

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

**«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»**

УТВЕРЖДЕНО

Решением Ученого совета

КГУФКСТ

от «28» октября 2022 г.

Протокол № 13

Председатель Ученого совета,

ректор профессор

 С.М. Ахметов



**ПРОГРАММА**

**вступительного испытания**

**«Собеседование по профилю направления подготовки»**

для поступающих на программу бакалавриата по направлению подготовки  
49.03.04 Спорт, направленность (профиль) - Тренерско-преподавательская  
деятельность в сферах образования и спортивной подготовки,  
(очная /заочная форма обучения)

Краснодар  
2022

## I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Вступительное испытание профессиональной направленности проводится университетом самостоятельно, в форме устного собеседования по профилю направления подготовки с использованием дистанционных технологий. Во время собеседования поступающий подтверждает **Спортивную подготовленность** - наличие почетного звания, спортивных званий или спортивной квалификации, предварительно представив в приемную комиссию соответствующие документы.

Отвечает на вопросы, касающиеся физической подготовленности и специальных требований к спортсменам в различных видах спорта. Теоретико-методические основы физической культуры и основы видов спорта дидактически важны для будущих специалистов в области физической культуры и спорта.

Вопросы для вступительного испытания «Собеседование по профилю направления подготовки» для поступающих на программу бакалавриата по направлению подготовки 49.03.04 Спорт, направленность (профиль) - Тренерско-преподавательская деятельность в сферах образования и спортивной подготовки для поступающих на очную и заочную форму обучения сгруппированы по двум блокам:

Блок 1 включает в себя наличие спортивных званий и спортивную квалификацию поступающего, оценку знаний его основных теоретических и методических вопросов вида спорта.

Блок 2 общетеоретические вопросы по разделам программы.

## II. ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ

### «Собеседование по профилю направления подготовки»

#### **Блок 1: По видам спорта**

***Наличие почетного звания, спортивных званий или спортивной квалификации:***

Заслуженный мастер спорта России – 100 баллов (подтверждение удостоверение или копия приказа).

Мастер спорта России международного класса – 100 баллов (подтверждение удостоверение или копия приказа).

МС - 60 баллов (подтверждение удостоверение или копия приказа)

КМС - 40 баллов (подтверждение копия приказа о присвоении разряда КМС – действителен 2 года) + вопрос (20 баллов)

1 разряд и ниже – 20 баллов (подтверждение копия приказа о присвоении 1 спортивного разряда – действителен 2 года) + 2 вопроса ( по 20 баллов)

При отсутствии вышеуказанных критериев 3 вопроса раздела

## БАСКЕТБОЛ

**(баскетбол, баскетбол 3х3)****Спортивная подготовленность - 60 баллов****Вопросы:**

1. Перечислить основные разделы подготовки в избранном виде спорта (ИВС).
2. Перечислить основные технические действия с мячом.
3. Перечислить способы ведения мяча.
4. Перечислить виды передач мяча.
5. Перечислить виды бросков мяча в кольцо.
6. Охарактеризовать технику ловли мяча.
7. Охарактеризовать технику передвижения спортсмена в ИВС.
8. Опишите технику выполнения броска с места.
9. Что такое тактика.
10. Перечислите подразделы тактики.

**Физическая подготовленность – 20 баллов****Вопросы:**

1. Перечислить физические качества необходимые спортсмену в ИВС.
2. Значение и виды проявления быстроты в избранном Вами виде спорта.
3. Значение и виды проявления силы в избранном Вами виде спорта.
4. Значение и виды проявления выносливости в избранном Вами виде спорта.
5. Значение и виды проявления гибкости в избранном Вами виде спорта.
6. Значение и виды проявления ловкости в избранном Вами виде спорта.
7. Какие упражнения используют в избранном Вами виде спорта для развития силы.
8. Какие упражнения используют в избранном Вами виде спорта для развития выносливости.
9. Какие упражнения используют в избранном Вами виде спорта для развития ловкости и гибкости.
10. Какие упражнения используют в избранном Вами виде спорта для развития быстроты.

