

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ

Балтийский федеральный университет им. И. Канта

Институт рекреации, туризма и физической культуры и спорта

Программа

вступительных испытаний по направлению подготовки

49.04.01 «Физическая культура», квалификация магистр

Калининград, 2019

Содержание

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ.....	3
1.1. ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ПОДГОТОВКИ МАГИСТРА И УСЛОВИЯ КОНКУРСНОГО ОТБОРА.....	3
1.2. ВИДЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПОСЛЕ ОСВОЕНИЯ ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ПОДГОТОВКИ МАГИСТРА ПО НАПРАВЛЕНИЮ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»	3
1.3. ПЕРЕЧЕНЬ КОМПЕТЕНЦИЙ, КОТОРЫМИ ДОЛЖЕН ОБЛАДАТЬ АБИТУРИЕНТ, ПРИСТУПАЯ К ОСВОЕНИЮ МАГИСТЕРСКОЙ ПРОГРАММЫ	4
2. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К КОМПЛЕКСНОМУ ВСТУПИТЕЛЬНОМУ ИСПЫТАНИЮ ПО НАПРАВЛЕНИЮ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА».....	5
2.1. Основы теории физической культуры и спорта.	5
2.2. Характеристика и этапы становления системы физического воспитания: теоретико- методические, программно-нормативные и организационные основы.	6
2.3. Физическое воспитание детей дошкольного возраста.	7
2.4. Физическое воспитание в системе общего образования детей школьного возраста. ..	7
2.5. Современные физкультурно-оздоровительные технологии в физическом воспитании.....	7
2.6. Медико-биологические основы физической культуры и спорта.	8
2.7. Теория и методика спорта.....	8
2.8. Образовательная деятельность в учреждениях дополнительного образования спортивной направленности (спортивная школа) детей.....	9
3. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ВСТУПИТЕЛЬНОМУ ИСПЫТАНИЮ.....	10

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ПОДГОТОВКИ МАГИСТРА И УСЛОВИЯ КОНКУРСНОГО ОТБОРА

Лица, имеющие высшее профессиональное образование (степень «бакалавр» или квалификацию «специалист») и желающие освоить данную магистерскую программу, зачисляются в магистратуру по результатам вступительных испытаний. Вступительные испытания включают в себя:

- иностранный язык (тестирование);
- вступительное испытание междисциплинарного характера (тестирование).

Вступительные испытания проводятся с целью установления у поступающего наличия ключевых компетенций, необходимых для освоения магистерской программы по данному направлению подготовки.

1.2. ВИДЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПОСЛЕ ОСВОЕНИЯ ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ПОДГОТОВКИ МАГИСТРА ПО НАПРАВЛЕНИЮ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Выпускник, освоивший программу магистратуры, в соответствии с педагогическим видом профессиональной деятельности готов решать следующую обобщенную трудовую функцию профессионального стандарта утвержденного приказом Минтруда России от 08.09.2015 N 608н "Педагог профессионального обучения, профессионального образования и дополнительного профессионального образования" - преподавание по программам бакалавриата и ДПП, ориентированным на соответствующий уровень квалификации.

Индикаторы достижений: преподавание учебных курсов, дисциплин (модулей) или проведение отдельных видов учебных занятий по программам бакалавриата и (или) ДПП; организация научно-исследовательской, проектной, учебно-профессиональной и иной деятельности обучающихся по программам бакалавриата и (или) ДПП под руководством специалиста более высокой квалификации; разработка под руководством специалиста более высокой квалификации учебно-методического обеспечения реализации учебных курсов, дисциплин (модулей) или отдельных видов учебных занятий программ бакалавриата и (или) ДПП.

1.3. ПЕРЕЧЕНЬ КОМПЕТЕНЦИЙ, КОТОРЫМИ ДОЛЖЕН ОБЛАДАТЬ АБИТУРИЕНТ, ПРИСТУПАЯ К ОСВОЕНИЮ МАГИСТЕРСКОЙ ПРОГРАММЫ

Базовые компетенции, необходимые для освоения направления магистратуры «Физическая культура»¹

