

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Азовский государственный
педагогический университет»
(ФГБОУ ВО «АГПУ»)**

УТВЕРЖДАЮ:

Исполняющий обязанности
ректора ФГБОУ ВО «АГПУ»

 Е. И. Степанюк

приказ от 31.05 2024 № 24-03-35



ПРОГРАММА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО КОНКУРСА

по физической культуре

для получения высшего образования

по программам подготовки бакалавриата

г. Бердянск, 2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа вступительных испытаний по программе бакалавриата составлена в соответствии с требованиями, устанавливаемыми государственным образовательным стандартом подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 Физическая культура.

Целью вступительного испытания по физической культуре является определение и оценка практических умений и теоретических знаний абитуриента по физической культуре, сформированных при освоении основных практических разделов предмета «Физическая культура» в общеобразовательных организациях.

Лица, имеющие аттестат о среднем образовании или документ о среднем профессиональном образовании, и желающие освоить программу подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 «Физическая культура и спорт», зачисляются в бакалавриат согласно Правилам приема, в Азовский государственный педагогический университет (размещены на сайте вуза). Вступительные испытания имеют цель установить у поступающего наличие и уровень развития следующих компетенций:

- рассматривает физическую культуру как явление культуры, выделяет исторические этапы ее развития, основные направления и формы ее организации в современном обществе;

- характеризует содержательные основы здорового образа жизни, раскрывает его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;

- раскрывает базовые понятия и термины физической культуры, применяет их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагает с их помощью особенности техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;

- разрабатывает содержание самостоятельных занятий с использованием физических упражнений, определяют их направленность, рационально планирует режим дня и учебной недели;

- руководствуется правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;

- руководствуется правилами оказания первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями;

- использует занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;

- составляет комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирает индивидуальную нагрузку с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;

- классифицирует физические упражнения по их функциональной направленности, планирует их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств;

- самостоятельно проводит занятия по обучению двигательным действиям, анализирует особенности их выполнения, выявляет ошибки и своевременно устраняет их;

- тестирует показатели физического развития и основных физических качеств, сравнивает их с возрастными стандартами;

- выполняет комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;

- выполняет общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации движений);

- выполняет акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений;

- выполняет гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений;

- выполняет легкоатлетические действия (бег, прыжки, метания и броски мячей);

По программе бакалавр в АГПУ принимаются граждане Российской Федерации, а также иностранные граждане. Правом на обучение по программе подготовки бакалавра обладают лица, которые имеют документ о среднем образовании или документ о среднем профессиональном образовании.

Прием на обучение по программе бакалавриата проводится на основе вступительных испытаний.

Срок обучения по программе подготовки бакалавр – 4 года (форма обучения-очная) или 5 лет (форма обучения-заочная).

Форма вступительного испытания – творческий конкурс. Результаты вступительного испытания по выполнению тестовых упражнений и нормативных требований у абитуриента в части физической подготовленности в рамках курса по физической культуре среднего общего образования и определения уровня теоретической подготовленности абитуриентов по предмету «физическая культура» оцениваются по 100-бальной шкале. Минимальный проходной балл составляет 50.

ФОРМА ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ И ЕГО ПРОЦЕДУРА

Программа вступительных испытаний по программе бакалавриата составлена в соответствии с требованиями, устанавливаемыми государственным образовательным стандартом подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 «Физическая культура и спорт».

Вступительные испытания при поступлении по программе бакалавр АГПУ для обучения по направлению 49.03.01 «Физическая культура и

спорт» осуществляется в форме творческого конкурса и состоит из двух этапов.

Первый этап включает себя оценку выполнения тестовых упражнений и нормативных требований у абитуриента в части физической подготовленности в рамках курса по физической культуре среднего общего образования.

Второй этап включает себя определения уровня теоретической подготовленности абитуриентов по предмету «физическая культура».

Программа вступительного испытания по физической подготовленности проходит в одну сессию согласно требованиям государственных тестов. В сессии проводится 5 видов тестовых упражнений.

