

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Бурятский государственный университет имени Доржи Банзарова»

**Программа вступительного экзамена
«ТЕОРИЯ И ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»**

Улан-Удэ, 2026

ОСНОВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

К вступительным испытаниям допускаются граждане РФ, успешно завершившие обучение по одной из основных образовательных программ СПО и имеющие документ государственного образца: диплом СПО

Вступительное испытание призвано выявить степень готовности абитуриента к предстоящему обучению.

Программа предназначена для подготовки абитуриентов к вступительному испытанию, позволит выявить уровень усвоения и понимания программного материала, сформированность профессиональной компетенции у будущего студента. Прием осуществляется на конкурсной основе по результатам вступительного испытания.

Вступительное испытание включает в себя тестовые задания. Вступительное испытание оценивается из 100 баллов. Минимальное количество баллов для участия в конкурсе указано на сайте в разделе поступающим.

ФОРМА ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ

Вступительное испытание проходит в форме тестирования в очной форме и (или) с использованием дистанционных технологий с использованием прокторинга. На выполнение заданий отведено 45 минут.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Общие основы истории физической культуры

Общая характеристика теории и истории физической культуры. История международного спортивного движения. Основные направления использования физической культуры в обществе.

2. Средства и методы формирования физической культуры человека

Средства физической культуры. Методы физической культуры.

3. Принципы формирования физической культуры человека, педагогический контроль

Педагогический контроль в физическом воспитании. Основы обучения двигательным действиям.

4. Средства и методы развития личности в процессе физического воспитания

Общая характеристика физических качеств и способностей. Формирование личности в процессе занятий физической культурой.

5. Организация физического воспитания

Формы и методы организации занятий физическими упражнениями.

6. Основы оздоровительной физической культуры

Физическое воспитание в учреждениях основного и дополнительного образования. Средства специально-оздоровительной направленности

Кейс-задания: *Примечание: Одно кейс-задание может объединять несколько модулей.*

ПРИМЕРНЫЕ ВАРИАНТЫ ТЕСТОВЫХ ЗАДАНИЙ

Задание 1 (укажите один вариант ответа).

Процесс изменения форм и функций организма человека под воздействием условий жизни и целенаправленного использования специальных упражнений называется _____ развитием.

Варианты ответов:

- 1) физическим
- 2) естественным
- 3) биологическим
- 4) натуральным

Задание 2 (укажите один вариант ответа).

Археологические исследования мест проведения античных состязаний послужили толчком к возобновлению современных _____ игр.

Варианты ответов:

- 1) олимпийских
- 2) подвижных
- 3) спортивных
- 4) народных

Задание 3 (укажите один вариант ответа).

Физическое воспитание является _____ процессом, направленным на совершенствование организма человека и повышения уровня его физической подготовленности.

Варианты ответов:

- 1) педагогическим
- 2) развивающим
- 3) единым
- 4) частичным

Задание 4 (укажите один вариант ответа).

Физические упражнения – это _____ действия, с помощью которых решаются основные задачи физического воспитания.

Варианты ответов:

- 1) двигательные
- 2) рабочие
- 3) условные
- 4) подготовленные

Задание 5 (укажите один вариант ответа).

Способы применения физических упражнений при обучении двигательным действиям и воспитании физических качеств называются _____ физического воспитания.

Варианты ответов:

- 1) методами
- 2) инструментами
- 3) средствами
- 4) источниками

Задание 6 (укажите один вариант ответа).

Метод контрольных упражнений для оценки эффективности процесса физического воспитания относится к группе методов _____ контроля.

Варианты ответов:

- 1) педагогического
- 2) санитарного
- 3) психологического
- 4) вариативного

Задание 7 (укажите один вариант ответа).

При овладении техникой какого-либо двигательного действия вначале возникает _____ его выполнять.

Варианты ответов:

- 1) умение
- 2) навык
- 3) талант
- 4) способность

Задание 8 (укажите один вариант ответа).

В процессе выполнения двигательного действия проявляются и развиваются двигательные _____ человека.

