

Врио ректора ТвГУ



УТВЕРЖДАЮ

С.Н. Смирнову

«20» декабря 2023 г.

ПРОГРАММА
дополнительных вступительных испытаний
профессиональной направленности по направлению
49.03.01. Физическая культура

Программа по профессиональному испытанию (гимнастика)

1. История развития гимнастики
2. Задачи и методические особенности гимнастики.
3. Классификация видов гимнастики: оздоровительные, образовательные, спортивные.
4. Основы обучения гимнастическим упражнениям.
5. Формы организации занятий гимнастикой.
6. Строевые, общеразвивающие и прикладные упражнения, их предназначение.
7. Характеристика гимнастической терминологии
8. Упражнения гимнастического многоборья.
9. Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике.
10. Организация и проведение соревнований по гимнастике.
11. Физкультурные залы, гимнастические площадки и их оборудование.

Литература:

1. Брыкин А.Т. Гимнастическая терминология, - М., Физкультура и спорт, 1969. – 189 с.
2. Гвардовский Ю.К. Теория и методика спортивной гимнастики. – М., 2014. – 368 с.
3. Журавин М.Л., Загрядская О.В. Гимнастика: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. Заведений - М.: Издательский центр «Академия», 2002. — 448 с.
4. Петров П.К. Методика преподавания гимнастики в школе: Учебник для студентов высших учебных заведений. - М., 2000. – 448 с.

Программа по профессиональному испытанию (плавание)

1. Исторический обзор развития плавания. Плавание как олимпийский вид спорта
2. Значение плавания как жизненно необходимого навыка. Место и назначение плавания в системе физического воспитания.
3. Оздоровительное, социальное и прикладное значение плавания.

4. Спортивное значение плавания.
5. Техника спортивных способов плавания. Техника плавания кролем на груди, анализ техники, основные ошибки, особенности пловца.
6. Техника плавания кролем на спине, анализ техники, основные ошибки, особенности пловца.
7. Техника плавания способом «брасс», анализ техники, основные ошибки, особенности пловца.
8. Техника плавания способом «баттерфляй» (дельфин), анализ техники, основные ошибки, особенности пловца.
9. Анализ техники стартовых прыжков с тумбочки и изводы.
10. Анализ техники поворотов в спортивном плавании (маятник).
11. Эстафета в плавании, техника передачи эстафеты.
12. Прикладное плавание. Спасание на воде. Прикладные способы плавания (на боку, брасс, на спине). Нырание в длину и глубину.
13. Спасание тонущих. Правило безопасности и правило поведения при нахождение в воде. Оборудование спасательного поста.
14. Подплывание к пострадавшему на воде, прием транспортировки, освобождение от захвата. Оказание первой помощи.
15. Организация проведения соревнований по плаванию. Судейство, правила соревнований.
16. Судейская коллегия – состав, функциональные обязанности судей.
17. Правила старта, финиша, поворотов. Требования к технике отдельных способов.
18. Организация занятий по плаванию, оборудование места занятий. Работа по плаванию с детьми в оздоровительном лагере.
19. Меры по обеспечению безопасности и предупреждению травматизма при занятиях по плаванию в открытых и закрытых водоемах.
20. Оборудование закрытых и открытых плавательных бассейнов, предназначенных для обучения плаванию. Санитарные требования. Инвентарь, технические средства, используемые на уроке плавания.

Литература:

1. Булгакова Н.Ж. Игры на воде для обучения и развлечения [Электронный ресурс]: методические рекомендации / Н.Ж. Булгакова. — Электрон. текстовые данные. — М.: Издательство «Спорт», 2016. — 70 с. — 978-5-906839-03-9. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/55554.html>.
2. Физическая культура. 8-9 классы: Учебник для общеобразоват. организаций / В. И. Лях. — М.: Просвещение, 2019. — 256 с.
3. Физическая культура. 10-11 классы: Учебник для общеобразоват. организаций: базовый уровень / В. И. Лях. — 6-е изд. — М.: Просвещение, 2019. — 255 с.

Ответственный секретарь
Приемной комиссии



Е.Н. Васильева