

ОБЛАСТНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ОБОЯНСКИЙ ГУМАНИТАРНО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»



Согласно утверждению
Директор ОБПОУ «ОГТК»
Ю.С. Пирахин
«04» июня 2023 г.

ПРОГРАММА ВСТУПИТЕЛЬНЫХ ИСПЫТАНИЙ

по специальности

44.02.03 Педагогика дополнительного образования

Квалификация: Педагог дополнительного образования в области
физкультурно-оздоровительной деятельности

1. Общие положения

Вступительные испытания по специальности 44.02.03 Педагогика дополнительного образования проводятся в соответствии с Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273 ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», которым предусмотрены вступительные испытания при приеме на обучение по образовательным программам среднего профессионального образования по специальностям, требующим наличия у поступающих определенных физических качеств, и Правилами приема в ОБПОУ «ОПК» на образовательные программы подготовки специалистов среднего звена по специальностям среднего профессионального образования в 2019 году.

Программа вступительных испытаний по специальности 44.02.03 Педагогика дополнительного образования составлена с учетом требований Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки России от 17 декабря 2010 г. № 1897, и требований Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки России от 17 мая 2012 г. № 413, обязательных при реализации образовательными учреждениями, имеющими государственную аккредитацию, в области «Физическая культура».

Экзаменуемые, освоившие основную образовательную программу основного общего образования должны:

- понимать роль и значение физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;

- уметь отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учётом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;

- уметь вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств, оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой посредством использования стандартных физических нагрузок и функциональных проб, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность её воздействия на организм вовремя самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией, оказывать первую доврачебную помощь при легких травмах;

- уметь выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности;

- владеть системой знаний о физическом совершенствовании человека, основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта;

-соблюдать правила техники безопасности и профилактики травматизма. Экзаменуемые, освоившие основную образовательную программу среднего (полного) общего образования должны кроме вышеперечисленных знаний, умений и навыков:

- уметь использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;

- владеть современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;

-владеть основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств.

-владеть техническими приёмами и двигательными действиями базовых видов спорта, активно применять их в игровой и соревновательной деятельности.

Программа вступительных испытаний по специальности 44.02.03 Педагогика дополнительного образования для поступающих на первый курс предусматривает оценку выполнения абитуриентами физических упражнений из базовых видов спорта на основе выполнения ими контрольных нормативов с целью выявления их физической подготовленности, необходимой для успешного освоения образовательной программы подготовки специалистов среднего звена.

Программа вступительных испытаний оценивает общую физическую подготовку абитуриентов и включает следующие виды физических упражнений (тесты):

Виды испытаний		девушки			юноши		
		оценка			оценка		
		3	4	5	3	4	5
1	Бег 1000 м.				4.00 мин.	3.35 мин.	3.20 мин.
	Бег 500 м.	2.10 мин.	2.00 мин.	1.50 мин.			
2	Прыжки в длину с места	150 см.	155 см.	175 см.	200 см.	210 см.	230 см.
3	Подтягивание (юноши) Сгибание и разгибание рук от пола (девушки)	9	10	16	8	10	13
4	Техническое выполнение элементов спортивной игры	Выполнение с ошибками	Без ошибок не уверено	Правильно, четко, уверено	Выполнение с ошибками	Без ошибок не уверено	Правильно, четко, уверено

2. Порядок, условия проведения и критерии оценки вступительных испытаний по физической культуре

Вступительные испытания по физической подготовке проводятся в течение одного дня. Абитуриент должен явиться на вступительные испытания за 30 минут до назначенного времени для получения экзаменационного листа и переодевания в спортивную форму: футболка, спортивные брюки или трусы, спортивная обувь на нескользкой подошве.

Организация вступительных испытаний обеспечивается в соответствии с правилами обеспечения безопасности при проведении занятий физической культурой и спортом.

Условия выполнения физических упражнений (тестов) предусматривают следующий порядок:

1. Бег на дистанцию 500 м (девушки); на дистанцию 1000 м (юноши) проводится по беговой дорожке стадиона с любым покрытием с высокого старта. В забеге участвуют не более 10 человек. По команде «На старт!» участники забега принимают стартовое положение, по команде «Марш!» начинают движение по дистанции.

