

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«Северо-Восточный федеральный университет имени М.К. Аммосова»
Институт физической культуры и спорта

Принято
Ученым советом ИФКиС СВФУ
Протокол № 2
«26» октября 2016 г.



ПРОГРАММА СОБЕСЕДОВАНИЯ
49.04.01 Физическая культура «Оздоровительная физическая культура»

Якутск 2016 г.

**Вопросы собеседования для поступающих в магистерскую программу
«Оздоровительная физическая культура» по направлению подготовки 49.04.01
«Физическая культура»**

1 часть

1. Роль, место и функции физической культуры в современном обществе.
2. Современное Олимпийское движение. Олимпийское образование. Тенденции развития и проблемы.
3. Методы и средства физического воспитания и их характеристика.
4. Формы занятий физическими упражнениями и их характеристика.
5. Организация и проведение спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий.
6. Морфо-функциональные особенности различных возрастных групп населения и их учет в физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работе.
7. Структура и психолого-педагогические особенности профессиональной деятельности преподавателя физического воспитания.
8. Характеристика средств физического воспитания. Физические упражнения – основное средство физического воспитания (определение и разновидности, содержание и форма).
9. Медико-педагогический контроль и самоконтроль в процессе занятий физическими упражнениями.
10. Физическая активность людей зрелого и пожилого возраста: особенности содержания, и методики современных физкультурно-оздоровительных технологий.

2 часть

1. Основные причины травматизма во время занятий физической культурой.
2. Что такое здоровый образ жизни и как вы его реализуете?
3. Требования безопасности при проведении соревнований по спортивным играм (на примере одного игрового вида спорта).
4. Какие задачи решает режим дня и что необходимо учитывать при его организации?
5. Требование безопасности перед началом занятий по гимнастике.
6. Построение и содержание самостоятельных занятий по общей физической подготовке.
7. Требование безопасности во время занятий по легкой атлетике.
8. В чём различие между скоростью и силой человека. С помощью каких упражнений можно их развить?
9. Требования безопасности при проведении занятий по лыжной подготовке.
10. Какие признаки различной степени утомления вы знаете? Способы снятия признаков утомления.
11. Требование безопасности занятий по плаванию на открытой воде.
12. От чего зависит гибкость тела человека? Какие упражнения рекомендуются для развития гибкости?
13. Зарождение Олимпийских игр в древности.
14. Общие требования безопасности при проведении туристических походов.
15. Гигиенические требования, предъявляемые к одежде и обуви для занятий физической культурой и спортом.
16. История Олимпийских игр современности.
17. Каким образом могут повлиять занятия физическими упражнениями на формирование телосложения?
18. Девиз, символика и ритуал Олимпийских игр.
19. Требования безопасности во время занятий в тренажерном зале.
20. Что понимается под физической культурой личности и в чем выражается ее взаимосвязь с общей культурой общества?
21. Требования безопасности при проведении занятий по плаванию в бассейне.

22. Как влияют занятия физической культурой на вредные привычки (наркоманию, алкоголизм, курение)?
23. Значение современного Олимпийского движения в развитии мира и дружбы между народами.
24. Профилактические мероприятия по предупреждению травматизма при занятиях физическими упражнениями.
25. Современные спортивно – оздоровительные системы физических упражнений по формированию культуры движений и телосложения.
26. Российские спортсмены чемпионы Олимпийских игр, Мира и Европы (на примере своего вида спорта).
27. Требования безопасности во время проведения подвижных игр.
28. Основные способы плавания.
29. Участие российских спортсменов – олимпийцев в развитии Олимпийского движения в России и мире.
30. Основные способы передвижения на лыжах.
31. Физическая культура и ее роль в формировании здорового образа жизни.
32. Физические упражнения для развития специальной физической подготовки (на примере избранного вида спорта).
33. Основные этапы формирования техники двигательного действия в процессе занятий физической культурой и спортом.
34. Основные нарушения правил соревнований (на примере избранного вида спорта).
35. Понятие физического качества «Сила». Подбор упражнений для её развития?
36. Меры предосторожности, исключая обморожения при занятиях лыжным спортом.
37. Что понимается под индивидуальным физическим развитием, и по каким основным показателям оно оценивается?
38. Основные виды закаливающих процедур и их оздоровительная направленность.
39. Что понимается под качеством «выносливость»? Основные правила его развития в процессе занятий физической культурой и спортом.
40. Правила этического поведения во время спортивных соревнований (на примере избранного вида спорта).
41. Влияние занятий физической культурой и спортом на формирование положительных качеств личности.
42. С какой целью проводится самоконтроль, и что он в себя включает?
43. Понятие «физическая нагрузка». Основные способы ее регулирования во время занятий физической культурой и спортом.
44. Основные требования безопасности к спортивному инвентарю и оборудованию во время занятий на открытых площадках.
45. Понятие здорового образа жизни. Какие формы занятий физической культурой он в себя включает.
46. Мероприятия физкультурно – спортивной направленности, приводимые в течение рабочего дня для повышения работоспособности организма.
47. Что понимается под координацией человека, с помощью каких упражнений (тестов) оценивается уровень ее развития?
48. Задачи развития эстетической сферы личности человека в процессе физкультурно – спортивной деятельности.
49. С какой целью учебные занятия по освоению новых движений и развитию физических качеств подразделяются на три части? Охарактеризуйте содержание каждой из них.
50. Как определить уровень физической подготовленности?