**Специальные требования – 20 баллов****Вопросы:**

1. Виды соревнований по избранному виду спорта.
2. Системы розыгрыша соревнований в избранном виде спорта.
3. Основы техники безопасности при проведении соревнований по избранному виду спорта.
4. Обязанности главного судьи матча в избранном виде спорта.
5. Обязанности судей-секретарей матча в избранном виде спорта.
6. Причины возникновения и меры предупреждения травматизма в избранном виде спорта.
7. Основы техники безопасности на занятиях по избранному виду спорта.
8. Значение и особенности проведения разминки в избранном виде спорта.
9. Основные положения правил по избранному виду спорта.
10. Ведущие российские и зарубежные тренеры и спортсмены по избранному

виду спорта.

## **БОКС** **(бокс, кикбоксинг)**

### **Спортивная подготовленность - 60 баллов**

#### **Вопросы:**

1. Дайте определение «техника бокса» и перечислите ее основные элементы.
2. Перечислите и дайте краткую характеристику основным положениям боксеров.
3. Назовите виды ударов, существующих в боксе.
4. Назовите основные виды защит, существующих в боксе.
5. Назовите основные виды контратак, существующих в боксе.
6. Дайте определение «дальней дистанции в боксе», какие виды ударов на ней применяются?
7. Дайте определение «средней дистанции в боксе», какие виды ударов на ней применяются?
8. Дайте определение «ближней дистанции в боксе», какие виды ударов на ней применяются?
9. Назовите наиболее уязвимые места на теле боксера для нанесения удара.
10. Назовите технические действия боксеров, которые запрещены.

### **Физическая подготовленность - 20 баллов**

#### **Вопросы:**

1. Дайте определение физическому качеству «сила», как она проявляется в боксе.
2. Дайте определение физическому качеству «ловкость», как она проявляется в боксе.
3. Дайте определение физическому качеству «выносливость», как она проявляется в боксе.
4. Дайте определение физическому качеству «быстрота», как она проявляется в боксе.
5. Дайте определение физическому качеству «гибкость», как она проявляется в боксе.
6. Назовите средства развития ловкости в боксе.
7. Назовите средства развития силы в боксе.
8. Назовите средства развития гибкости в боксе.
9. Назовите средства развития выносливости в боксе.
10. Назовите средства развития быстроты в боксе.

### **Специальные требования - 20 баллов**

#### **Вопросы:**

1. Перечислите весовые категории в боксе, возрастные группы и существующие формулы боя.
2. Виды соревнований по боксу.
3. Медицинский допуск боксеров к соревнованиям.
4. Критерии определения победителя в бою.
5. Дайте определение понятий «нокаут» и «нокдаун».
6. Состав судейской коллегии в соревнованиях по боксу.

7. Назовите основные обязанности рефери в боксе.
8. Назовите обязанности боковых судей в боксе.
9. Назовите обязанности секундантов боксе.
10. Экипировка боксеров во время взвешивания и соревнований.

## **ВЕЛОСИПЕДНЫЙ СПОРТ** (велосипедный спорт)

### **Спортивная подготовленность - 60 баллов**

#### **Вопросы:**

1. Перечислите виды велосипедного спорта и укажите виды гонок.
2. Раскройте элементы техники кругового педалирования.
3. Раскройте элементы техники велосипедиста в индивидуальных гонках.
4. Раскройте элементы техники велосипедиста в командных гонках.
5. Раскройте элементы техники велосипедиста в групповых гонках.
6. Раскройте технику выполнения старта в вашем виде велосипедного спорта.
7. Раскройте технику прохождения поворотов.
8. Раскройте технику прохождения разворотов в велоспорте на шоссе.
9. Раскройте технику выполнения ускорения и рывка.
10. Раскройте технику выполнения броска на финиш.

### **Физическая подготовленность - 20 баллов**

#### **Вопросы:**

1. Перечислите физические качества необходимые для спортсмена.
2. Как в велоспорте проявляется выносливость.
3. Как в велоспорте проявляется сила.
4. Как в велоспорте проявляется гибкость.
5. Как в велоспорте проявляется ловкость.
6. Как в велоспорте проявляется быстрота.
7. Какие упражнения используют в велоспорте для развития выносливости.
8. Какие упражнения используют в велоспорте для развития силы.
9. Какие упражнения используют в велоспорте для развития гибкости.
10. Какие упражнения используют в велоспорте для развития быстроты.
11. Какие упражнения используют в велоспорте для развития ловкости.

