

«Интегральный подход к подготовке спортсменов в спорте высших достижений»

Москва

2017

**Разработчики программы вступительного испытания:**

1. В.С. Беляев, доктор биологических наук, профессор, заведующий кафедрой теории и методики спортивных дисциплин.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

Вступительное испытание проводится в **устной** форме.

Экзаменационный билет содержит **2 вопроса**.

Продолжительность экзамена составляет **1 час (60 минут)** – до 40 минут на подготовку и до 20 минут на ответ.

Во время ответа на усмотрение комиссии могут быть заданы дополнительные и уточняющие вопросы.

Поступающий допускается к сдаче вступительного испытания на основании поданного заявления о приеме, 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 прошедшие вступительное испытание по уважительной причине (болезнь или иные обстоятельства, подтвержденные документально), допускаются к сдаче вступительного испытания в другой группе. Дополнительный день сдачи вступительного испытания может устанавливаться Университетом самостоятельно по мере формирования групп.

Во время проведения вступительных испытаний их участникам и лицам, привлекаемым к их проведению, запрещается иметь при себе и использовать средства связи.

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.

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

Поступающий однократно сдает каждое вступительное испытание. Передача вступительного испытания не допускается. Допускается перезачет 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**

Результаты вступительного испытания по программам магистратуры оцениваются по двухсот балльной (200) шкале.

Каждый вопрос экзаменационного билета оценивается максимально в 100 баллов. Итоговая оценка за вступительный экзамен определяется на основании суммирования баллов, набранных абитуриентом по каждому из двух вопросов.

### **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

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

# ПРОГРАММА ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ

## *1. Дисциплина «Теория и методика спортивной тренировки»*

Цель и задачи теории и методики спортивной тренировки, ее место в учебном процессе. Раскрывается содержание дисциплины как учебного предмета.

Концепция непрерывного образования, введение государственных образовательных стандартов профессионального и общего образования выдвигают актуальную проблему объединения усилий вузов, общеобразовательных учреждений и специалистов по совершенствованию содержания физкультурного образования, совершенствованию учебно-воспитательного процесса на предметной основе физического воспитания и спорта.

Понятие интеграция (объединение частей в целое; включение новой части; взаимное приспособление) широко используется во многих областях. Интегральный подход направлен на то, чтобы все составляющие учебно-воспитательного процесса нашли отражение в содержании и должном уровне профессиональной готовности магистранта–выпускника, умении реализовывать в профессиональной деятельности эффекты преподавания и учения в условиях производственной, педагогической практики.

Понятие интеграция широко используется в различных областях – в экономике, образовании, науке. Суть этого понятия: лат. *integrotio* - восстановление, восполнения; *integer* – целый; это объединение в целое каких-либо частей, элементов; процесс взаимного приспособления, интегрировать – производить интеграцию, объединять части в целое, а также включать новый элемент и существующую систему. Система представляет собой комплекс взаимосвязанных элементов, ориентированных на достижение поставленной цели. Интеграция и системность могут эффективно применяться в физическом воспитании и спорте, физкультурном образовании.

Исходную позицию для проявления двигательной активности составляют нервно-мышечный аппарат, двигательный акт. Созданные на этой основе движения, объединенные для решения двигательной задачи, образуют двигательное действие. Уже здесь проявляется явление интеграции. Комплексы различных двигательных действий образуют двигательную деятельность для решения различной сложности задач в повседневной жизни, профессиональной деятельности, спорте, военном деле.

Более высокий уровень здесь будет система двигательных навыков, объединенных для решения конкретных задач: в обязательных уроках (академических занятий) в образовательных учреждениях, в системе подготовки спортсменов и других областях.

Процесс обучения двигательным действиям и развития физических качеств представляет собой систему, в которой составными частями (подсистемами) являются предмет обучения (двигательные действия, знания, качества); обучающий (учитель, преподаватель, тренер); обучаемый (учащийся, студент, спортсмен); совместная интегрированная деятельность обучающего и обучаемых, как субъектов обучения по освоению обучаемыми предмета обучения. От интеграции и системности зависит во многом успешность учебного процесса на этапах структуры обучения.

Термин «спортивная подготовка» используется для характеристики сложно организованного процесса с широким диапазоном видов деятельности, предусматривающим использование разнообразных факторов, средств и методов, которые позволяют оказать эффективную помощь отдельному спортсмену или группе спортсменов для их совершенствования в избранном виде спорта и обеспечить наилучшую готовность к росту достижений. При этом должны обеспечиваться необходимая двигательная нагрузка и оптимальное восстановление.

