

Минпросвещения России
ФГАОУ ВО «Российский государственный профессионально-педагогический
университет»



Заместитель председателя приемной
комиссии университета
первый проректор
А.В. Феокистов

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ
вступительного испытания, проводимого университетом
самостоятельно, для поступающих по образовательной
программе высшего образования – программе магистратуры

Направление подготовки

44.04.04 Профессиональное обучение
(по отраслям)

Профиль

Технологии учебно-тренировочного
процесса

Екатеринбург
РГППУ
2023

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ

1. Возникновение и состояние современного спорта.
2. Функции спорта в обществе.
3. Классификация видов спорта.
4. Соревнования как основа спортивной деятельности.
5. Спорт как зрелище, эстетика спорта.
6. Задачи, этапы спортивного отбора и ориентации согласно возраста.
7. Педагогические и медико-биологические аспекты, критерии спортивного отбора и ориентации согласно возраста.
8. Структура процесса обучения двигательным действиям: этапы процесса обучения движениям и их характеристика.
9. Задачи, содержание общей и специальной физической подготовки.
10. Средства, методы общей и специальной физической подготовки.
11. Единство общей и специальной физической подготовки.
12. Общая характеристика средств спортивной тренировки (физические упражнения; восстановительные, фармакологические, материально-технические средства).
13. Характеристика равномерного, переменного, повторного, интервального, игрового, соревновательного методов спортивной тренировки.
14. Государственные органы управления физической культурой и спортом. Функции Министерства спорта РФ, Министерства образования и науки РФ. Общественные органы управления физической культурой и спортом. Функции национального олимпийского комитета РФ, федераций по видам спорта, физкультурно-спортивных обществ и ассоциаций.
15. Причины и условия периодических изменений тренировочного процесса. Педагогическая и физиологическая характеристика подготовительного, соревновательного и переходного периодов.
16. Структура различных тренировочных циклов (макро, мезо и микроцикла). Продолжительность периодов в зависимости от спортивной подготовленности и календаря соревнований в избранном виде спорта.
17. Понятие об адаптации, общем адаптационном синдроме.
18. Адаптация к физическим нагрузкам.
19. Понятие о скоростных способностях, их виды.
20. Возрастные особенности развития.
21. Факторы, определяющие уровень развития и проявления скоростных способностей.
22. Понятие о простой и сложной реакциях.
23. Средства и основные методы развития (воспитания) скоростных

способностей.

24. Педагогический, медицинский контроль за тренировочным процессом, их назначение и содержание.

25. Виды контроля тренировочного процесса (этапный, текущий, оперативный), их назначение и содержание.

26. Самоконтроль спортсмена (субъективные и объективные показатели).

27. Сущность общей и специальной подготовки; направленность на максимально возможные достижения, углубленная специализация и индивидуализация; непрерывность тренировочного процесса; единство постепенности и предельности наращивания тренировочных нагрузок; волнообразность динамики нагрузок и цикличность тренировочного процесса.

28. Оздоровительная тренировка людей среднего возраста (вид упражнений, методика проведения занятий).

29. Показатели тренированности спортсменов в состоянии покоя, при выполнении стандартной и предельных нагрузок.

30. Основные функциональные эффекты тренировки (экономизация, максимизация, повышение резервных возможностей, восстанавливаемость, устойчивость функций и др.).

31. Принципы физиологической оценки качества и эффективности срочной и долговременной адаптации к физическим нагрузкам.

32. Понятие технической подготовки.

33. Средства и методы технической подготовки.

34. Роль технической подготовки в общей системе спортивной тренировки.

35. Причины и структура заболеваемости, факторы риска.

36. Летальность среди спортсменов.

37. Особенности заболеваний спортсменов.

38. Спортивный травматизм.

39. Первая помощь при заболеваниях и травмах у спортсменов, профилактика. Реабилитация спортсменов.

40. Психологическая специфика работы спортивного педагога.

41. Структура его деятельности.

42. Основные функции спортивного педагога.

43. Стили руководства.

44. Понятие о силовых способностях, их виды.

45. Возрастные особенности развития.

46. Факторы, определяющие уровень развития и проявления силовых способностей.

47. Средства и основные методы развития (воспитания) силы.

48. Основные факторы, определяющие структуру многолетней подготовки

спортсмена.

49. Этапы многолетней подготовки спортсмена (предварительный этап, этап начальной подготовки, этап углубленной специализации, этап высшего спортивного мастерства, этап спортивного долголетия).

50. Восстановление энергетических запасов в организме.

51. Физиологические закономерности восстановления: неравномерность, гетерохронность, фазовый характер, избирательность.

52. Средства ускорения восстановления работоспособности спортсмена.

53. Виды планирования. Документы планирования.

54. Понятие физической культуры.

55. Формы, функции (оздоровительная, воспитательная, рекреационно-реабилитационная) и виды физической культуры. Цель и задачи системы физического воспитания.

56. Понятие «допинг».

57. Классификация фармакологических препаратов, применяемых в качестве допинга.

58. Организация и процедура антидопингового контроля. Наказания за применение допинга.

59. Отрицательное влияние допинга на здоровье спортсменов.

60. Факторы, определяющие уровень развития (воспитания) гибкости. Задачи, средства и методы развития (воспитания) гибкости.

61. Понятие «спорт», спорт профессиональный и массовый.

62. Понятие «физическое воспитание» как педагогический процесс.

63. Основные причины возникновения перетренированности у спортсменов. Симптоматика перетренированности.

64. Фазы развития перетренированности. Профилактика и лечение перетренированности.

65. Понятие о выносливости. Утомление и выносливость. Виды выносливости. Факторы, определяющие проявление выносливости (физиологические, биохимические, генетические, личностно-психологические: мотивация, проявление воли).

66. Методика развития (воспитания) выносливости.

67. Развитие (воспитание) общей (или специальной) выносливости на примере избранного вида спорта. Методы оценки выносливости.

68. Понятие о координационных способностях, возрастные особенности развития. Критерии оценки и формы проявления координационных способностей. Средства и основные методы их развития (воспитания).

69. Социальная защита спортсменов и тренеров в спорте высших достижений и профессиональном спорте.

70. Страхование жизни и здоровья спортсменов.

71. Контрактная система.

72. Утомление и факторы его, определяющие в избранном виде спорта.

Изменения, происходящие в центральной нервной системе и исполнительных органах при возникновении утомления. Утомление как защитная реакция организма.

73. Физиологическая и педагогическая характеристики тренировочных нагрузок. Основные показатели, определяющие нагрузку – объем и интенсивность (их характеристики).

74. Построение и динамика тренировочных нагрузок на разных этапах подготовки спортсмена.

75. Взаимосвязь объема и интенсивности тренировочной нагрузки у спортсменов различного возраста, пола и квалификации.