### **Специальные требования - 20 баллов**

#### **Вопросы:**

1. Перечислите судей участвующих в судействе соревнований по велоспорту.
2. Виды соревнований по велоспорту.
3. Обязанности судьи при участниках.
4. Обязанности судьи секундометриста.
5. Обязанности судьи стартера.
6. Обязанности судьи на финише.
7. Обязанности судьи-контролера и судьи на развороте.
8. Техника безопасности при проведении соревнований по велоспорту.
9. Техника безопасности на занятиях по велоспорту.

10. Особенности разминки велосипедиста перед стартом.

## **ВОЛЕЙБОЛ**

**(волейбол, пляжный волейбол)**

### **Спортивная подготовленность - 60 баллов**

#### **Вопросы:**

1. Перечислить основные разделы подготовки в избранном виде спорта (ИВС).
2. Перечислить основные технические действия с мячом.
3. Перечислить способы приема и передачи мяча.
4. Перечислить виды удара по мячу при выполнении подачи.
5. Перечислить виды ударов по мячу.
6. Перечислить способы приёма мяча.
7. Охарактеризовать технику передвижения спортсмена в ИВС.
8. Перечислить основные фазы нападающего удара.
9. Что такое тактика.
10. Перечислите подразделы тактики.

### **Физическая подготовленность – 20 баллов**

#### **Вопросы:**

1. Перечислить физические качества необходимые спортсмену в ИВС.
2. Значение и виды проявления быстроты в избранном Вами виде спорта.
3. Значение и виды проявления силы в избранном Вами виде спорта.
4. Значение и виды проявления выносливости в избранном Вами виде спорта.
5. Значение и виды проявления гибкости в избранном Вами виде спорта.
6. Значение и виды проявления ловкости в избранном Вами виде спорта.
7. Какие упражнения используют в избранном Вами виде спорта для развития силы.
8. Какие упражнения используют в избранном Вами виде спорта для развития выносливости.
9. Какие упражнения используют в избранном Вами виде спорта для развития ловкости и гибкости.
11. Какие упражнения используют в избранном Вами виде спорта для развития быстроты.

### **Специальные требования – 20 баллов**

#### **Вопросы:**

1. Виды соревнований по избранному виду спорта.
2. Системы розыгрыша соревнований в избранном виде спорта.
3. Основы техники безопасности при проведении соревнований по избранному виду спорта.
4. Обязанности главного судьи матча в избранном виде спорта.
5. Обязанности помощника главного судьи матча в избранном виде спорта.
6. Причины возникновения и меры предупреждения травматизма в избранном виде спорта.
7. Основы техники безопасности на занятиях по избранному виду спорта.
8. Значение и особенности проведения разминки в избранном виде спорта.

9. Основные положения правил по избранному виду спорта.
10. Ведущие российские и зарубежные тренеры и спортсмены по избранному виду спорта.

## **ГАНДБОЛ** (гандбол, пляжный гандбол)

### **Спортивная подготовленность - 60 баллов**

#### **Вопросы:**

1. Перечислить основные разделы подготовки в избранном виде спорта (ИВС).
2. Перечислить основные технические действия с мячом.
3. Перечислить способы ведения мяча.
4. Перечислить виды передач мяча.
5. Перечислить виды бросков мяча.
6. Перечислить технические действия вратаря.
7. Охарактеризовать технику передвижения спортсмена в ИВС.
8. Перечислить основные фазы броска мяча.
9. Что такое тактика.
10. Перечислите подразделы тактики.

### **Физическая подготовленность – 20 баллов**

#### **Вопросы:**

1. Перечислить физические качества необходимые спортсмену в ИВС.
2. Значение и виды проявления быстроты в избранном Вами виде спорта.
3. Значение и виды проявления силы в избранном Вами виде спорта.
4. Значение и виды проявления выносливости в избранном Вами виде спорта.
5. Значение и виды проявления гибкости в избранном Вами виде спорта.
6. Значение и виды проявления ловкости в избранном Вами виде спорта.
7. Какие упражнения используют в избранном Вами виде спорта для развития силы.
8. Какие упражнения используют в избранном Вами виде спорта для развития выносливости.
9. Какие упражнения используют в избранном Вами виде спорта для развития ловкости и гибкости.
12. Какие упражнения используют в избранном Вами виде спорта для развития быстроты.

