

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Демидова Любовь Анисимовна

Должность: Ректор

Дата подписания: 31.10.2023 23:31:08

Уникальный программный ключ:

7c6a78e99e65a809d33562a77f5845a0b13fe7981acb97ec7df1e493c4e8ff1a

АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
МОСКОВСКИЙ ГУМАНИТАРНО-ЭКОНОМИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ

Программа дополнительного вступительного ис-
пытания профессиональной направленности
по дисциплине «Физическая культура»

Страница 1 из 3



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»

	АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ МОСКОВСКИЙ ГУМАНИТАРНО-ЭКОНОМИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ	Программа дополнительного вступительного испытания профессиональной направленности по дисциплине «Физическая культура» Страница 2 из 3
--	---	---

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.

	АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ МОСКОВСКИЙ ГУМАНИТАРНО-ЭКОНОМИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ	Программа дополнительного вступительного испытания профессиональной направленности по дисциплине «Физическая культура» Страница 3 из 3
--	---	---

1.3 СОДЕРЖАНИЕ ИСПЫТАНИЯ

I. Основные понятия

Физическая культура, спорт, физическое воспитание, физическое развитие, физическая подготовка, двигательная деятельность, 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 9-11 классов. 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