

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ ОМСКОЙ ОБЛАСТИ
БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ОМСКОЙ ОБЛАСТИ
«ОМСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ №1»



ПРОГРАММА
вступительных испытаний
по специальности 49.02.01 Физическая культура
для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Омск, 2019

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка	4
Содержание вступительных испытаний.	6
Приложение 1	19
Приложение 2.....	21

Пояснительная записка

Программа вступительных экзаменов в БПОУ «Омский педагогический колледж №1» разработана на основе нормативных документов:

- Примерные программы учебного предмета «Физическая культура» среднего общего образования, утвержденные Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего и среднего образования;

- Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» 2019 года.

- Правила приема на обучение по образовательным программам среднего профессионального образования в бюджетное профессиональное образовательное учреждение Омской области «Омский педагогический колледж №1» на 2019 год.

Программа вступительных испытаний обеспечена учебно-методическим комплектом, утвержденным приказом Минобрнауки РФ от 24.12.2010 № 2080:

- Пособие. Физическая культура. 1-11 классы: комплексная программа физического воспитания В.И. Ляха, А.А. Зданевича / авт.-сост. А.Н. Каинов, Г.И. Курьерова. – Изд. 2-е. – Волгоград: Учитель, 2018. – 171 с.

- Учебник. Физическая культура. 10-11 классы, учебник для общеобразовательных организаций: базовый уровень / В.И. Лях. 3-е изд. - М.: Просвещение, 2016. – 255с.

- Пособие. Физическая культура. 1-11 классы: комплексная программа физического воспитания В.И. Ляха, А.А. Зданевича / авт.-сост. А.Н. Каинов, Г.И. Курьерова. – Изд. 2-е. – Волгоград: Учитель, 2018. – 171 с.

Организация вступительных испытаний обеспечивается в соответствии с Правилами приема с учетом особенностей проведения вступительных испытаний для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Вступительные испытания проводятся в течение одного дня в форме выполнения теоретического тестового задания. Условия и способ выполнения тестовых заданий определяются экзаменационной комиссией в соответствии с Правилами приема.

Абитуриентам, имеющим звание «Мастер спорта России», при наличии официальной подтверждающей документации, или разряд «кандидат в мастера

спорта», присвоенный в 2017 - 2018 гг., выставляется оценка «отлично» в экзаменационной ведомости вступительных испытаний.

Абитуриенты, не явившиеся на вступительные испытания (болезнь или иные обстоятельства, подтвержденные документально), могут сдать экзамен на следующем этапе вступительных испытаний или индивидуально до полного их завершения.

Абитуриенты, не явившиеся на вступительные испытания без уважительных причин, а также забравшие документы после начала вступительных испытаний, к дальнейшим испытаниям не допускаются, выбывают из конкурса и не зачисляются в число студентов. Повторное участие в одном и том же вступительном испытании не разрешается.

Расписание вступительных испытаний (предмет, дата, время, место проведения, дата объявления результата) утверждается председателем приемной комиссии или его заместителем и доводится до сведения поступающих.

Содержание вступительных испытаний.

Содержание вступительных испытаний соответствует требованиям к предметным результатам освоения программы учебного предмета «Физическая культура» среднего общего образования, утвержденной Федеральным государственным образовательным стандартом общего среднего образования (в части Физическая культура как область знаний).

Вступительный экзамен проводится в форме выполнения теоретического тестового задания, позволяющего качественно оценить учебные достижения абитуриента в освоении Примерной программы в части Физическая культура как область знаний по следующим разделам:

- История и современное развитие физической культуры
- Современное представление о физической культуре (основные понятия)
- Физическая культура человека
- Способы двигательной (физкультурной) деятельности
- Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой

Тестовое задание разработано в соответствии с Примерной программой и авторской программой «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В.И. Ляха, А.А. Зданевича и охватывает раздел рабочей программы по физической культуре для учащихся 10-11 классов «Основы знаний о физической культуре».

Задания сформулированы в виде повествовательных предложений краткой, предельно простой синтаксической конструкции, содержат вопросы, ответить на которые можно на основе специальных знаний, полученных при изучении дисциплины Физическая культура в средней школе. Каждое задание состоит из двух частей: содержательной и ответной. Ответ содержит перечень возможных вариантов (четырёх), среди которых один правильный ответ. Инструкция для студентов выделена в тексте подчеркиванием.

Тестовое задание предъявляются абитуриенту непосредственно во время проведения вступительных испытаний.