Основными, наиболее важными, компонентами (подсистемами) системы спортивной подготовки являются: *система соревнований, система тренировки и система факторов, повышающих эффективность их функционирования*. Последние дополняют тренировку и соревнования через сопутствующие воздействия, режимы и условия, в которых проводятся тренировка и соревнования, помогая оптимизировать динамику состояний спортсмена в целом. Каждый компонент имеет свое назначение и одновременно подчинен общим закономерностям устройства, функционирования и развития всей системы, способствуя решению ее основных задач и усиливая действие других компонентов. Причем следует отметить, что степень их влияния на общую систему подготовки на разных этапах существенно меняется.

В специальной научно-методической литературе авторы дают разные определения этому достаточно сложному процессу. Обобщение и осмысление их позволяют определить систему спортивной подготовки как длительный, многокомпонентный процесс, представляющий собой упорядоченную совокупность специфических тренировочных и соревновательных средств, целесообразную их

организацию в сочетании с внешними факторами и условиями, взаимосвязанное использование которых на этапах многолетней подготовки, дополняя и усиливая друг друга, обеспечивает наилучшую готовность спортсмена к достижениям.

Важнейшим компонентом системы спортивной подготовки является система соревнований. Система спортивных соревнований является главным системообразующим фактором, наиболее существенно влияющим на все остальные элементы спорта и спортивной подготовки. Она объединяет в определенную систему разнообразные соревнования, отличающиеся частными функциями (конкретной ролью в удовлетворении тех или иных потребностей в сфере спорта) и своими формами (способами организации, построения, ведения), делает оправданным использование соревнований того или иного типа, определяя их соотношение и последовательность в типичных условиях спортивной подготовки.

Опираясь на мнения большинства специалистов, характеризуют *соревновательную деятельность, как специальную сферу, в которой осуществляется деятельность спортсмена, позволяющую объективно сравнивать определенные его способности, обеспечивать их максимальное проявление и максимально специализированными средствами повышать уровень подготовленности занимающихся.*

Это определение можно считать правомерным. Однако, по мнению Л.П. Матвеев (1999), при характеристике соревновательной деятельности целесообразно различать понятия «спортивное соревнование» и «спортивное состязание». С одной стороны, оба они характеризуют процесс конкурентного сопоставления спортивно-достиженческих возможностей спортсменов (команд), организованный в форме регламентированного соперничества, упорядоченной борьбы за первенство либо за иной доступный спортивный результат. С другой стороны, в них закладывается несколько отличный смысл.

Под *спортивным состязанием* подразумевается *собственно соревновательная деятельность спортсменов, то есть конкурентное сопоставление реальных спортивно-достиженческих возможностей спортсменов или команд.*

Термин «спортивное соревнование» связывается с более широким понятием, которое охватывает:

– собственно соревновательную деятельность спортсмена;

– «соучастие» в состязании заинтересованных лиц (спортивных арбитров, тренеров, зрителей и т.д.);

– формы организации соревновательной деятельности, регламент взаимоотношений участников и «соучастников» состязания как целостного события спортивной жизни. Все это свидетельствует, что спортивное соревнование охватывает не только собственно соревновательную деятельность спортсменов, но и многое сопряженное с ней.

*Таким образом, спортивное соревнование – это многостороннее явление спортивной жизни, в сфере которой осуществляется деятельность спортсмена, позволяющая объективно сравнивать определенные его способности и обеспечивать их максимальное проявление, а также обусловленные ими отношения непосредственных участников и «соучастников», поведение которых организуется в сложившихся для определенных видов спорта формах (Л.П. Матвеев, 1999).*

С учетом спортивной и экономической целесообразности, имеющихся условий проведения, сложившихся традиций, специфических особенностей соревновательной деятельности и других, объективно действующих факторов, в каждом виде спорта образуются собственные системы соревнований, которые, как правило, имеют преемственность в возрастном плане, а также на мировом, континентальном, национальном, региональном и местном уровнях.

Система соревнований складывается в виде календаря соревнований, определяющего их ранг, сроки и место проведения. Календарь соревнований для отечественных атлетов включает в себя международные, всероссийские, ведомственные, региональные и местные состязания.

Все соревнования должны проводиться строго в соответствии с правилами и иметь четко оговоренный регламент проведения: «Положение о соревнованиях». В разных видах спорта имеется своя система оценки итогов соревновательной деятельности. В «Положении о соревнованиях» обязательно определяется система зачета.