Варианты ответов:

- 1) способности
- 2) привычки
- 3) ошибки
- 4) приемы

Задание 9 (укажите один вариант ответа).

Подвижные и спортивные игры способствуют формированию чувства _____ детей школьного возраста.

Варианты ответов:

- 1) коллективизма
- 2) компании
- 3) толпы
- 4) группы

Задание 10 (укажите один вариант ответа).

Психологический настрой учащихся на решение задачи по овладению техникой прыжка в высоту с разбега учитель осуществляет в _____ части урока.

Варианты ответов:

- 1) подготовительной
- 2) основной
- 3) заключительной
- 4) средней

Задание 11 (укажите один вариант ответа).

Студенты занимаются в спортивных секциях или самостоятельно в(во) _____ время.

Варианты ответов:

- 1) внеучебное
- 2) учебное
- 3) каникулярное
- 4) разное

Задание 12 (укажите один вариант ответа).

В рамках оздоровительной тренировки, как правило, рекомендуются упражнения на ...

Варианты ответов:

- 1) выносливость
- 2) длительность
- 3) цикличность
- 4) умеренность

Задание 13 (введите ответ).

Петр Францевич Лесгафт считается основоположником отечественной _____ физического воспитания. (Введите слово в поле ответов в форме соответствующего падежа.)

Задание 14 (введите ответ).

Среди средств физического воспитания основным специфическим средством считают физические ... (Введите слово в поле ответов в форме соответствующего падежа.)

Задание 15 (выберите не менее двух вариантов).

Принцип сознательности и активности в физическом воспитании формирует у занимающихся _____ физкультурно-спортивной деятельности.

Варианты ответов:

- 1) осмысленное отношение к
- 2) оптимальную активность в
- 3) пассивное отношение к
- 4) предвзятое отношение к

Задание 16 (выберите не менее двух вариантов).

Обучение в процессе физического воспитания обеспечивает приобретение занимающимися необходимых в жизни двигательных ...

Варианты ответов:

- 1) умений
- 2) навыков
- 3) воздействий
- 4) механизмов

Задание 17 (выберите не менее двух вариантов).

Государственными обязательными формами организации занятий физическими упражнениями являются ...

Варианты ответов:

- 1) уроки физической культуры
- 2) спортивно-тренировочные занятия
- 3) утренняя гигиеническая гимнастика
- 4) занятия фитнесом

Задание 18 (выберите не менее двух вариантов).

Оздоровительно-рекреативная физическая культура предполагает использование физических упражнений с целью ...

Варианты ответов:

- 1) отдыха
- 2) восстановления сил
- 3) лечения
- 4) образования

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Барчуков, И. С. Теория и методика физического воспитания и спорта : учеб. / И. С. Барчуков; под общ. ред. Г. В. Барчуковой. – 2-е изд. стер. – М. : КНОРУС, 2017. – 366 с.
2. Бишаева, А. А. Физическая культура : учеб. для учреждений начального и сред. проф. образования / А. А. Бишаева. – 4-е изд., стер. М. : Академия, 2013. – 304 с.

3. Голощапов, Б. Р. История физической культуры и спорта : учеб. пособие для студентов высших учеб. заведений / Б. Р. Голощапов. – 3-е изд. стер. – М. : Академия, 2013. – 320 с.
4. Максименко, А. М. Теория и методика физической культуры : учеб. для студентов высших учеб. заведений / А. М. Максименко. – М. : Физическая культура, 2005. – 544 с.
5. Решетников, Н. В. Физическая культура : учеб. пособие для студентов сред. проф. учеб. заведений / Н. В. Решетников, Ю. Л. Кислицин. – 3-е изд., испр. – М. : Академия, 2014. – 176 с.
6. Теория и методика физической культуры : учеб. / под ред. проф. Ю. Ф. Курамшина. – 4-е изд., стереотип. – М. : Советский спорт, 2010. – 464 с.
7. Физическая культура : учеб. для студентов сред. проф. учеб. заведений / Н. В. Решетников [и др.]. – 11-е изд., стер. – М. : Академия, 2014. – 176 с.