

Утверждаю:

Заместитель председателя приемной
комиссии, первый проректор

 И.Н. Даниленко

« 19 » января 2024 г.



**ПРОГРАММА ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ
ТВОРЧЕСКОЙ И (ИЛИ) ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ: ТЕОРИЯ»**

(наименование вступительного испытания)

**направление подготовки
49.00.00 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ**

для поступающих на обучение по образовательным программам высшего
образования - программам бакалавриата, программам специалитета

Программа составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования.

Программа вступительного испытания утверждена на заседании Ученого совета института гуманитарного образования и спорта 16 января 2024 г. протокол №1.

Содержание

I. Общие положения	4
II. Особенности проведения вступительного испытания	4
III. Перечень тем для подготовки к вступительному испытанию	5
IV. Примерный перечень вопросов для подготовки к собеседованию	7
IV. Список рекомендуемой литературы	9
Приложение 1. Требования к проведению дополнительных вступительных испытаний с использованием дистанционных технологий	11

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1. Настоящая программа составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования и федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования и определяет общее содержание вступительного испытания для поступающих на обучение по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата и программам специалитета в БУ ВО «Сургутский государственный университет» (далее – Университет).

2. Вступительное испытание нацелено на оценку знаний поступающих лиц, полученных ими в ходе освоения программ среднего общего образования и программ основного общего образования, проверку наличия творческих способностей и личностных предпосылок к овладению профессией, на отбор среди поступающих лиц, наиболее способных и подготовленных к освоению программ бакалавриата и программ специалитета в Университете.

3. Вступительное испытание проводится в рамках нескольких конкурсов (по соответствующим направлениям, формам и основам обучения) и сдается однократно.

4. Вступительное испытание проводится на русском языке.

5. Вступительное испытание проводится очно и (или) с использованием дистанционных технологий (при условии идентификации поступающих при сдаче ими вступительных испытаний).

II. ОСОБЕННОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ

Дополнительное вступительное испытание включает устный экзамен, состоящий из двух частей, и предполагает проверку общей профессиональной готовности абитуриента к получению образования в области физической культуры и спорта:

Часть 1. Портфолио и его обсуждение. Оценивается следующее:

- Достижения в спорте.
- Мотивация поступления на укрупненную группу направлений подготовки «Физическая культура и спорт».

– Представление о выбранной профессии по направлениям «Физическая культура», «Адаптивная физическая культура», «Спорт». Прогнозирование собственного развития в профессиональной деятельности.

– Дополнительные профессиональные умения.

– Способность изложения информации в устной форме, культура речи.

Часть 2. Собеседование по теоретическим вопросам. Оценивается следующее:

– Умение анализировать, аргументировать, рассуждать.

– Социальный, культурный и образовательный кругозор.

– Знание теоретических вопросов из разделов профессиональной направленности, включающим разделы «основы знаний о физической культуре и спорте», «психолого-педагогические основы знаний о физической культуре и спорте», «медико-биологические основы знаний о физической культуре и спорте», «основы техники безопасности и профилактики травматизма при занятиях физической культурой и спортом».

При сдаче вступительного испытания с использованием дистанционных технологий требования приведены в Приложении 1.

III. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ВСТУПИТЕЛЬНОМУ ИСПЫТАНИЮ

Часть 1. Портфолио и его обсуждение

1. Год окончания общеобразовательной школы или другого учреждения, название школы и населенный пункт.

2. Занятия видом спорта, участие в соревнованиях в 2020-2021 годах.

3. Достижения в спорте (достижения представляются за последние 2 года, достижения подтверждаются грамотами, дипломами, медалями, знаками отличия, удостоверение мастера спорта, разрядная книжка (спортивный разряд), удостоверение ГТО или приказ о вручении значка. Или другие достижения. Для демонстрации документы должны быть с собой).

4. Мотивация поступления на укрупненную группу направлений подготовки 49.03.00 «Физическая культура и спорт».

5. Представление о выбранной профессии по направлениям «Физическая культура», «Адаптивная физическая культура», «Спорт». Прогноз места будущей работы.