2. Прыжок в длину с места выполняется в зале, где проводят линию и перпендикулярно к ней закрепляют сантиметровую ленту (рулетку). Прыжок выполняется из положения стоя, ступни ног у стартовой линии (линии измерения). Испытуемый встает около линии, не касаясь ее носками, затем, отводя руки назад, сгибает ноги в коленях и, оттолкнувшись обеими ногами, сделав резкий мах руками вперед, прыгает вдоль разметки. Расстояние измеряется от стартовой линии до пяток. Результат определяется в целых сантиметрах с округлением в сторону уменьшения.

3. Сгибание-разгибание рук в упоре лежа выполняется в зале (девушки).

При выполнении физического упражнения руки должны быть на ширине плеч или чуть шире, кисти направлены пальцами вперед. Плечи располагаются над кистями. Корпус прямой, подбородок приподнят. Делая упражнение, необходимо следить за тем, чтобы грудь опустилась к кистям, а руки шли вдоль туловища, слегка касаясь его. При широком разведении локтей вся нагрузка переносится на руки, что затрудняет выполнение упражнения. Не менее грубой ошибкой является и опускание плеч к кистям. Плечи при сгибании рук должны быть впереди кистей.

4. Подтягивание в висе на перекладине (вступительное испытание проводится для юношей) выполняется из исходного положения – неподвижного виса на прямых руках. Поднимание ног осуществляется без их сгибания. При возвращении в исходное положение должна быть выдержана пауза, не менее 0,5 сек. Запрещаются рывки, взмахи, ускорение любых частей тела.

5. Техническое выполнение элементов спортивной игры (по выбору) выполняется в спортивном зале в парах или тройках.

По окончании вступительных испытаний экзаменационный лист сдается членам приемной комиссии.

По результатам вступительных испытаний по каждому физическому

упражнению(тесту)наоснованииполученныхрезультатов,зафиксированных в экзаменационном листе абитуриента, выставляются оценки по пятибалльной шкале. Максимальная оценка, которую может получить абитуриент, успешно выполнивший все физические упражнения (тесты) составляет 20 баллов, минимальное - 12 баллов.

Максимальное количество баллов без сдачи контрольных нормативов начисляется абитуриентам, имеющим следующие спортивные достижения:

1. спортивный разряд (взрослый I, II, III);
2. имеющие удостоверения (разрядные книжки по видам спорта) добавляются дополнительные баллы к общему количеству:
 - золотой знак отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (5 баллов);
 - серебряный знак отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (4 балла);
 - бронзовый знак отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (3 балла);
 - I спортивный разряд (юношеский спортивный разряд) (2 балла);
 - II спортивный разряд (юношеский спортивный разряд) (1 балл).

Литература

- 1.ЛяхВ.И.Программыобщеобразовательныхучреждений:комплексная программа по физическому воспитанию: 1–11 кл. / В.И. Лях, А.А. Зданевич; под общ. ред. В.И. Ляха. 7-е изд. М.: Просвещение, 2010.
- 2.Физическая культура.8–9классы/подред.В.И.Ляха.–М.:Просвещение, 2005;
- 3.Физическая культура. 5–9классы /подред. Г.И. Мейсона.– М.:Просвещение, 2009.

Дополнительные источники:

- 1.Баршай В.М .Гимнастика:учебник/В.М.Баршай, В.Н.Курьсь, И.Б.Павлов. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2009. – 314, (1) с.: ил.
- 2.ГлейберманА.Н .Упражнения со скакалкой.–М.:Физкультура и Спорт, 2007 – 234 с., ил. (Спорт в рисунках).
- 3.Гришина Ю.И. Каждому свою программу. Более 300 упражнений дляздоровья и фигуры. СПб.: ООО «Синтез Бук». 2008. 336 с.
- 4.ЖилкинА.И.Легкаяатлетика:учебноепособиедлястуд.высш.учеб. заведе-ний / А.И.Жилкин, В.С.Кузьмин, Е.В.Сидорчук. – 6-е изд., стер. – М.: Изда-тельский центр «Академия», 2009. – 464 с.

Интернет ресурсы:

- Официальный сайт Министерства спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации: Web:<http://minstm.gov.ru>.
- Сайт Учебно-методические пособия «Общевойсковая подготовка». На-ставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федера-ции (НФП-2009) Web: <http://goup32441.narod.ru>.