### **Специальные требования – 20 баллов**

#### **Вопросы:**

1. Виды соревнований по избранному виду спорта.
2. Системы розыгрыша соревнований в избранном виде спорта.
3. Основы техники безопасности при проведении соревнований по избранному виду спорта.
4. Обязанности главного судьи матча в избранном виде спорта.
5. Обязанности помощника главного судьи матча в избранном виде спорта.
6. Причины возникновения и меры предупреждения травматизма в избранном виде спорта.
7. Основы техники безопасности на занятиях по избранному виду спорта.

8. Значение и особенности проведения разминки в избранном виде спорта.
9. Основные положения правил по избранному виду спорта.
10. Ведущие российские и зарубежные тренеры и спортсмены по избранному виду спорта.

## **ГРЕБНОЙ СПОРТ**

**(гребля на байдарках и каноэ, академическая гребля, гребной спорт)**

**Спортивная подготовленность - 60 баллов**

**Вопросы:**

1. Перечислите виды гребного спорта.
2. Раскройте элементы техники гребли академической гребле.
3. Раскройте элементы техники гребли на народных судах.
4. Раскройте элементы техники гребли в байдарке.
5. Раскройте элементы техники гребли в каноэ.
6. Раскройте технику выполнения старта из стартового устройства.
7. Раскройте технику старта.
8. Перечислите виды руления в гребле.
9. Раскройте технику выполнения поворота в слаломе.
10. Раскройте технику выполнения поворота в гребле на сверхдлинных дистанциях.

**Физическая подготовленность - 20 баллов**

**Вопросы:**

1. Перечислите физические качества необходимые для спортсмена.
2. Как в гребле проявляется выносливость.
3. Как в гребле проявляется сила.
4. Как в гребле проявляется гибкость.
5. Как в гребле проявляется ловкость.
6. Как в гребле проявляется быстрота.
7. Какие упражнения используют в гребле для развития выносливости.
8. Какие упражнения используют в гребле для развития силы.
9. Какие упражнения используют в гребле для развития гибкости.
10. Какие упражнения используют в гребле для развития быстроты.
11. Какие упражнения используют в гребле для развития ловкости.

**Специальные требования - 20 баллов**

**Вопросы:**

1. Перечислите судей участвующих в судействе соревнований по гребному спорту.
2. Виды соревнований по гребному спорту.
3. Обязанности судьи арбитра.
4. Обязанности судьи секундометриста.
5. Обязанности судьи стартера.
6. Какие виды гребного спорта вы знаете.
7. Команды, которые подаёт стартер спортсмену для выполнения старта и старта из стартовых устройств.
8. Техника безопасности при проведении соревнований по гребле.



9. Техника безопасности при проведении занятий на воде по гребному спорту.

10. Особенности разминки гребца перед стартом.

### **ЗИМНИЕ ВИДЫ СПОРТА**

**(лыжный спорт, коньковые виды спорта, хоккей, кёрлинг, зимний полиатлон)**

**Спортивная подготовленность - 60 баллов**

#### **Вопросы:**

1. Перечислите и охарактеризуйте зимние виды спорта.
2. Инвентарь, снаряжение и сооружения для занятий вашим видом спорта.
3. Определение, термины и понятия техники вашего вида спорта
4. Охарактеризуйте базовые элементы техники в вашем виде спорта.
5. Характеристика основных элементов техники в вашем виде спорта.
6. Охарактеризуйте виды подготовки спортсмена в спортивной тренировке.
7. Физическая подготовка в вашем виде спорта.
8. Техническая подготовка в вашем виде спорта.
9. Тактическая подготовка в вашем виде спорта.
10. Перечислите современные тенденции в развитии вашего вида спорта.