*Функции системы спортивных соревнований в современном спорте исключительно широки и многообразны.*

Система соревнований:

– является важнейшим универсальным механизмом управления совершенствованием мастерства спортсменов;

– во многом определяет содержание, направленность и структуру тренировочного процесса;

– используется в качестве одного из важнейших средств специализированной тренировки;

– выступает в качестве необходимого инструмента контроля;

– позволяет сопоставлять и оперативно координировать различные системы подготовки атлетов;

– активно воздействует на формирование мотивационного механизма в спорте;

– оказывает определяющее воздействие на дальнейшее развитие вида спорта;

– способствует развитию гласности и популярности спорта.

Интегральный подход в определении содержания, технологий, критериев эффективности физкультурного образования.

## ПРИМЕРНЫЕ ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ЗАДАНИЯ

1. Раскройте цель и задачи дисциплины «Основы интегральной теории спортивной деятельности».
2. Раскройте смысл основополагающих понятий, терминов интегральной теории спортивной деятельности.
3. Дайте интерпретацию научной «Теории деятельности».
4. Раскройте смысл научной «Теории функциональных систем».
5. Дайте интерпретацию сущности системного подхода как общенаучного направления исследования спортивной деятельности.
6. Дайте интерпретацию сущности интегрального подхода.
7. Назовите основные факторы интегральной теории деятельности.
8. Назовите основополагающие принципы интегральной теории деятельности.
9. Дайте характеристику сенситивных периодов двигательных качеств в связи с эволюционным развитием человека.
10. Раскройте смысл интегрального подхода к управлению деятельностью в видах спорта (по выбору).
11. Раскройте смысл интегрального подхода к сочетанию средств и методов ациклических видов спорта.
12. Раскройте смысл интегральной оценки физического потенциала у спортсмена в деятельности (по выбору).
13. Раскройте интегративный характер спортивной деятельности.
14. Раскройте интегративный характер системы управления процессом спортивной тренировки.
15. Раскройте интегративный характер процесса многолетней подготовки спортсмена в видах спорта (по выбору).
16. Дайте общую характеристику спортивной тренировки с позиции интегрального подхода.
17. Охарактеризуйте предмет спортивной деятельности, психомоторные и психофизиологические особенности спортсменов видов спорта (по выбору).
18. Дайте интерпретацию классификации физических упражнений в видах спорта.

19. Раскройте смысл понятий терминов физическая подготовка, физическая подготовленность, физический потенциал, двигательный потенциал.
20. Дайте интерпретацию структуры интегральной физической подготовки спортсмена вида спорта (по выбору).
21. Раскройте интегративный характер педагогического контроля физической подготовленности спортсменов в видах спорта.
22. Раскройте интегративный характер системы процесса обучения.
23. Раскройте интегративный характер спортивного отбора (селекции) в видах спорта (по выбору).
24. Дайте общую характеристику видов спорта на примере спортивных видов гимнастики, видов единоборств, тяжелой атлетики (по выбору).
25. С позиций интегративного подхода покажите основные модальные пары двигательных представлений спортсмена вида спорта (по выбору).
26. Раскройте интегративный характер двигательного потенциала.
27. Раскройте интегративный характер физического качества сила.
28. Раскройте интегративный характер физического качества быстрота.
29. Раскройте интегративный характер физического качества ловкости (КД).
30. Раскройте интегративный характер физического качества выносливости.
31. Раскройте интегративный характер физического качества гибкость.

## СПИСОК РЕКОМЕНДОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

### *1. Дисциплина «Теория и методика спортивной тренировки»*

1. «На пути к теории и методологии спортивной тренировки» Профессор Ю.В. Верхошанский, теория и практика физической культуры 1998, номер 2, с. 21-42.
2. Горизонты научной теории и методологии спортивной тренировки, Доктор педагогических наук, профессор Ю.В. Верхошанский, «Теория и методика физической культуры», номер 7, 1998
3. «О проблемах физиологического образования в физкультурных вузах», С. Е. Павлов (МНПЦСМ, Москва), Т. Н. Кузнецова (РГАФК, Москва), 15-17 апреля, 2002 год, страница 84-91
4. Курмашин Ю.В. «Теория и методика физической культуры»
5. Ж.К. Холодов, В.С, Кузнецов «Теория и методика физического воспитания и спорта», 2010
6. Жилкин А.И. «Легкая атлетика», 2009