а) общепрофессиональные

- способностью определять анатомо-морфологические, физиологические, биохимические, биомеханические, психологические особенности физкультурно-спортивной деятельности и характер ее влияния на организм человека с учетом пола и возраста;
- способностью проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов;
- способностью осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки;
- способностью воспитывать у учеников социально-личностные качества: целеустремленность, организованность, трудолюбие, ответственность, гражданственность, коммуникативность, толерантность;
- способностью оценивать физические способности и функциональное состояние обучающихся, технику выполнения физических упражнений;
- способностью использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста;
- способностью обеспечивать в процессе профессиональной деятельности соблюдение требований безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм, проводить профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь;
- способностью организовывать и проводить соревнования, осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта;
- способностью осуществлять планирование и методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций, проводить учет и отчетность, руководить работой малых коллективов;
- способностью формировать осознанное отношение различных групп населения к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки ведения здорового образа жизни;
- способностью проводить научные исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик;
- способностью использовать накопленные в области физической культуры и спорта духовные ценности, полученные знания об особенностях личности обучающихся для воспитания патриотизма, профилактики девиантного поведения, формирования здорового образа жизни, потребности в регулярных занятиях физической культурой;
- способностью решать стандартные задачи профессиональной деятельности на основе информационной и библиографической культур с применением информационно-коммуникационных технологий и с учетом основных требований информационной безопасности.

б) профессиональными:

¹ В соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура»

- способностью использовать основные положения и принципы педагогики, методы педагогического контроля и контроля качества обучения, актуальные дидактические технологии;
- способностью осуществлять образовательный процесс на основе положений теории физической культуры;
- способностью разрабатывать учебные планы и программы конкретных занятий;
- способностью проводить учебные занятия по физической культуре с детьми дошкольного,
- школьного возраста и обучающимися в образовательных организациях, организовывать внеклассную физкультурно-спортивную работу;
- способностью применять средства и методы двигательной деятельности для коррекции состояния обучающихся с учетом их пола и возраста, индивидуальных особенностей;
- способностью осуществлять пропаганду и обучение навыкам здорового образа жизни.

2. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К КОМПЛЕКСНОМУ ВСТУПИТЕЛЬНОМУ ИСПЫТАНИЮ ПО НАПРАВЛЕНИЮ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

2.1. Основы теории физической культуры и спорта.

Различные теории возникновения физической культуры. Возникновение физической культуры как специфической сферы общественной деятельности, истоки зарождения и исторические этапы ее развития. Физическая культура как вид культуры: понятие «культура», «физическая культура». Структура и функции физической культуры. Физическая культура как социальная система: цель, задачи, общие принципы функционирования в обществе. Основные понятия теории и методики физической культуры «физического воспитания»; «спорт»; «физическое развитие»; «физическая подготовленность». Теория и методика физической культуры как наука и учебная дисциплина. Методы исследования в теории и методике физической культуры. Средства формирования физической культуры личности: понятие о средствах, классификация физических упражнений, содержание и форма физических упражнений, понятие о технике физических упражнений и ее характеристика. Методы формирования физической культуры личности. Основные понятия: метод, методический прием, методика, методический подход, методическое направление. Классификация методов: методы направленные на приобретение знаний, методы направленные на приобретение двигательных умений и навыков, методы направленные на совершенствование двигательных навыков и развитие физических способностей. Содержание и характеристика методических принципов организации занятий физическими упражнениями: принцип сознательности и активности, принцип наглядности, принцип доступности и индивидуальности, принцип систематичности. Характеристика принципов, выражающих специфические закономерности занятий физическими упражнениями: принцип непрерывности, принцип прогрессирования воздействия, принцип цикличности, принцип возрастной адекватности педагогического воздействия. Структура процесса обучения двигательным действиям. Формирование знаний, двигательных умений и навыков как процесс и результат обучения. Понятие о физических способностях (качествах), основные формы их проявления. Силовые

способности и методика их развития, скоростные способности и методика их развития, выносливость и методика ее развития, координационные способности, гибкость и методика ее развития. Роль и место физической культуры в формировании личностных качеств занимающихся: патриотическое и нравственное воспитание, эстетическое воспитание в сфере физической культуры, правовое воспитание. Личность преподавателя, тренера-преподавателя требования к его профессиональным способностям. Научно-исследовательская деятельность в области физической культуре и спорте. Олимпийское образование как фактор гуманизации практики физического воспитания и спорта. Исторические аспекты олимпийского образования. Педагогическая направленность олимпийских идей Пьера де Кубертена. Основные направления развития олимпийского образования в России и в мире.