**Физическая подготовленность - 20 баллов**

#### **Вопросы:**

1. Значение и виды проявления выносливости в вашем виде спорта.
2. Значение и виды проявления силы в вашем виде спорта.
3. Значение и виды проявления гибкости в вашем виде спорта.
4. Значение и виды проявления ловкости в вашем виде спорта.
5. Значение и виды проявления быстроты в вашем виде спорта.
6. Какие упражнения используют в вашем виде спорта для развития выносливости.
7. Какие упражнения используют в вашем виде спорта для развития силы.
8. Какие упражнения используют в вашем виде спорта для развития гибкости.
9. Какие упражнения используют в вашем виде спорта для развития быстроты.
10. Какие упражнения используют в вашем виде спорта для развития ловкости.

**Специальные требования - 20 баллов**

#### **Вопросы:**

1. Перечислите и охарактеризуйте основные виды соревнований, проводимые по вашему виду спорта.
2. Требования к местам проведения соревнований по вашему виду спорта.
3. Основные положения правил соревнований по вашему виду спорта.
4. Состав главной судейской коллегии при проведении соревнований по вашему виду спорта.
5. Состав судейской коллегии при проведении соревнований по вашему виду спорта.
6. Ведущие российские спортсмены и мировые лидеры в вашем виде спорта.
7. Требования к спортивной экипировке в вашем виде спорта.
8. Техника безопасности при проведении соревнований по вашему виду спорта.

9. Причины возникновения и меры предупреждения травматизма в вашем виде спорта.

10. Особенности разминки в вашем виде спорта.

### **ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА**

**(легкая атлетика, полиатлон, современное пятиборье, триатлон)**

#### **Спортивная подготовленность - 60 баллов**

##### **Вопросы:**

1. Что из себя представляет общая физическая подготовка (ОФП)?
2. Для чего нужна ОФП в легкой атлетике?
3. Какие составные части входят в ОФП (физические качества) легкоатлетов?
4. Если взять многолетний тренировочный процесс в легкой атлетике, то на каком этапе ОФП будет занимать больше времени и почему?
5. На каком этапе годичной тренировки легкоатлета ОФП будет больше применяться?
6. Какие упражнения применяются в тренировке легкоатлетов для развития ОФП (можно на примере своего вида легкой атлетики)?
7. Нужна ли ОФП для чемпионов мира, Европы и Олимпийских игр? Если «да» или «нет», то почему?
8. Для кого больше нужна ОФП (бегуны, прыгуны, метатели) и почему?
9. Нужны ли для занятий ОФП специальные помещения, приспособления и т.п.?
10. Какая еще, кроме ОФП, есть подготовка в легкой атлетике и что она из себя представляет?

#### **Физическая подготовленность - 20 баллов**

##### **Вопросы:**

1. Что такое техника выполнения Вашего легкоатлетического упражнения?
2. Из каких составных частей состоит техника Вашего вида легкой атлетики?
3. Как Вы думаете, какая из частей упражнения, которое Вы выполняете, является главной и почему?
4. От чего будет зависеть спортивный результат на соревнованиях, если рассматривать только технику выполнения упражнения?
5. За счет улучшения какого элемента техники в беге, прыжках и метаниях, можно улучшить спортивный результат?
6. Когда нужно начинать осваивать технику легкоатлетических упражнений: сразу на первых тренировочных занятиях или после нескольких месяцев начала занятий легкой атлетикой?
7. Как долго (год, пять, шесть лет, всё время пока тренируешься) нужно заниматься технической подготовкой и почему?
8. Техника какого вида легкой атлетики «самая трудная» и почему?
9. Техника выполнения легкоатлетического упражнения у кого лучше: у мастера спорта, спортсмена первого или второго спортивного разряда и почему?
10. Почему не ставят оценку на соревнованиях за технику выполнения упражнения в легкой атлетике?
11. Техника упражнений в легкой атлетике будет отличаться у мужчин и женщин? Если «да» или «нет», то почему?