Челночный бег 3 x 10 метров.

Тест для определения координационных способностей.

Челночный бег проводится на любой ровной площадке с твердым покрытием, обеспечивающим хорошее сцепление с обувью. Упражнение выполняется на ровной площадке с размеченными линиями старта и финиша.

Ширина линии старта и финиша входит в отрезок 10 м.

Рекомендуется осуществлять тестирование в соревновательной борьбе. В забеге участвуют минимум по два человека.

Техника выполнения испытания:

По команде "На старт" тестируемый становится перед стартовой линией в положении высокого старта (наступать на стартовую линию запрещено).

По команде "Внимание", слегка сгибая обе ноги, тестируемый наклоняет корпус вперед и переносит тяжесть тела на впереди стоящую ногу. Допустимо опираться рукой о землю.

По команде "Марш!" участник пробегает 10 м, коснувшись площадки за линией разметки любой частью тела, поворачивается кругом, пробегает еще 10 м, коснувшись площадки за линией разметки любой частью тела, поворачивается кругом, пробегает финишный отрезок.

Судья останавливает секундомер в момент пересечения линии "Финиш". Результат фиксируется до 0,1 с.

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

- начало выполнения испытания до команды судьи "Марш!" (фальстарт);
- во время бега участник помешал рядом бегущему;
- участник не пересек линию во время разворота любой частью тела.

Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.

Прыжок в длину с места толчком двумя ногами выполняется в соответствующем секторе для прыжков. Место отталкивания должно

обеспечивать хорошее сцепление с обувью.

Техника выполнения испытания

Участник принимает исходное положение: ноги на ширине плеч, ступни параллельно, носки ног перед линией отталкивания. Одновременным толчком двух ног выполняется прыжок вперед. Мах руками допускается.

Измерение производится по перпендикулярной прямой от линии отталкивания любой ногой до ближайшего следа, оставленного любой частью тела участника.

Участнику предоставляются три попытки. В зачет идет лучший результат.

Участник имеет право:

- при подготовке и выполнении прыжка производить маховые движения руками;

- использовать полностью время (1 мин), отведенное на подготовку и выполнение попытки.

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

- заступ за линию отталкивания или касание ее;

- отталкивание с предварительного подскока;

- поочередное отталкивание ногами;

- использование каких-либо отягощений, выбрасываемых во время прыжка;

- уход с места приземления назад по направлению к месту отталкивания.

Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье

Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье выполняется из исходного положения: стоя на гимнастической скамье, ноги выпрямлены в коленях, ступни ног расположены параллельно на ширине 10 - 15 см. Линейка измерения прикреплена к скамье - 30 - 40 см вниз, "0" - верхний край скамьи.

Участник выполняет упражнение в спортивной форме, позволяющей судьям определить выпрямление ног в коленях (шорты, леггинсы).

Техника выполнения испытания

При выполнении испытания по команде судьи участник выполняет два предварительных наклона, скользя пальцами рук по линейке измерения. При третьем наклоне участник максимально сгибается и фиксирует результат в течение 2 с. В случае потери равновесия при выполнении испытания допускается повторное выполнение.

Величина гибкости измеряется в сантиметрах. Результат выше уровня гимнастической скамьи определяется знаком "-", ниже - знаком "+".

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

- сгибание ног в коленях;

- фиксация результата пальцами одной руки;

- отсутствие фиксации результата в течение 2 с;

- удержание на 4-й и последующие наклоны.

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.

Тестирование участников проводится в гимнастическом (спортивном) зале или на универсальной спортивной площадке. Место выполнения испытания необходимо оградить лентой, для того чтобы тестируемому никто не мешал в достижении максимального результата.

Техника выполнения испытания

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа выполняется из исходного положения: упор лежа на полу, руки на ширине плеч, кисти вперед, локти отведены не более чем на 45 градусов относительно туловища, плечи, туловище и ноги составляют прямую линию. Стопы упираются в пол без опоры. Расстояние между стопами не более чем ширина стопы.

