Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Демидова Любовь Анисимовна
Должность: Ректор
Дата подписания: 31.10.2023 12:30:30
Уникальный программный ключ:
7c6a78e99e65a809d33562a77f5845a0b13fe7981acb97ec7df1e493c4e8ff1a

УТВЕРЖДАЮ
Ректор МГЭУ
Л.А. Демидова
«30» октября 2023 г.

Программа дополнительного вступительного испытания профессиональной направленности для поступающих на обучение по программам специалитета по дисциплине «Физическая культура»

Москва 2023

Авторы-составители:

Д.В. Королев, заведующий кафедрой физического воспитания

Программа рассмотрена и одобрена на заседании Ученого Совета АНО ВО МГЭУ
(протокол от «30» октября 2023 г. №3)

Дополнительное вступительное испытание профессиональной направленности по дисциплине «Физическая культура» проводится в формах:
- письменного тестирования - для лиц: имеющих право на прием по результатам вступительных испытаний проводимых МГЭУ самостоятельно;
- экзамена с использованием тест - нормативов – для лиц, имеющих право на прием по результатам единого государственного экзамена.

ИСПЫТАНИЕ ПО «ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ» В ФОРМЕ ПИСЬМЕННОГО ТЕСТИРОВАНИЯ.

1.1 ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ИСПЫТАНИЯ В ФОРМЕ ПИСЬМЕННОГО ТЕСТИРОВАНИЯ

Цель дополнительного вступительного испытания профессиональной направленности – определить уровень знаний абитуриента по дисциплине «Физическая культура» курса средней (полной) общеобразовательной школы.

Задачи:

– выявление абитуриентов, имеющих соответствующий уровень теоретической подготовки по дисциплине «Физическая культура»;

– отбор абитуриентов, способных успешно обучаться по программам высшего профессионального образования.

1.2 ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

Абитуриент должен знать:

– о понятии «физическая культура» как о виде социальной деятельности, направленной на совершенствование психофизической природы человека, ее роли и значении в развитии физических и духовных качеств человека;

– о функциональной направленности физических упражнений, их образовательном и воспитательном значении, характере и особенностях воздействия на физическую на человека;

– о роли и значении регулярных занятий физической культурой и спортом для приобретения физической привлекательности, психической устойчивости, повышения работоспособности, профилактики вредных привычек, поддержания репродуктивных функций человека;

– о положительном влиянии занятий физическими упражнениями с различной направленностью на формирование здорового образа жизни, формах организации занятий, способах контроля и оценки их эффективности;

– об основах истории физической культуры, этапах ее развития в России, о вкладе российских спортсменов в развитие международного олимпийского движения.

Абитуриент должен уметь:

– использовать приемы саморегулирования психофизического состояния организма, самоанализа и самооценки в процессе регулярных занятий физкультурно-спортивной деятельностью;

– использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни;

– осуществлять контроль функционального состояния организма, разрабатывать системы индивидуальных занятий в режиме учебного дня, недели, месяца;

– взаимодействовать в коллективных формах занятий физической культурой, управлять своими эмоциями, уважать партнеров и соперников в процессе организации и проведения соревновательной деятельности.

1.3 СОДЕРЖАНИЕ ИСПЫТАНИЯ

I. Основные понятия

Физическая культура, спорт, физическое воспитание, физическое развитие, физическая подготовка, двигательная действие, двигательное умение, двигательный навык.

II. Медико-биологические основы физической культуры

Организм человека, его строение. Системы, органы, их функции в покое и при выполнении физических упражнений. Защитные свойства организма и их профилактика средствами физической культуры. Дозирование нагрузок, реабилитация и рекреация. Анатомо-морфологическое строение и основные физиологические функции организма, обеспечивающие двигательную активность. Физическое развитие человека. Роль отдельных систем организма в обеспечении физического развития, функциональных и двигательных возможностей организма человека.

III. Основы здорового образа жизни

Здоровье, здоровье физическое и психическое. Здоровый образ жизни. Основы гигиены. Трудоспособность. Основы техники безопасности и профилактика травматизма при организации и проведении занятий по физическому воспитанию.

IV. Физическая подготовка и ее базовые основы

Физические способности, их характеристика и основы воспитания. Связь физических качеств с психическими процессами и функциональными возможностями организма. Подготовка. Средства физической культуры и спорта.

V. Врачебный контроль, педагогический контроль и самоконтроль

Врачебный контроль, диагностика состояния здоровья, критерии физического развития, группы здоровья. Признаки утомления на занятиях от полученных нагрузок.

VI. Профессионально-прикладная физическая культура

Характеристика основных направлений физической культуры в современном обществе. Производственная физическая культура. Методика подбора физических упражнений в целях борьбы с утомлением. Профилактика профессиональных заболеваний. Производственная гимнастика.

VII. История физической культуры и основы олимпийского образования

Олимпийские игры в древности. Возрождение современных Олимпийских игр. Роль Пьера де Кубертена в развитии современного олимпийского движения. Современные Олимпийские игры, их символика и ритуалы. Виды спорта в программах летних и зимних Олимпийских игр. Выдающиеся отечественные спортсмены-олимпийцы, их участие в развитии олимпийского движения в нашей стране и в мире. Международный олимпийский комитет (МОК) и международное олимпийское движение.

1.4 Рекомендуемая литература

Основная

1. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник. / Под ред. В.Я. Кикотя, И.С. Барчукова. - М.: ЮНИТИ, 2016.
2. Физическая культура, 10-11 класс, Лях В.И., Зданевич А.А., - М., 2012
3. Общая физическая подготовка, Знать и уметь, Гришина Ю.И., 2014
4. Тесты по физической культуре для 1 курсов ССУЗ. – Астана, 2016

Дополнительная

1. Тестовые задания по физкультуре для 9-11классов. Тема: Исторические основы физической культуры. - 2016
2. Бадышева Б.В. Тестирование о уровне знаний по физкультуре. 10-11 класс. - 2015
3. Твой олимпийский учебник, Родиченко В.С., 2010
4. Лях В.И., Зданевич А.А. Физическая культура 10-11 класс. М.: Просвещение, 2013