

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
ФГАОУ ВО «ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
ТЮБОЛЬСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ ИМ. Д.И.МЕНДЕЛЕЕВА

УТВЕРЖДАЮ

Ответственный секретарь
приемной комиссии

 А.В. Губайдулина



**Программа вступительного испытания по специальности
49.02.01 Физическая культура**

При приеме граждан, поступающих на специальность 49.02.01 «Физическая культура», проводится вступительное испытание в виде тестирования (дистанционно с использованием общедоступных форм для создания on-line тестов – по типу приложения Forms в Office.365 или приложения Гугл-формы)

К вступительным испытаниям допускаются поступающие, которые подали заявление на специальность 49.02.01 «Физическая культура» в сроки, установленные правилами приёма ФГАОУ ВО «Тюменский государственный университет», и не имеющие медицинских противопоказаний и ограничений к занятиям физической культурой и спортом.

Абитуриент, набравший на экзамене 51 и более баллов, получает «зачет» и участвует в дальнейшем конкурсе на зачисление. Абитуриент, набравший на экзамене 50 и менее баллов, получает «незачет» и не может быть рекомендован к зачислению на соответствующую образовательную программу. Вступительное испытание проводится согласно утверждённому расписанию.

Тестирование состоит из 100 вопросов (за каждый правильный ответ 1 балл). На решение тестирования дается 180 минут.

Перечень тем, которые будут включены в тесты

1. История Олимпийских игр.
2. Здоровый образ жизни.
3. Общие знания по теории и методике физической культуры.

Примерные тестовые задания

1. Упражнения, содействующие развитию выносливости целесообразно выполнять в...

- а) в конце подготовительной части занятия, б) в начале основной части занятия,
- в) в середине основной части занятия,
- г) в конце основной части занятия.

2. Какой вид старта применяется в беге на короткие дистанции?

- а) высокий,

- б) средний,
- в) низкий,
- г) любой.

3. Сколько попыток дается участнику соревнований по прыжкам в высоту?

- а) две попытки на каждой высоте,
- б) три попытки на каждой высоте,
- в) одна попытка на каждой высоте,
- г) четыре попытки на каждой высоте.

4. Какой из способов спортивного плавания самый бесшумный?

- а) кроль на спине,
- б) кроль на груди,
- в) баттерфляй (дельфин),
- г) брасс.

5. Как дословно переводится слово «волейбол» с английского языка?

- а) летающий мяч,
- б) прыгающий мяч,
- в) игра через сетку,
- г) парящий мяч.

6. Сколько игроков играют в волейбол на одной стороне площадки?

- а) 5,
- б) 10,
- в) 6,
- г) 7.

7. Выполнение гимнастических упражнений с предметами называется:

- А) спортивная гимнастика
- Б) акробатика
- В) художественная гимнастика

8. Что такое гиподинамия?

- А) большая физическая нагрузка
- Б) недостаточная физическая нагрузка
- В) постоянное общение с природой.

9. Основные источники энергии для организма:

- А) белки, витамины
- Б) углеводы, жиры
- В) углеводы, минеральные элементы
- Г) белки, жиры

12. Бег на какую дистанцию называют – спринтерский бег?

- А) 42 км

- Б) 100 м
- В) 800 м
- Г) 1500 м.

13. Как называется строй, когда стоят в затылок друг другу:

- а) колонна;
- б) фланг;
- в) шеренга;
- г) круг.

14. Как называется строй, когда стоят плечом к плечу:

- а) колонна;
- б) фланг;
- в) шеренга;
- г) круг.

15. Какое физическое качество развивает б — минутный бег:

- а) гибкость;
- б) силу;
- в) выносливость;
- г) ловкость.

16. Один из способов прыжка в высоту называется...

- а) перешагивание;
- б) перекатывание;
- в) переступание;
- г) перемахивание.

17. 16 июня 1894 года открылся «международный атлетический конгресс». В актовом зале знаменитого университета в парижской Сорбонне среди представителей спортивных объединений был и россиянин 60-летний генерал-лейтенант русской армии и именитый педагог.

- а) Деникин Антон Иванович;
- в) Бутовский Алексей Дмитриевич;
- б) Алексеев Михаил Васильевич;
- г) Келлер Федор Артурович.

18. Кифоз – это

- а) Заболевание позвоночника;
- в) Грудной и крестцовый изгиб позвоночника;
- б) Шейный и поясничный изгиб позвоночника;
- г) Нарушение осанки.

19. Эта профессия предъявляет ко всем категориям высокие требования не только к общей физической подготовке, но и к развитию таких координационных способностей, как умение быстро ориентироваться в

пространстве и во времени, развитие вестибулярного аппарата. Быстрота и точность выполнения движений.

- а) работники автотранспорта;
- в) военнослужащие разных родов войск;
- б) медицинские работники;
- г) труд работников экономических специальностей.

20. Ряд травм и повреждений во время занятий физической культурой и спортом возникает в результате

- а) опоздания на занятия;
- в) соблюдение достаточно простых правил;
- б) нарушения достаточно простых правил;
- г) непонимание учебного материала.

21. Основателем этой игры является Джеймс Нейсмит преподаватель международной тренировочной школы в Спрингфилде (США). Укажите название спортивной игры.

- а) футбол;
- в) баскетбол;
- б) волейбол;
- г) теннис.

22. В спортивной игре волейбол мяч считается проигранным

- а) когда он коснулся земли;
- в) если мяч был задержан в руках или телом;
- б) если команда ударила более 3-х раз;
- г) все утверждения верны.

23. Скелетон это...

- а) конькобежный вид спорта;
- в) горнолыжный спуск;
- б) санный вид спорта;
- г) вид фигурного катания.

Рекомендуемая литература

1. Бишаева А.А., Малков А.А. Физическая культура. Учебник. М.: КноРус, 2020. 312 с.
2. Германов Г. Н., Корольков А. Н., Сабирова И. А. Теория и история физической культуры и спорта. Учебное пособие для СПО. В 3-х томах. Том 1. Игры олимпиад. М.: Юрайт, 2019. 794 с.
3. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник / Под ред. Кикотия В.Я., Барчукова И.С.. - М.: Юнити, 2017. - 288 с.
4. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник / Под ред. В.Я. Кикотия, И.С. Барчукова. - М.: Юнити, 2016. - 431 с.