

ПОЛОЖЕНИЕ О СОБЕСЕДОВАНИИ
ДЛЯ ПОСТУПАЮЩИХ НА НАПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКИ 49.03.02 «ФИЗИЧЕСКАЯ
КУЛЬТУРА ДЛЯ ЛИЦ С ОТКЛОНЕНИЯМИ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ
(АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА)» НА ФАКУЛЬТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ И СПОРТА ФГБОУ ВО «РГУ ИМЕНИ С.А. ЕСЕНИНА»

Для абитуриентов, поступающих на бакалавриат по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» профиль «Адаптивное физическое воспитание» проводится дополнительное вступительное испытание в виде собеседования.

Представление абитуриентом своего портфолио является частью вступительного испытания «Собеседование». Портфолио предоставляется в приемную комиссию университета вместе с необходимыми документами.

В портфолио должны быть отражены спортивные достижения абитуриента. В состав портфолио могут быть включены грамоты, дипломы, благодарственные письма, свидетельства и другие документы, подтверждающие успешное участие абитуриента в спортивных мероприятиях.

Абитуриенты допускаются к экзамену и без представления портфолио.

Вопросы, выносимые на собеседование, соответствуют обязательному минимуму содержания среднего (полного) общего образования по программе «Физической культуры» и охватывают основные знания, полученные учащимися в общеобразовательном учреждении.

Перечень вопросов выносимых на собеседование:

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 составляющие.
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 / 2018 гг. Успехи российских спортсменов.

Собеседование предусматривает дифференцированную оценку по 100-балльной шкале.

Граница положительной оценки – 50 баллов.