### **Специальные требования - 20 баллов**

#### **Вопросы:**

1. Что такое «Правила соревнований» и для чего они нужны?
2. Кто составляет «Правила соревнований», и будут ли они различаться на соревнованиях различного уровня (районные, городские, краевые, всероссийские)?
3. Какие положения (пункты) содержатся в правилах соревнований?
4. Кто реализует «Правила соревнований»?
5. Каких судей Вы можете назвать и какие обязанности они выполняют на соревнованиях?
6. Как называются места, где проводят соревнования, и какие судьи их обслуживают?
7. Назовите необходимое оборудование и инвентарь, которые понадобятся для проведения соревнования в Вашем виде легкой атлетики?
8. Назовите правила соревнований в Вашем виде легкой атлетики.
9. Как проходит процедура награждения на соревнованиях различного уровня?
10. Часто или нет в ходе соревнований Вы встречали нарушения правил соревнований и что за этим следовало?
11. Существуют ли требования к экипировке судей на соревнованиях, если «да», то в чем это выражается?
12. Какое оборудование используют судьи при проведении соревнований по легкой атлетике и в Вашем виде легкой атлетики?

### **СПОРТИВНАЯ БОРЬБА**

**(вольная борьба, греко-римская борьба, самбо, дзюдо, сумо, борьба на поясах)**

#### **Спортивная подготовленность - 60 баллов**

##### **Вопросы:**

Перечислите олимпийские виды спортивной борьбы и опишите их различия в технике.

2. Перечислите вспомогательные технические действия борцов.
3. Перечислите и опишите технические действия в борьбе стоя.
4. Перечислите и опишите технические действия в партере.
5. Опишите поэтапно технику выполнения броска через бедро.
6. Раскройте технику выполнения удержания сбоку.
7. Перечислите виды захватов в спортивной борьбе.
8. Перечислите виды переворотов в спортивной борьбе.
9. Перечислите и опишите виды тактики в спортивной борьбе.
10. Оценка технических действий в спортивной борьбе.

#### **Физическая подготовленность - 20 баллов**

##### **Вопросы:**

1. Перечислите физические качества необходимые для спортсмена.
2. Как в спортивной борьбе проявляется выносливость.
3. Как в спортивной борьбе проявляется сила.
4. Как в спортивной борьбе проявляется гибкость.
5. Как в спортивной борьбе проявляется ловкость.

6. Как в спортивной борьбе проявляется быстрота.
7. Какие упражнения используют в спортивной борьбе для развития выносливости.
8. Какие упражнения используют в спортивной борьбе для развития силы.
9. Какие упражнения используют в спортивной борьбе для развития гибкости.
10. Какие упражнения используют в спортивной борьбе для развития быстроты.
11. Какие упражнения используют в спортивной борьбе для развития ловкости.

### **Специальные требования - 20 баллов**

#### **Вопросы:**

1. Перечислите судей участвующих в судействе соревнований по спортивной борьбе.
2. Обязанности главного судьи соревнований.
3. Обязанности секретаря соревнований.
4. Обязанности руководителя ковра.
5. Обязанности судьи при участниках.
6. Обязанности арбитра.
7. Виды и значение команд, подаваемых арбитром.
8. Техника безопасности при проведении соревнований по спортивной борьбе.
9. Техника безопасности на занятиях по спортивной борьбе.
10. Особенности разминки борца перед соревнованиями.

## **СПОРТИВНЫЕ ВИДЫ ГИМНАСТИКА**

(спортивная акробатика, спортивная гимнастика, прыжки на батуте)

### **Спортивная подготовленность - 60 баллов**

#### **Вопросы:**

1. Перечислите упражнения (предметы, снаряды), которые Вы выполняете на соревнованиях по избранному виду спорта (вид гимнастики, танцевального спорта).
2. Раскройте содержание одного (первого) из соревновательных упражнений и основные элементы техники.
3. Расскажите об основных группах элементов, из которых состоит одно (второе) из Ваших соревновательных упражнений (по выбору абитуриента).
4. Расскажите об основных группах элементов, из которых состоит одно (третье) из Ваших соревновательных упражнений (по выбору экзаменатора).
5. Расскажите о последних соревнованиях, в которых Вы принимали участие.
6. Раскройте особенности и требования к выполнению соревновательных упражнений спортивного разряда, по программе которого Вы выступаете на соревнованиях.
7. Раскройте содержание и средства для совершенствования технического мастерства для спортсменов Вашего разряда в избранном виде спорта.