Засчитывается количество правильно выполненных циклов, состоящих из сгибаний и разгибаний рук, фиксируемых счетом судьи. Сгибая руки, необходимо коснуться грудью пола или контактной платформы высотой 5 см, затем, разгибая руки, вернуться в исходное положение и, зафиксировав его на 1 с, продолжить выполнение испытания.

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

- нарушение требований к исходному положению (постановка рук не соответствует исходному положению, отсутствие прямой линии тела между плечами, туловищем и ногами);
- нарушение техники выполнения испытания;
- нарушение прямой линии "плечи - туловище - ноги";
- отсутствие фиксации на 1 с исходного положения;
- превышение допустимого угла разведения локтей;
- одновременное разгибание рук.

Поднимание туловища из положения лежа на спине.

Поднимание туловища из положения лежа на спине выполняется из исходного положения:

лежа на спине, на гимнастическом мате, руки за головой "в замок", лопатки касаются мата, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты партнером к полу.

Участник выполняет максимальное количество подниманий туловища для I ступени за 30 с, со II по XVIII ступени за 1 мин. и, касаясь локтями бедер (коленей), с последующим возвратом в исходное положение. Засчитывается количество правильно выполненных подниманий туловища.

Для выполнения испытания (теста) создаются пары, один из партнеров выполняет испытание (тест), другой удерживает его ноги за ступни или голени. Затем участники меняются местами.

При наличии специализированного оборудования для выполнения нормативов испытаний комплекса ГТО удержание ног может осуществляться участником в специальном пазе спортивного снаряда самостоятельно.

Ошибки, при которых выполнение не засчитывается:

- отсутствие касания локтями бедер (коленей);
 - отсутствие касания лопатками мата;
 - размыкание пальцев "из замка". Замок должен быть на затылке, а не на шее. "Замок"
- засчитывается до полного расцепления и потери контакта пальцев;
- смещение таза (поднимание таза);
 - изменение прямого угла согнутых ног.

Программа вступительного испытания теоретической подготовленности абитуриентов по предмету «физическая культура».

Вступительного испытания состоит из 30 билетов, имеет комплексный характер и предусматривает проверку уровня знаний и степени сформированности профессионально значимых компетентностей абитуриентов. Все 30 экзаменационных билетов равнозначны по сложности. На подготовку абитуриента к ответу на билет отводится 30 минут. Вопросы экзаменационного билета предусматривают проверку владения знаниями по истории и теории физической культуры.

Результаты вступительного испытания по теоретической подготовленности абитуриентов по предмету «физическая культура» оцениваются по 50 балльной школе. Минимальный проходной балл составляет 25.

Вопросы к вступительному испытанию

1. Что понимается под физической культурой, каковы ее роль и значение в воспитании здорового образа жизни человека?
2. Назовите оздоровительные системы физической культуры и определите различия в их целях, содержании и формах организации занятий.
3. Дайте определение здорового образа жизни и раскройте основные его слагающие.
4. Раскройте понятие физического качества силы, расскажите, от чего оно зависит и с помощью каких тестовых упражнений может быть измерен уровень его развития.
5. Раскройте понятие физического качества выносливости и расскажите, от чего оно зависит и с помощью каких тестовых упражнений может быть измерен уровень его развития.
6. Раскройте понятие физического качества быстроты. Расскажите, от чего оно зависит и с помощью каких тестовых упражнений может быть измерен уровень его развития.
7. Раскройте понятие индивидуального режима дня и объясните, с какой целью он разрабатывается, какие формы занятий физическими упражнениями он может в себя включать.
8. Раскройте понятие физической нагрузки и как ее можно измерять во время самостоятельных занятий физическими упражнениями в спортивном зале и на открытых площадках, охарактеризуйте способы изменения

величины физической нагрузки.

9. Дайте определение физической подготовки и охарактеризуйте ее целевое назначение, расскажите, в каких формах занятий ее можно проводить и какими способами можно оценивать.