2.2. Характеристика и этапы становления системы физического воспитания: теоретико-методические, программно-нормативные и организационные основы.

Цель, задачи и наиболее общие принципы системы физического воспитания. Факторы, обуславливающие возникновение и развитие физического воспитания. Источники и этапы теории и методики физического воспитания. Основы и определяющие черты системы физического воспитания, ее структура. Комплекс наук, составляющих научно-теоретическую основу системы физического воспитания. Программное содержание, нормативные и методические основы системы физического воспитания. Правовые основы. Организационные формы и условия функционирования системы физического воспитания. Обусловленность цели и задач физического воспитания общественными потребностями и закономерностями развития человека. Принципы и их значение в сфере физического воспитания. Значение общих принципов в системе физического воспитания. Соотношение принципов и фундаментальных закономерностей системы физического воспитания. Сущность наиболее общих принципов в системе физического воспитания. Сущность принципа всестороннего гармонического развития личности. Закономерности и главные идеи, лежащие в основе данного принципа. Основные аспекты реализации принципа в системе физического воспитания. Сущность и основные прикладные положения принципа связи физического воспитания с трудовой и оборонной практикой. Сущность и основные прикладные положения принципа оздоровительной направленности физического воспитания. Специфические особенности и структурные компоненты педагогического процесса. Общая характеристика форм организации занятий. Теоретическое обоснование структуры занятий в процессе физического воспитания. Урочные формы построения занятий, общая характеристика занятий неурочного типа. Техника безопасности, профилактика травматизма, первая доврачебная помощь. Методические условия успешной реализации образовательных и воспитательных задач в процессе физического воспитания, принципы и правила оптимального управления его эффектом. Отправные понятия. Конкретизация общих методических категорий (“методический принцип”, “метод”, “методика” и др.). Основные стороны и принципы методики физического воспитания. Основные методические аспекты деятельности преподавателя физического воспитания. Рациональные пути, методы и приемы профессионально-педагогической деятельности, основные компоненты профессионального мастерства преподавателя физического воспитания. Факторы, обуславливающие методику: закономерности педагогического процесса, выраженные

через методические принципы; особенности содержания занятий; возрастно-половые и индивидуальные особенности воспитуемых; личностные особенности преподавателя и уровень его подготовленности; материальнотехническое обеспечение.

2.3. Физическое воспитание детей дошкольного возраста.

Возрастная периодизация детей. Социально-педагогическое значение физического воспитания. Возрастные особенности детей дошкольного возраста. Средства и отличительные черты методики физического воспитания дошкольников. Основное содержание физической активности детей в разные периоды дошкольного возраста. Характерные формы физкультурных занятий, особенности методики и контроля. Содержание и методика физкультурно-оздоровительных занятий с детьми дошкольного возраста. Методика обучения двигательным действиям, воспитание двигательных способностей. Методика планирования работы в дошкольном образовательном учреждении.

2.4. Физическое воспитание в системе общего образования детей школьного возраста.

Цель, задачи и направленность физического воспитания детей школьного возраста. Методические основы постановки задач и их нормативной конкретизации в физическом воспитании школьных контингентов. Формы занятий в системе школьного воспитания. Основные формы организации физического воспитания в школьный период жизни. Содержание и особенности преподавания предмета «Физическая культура» в школе. Особенности обучения двигательным действиям, воспитанию двигательных способностей. Подготовка педагога к уроку. Методика регулирования физических нагрузок на уроке. Понятия «физическая нагрузка», «величина нагрузки», «внешняя величина нагрузки», «внутренняя величина нагрузки». Способы регулирования физических нагрузок на уроке. Способы определения степени влияния физических упражнений на организм занимающихся, критерии утомления после нагрузок различной величины. Критерии дифференциации школьников по уровню здоровья в процессе физического воспитания. Задачи физического воспитания детей с ослабленным здоровьем. Особенности средств, методов в физическом воспитании ослабленных детей. Особенности методики занятий со специальными медицинскими группами в зависимости от течения заболевания. Профилактика заболеваний и нарушений осанки у школьников. Система планирования физического воспитания в школе. Контроль успеваемости. Перспективы совершенствования системы физического воспитания детей и молодежи школьного возраста. Характеристика школьных учебных программ по предмету «физическая культура». Сравнительный анализ школьных учебных программ по физической культуре (соотношение различных разделов программ, особенности подхода к освоению материала, специфические требования к методике и др.).