8. Расскажите в чём заключается спортивно-техническое мастерство в избранном Вами виде спорта (вид гимнастики, танцевального спорта).
9. Расскажите каким должен быть «идеальный, сильнейший» спортсмен (пара, группа, команда) в избранном Вами виде спорта.
10. Кратко раскройте развитие избранного вида спорта в Вашем регионе.

#### **Физическая подготовленность - 20 баллов**

##### **Вопросы:**

1. Перечислите физические качества, необходимые для спортсмена в избранном Вами виде спорта.
2. Раскройте значение и основное содержание общей физической подготовки для спортсменов Вашего разряда в избранном виде спорта.
3. Раскройте значение и основное содержание специальной физической подготовки для спортсменов Вашего разряда в избранном виде спорта.
4. Как в избранном Вами виде спорта проявляется и развивается выносливость.
5. Как в избранном Вами виде спорта проявляется и развивается сила.
6. Как в избранном Вами виде спорта проявляется и развивается гибкость.
7. Как в избранном Вами виде спорта проявляется и развивается ловкость.
8. Как в избранном Вами виде спорта проявляется и развивается быстрота.
9. Какие упражнения используют для спортсменов Вашего разряда в избранном виде спорта для развития специальной двигательной подготовки.
10. Какие упражнения используют для спортсменов Вашего разряда в избранном виде спорта для развития выразительности и качества движений.

#### **Специальные требования - 20 баллов**

##### **Вопросы:**

1. Как Вы считаете, почему виды гимнастики и танцевальный спорт специалисты относят к группе сложнокоординационных видов спорта, связанных с искусством выполняемых движений.
2. Кто входит в состав, права и обязанности Главной судейской коллегии в избранном виде спорта.
3. Перечислите состав, права и обязанности судейской бригады, участвующей в судействе соревнований на конкретном виде в избранном виде спорта.
4. Права и обязанности спортсменов и тренеров, участвующих в соревнованиях по избранному виду спорта.
5. Расскажите о Правилах судейства в избранном виде спорта, которые включают в себя оценку упражнений, связок, комбинаций, сбавки за ошибки при исполнении, дисциплинарные меры к тренерам, гимнастам и судьям и другие детали организации и контроля за проведением соревнований.
6. Избранный вид спорта в программе Олимпийских игр, чемпионатов и первенств мира и Европы, кубков мира и Всемирных игр.
7. Опишите основные моменты организации и проведения соревнований в избранном виде спорта.
8. Судьи при участниках, опробование мест соревнований, разминка перед соревнованием и подходом в избранном виде спорта.

9. Раскройте Программу соревнований по избранному виду спорта, которые проводятся на Всероссийском и/или региональном уровнях.
10. Опишите оборудование и инвентарь для проведения соревнований по избранному виду спорта.

## **ПАРУСНЫЙ СПОРТ**

### **Спортивная подготовленность - 60 баллов**

#### **Вопросы:**

1. Какие классы парусных яхт есть в программе Олимпийских игр.
2. Опишите типичную схему дистанции в парусном спорте.
3. Как называется верхняя оконечность мачты.
4. На каком курсе яхта может показать максимальную скорость.
5. Какие сигналы подаются яхтсменам в процессе старта.
6. Опишите технику лавировки в процессе парусной гонки.
7. Раскройте технику выполнения поворота оверштаг.
8. Опишите технику огибания знака в гонке.
9. Раскройте технику выполнения поворота фордевинд.
10. Раскройте технику управления яхтой на полных курсах

### **Физическая подготовленность - 20 баллов**

#### **Вопросы:**

1. Перечислите физические качества необходимые для яхтсмена.
2. Как в парусном спорте проявляется выносливость.
3. Как в парусном спорте проявляется сила.
4. Как в парусном спорте проявляется гибкость.
5. Как в парусном спорте проявляется ловкость.
6. Как в парусном спорте проявляется быстрота.
7. Какие средства применяют яхтсмены для развития выносливости.
8. Какие упражнения используют яхтсмены для развития силы.
9. Какие упражнения используют яхтсмены для развития гибкости.
10. Какие упражнения используют яхтсмены для развития быстроты.
11. Какие упражнения используют яхтсмены для развития ловкости.