10. Охарактеризуйте роль и значение занятий физической культурой для организации трудовой (или учебной) деятельности, расскажите о формах занятий и оздоровительных процедурах, содействующих профилактике утомления.

11. Дайте определение качеству гибкости, расскажите, от чего оно зависит и с помощью каких тестовых упражнений может быть измерен уровень его развития.

12. Объясните, с какой целью проводятся наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью, раскройте основные правила составления и содержательного наполнения дневника наблюдений.

13. Рассказать об основных положениях законодательства Российской Федерации о физической культуре и спорте.

14. Раскройте понятие «активный отдых» и дайте характеристику основных форм его организации, расскажите о его содержании.

15. Дайте определение осанке человека, объясните причины возникновения ее нарушений, их влияние на здоровье человека, обоснуйте целесообразность постоянной профилактики нарушений осанки.

16. Охарактеризуйте основные этапы подготовки к пешему туристскому походу, их цель и основное содержание.

17. Расскажите о положительном влиянии занятий физической культурой на формирование качеств личности, обоснуйте это влияние на собственных примерах.

18. Охарактеризуйте процесс обучения двигательным действиям, определите задачи для каждого из его этапов, раскройте основные правила самостоятельного обучения новым двигательным действиям.

19. Объясните, почему (по каким признакам) занятия физическими упражнениями содействуют укреплению здоровья человека, обоснуйте, на какие системы организма оказывают положительное влияние занятия по развитию физических качеств (по выбору: занятия на развитие выносливости, занятия на развитие силы, занятия на развитие быстроты).

20. Дайте определение понятию «личная гигиена человека» и расскажите, что она в себя включает, объясните, почему необходимо соблюдать личную гигиену при регулярных занятиях физической культурой и спортом.

21. Дайте определение понятию «техника двигательного действия» и поясните, какие компоненты она в себя включает, расскажите, как можно ее анализировать и оценивать, объясните, в чем различия между двигательным навыком и двигательным умением.

22. Дайте определение физической работоспособности человека и расскажите об особенностях ее изменения в течение дня и недели, поясните, с помощью каких средств и форм занятий физическими упражнениями можно поддерживать ее оптимальный уровень.

23. Раскройте понятие прикладной физической подготовки, ее цели и формы организации занятий, расскажите, какое содержание может включаться в прикладную физическую подготовку, и объясните почему.

24. Профилактические меры, исключающие возможность получения теплового удара во время приема солнечных ванн. Ваши действия, если это случилось.

25. Общие требования безопасности при проведении занятий в тренажерном зале.

26. История развития физической культуры (избранного вида спорта)

27. История развития Олимпийского движения.

28. История развития Параолимпийского движения.

29. Основные этапы развития и становления спорта в Рязанской области.

30. Олимпийские и параолимпийские игры 2014 / 2020 гг. Успехи российских спортсменов.

31. Правовые основы физической культуры и спорта.

32. Понятие о физической культуре личности

33. Содержание понятия «Спорт», «Физическая культура», «Физическое воспитание».

34. Дайте определение понятия «осанка» человека, ее основные признаки. Опишите комплекс упражнений, осуществляющих формирование и профилактику нарушения осанки.

35. Охарактеризуйте особенности организации и форм работы по физическому воспитанию детей в летнем оздоровительном лагере.

36. Дайте определение понятия «образ жизни». Охарактеризуйте основные факторы здорового образа жизни.

37. Охарактеризуйте основные формы работы по физическому воспитанию в общеобразовательной школе.

38. Охарактеризуйте особенности организации и проведение спортивных соревнований в школе (лыжная подготовка, легкая атлетика, спортивные игры).

39. Дайте характеристику особенностей физического воспитания детей в семье, его значение и основные формы.

40. Охарактеризуйте методические особенности организации и проведения подвижной игры с детьми дошкольного и младшего школьного возраста.

50. Дайте характеристику двигательных-координационных способностей, значение в жизнедеятельности человека. Назовите средства, развития двигательных-координационных способностей.

51. Охарактеризуйте понятие «двигательная активность». Каково значение двигательной активности в жизнедеятельности человека.