2.5. Современные физкультурно-оздоровительные технологии в физическом воспитании.

Основные закономерности, определяющие формирование физкультурно-

оздоровительных технологий. Классификация оздоровительных технологий. Характеристика внеурочных форм занятий физической культурой и спортом: в режиме учебного дня, внеклассные занятия, занятия во внешкольных учреждениях. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня: формы, особенности организации и содержания. Формы и направленность содержания внеклассных физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий. Характеристика форм оздоровительной физической культуры, обеспечение решения оздоровительных задач системы физического воспитания. Характеристика средств акцентированно-оздоровительной направленности, применительно к различным контингентам. Оздоровительные технологии, основанные на видах двигательной активности аэробной направленности. Оздоровительные технологии, основанные на видах гимнастики. Оздоровительные технологии, основанные на видах двигательной активности силовой направленности. Оздоровительные технологии, основанные на сочетании видов гимнастики и силовой направленности.

2.6. Медико-биологические основы физической культуры и спорта.

Закономерности индивидуальной эволюции человека: обусловленность процессов роста и развития генетическими (биологическими) и средовыми (социальными) факторами; неравномерность темпов роста и развития; гетерохронность роста и развития отдельных органов и систем организма; обусловленность процессов роста и развития половыми особенностями детей; биологическая надежность функциональных систем; акселерация физического и физиологического развития организма; индивидуальная (типологическая) изменчивость растущего организма. Адаптация к физическим нагрузкам и резервные возможности организма. Функциональные изменения в организме при физических нагрузках. Физиологическая классификация и характеристика физических упражнений. Физиологические механизмы и закономерности развития двигательных способностей: силы, быстроты, выносливости и т.д. Физиологические механизмы формирования двигательных навыков. Физиологические основы тренированности. Физиологические основы утомления. Физиологическая характеристика восстановительных процессов. Общие физиологические закономерности роста и развития организма человека. Методы оценки функционального состояния и физической работоспособности, занимающихся физической культурой и спортом. Профилактика травматизма и оказание первой медицинской помощи при травмах в процессе занятия физической культурой и спортом.

2.7. Теория и методика спорта.

Спорт в системе физической культуры. Возникновение и становление современного спорта. Социальные функции спорта. Классификация спорта. Спортивные соревнования, основные функции и особенности спортивных соревнований. Система подготовки спортсмена, тренировка как часть спортивной подготовки, цели и задачи, основное содержание разделов спортивной тренировки. Спортивная тренировка - основа (главный компонент и основная форма) спортивной подготовки; специфические особенности, отличающие тренировку от других факторов и условий спортивного

совершенствования. Тренировочный эффект, его разновидности. Факторы, определяющие тренировочный эффект. Спортивная форма, фазы ее развития. Критерии спортивной формы. Влияние процессов адаптации на динамику спортивной формы. Физическая подготовка спортсменов. Техническая подготовка спортсменов. Тактическая подготовка спортсменов. Психологическая подготовка спортсменов. Планирование и организация тренировочного процесса спортсменов. Спортивный отбор. Компоненты педагогического мастерства: проектировочные, конструктивные, организаторские, коммуникативные, гностические. Критерии педагогического мастерства и предпосылки повышения эффективности деятельности преподавателя, тренера. Воспитательные функции специалиста физического воспитания и требования к его личности.

2.8. *Образовательная деятельность в учреждениях дополнительного образования спортивной направленности (спортивная школа) детей.*