6. Дополнительные компетенции (сценический, вокальный и другие).

7. Способность изложения информации в устной форме, культура речи.

Часть 2. Собеседование по теоретическим вопросам из физкультурно-спортивной тематики

Раздел I. Основы знаний о физической культуре и спорте. Социокультурные основы физической культуры общества и человека, понятие физической культуры личности. Современное олимпийское и физкультурно-массовое движение, их социальная направленность и формы организации. Спортивно-оздоровительные системы физических упражнений в отечественной и зарубежной культуре, их цели и задачи, основы содержания и формы организации. Спортивная наука и ее развитие.

Раздел II. Психолого-педагогические основы знаний о физической культуре и спорте. Способы индивидуальной организации, планирования и контроля за физическими нагрузками во время занятий физическими упражнениями профессионально ориентированной и оздоровительно-корректирующей направленности. Основные формы и виды физических упражнений. Понятие телосложения и характеристика его основных типов, способы составления комплексов физических упражнений. Использование физических упражнений для проведения самостоятельных занятий.

Основы прикладной физической подготовки, совершенствование основных прикладных двигательных действий (передвижение на лыжах, гимнастика, плавание, легкая атлетика) и развитие основных физических качеств (сила, выносливость, быстрота, координация, гибкость, ловкость) в процессе проведения индивидуальных занятий.

Основы организации и проведения спортивно-массовых соревнований по видам спорта (спортивные игры, легкая атлетика, лыжные гонки, гимнастика, плавание). Особенности самостоятельной подготовки к участию в спортивно-массовых соревнованиях.

Раздел III. Медико-биологические основы знаний о физической культуре и спорте. Роль физической культуры и спорта в профилактике заболеваний и укреплении здоровья, поддержание репродуктивных функций человека, сохранение его творческой активности и долголетия.

Основы организации двигательного режима (в течение дня, недели и месяца), характеристика упражнений и подбор форм занятий в зависимости от особенностей индивидуальной учебной деятельности, самочувствия и

показателей здоровья.

Раздел IV. Основы техники безопасности и профилактики травматизма при занятиях физической культурой и спортом. Профилактические мероприятия (гигиенические процедуры, закаливание) и восстановительные мероприятия (гигиенические процедуры, массаж) при организации и проведении спортивно-массовых и индивидуальных форм занятий физической культурой и спортом. Вредные привычки (курение, алкоголизм, наркомания), причины их возникновения и пагубное влияние на организм человека, его здоровье, в том числе здоровье детей. Основы профилактики вредных привычек средствами физической культуры и формирование индивидуального здорового стиля жизни. Техника безопасности на занятиях физической культурой и спортом. Оказание первой доврачебной помощи.

IV. ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К СОБЕСЕДОВАНИЮ

1. В чем заключаются социокультурные основы физической культуры общества и человека?
2. Раскройте понятия: «Культура человека», «Физическая культура личности».
3. Какую роль выполняет физическая культура в формировании личности?
4. Что Вы знаете о современном олимпийском движении?
5. Что Вы можете рассказать о спортивных соревнованиях? Какими они могут быть? Представьте их ранг?
6. Расскажите о физкультурно-массовом движении (на примере «Спорт для всех»), социальной направленности мероприятий и формах их организации.
7. Что вы знаете о спортивно-оздоровительных системах физических упражнений в отечественной и зарубежной культуре?
8. Расскажите о цели и задачах спортивно-оздоровительных систем физических упражнений.
9. Знаете ли Вы спортивных ученых? Интересует ли Вас спортивная наука? О каких научных исследованиях в сфере физической культуры и спорта Вы можете рассказать?
10. Расскажите об основах содержания и формах организации спортивно-

оздоровительных систем физических упражнений.

11. Какие способы индивидуальной организации занятий физическими упражнениями профессионально ориентированной и оздоровительно-корректирующей направленности Вы знаете?

