

федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
**«ПЕРВЫЙ САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ АКАДЕМИКА И.П. ПАВЛОВА»**
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
(ФГБОУ ВО ПСПбГМУ им. И.П. Павлова Минздрава России)

УТВЕРЖДАЮ

Ректор ФГБОУ ВО ПСПбГМУ

им. И.П. Павлова Минздрава России



Багненко С.Ф.

11 2025 г.

№ 343-1 от 11.11.25

**Программа вступительных испытаний по основам физической культуры
для поступающих на программу бакалавриата по направлению подготовки
49.03.02 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии
здоровья (адаптивная физическая культура)**

ТЕМЫ ВСТУПИТЕЛЬНЫХ ИСПЫТАНИЙ

1. Возникновение и развитие физической культуры. Олимпийские игры в Древней Греции. Современное олимпийское движение.
2. Развитие физической культуры и спорта в России. Выдающиеся деятели физической культуры и спортсмены.
3. Понятия «физическая культура» и «физическое развитие».
4. Физическое развитие и физическая подготовленность как результат общего развития и воспитания.
5. Понятие о здоровье. Формирование здорового образа жизни.
6. Опорно-двигательный аппарат и его роль в осуществлении движений человека.
7. Роль центральной нервной системы в управлении движениями.
8. Роль дыхательной и сердечно-сосудистой системы в обеспечении мышечной деятельности.

9. Влияние занятий физическими упражнениями на развитие основных систем организма.
10. Легкая атлетика как средство физического воспитания. Основные виды, понятия и термины.
11. Плавание как жизненно важное умение и навык. Основные виды, понятия и термины.
12. Баскетбол как средство физического воспитания. Основные понятия и термины. Правила соревнований.
13. Волейбол как средство физического воспитания. Основные понятия и термины. Правила судейства соревнований.
14. Спортивная гимнастика как средство физического воспитания. Основные понятия и термины.
15. Лыжный спорт как средство физического воспитания. Основные виды, понятия и термины.
16. Физиологическая характеристика и средства преодоления предстартовых состояний.
17. Характеристика основных средств физического воспитания.
18. Характеристика прикладных навыков: ходьба, бег, прыжки, лазания, метания.
19. Средства и методы развития физического качества сила. Виды спорта, требующие развития силы.
20. Средства и методы развития физического качества скорость. Виды спорта, требующие развития скорости.
21. Средства и методы развития физического качества выносливость. Виды спорта, требующие развития выносливости.
22. Средства и методы развития физического качества гибкость. Виды спорта, требующие развития гибкости.
23. Средства и методы развития координационных способностей. Виды спорта, требующие развития координационных способностей.

24. Физическая нагрузка, принципы её распределения на занятиях физической культурой.
25. Физические способности и их использование в жизнедеятельности человека.
26. Развитие физических способностей как составляющей гармонического развития личности.
27. Методы оценки силовых способностей у занимающихся физической культурой и спортом.
28. Методы оценки быстроты у занимающихся физической культурой и спортом.
29. Методы оценки выносливости у занимающихся физической культурой и спортом.
30. Методы оценки гибкости у занимающихся физической культурой и спортом.
31. Методы оценки координационных способностей у занимающихся физической культурой и спортом.
32. Определение уровня физической подготовленности человека с помощью тестов.
33. Оценка функционального состояния организма при занятиях физической культурой. Дневник самоконтроля.
34. Оценка физического состояния человека. Привести примеры.
35. Методы оценки физической работоспособности.
36. Значение развития физических качеств и физических способностей человека в различном возрасте.
37. Особенности физического воспитания в дошкольном и школьном возрасте.
38. Использование физических упражнений для формирования правильной осанки.
39. Профилактика плоскостопия в детском возрасте.
40. Подвижные игры как средство физического воспитания.

41. Цель и задачи музыкально-ритмического воспитания. Значение и роль музыки в повышении двигательной активности.
42. Особенности занятий физическими упражнениями в пожилом возрасте.
43. Регуляция психоэмоционального состояния человека средствами физической культуры.
44. Использование физических упражнений для организации активного отдыха.
45. Значение и роль оздоровительной физической культуры.
46. Влияние занятий физической культурой на профилактику вредных привычек.
47. Профессионально-прикладная физическая подготовка, её цель, задачи, формы и средства.
48. Традиционные массовые спортивные мероприятия, проводимые в России и Санкт-Петербурге, их роль и значение.
49. Порядок и основные принципы составления комплекса утренней гигиенической гимнастики. Привести пример собственного комплекса.
50. Закаливающие процедуры, рациональное питание, режим дня.
51. Особенности проведения закаливающих процедур в различное время года.
52. Гигиенические основы организации занятий физическими упражнениями.
53. Гигиенические требования к местам проведения занятий физической культурой, спортивному инвентарю и спортивной форме (одежде) занимающихся.
54. Правила гигиены, санитарии и охраны окружающей среды в повседневной жизни.
55. Правила гигиены, санитарии и охраны окружающей среды в туристическом походе.
56. Профилактика травматизма при занятиях физическими упражнениями.
57. Профилактика теплового удара при занятиях физической культурой. Помощь пострадавшему от теплового удара.

- 58.Профилактика обморожений при занятиях физической культурой. Помощь пострадавшему от обморожения.
- 59.Первая помощь при кровотечениях во время занятий физической культурой.
- 60.Первая помощь при вывихах, переломах, растяжениях и ушибах, полученных во время занятий физической культурой.

Заведующий кафедрой медицинской
реабилитации и адаптивной физической
культуры, д.м.н., профессор

А.А. Потапчук

СОГЛАСОВАНО:

Проректор по учебной работе,
д.м.н., профессор

А.И. Яременко

федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
**«ПЕРВЫЙ САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ АКАДЕМИКА И.П. ПАВЛОВА»**
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
(ФГБОУ ВО ПСПбГМУ им. И.П. Павлова Минздрава России)



УТВЕРЖДАЮ

Ректор ФГБОУ ВО ПСПбГМУ

им. И.П. Павлова Минздрава России

Багненко С.Ф.

11 2025г.

№ 343-4 от

Критерии оценки дистанционного тестирования по основам физической культуры на вступительных экзаменах для поступающих в ФГБОУ ВО ПСПбГМУ им. И.П. Павлова Минздрава России

Вступительные экзамены для абитуриентов, поступающих на обучение по направлению подготовки 49.03.02 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), проводятся в форме тестирования. Общее количество вопросов в тесте – 40. Каждый вопрос теста включает 4 варианта ответа, только один из которых правильный. Из 40 вопросов 20 вопросов базового уровня и 20 – повышенного уровня сложности. Время, отведенное на тестирование, составляет 1 академический час.

Критерии оценки экзамена «Основы физической культуры»

Каждый правильный ответ из 20 вопросов базового уровня оценивается в 2 балла (в сумме 40 баллов) и каждый правильный ответ из 20 вопросов повышенного уровня сложности – в 3 балла (в сумме 60 баллов). Максимальная итоговая оценка за экзамен может составлять 100 баллов.

Заведующий кафедрой медицинской реабилитации и адаптивной физической культуры, д.м.н., профессор

А.А. Потапчук

СОГЛАСОВАНО:

Проректор по учебной работе,
д.м.н., профессор

А.И. Яременко