

**Утверждаю**

Председатель приемной комиссии  
ФГБОУ ВО «ВГАФК»,  
ректор, профессор

В.С. Якимович

« 28 »

сентября

2021 г.



**ПРОГРАММА  
ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ  
«ТЕОРИЯ, МЕТОДИКИ И ТЕХНОЛОГИИ СПОРТИВНОЙ  
ТРЕНИРОВКИ В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА»**

**при поступлении на обучение по программе магистратуры**

**направление подготовки 49.04.03 Спорт**

При поступлении на обучение по программе магистратуры 49.04.03 Спорт проводится вступительное испытание «Теория, методика и технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта» в форме экзамена (устно).

*Перечень вопросов для подготовки:*

1. Дайте определение понятию «спорт». В чем заключается его основная сущность. В чем имеется сходство и чем различаются спорт и физическая культура?

2. Раскройте смысловое значение понятий «вид спорта», «спортивная дисциплина», «соревновательная дисциплина», «соревнование», «состязание», «спортивный результат», «спортивное достижение».

3. Как систематизируются виды спорта по характерным признакам? По каким направлениям развивается современный спорт?

4. Раскройте социальные функции спорта.

5. Дайте общую характеристику системы спортивной подготовки.

6. Дайте определение и характеристику спортивной тренировке. Что ее характеризует как педагогический процесс? Какие компоненты следует различать в системе спортивной тренировки?

7. Раскройте основное содержание принципа «Максимизации и углубленной индивидуализированной специализации при построении тренировочно-соревновательного процесса».

8. Раскройте основное содержание принципа «Сочетания в спортивной тренировке постепенности и предельности, опережающих и стабилизирующих тенденций».

9. Раскройте основное содержание принципа «Избирательной направленности и единства различных сторон подготовки» в системе спортивной тренировки.

10. Раскройте основное содержание принципа «Непрерывности и цикличности тренировочно-соревновательного процесса».

11. Раскройте основные средства и методы спортивной тренировки. Особенности их применения в процессе многолетней подготовки (на примере избранного вида спорта).

12. Классификационные подходы к систематизации соревновательной деятельности. Тенденции многолетней динамики соревновательной деятельности спортсменов.

13. Организация системы отбора и спортивной ориентации (на примере избранного вида спорта).

14. Каковы организационные и методические аспекты построения многолетней подготовки (на примере избранного вида спорта)?

15. Современные подходы к построению годичного тренировочного цикла (на примере избранного вида спорта).

16. Тренировочные микроциклы их характеристика и особенности построения на различных этапах подготовки (на примере избранного вида спорта).

17. Педагогический контроль в системе подготовки спортсменов. Содержание и специфические особенности оперативного, текущего и этапного контроля (на примере избранного вида спорта).

18. Воспитание силовых качеств в избранной спортивной дисциплине.

19. Развитие быстроты в избранной спортивной дисциплине.

20. Развитие скоростно-силовых качеств в избранной спортивной дисциплине.

21. Развитие общей выносливости в избранной спортивной дисциплине.

22. Развитие специальной выносливости в избранной спортивной дисциплине.

23. Значение гибкости для повышения результативности в различных видах спорта. Особенности формирования гибкости в избранной спортивной дисциплине.

24. Особенности организации и методика тренировки спортсменов в условиях среднегорья и высокогорья (на примере избранного вида спорта).

### Критерии оценки ответа:

№ п/п	Количество баллов	Характеристика оцениваемых знаний
1.	Менее 40	Абитуриент показывает низкий уровень знаний, не может глубоко аргументировать свой ответ, демонстрирует крайне низкий уровень владения категориальным аппаратом предметной области адаптивной физической культуры и спорта.
2.	40-60	Абитуриент показывает удовлетворительные знания, но не может глубоко аргументировать свой ответ, демонстрирует низкий уровень владения категориальным аппаратом предметной области физической культуры и спорта. Содержание ответа узконаправленное, не базируется на связи смежных учебных дисциплин. В ответе не дается четкая оценка раскрываемых положений, просматриваются затруднения в оценке и сопоставлении приводимых фактов, допускаются ошибки в толковании теорий, концепций и т.п.
3.	61-80	Абитуриент показывает хорошие знания, отвечает четко, стремится аргументировать высказываемую точку зрения, обосновывать

		выводы, разъяснять их в логической последовательности. Однако содержание ответа не является глубоким, построенным на междисциплинарных связях физической культуры со смежными научными областями. В ответе просматривается средний уровень владения категориальным аппаратом учебной дисциплины, допускаются ошибки в толковании ряда теорий, концепций и т.п.
4.	81-100	Абитуриент показывает глубокие, прочные знания, использует категориальный аппарат учебной дисциплины, умеет оценивать и сопоставлять факты, представлять связь теории с практикой. Ответ построен на рассуждениях, аргументировании высказываемой точки зрения. Ведущие положения ответа обоснованы, разъяснены в логической последовательности без наводящих вопросов с учетом междисциплинарных связей смежных учебных дисциплин.

### **Список рекомендуемой литературы:**

1. Зациорский, В.М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания / В.М. Зациорский. – 3-е изд. – М.: Советский спорт, 2009. – 200 с.
2. Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник. – 4-е изд., испр. и доп. / Л.П. Матвеев. – СПб.: Лань, 2005. – 384 с.
3. Теоретические основы и организация подготовки спортсменов: учебное пособие / В.Д. Фискалов. – Волгоград: ВГАФК, 2010. – 278 с.
4. Теория и методика физической культуры: учебник / Под ред. Ю.Ф. Курамшина. – 3-е изд., испр. – М.: Советский спорт, 2007. – 464 с.
5. Фарфель, В.С. Управление движениями в спорте / В.С. Фарфель. – М.: Советский спорт, 2010. – 208 с.
6. Фискалов, В.Д. Спорт и система подготовки спортсменов: учебник / В.Д. Фискалов. – М.: Советский спорт, 2010. – 392 с.