12. Что Вы можете рассказать о правилах планирования и контроля за физическими нагрузками во время занятий физическими упражнениями профессионально ориентированной и оздоровительно-корректирующей направленности?

13. Какие основные формы и виды физических упражнений Вы знаете?

14. Что Вы можете рассказать о телосложении и характеристике его основных типов?

15. Имеете ли Вы представление о каких-либо способах составления комплексов физических упражнений?

16. Расскажите об использовании физических упражнений для проведения самостоятельных занятий. Можете привести примеры.

17. Что вы знаете о профессионально-прикладной физической культуре?

18. Что составляет основу прикладной физической подготовки?

19. Можете ли Вы дать характеристику основных физических качеств (силы, выносливости, быстроты, координации, гибкости, ловкости)?

20. Что вы можете рассказать об основах организации и проведения спортивно-массовых соревнований по видам спорта (спортивных играх, легкой атлетики, лыжных гонках, гимнастике, плавании)?

21. Какую роль выполняет физическая культура в профилактике заболеваний и укреплении здоровья человека?

22. Расскажите о социальной функции спорта?

23. Что Вам известно об основах организации двигательного режима (в течение дня, недели и месяца)?

24. Знаете ли Вы как подбирать упражнения и формы занятий в зависимости от особенностей индивидуальной учебной деятельности, самочувствия и показателей здоровья?

25. Какие профилактические мероприятия при организации и проведении спортивно-массовых и индивидуальных форм занятий физической культурой и спортом Вам известны?

26. Какие восстановительные мероприятия при организации и

проведении спортивно-массовых и индивидуальных форм занятий физической культурой и спортом Вам известны?

27. Как влияют вредные привычки на организм человека, его здоровье, в том числе здоровье детей?

28. Как средствами физической культуры обеспечить профилактику вредных привычек и формирование индивидуального здорового стиля жизни?

29. Как Вы думаете, по какой причине чаще всего случаются спортивные травмы? Что нужно делать для того, чтобы их избежать?

30. Что такое техника безопасности? Почему необходимо знать и соблюдать ее правила во время занятий физической культурой и спортом?

31. В чем заключаются общие требования безопасности?

32. Требования безопасности перед началом занятий на занятиях физической культурой, спортом.

33. Требования безопасности во время занятий на занятиях физической культурой, спортом.

34. Требования безопасности по окончании занятий на занятиях физической культурой, спортом.

35. Оказание первой доврачебной помощи при кровотечении.

36. Оказание первой доврачебной помощи при травмах.

37. Оказание первой помощи при отморожении и переохлаждении.

38. Оказание первой помощи при отсутствии сознания, останвки сердца, дыхания и кровообращения.

IV. СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

а) основная литература:

1. Лях, В.И. Физическая культура: учебник для учащихся 11-х классов образовательных учреждений / В.И. Лях; – М.: Просвещение, 2022. – 271 с.

2. Матвеев, А.П. Физическая культура. 10-11 классы: базовый уровень. Учеб. для общеобразоват. учреждений / А.П. Матвеев, Е.С. Палехова. – М.: Вертана-Граф, Просвещение, 2019. – 160 с.

3. Физическая культура. 10-11 классы: учеб. для общеобразоват. учреждений / В. И. Лях, А. А. Зданевич; под ред. В. И. Ляха. – 7-е изд. – М.: Просвещение, 2012. – 237 с.

4. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник

для студ. учреждений высш. проф. образования / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – 11-е изд., стер. – М.: издательский центр «Академия», 2013. – 480 с.

б) дополнительная литература:

5. Кокоулина, О. П. Основы теории и методики физической культуры и спорта: учебное пособие / О. П. Кокоулина. – М.: Евразийский открытый институт, 2011. – 144 с. – ISBN 978-5-374-00429-8. – Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/11049.html>.

6. Физическая культура: учебник для учащихся 11-х классов образовательных учреждений с углубленным изучением предмета «Физическая культура» / Под общ. ред. А. Т. Паршикова, В. В. Кузина, М. Я. Виленского. – М.: «СпортАкадемПресс», 2003. – 174 с.