Цели и задачи юношеского спорта. Государственная политика в области детско-юношеского спорта. Обеспеченность системы подготовки спортивного резерва: контингент, финансы, кадры, медико-биологическое, научно-методическое, программное, нормативно-правовое. *Отбор в спорте как система организационно-методических мероприятий комплексного характера направленных на выявления одаренных спортсменов. Спортивный талант и спортивная деятельность. Содержание процесса отбора, ориентации, прогнозирования в спорте.* Взаимосвязь этапов отбора с этапами многолетней подготовки. Спортивная форма, этапы ее становления. Особенности спортивной подготовки детей и подростков. Факторы, определяющие периодизацию тренировочного процесса. Многолетняя система подготовки юных спортсменов, задачи, преимущественная направленность тренировочного процесса в зависимости от этапа подготовки в избранном виде спорта. Этап предварительной подготовки (основные задачи, направленность, контингент, соотношение средств общей и специальной подготовки, особенности методики). Этап начальной спортивной специализации (задачи, направленность, контингент, соотношение средств ОФП и СФП). Этап углубленной тренировки (задачи, направленность, контингент, соотношение используемых средств в различных видах спорта). Этап спортивного совершенствования (сроки, задачи, направленность, характеристика используемых средств). Планирование и организация тренировочного процесса юных спортсменов в избранном виде спорта. Особенности периодизации и структуры тренировки юных спортсменов: малых циклов (микроциклов), средних (мезоциклов) и больших (макроциклов).

3. Перечень основной и дополнительной литературы необходимой для подготовки к вступительному испытанию.

Основная литература:

1. Булгакова, Н. Ж. *Теория и методика плавания: учеб. для высш. проф. образования.* - Москва: Академия, 2014. - 318 с.
2. Голощапов, Б.Р. *История физической культуры и спорта: Учебник для студентов учреждений высш. проф. образования. 10-е изд., стер.* М.: Издательский центр «Академия», 2013.
3. Грачев, О. К. *Физическая культура: учебное пособие/ О. К. Грачев.* - 2-е изд.. - Ростов н/Д.; М.: 2011. - 461 с.: табл.. - (Учебный курс).
4. Железняк Ю.Д. *Методика обучения физической культуре.* – М.: Академия, 2014. – 254 с.
5. Захарьева, Н. Н. *Спортивная физиология: курс лекций : учеб. пособие для вузов.* - Москва: Физическая культура, 2012. - 282 с.
6. Кайнова, Э. Б. *Общая педагогика физической культуры и спорта: учеб. пособие для сред. проф. образования.* - Москва: Форум; Москва: ИНФРА-М, 2014. - 205 с.
7. Караулова, Л. К. *Физиология физического воспитания и спорта: учеб. для вузов.* - М.: Академия, 2012. - 296 с.
8. Кузнецов В.С. *Теория и методика физической культуры: учебник для высшего профессионального образования.* – М.: Академия, 2012. – 410 с.
9. *Педагогика физической культуры: учеб. для вузов/ под ред. С. Д. Неверковича.* - 2-е изд., перераб. и доп.. - М.: Академия, 2013. - 361 с.
10. Солодков, А. С. *Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: учеб. для вузов физ. культуры.* - 4-е изд., испр. и доп.. - Москва: Сов. спорт, 2012. - 618 с.

Дополнительная литература:

1. Арзуманов, С. Г. *Физическое воспитание в школе учащихся 10-11 классов: учеб.-метод. пособие для учителя.* - Ростов н/Д.: Феникс, 2010. - 413 с.
2. Барчуков, И. С.. *Физическая культура и спорт: методология, теория, практика: учеб. пособие.* - М.: Академия, 2006. – 526 с.
3. Блеер, А. Н. *Терминология спорта: толковый слов.-справ.: более 10000 терминов.* - М.: Академия, 2010. - 459 с.
4. Боген, М. М. *Физическое воспитание и спортивная тренировка: обучение двигательным действиям. Теория и методика.* - 2-е изд., доп.. - М.: ЛИБРОКОМ: URSS, 2010.
5. Гилев, Г. А. *Физическое воспитание в вузе: учеб. пособие. агентство по образованию, Моск. гос. индустр. ун-т, Ин-т дистанц. образования.* - М.: МГИУ, 2007. - 375 с.:
6. Губа, В. П. *Научно-практические и методические основы физического воспитания учащейся молодежи: учеб. пособие для студентов вузов.* - М.: Советский спорт, 2008. - 204,с
7. Зацюрский В.М. *Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания.* – М.: Сов. Спорт, 2009. – 200 с.
8. Поливеский, С. А. *Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности: учебник.* - Москва: Академия, 2014. - 270 с.

9. *Теория и методика физического воспитания: учебник для студ.вузов физ. воспитания и спорта : в 2 т./ под ред. Т.Ю. Круцевича. Т. 1: Общие основы теории и методики физического воспитания. Т. 2: Круцевич, Т.Ю. Методика физического воспитания различных групп населения. - Киев: Олимп. лит. - 2003. - 423 с*