52. Дайте характеристику двигательного качества «гибкость», ее значения в жизнедеятельности человека. Назовите средства развития гибкости.

53. Дайте определение понятия «двигательный режим». Охарактеризуйте недельный двигательный режим школьника.

54. Дайте характеристику двигательного качества «сила». Ее значение в жизнедеятельности человека. Назовите средства ее развития.

55. Правила безопасности при занятиях физическими упражнениями в спортивном зале и на открытой спортивной площадке.

56. Дайте характеристику двигательного качества «быстрота». Ее значение в жизнедеятельности человека. Назовите средства, развития быстроты.

57. Дайте определение понятия «физические упражнения». Техника физических упражнений, ее оценка (основа техники, ведущее звено техники, детали техники).

58. Дайте характеристику двигательного качества «выносливость». Ее значение в жизнедеятельности человека. Назовите средства, развития выносливости.

59. Охарактеризуйте особенности организации и проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме дня дошкольников.

60. Расскажите, какую первую помощь необходимо оказать при ушибах и кровотечениях во время занятий физическими упражнениями.

61. Охарактеризуйте особенности организации и проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня младших школьников.

62. Охарактеризуйте особенности организации и проведения подвижных перемен с учащимися начальных классов.

63. Охарактеризуйте особенности организации и проведения физкультурных минуток на уроках.

64. Расскажите об основных закаливающих процедурах, их влиянии на здоровье человека, основные правила и принципы закаливания.

65. Охарактеризуйте особенности организации и проведения гимнастики до занятий.

66. Дайте определение понятия «физическая нагрузка», расскажите об основных способах контроля за физической нагрузкой на занятиях физическими упражнениями.

67. Дайте определение понятия «физическая подготовленность». Как определить уровень физической подготовленности школьников.

68. Дайте определение понятия «физические упражнения». Охарактеризуйте механизм влияния физических упражнений на физическое развитие человека.

69. Дайте определение понятия «физические упражнения». Охарактеризуйте механизм влияния физических упражнений на функциональное состояние человека.

70. Дайте характеристику структуры урока физкультуры: его составные части, задачи и содержание.

Рекомендуемая литература

1. Ашмарин Б.А. Теория и методика физического воспитания. - М.: ФиС, 2000.
2. Бернштейн Н.А. О ловкости и её развитии. - М.: «ФиС», 2001.
3. Боген М.М. Обучение двигательным действиям. - М.: Физическая культура и спорт, 2005.
4. Бронштейн Н.А. О ловкости и ее развитии. – М.: «Физкультура и спорт», 2001.
5. Вавилова Е.Н. Особенности проявления двигательных качеств у детей 6-7 лет. // Роль физического воспитания в подготовке детей к школе: Сб. науч. тр./ Под ред. Ю.Ф. Змановского и Н.Т. Тереховой. - М., 2000.
6. Гамидова С. К. Содержание и направленность физкультурно-оздоровительных занятий / Гамидова Светлана Константиновна; [Смол. гос. акад. физ. культуры, спорта и туризма]. - Смоленск, 2012
7. Гогунев Е.Н., Мартъенов Б.Н. Психология физического воспитания и спорта. -М.: Физкультура и спорт, 2000.
8. Евстафьев Б.В. Понятийный словарь по физической культуре и спорту. - Л., 2000.
9. Ильин Е.П. Двигательная память, точность воспроизведения амплитуды движений и свойства нервной системы // Психомоторика Сб. научн. трудов. - Л., 2006.
10. Карпеев А. Г. Методологические аспекты изучения координационных способностей // Вопросы биомеханики физических упражнений. Сб. научн. трудов. - Омск, 2002.- С. 24-32.
11. Контрольные упражнения для оценки координационных возможностей юных спортсменов: Метод. рекомендации. - Минск, 2001.
12. Кофман П.К. Настольная книга учителя физической культуры. - М.: Физкультура и спорт, 2008.
13. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. - М.: Физкультура и спорт, 2008.
14. Лях В.И. Понятие «координационные способности» и «ловкость» // Теория и практика физической культуры. -2003. - №8. - С. 44-46.
15. Лях В.И. Сензитивные периоды развития координационных способностей детей в школьном возрасте // Теория и практика физической культуры. -2000. - №3. -С. 15-18.
16. Лях В.И. Координационно-двигательное совершенствование в физическом воспитании и спорте: история, теория, экспериментальные исследования // Теория и практика физической культуры. -2005. - №11.
17. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. - М.: Физкультура и спорт, 2001.
18. Максименко А.М. Основы теории и методики физической культуры. - М.: Физкультура и спорт, 2009.
19. Наука в олимпийском спорте. - 2000. - №1.- С. 53-59.
20. Петров П.К. Методика преподавания гимнастики в школе: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений 2-е изд. исправ. и доп. – М.: ВЛАДОС. 2014.