Оценка за выполнение тестового задания производится по пятибалльной системе. При выполнении заданий ставится отметка:

«5» - за правильное выполнение более 85% заданий (43-50 правильных ответов);

«4» - за 70-85% правильно выполненных заданий (35-49 правильных ответов);

«3» - за 50-69% правильно выполненных заданий (25-34 правильных ответов);

«2» - за правильное выполнение заданий менее 50% (менее 25 правильных ответов).

Результаты выполнения контрольных упражнений вносятся в экзаменационную ведомость вступительных испытаний.

Памятка для абитуриента по подготовке к вступительным экзаменам по специальности 49.02.01 Физическая культура для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Для успешного прохождения вступительных испытаний абитуриенту необходимо продемонстрировать предметные результаты освоения примерной программы учебного предмета «Физическая культура» среднего общего образования, утвержденной Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего и среднего образования в части Физическая культура как область знаний.

В соответствии с требованиями к результатам освоения программы школьной подготовки выпускник должен получить основы знаний о физической культуре:

Социокультурные основы.

10 класс. Физическая культура общества и человека, понятие физической культуры личности. Ценностные ориентиры индивидуальной физкультурной деятельности: укрепление здоровья, физическое совершенствование и формирование здорового образа жизни. Современное олимпийское и физкультурно-массовое движения.

11 класс. Спортивно-оздоровительные системы физических упражнений в отечественной и зарубежной культуре, их цели и задачи, основы содержания и формы организации.

Психолого-педагогические основы.

10 класс. Способы индивидуальной организации, планирования, регулирования и контроля физических нагрузок во время занятий физическими упражнениями. Основные формы и виды физических упражнений.

Понятие телосложения и характеристика его основных типов, типов, способы составления комплексов физических упражнений из современных систем физического воспитания. Основные технико-тактические действия в избранном виде спорта.

11 класс. Основы организации и проведения спортивно-массовых соревнований по различным видам спорта. Особенности самостоятельной подготовки к участию в спортивно-массовых мероприятиях. Способы регулирования массы тела.

Медико-биологические основы.

10 класс. Роль физической культуры и спорта в профилактике заболеваний и укрепления здоровья. Основы организации двигательного режима, характеристика упражнений и подбор форм занятий в зависимости от особенностей индивидуальной учебной деятельности, самочувствия и показателей здоровья.

11класс. Особенности техники безопасности и профилактики травматизма, профилактические и восстановительные мероприятия при организации и проведении спортивно-массовых и индивидуальных форм занятий физической культурой и спортом. Вредные привычки, причины их возникновения и пагубное влияние на здоровье.

Приемы само регуляции.

10-11 классы. Аутогенная тренировка. Псих мышечная и психорегулирующая тренировки. Элементы йоги.

Список дополнительных к учебникам пособий в помощь абитуриенту

1. Бурухин С. Ф. Методика обучения физической культуре. гимнастика: учеб. пособие для СПО / С. Ф. Бурухин. — 3-е изд., испр. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2019. — 173 с.

2. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учеб. пособие для бакалавриата и магистратуры / Г. Н. Германов. — 2-е изд., перераб. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 224 с.

3. Давыдов В.Ю. Меры безопасности на уроках физической культуры: учебно-метод. пособие. – М.: «Советский спорт», 2007. – 140 с.

4. Твой Олимпийский учебник: учеб. Пособие / А.Т. Константинов, В.В. Столбов, С.А. Иванов, В.С. Родиченко, Л.Б. Кофман, В.И. Столяров. – М. : Советский спорт, 2014. – 224.

5. Физическая культура. 10-11 классы: учеб. для общеобразоват. организаций: базовый уровень / В.И. Ляха. – 3-е изд. – М. : Просвещение, 2016. – 255 с. : ил.

6. Физическая культура. 8-9 классы: учеб. для общеобразоват. Организаций: базовый уровень / В.И. Ляха. – 4-е изд. – М. : Просвещение, 2017. – 255 с. : ил.

7. Физическая культура школьника: Учеб. пособие для школьников и абитуриентов/Г.Н. Германов, М.М. Кубланов, М.Е. Злобина. – Воронеж: «Истоки», 2008. – 333с.

Интернет-ресурсы:

1. <http://www.infosport.ru> – сайт Отраслевого информационного спортивного портала.

2. <http://www.rossport.ru> – сайт Федерального агентства по физической культуре и спорту.

3. <http://lib.sportedu.ru> – сайт Центральной отраслевой библиотеки по физической культуре и спорту.

4. <http://www.gto.ru/norms> сайт ВФСК ГТО