

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФГБОУ ВО «Тулский государственный педагогический университет им. Л.Н. Толстого»

УТВЕРЖДЕНА

на заседании Ученого совета университета

« ____ » _____ 201_ г., протокол № ____

Ректор ТГПУ им. Л.Н.Толстого

_____ В.А. Панин

« ____ » _____ 201_ г.

ПРОГРАММА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ
ПО ТЕОРИИ И ПРАКТИКЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

для абитуриентов, имеющих ограничения в состоянии здоровья, поступающих на направления подготовки:

Направление (профиль)	Шифр	Квалификация бакалавриата	Форма обучения
«Педагогическое образование» (профили «Физическая культура», «Дополнительное образование»)	44.03.05	Прикладной	Очная
«Педагогическое образование» (профиль «Физическая культура»)	44.03.01	Академический	Очная
«Педагогическое образование» (профиль «Физическая культура»)	44.03.01	Академический	Заочная
Физическая культура (профиль физкультурно-оздоровительные технологии)	49.03.01	Академический	Очная
Физическая культура (профиль физкультурно-оздоровительные технологии)	49.03.01	Академический	Заочная
Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) (профиль адаптивное физическое воспитание)	49.03.02	Академический	Очная
Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) (профиль адаптивное физическое воспитание)	49.03.02	Академический	Заочная

ПРИНЯТА

на заседании Ученого совета

факультета физической культуры

« ____ » _____ 201_ г., протокол № ____

Декан факультета физической культуры

_____ А.Ю. Фролов

« ____ » _____ 201_ г.

1. Пояснительная записка

Основной задачей профессионального испытания по физической культуре является определение практической и теоретической подготовленности претендента к выполнению профессиональных задач.

Программа профессионального испытания по физической культуре для поступающих на 1 курс бакалавриата, по вышеназванному направлению подготовки, включает перечень теоретических знаний и практических навыков, которыми должен обладать претендент (имеющий отклонения в состоянии здоровья (нарушение опорно-двигательного аппарата), для обучения на 1 курсе факультета физической культуры).

2. Содержание программы профессионального испытания по теории и практике физической культуры

Профессиональное испытание по теории и практике физической культуры включает выполнение восьми контрольных заданий, проводится в один день. Умение плавать оценивается по результатам собеседования. При одинаковом количестве набранных баллов на вступительных экзаменах абитуриент, умеющий плавать и получивший более высокий балл по тесту «Основы знаний по теории физической культуры», имеет преимущество при зачислении.

Контрольные задания приведены в таблице.

Тесты для юношей

Баскетбольный тест
Подтягивание в висе
Основы знаний по теории физической культуре

Максимальная оценка за выполнение тестов: подтягивание, который может получить абитуриент – 30 баллов в каждом.

Максимальная оценка за выполнение теста «основы знаний по теории физической культуры» – 40 баллов.

Наивысшая сумма баллов экзамена по «Физической культуре» - 100 баллов.

3. Таблица оценки результатов профессионального испытания по теории и практике физической культуры

Таблица 1

Подтягивание		Баскетбол		Теория	
Количество	Баллы	Количество	Баллы	Количество	Баллы
14	30	11	30	36-40	40
13	27	10	27	33-35	36
12	24	9	24	30-32	32
11	21	8	21	27-29	28
10	18	7	18	24-26	24
9	15	6	15	21-23	20
8	12	5	12	18-20	16
7	9	4	9	15-17	12
6	6	3	6	12-14	8
5	3	2	3	6-11	4
1-4	1	1	1	1-5	1

4. Требования при выполнении тестов

Баскетбольный тест выполняется на стандартной баскетбольной площадке. Выполняются броски с места, с линии штрафного броска, 11 раз подряд.

Подтягивание, из положения в висе на высокой перекладине.

5. Основы знаний по истории и теории физической культуры

Общетеоретические и исторические сведения

Правовые основы физической культуры и спорта
Понятие о физической культуре личности
Физическая культура и спорт в профилактике заболеваний и укреплении здоровья
Правила поведения, техника безопасности и предупреждение травматизма на занятиях физическими упражнениями

Основные формы и виды физических упражнений

Особенности урочных и неурочных форм занятий физическими упражнениями

Способы регулирования и контроля физических нагрузок во время занятий физическими упражнениями

Формы и средства контроля индивидуальной физкультурной деятельности

Основы организации двигательного режима

Организация и проведение спортивно-массовых соревнований

Понятие телосложения и характеристика его основных типов

Способы регулирования массы тела человека

Вредные привычки и их профилактика средствами физической культуры

Современные спортивно-оздоровительные системы физических упражнений

Современное олимпийское и физкультурно-массовое движение

Базовые виды спорта школьной программы

Баскетбол

Гандбол

Волейбол

Футбол

Гимнастика с элементами акробатики

Легкая атлетика

Лыжная подготовка

Элементы единоборств

Плавание

Самостоятельные занятия физическими упражнениями

Как правильно тренироваться

Утренняя гимнастика

Совершенствуйте координационные способности

Ритмическая гимнастика для девушек

Атлетическая гимнастика для юношей

Роликовые коньки

Оздоровительный бег

Дартс

Аэробика

6. Программа профессионального испытания по теории и практике физической культуры

1. Основы знаний по теории и истории физической культуры.

2. Баскетбольный тест.
3. Подтягивание в висе.

7. Список литературы для подготовки к профессиональному испытанию по теории и практике физической культуры

Основная литература:

1. Лях, В.И. 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.: ил.

8. Критерии ответа на профессиональном испытании по теории и практике физической культуры

Минимальное количество баллов, соответствующее положительной оценке – 40.

Вступительный экзамен проводится в форме теста.

Оценивание результатов проводится по 100-балльной шкале.