21. Платонов В.Н., Булатова М.М. Координация спортсмена и методика её совершенствования: Учебно-метод. пособие. - Киев, 2002.
22. Попов Г.И., Научно-методическая деятельность в спорте: Учебник. – М.: Academia, 2015
23. Решетников Н.В., Кислицын Ю.Л., Палтиеви́ч Р.Л. Физическая культура Учебник. – М.: Academia, 2015
24. Сулейманов И.И. Общее физкультурное образование: Учеб. Т. 1. Школьное физкультурное образование. Ч. 3. – Омск: СибГАФК, 2000.
25. Суслов Ф.П. Теория и методика спорта. - М.: ФиС, 2007.
26. Терехина Р.Н., Крючек Е.С., Люйк Л.В. и др. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Гимнастика. - М.: Academia, 2013
27. Управление движением. / Под ред. А.А. Митькина. - М., Наука, 2000.
28. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта. - М.: Физкультура и спорт, 2000.

ШКАЛА ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ

Критерии оценки ответа на два теоретических вопроса билета ПО
история и теория физического воспитания

Тип задания	Критерий	Количество баллов	Примечание
1 Ответ на первый вопрос билета по теории физического воспитания	1.Развернутое, полное, логическое изложение содержания, указанного в тестовом задании. 2.Полное раскрытие содержания всех базовых понятий. 3. Глубокое понимание теоретического содержания вопроса со ссылкой на первоисточники, основательное объяснение его прикладного значения. 4. Имеет место сравнительный анализ разных теорий, концепций, подходов. 5. Имеют место обобщение изложенного материала, четкие содержательные выводы.	25-21	За каждую терминологическую неточность или некорректное представление научных данных снимается один балл
	1. Содержание вопроса в целом раскрыто, но имеют место некие теоретические неточности, нарушения логики изложения материала. 2. Охарактеризованы не все базовые понятия. 3. Не глубоко понимание теоретического содержания вопроса, поверхностное знание первоисточников, не основательное объяснение его прикладного значения. 4. Сравнительный анализ не содержателен или отсутствует.	20-16	За каждую терминологическую неточность или некорректное представление научных данных снимается один балл

	<p>5. Выводы не обобщают в полной мере содержание изложенного материала.</p>		
	<p>С Содержание вопроса в целом раскрыто, но имеют место ошибки в раскрытии его сущности, отсутствует логика представления материала.</p> <p>2. Не охарактеризовано большинство базовых понятий.</p> <p>3. Поверхностное понимание теоретического содержания вопроса, не знание первоисточников, не понимание его прикладного значения.</p> <p>4. Сравнительный анализ отсутствует.</p> <p>5. Выводы не четкие.</p>	<p>15-11</p>	<p>За каждую терминологическую неточность или некорректное представление научных данных снимается один балл</p>
	<p>2. Не охарактеризовано большинство базовых понятий.</p>	<p>10-6</p>	<p>За каждую терминологическую неточность или некорректное представление научных данных снимается один балл</p>
	<p>Абитуриент демонстрирует неудовлетворительные знания в области истории и теории физической культуры, обнаруживает непонимание сущности теоретических понятий, совсем не ориентируется в современных достижениях в области спорта.</p>	<p>5-1</p>	<p>За каждую терминологическую неточность или некорректное представление научных данных снимается один балл</p>