7. Физическая культура: учебник для учащихся 10-х классов образовательных учреждений с углубленным изучением предмета «Физическая культура» / Под общ. ред. А. Т. Паршикова, В. В. Кузина, М. Я. Виленского. – М.: «СпортАкадемПресс», 2003.

Требования к проведению дополнительных вступительных испытаний с использованием дистанционных технологий

При проведении дополнительных вступительных испытаний с использованием дистанционных технологий абитуриент предоставляет портфолио в электронном виде (видео продолжительностью 4-5 мин). С абитуриентами, подавших портфолио в электронном виде, после получения портфолио приемной комиссией проводится устный экзамен по видеоконференцсвязи.

Инструкция по правилам съемки

Абитуриент (вправе) предоставить портфолио в электронном виде (видео) продолжительностью 4-5 мин.

Общее правило съёмки видеоматериала:

1. Съёмка должна быть с одной точки.
2. На протяжении всего видео абитуриент должен находиться в кадре. Может отходить или приближаться к камере.
3. Видео не должно прерываться, монтироваться (будет проходить экспертизу).

Часть 1. Портфолио

Правило съёмки портфолио:

1. Абитуриент представляется (Фамилия, Имя, Отчество) и показывает паспорт с задержкой на 15 секунд, который держит раскрытым на 2-3 странице на уровне справа или лева от лица. См. фото.



2. После представления, абитуриент отвечает на вопросы, которые представлены ниже. В процессе ответов на вопросы может показывать заранее

подготовленные документы о своих достижениях за последние 2 года. Запрещается перемещение камеры во время собеседования. Следует соблюдать общие правила съёмки видеоматериала.

3. Завершить свое представление абитуриент должен фразой «Спасибо за внимание».

В портфолио абитуриент представляет информацию в полном объеме, которую он представил бы в очной форме в соответствии с указанным выше перечнем

С абитуриентами, подавших портфолио в электронном виде, после получения портфолио приемной комиссией проводится дополнительное собеседование по видеоконференцсвязи.

Абитуриенты с нарушением слуха (глухие и слабослышащие) представляют портфолио на русском жестовом языке, комментируя последовательно по каждому вопросу. Продолжительность видео съёмки для абитуриентов с нарушением слуха может составлять 5-10 минут. Видеоанализ сообщения (портфолио) будет производиться с участием сурдопереводчика.

Примечание: достижения (сканированные копии, фото хорошего качества) необходимо собрать в электронном виде. Скан-копии достижений и (или) фото нужно сохранять в одном из следующих типов файла изображения: .jpg, .jpeg, .tiff, .pdf. Каждое достижение в отдельном файле.

Критерии оценивания

Собеседования абитуриентов, поступающих на бакалавриат на укрупненную группу направлений

«Физическая культура и спорт»

Критерии оценивания портфолио абитуриента	Баллы
<i>Часть 1. Портфолио и его обсуждение</i>	
1. Достижения в спорте (достижения представляются за последние 2 года, достижения подтверждаются грамотами, дипломами, медалями, знаками отличия, удостоверение мастера спорта, разрядная книжка (спортивный разряд), удостоверение ГТО или приказ о вручении значка. Другие достижения. (Спортивные достижения)	20
2. Мотивация поступления на укрупненную группу направлений	10

подготовки «Физическая культура и спорт» (Мотивация)	
3.Представление о выбранной профессии. Прогнозирование развития в профессиональной деятельности. (Представление о профессии)	10
4.Дополнительные компетенции (сценический, вокальный и другие). (Дополнительные профессиональные умения)	10
5.Способность изложения информации в устной форме, культура речи	10
<i>Часть 2. Собеседование по теоретическим вопросам из физкультурно-спортивной тематики</i>	
Раздел 1. Основы знаний о физической культуре	10
Раздел 2. Психолого-педагогические основы	10
Раздел 3. Медико-биологические основы	10
Раздел 4. Основы техники безопасности и профилактики травматизма	10
Итоговое количество из 100 баллов:	100