	Абитуриент отказался отвечать	0	
2 Ответ на второй вопрос по истории физической культуры	<p>1.Развернутое, полное, логическое изложение содержания указанного в тестовом задании.</p> <p>2. Полное раскрытие содержания всех базовых понятий.</p> <p>3. Глубокое понимание теоретического содержания вопроса со ссылкой на первоисточники, основательное объяснение его прикладного значения.</p> <p>4. Имеет место сравнительный анализ разных теорий, концепций, подходов.</p> <p>5. Имеют место обобщение материала, четкие содержательные выводы.</p>	25-21	За каждую терминологическую неточность или некорректное представление данных снимается один балл
	<p>1. Содержание вопроса в целом раскрыто, но имеют место некие теоретические неточности, нарушения логики изложения материала.</p> <p>2. Охарактеризованы не все базовые понятия.</p> <p>3. Не глубоко понимание теоретического содержания вопроса, поверхностное знание первоисточников, не основательное объяснение его прикладного значения.</p> <p>4. Сравнительный анализ не содержателен или отсутствует.</p> <p>5. Выводы не обобщают в полной мере содержание изложенного материала.</p>	20-16	За каждую терминологическую неточность или некорректное представление данных снимается один балл
	С Содержание вопроса в целом раскрыто, но имеют		

	<p>место ошибки в раскрытии его сущности, отсутствует логика представления материала.</p> <p>2. Не охарактеризовано большинство базовых понятий.</p> <p>3. Поверхностное понимание теоретического содержания вопроса, не знание первоисточников, не понимание его прикладного значения.</p> <p>4. Сравнительный анализ отсутствует.</p> <p>5. Выводы не четкие.</p>	15-11	<p>ю неточность или некорректное представление данных снимается один балл</p>
	<p>2. Не охарактеризовано большинство базовых понятий.</p>	10-6	<p>За каждую терминологическую неточность или некорректное представление данных снимается один балл</p>
	<p>Абитуриент демонстрирует неудовлетворительные знания в области истории и теории физической культуры, обнаруживает непонимание сущности теоретических понятий, совсем не ориентируется в современных достижениях в области спорта.</p>	5-1	<p>За каждую терминологическую неточность или некорректное представление данных снимается один балл</p>
	<p>Абитуриент отказался отвечать</p>	0	

Таблица 1.

ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ТЕСТА ДЛЯ МУЖЧИН

	Тести	Оценка в балах (возраст 16-17 л.)			Оценка в балах (возраст 30-34 г.)		
		3	4	5	3	4	5
1.	Челночный бег 4x9м, с 3x10	7,9	7,6	6,9	8,1	7,8	7,1
2.	Прыжок в длину с места, см	192	213	235	200	210	230
3.	Наклон туловища вперед из положения стоя, см	6	8	13	3	5	11
4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа от пола, раз	25	32	43	16	19	32
5.	Поднимание туловища в сед за 60 с., раз	35	41	51	26	31	41

Таблица 2.

ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ТЕСТА ДЛЯ ЖЕНЩИН

	Тести	Оценка в балах (возраст 16-17 л.)			Оценка в балах (возраст 30-34 г.)		
		3	4	5	3	4	5
1.	Челночный бег 4x9м, с 3x10	8,9	8,7	7,9	9,1	8,9	8,1
2.	Прыжок в длину с места, см	157	173	188	140	150	170
3.	Наклон туловища вперед из положения стоя, см	7	9	16	5	7	13
4.	Поднимание туловища в сед за 60 с., раз	32	37	45	19	22	33

5.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа от пола, раз	8	12	17	5	7	13
----	-----------------------------------------------------	---	----	----	---	---	----

Заведующий кафедрой физического воспитания, спорта и здоровья человека



доктор педагогических наук, профессор
А.В. Осипцов