### **Специальные требования - 20 баллов**

#### **Вопросы:**

1. Перечислите судей участвующих в судействе соревнований по парусному спорту.
2. Виды соревнований по парусному спорту.
3. Обязанности судьи при участниках.
4. Обязанности судьи секундометриста.
5. Обязанности судьи стартера.
6. Команды, которые подаёт стартер для выполнения старта.
7. Сигналы, которые подаются яхтсменам при отмене старта.
8. Техника безопасности при проведении соревнований по парусу.
9. Техника безопасности на занятиях по парусному спорту.
10. Особенности подготовки яхтсмена перед стартом.

## **ПЛАВАНИЕ**

**(плавание, синхронное плавание, подводное плавание, полиатлон,**

## триатлон, современное пятиборье)

### Спортивная подготовленность - 60 баллов

#### Вопросы:

1. Перечислите спортивные способы плавания и укажите соревновательные дистанции для каждого способа.
2. Раскройте элементы техники плавания способом кроль на груди.
3. Раскройте элементы техники плавания способом кроль на спине.
4. Раскройте элементы техники плавания способом брасс.
5. Раскройте элементы техники плавания способом дельфин (баттерфляй).
6. Раскройте технику выполнения старта с тумбочки.
7. Раскройте технику старта из воды.
8. Перечислите виды поворотов в плавании.
9. Раскройте технику выполнения поворота в способе брасс.
10. Раскройте технику выполнения поворота в способе кроль на груди (вольный стиль)

### Физическая подготовленность - 20 баллов

#### Вопросы:

1. Перечислите физические качества необходимые для спортсмена.
2. Как в плавании проявляется выносливость.
3. Как в плавании проявляется сила.
4. Как в плавании проявляется гибкость.
5. Как в плавании проявляется ловкость.
6. Как в плавании проявляется быстрота.
7. Какие упражнения используют в плавании для развития выносливости.
8. Какие упражнения используют в плавании для развития силы.
9. Какие упражнения используют в плавании для развития гибкости.
10. Какие упражнения используют в плавании для развития быстроты.
11. Какие упражнения используют в плавании для развития ловкости.

### Специальные требования - 20 баллов

#### Вопросы:

1. Перечислите судей участвующих в судействе соревнований по плаванию.
2. Виды соревнований по плаванию.
3. Обязанности судьи при участниках.
4. Обязанности судьи секундометриста.
5. Обязанности судьи стартера.
6. Команды, которые подаёт стартер спортсмену для выполнения старта с тумбочки.
7. Команды, которые подаёт стартер спортсмену для выполнения старта из воды.
8. Техника безопасности при проведении соревнований по плаванию.
9. Техника безопасности на занятиях по плаванию.
10. Особенности разминки пловца перед стартом.

## РЕГБИ

(регби – 15, регби-7)

### **Спортивная подготовленность - 60 баллов**

#### **Вопросы:**

1. Перечислить основные разделы подготовки в избранном виде спорта.
2. Перечислить основные технические действия с мячом.
3. Перечислить виды передач мяча.
4. Перечислить виды ударов ногой.
5. Перечислить виды захватов.
6. Перечислить способы возобновления игры.
7. Назвать способы сохранения мяча.
8. Перечислить способы набора очков.
9. Что такое тактика.
10. Перечислите подразделы тактики.

### **Физическая подготовленность – 20 баллов**

#### **Вопросы:**

1. Перечислить физические качества необходимые регбисту.
2. Значение и виды проявления быстроты в избранном Вами виде спорта.
3. Значение и виды проявления силы в избранном Вами виде спорта.
4. Значение и виды проявления выносливости в избранном Вами виде спорта.
5. Значение и виды проявления гибкости в избранном Вами виде спорта.
6. Значение и виды проявления ловкости в избранном Вами виде спорта.
7. Какие упражнения используют в избранном Вами виде спорта для развития силы.
8. Какие упражнения используют в избранном Вами виде спорта для развития выносливости.
9. Какие упражнения используют в избранном Вами виде спорта для развития ловкости и гибкости.
10. Какие упражнения используют в избранном Вами виде спорта для развития быстроты.

### **Специальные требования – 20 баллов**

#### **Вопросы:**

1. Разновидности игры регби. Виды соревнований по избранному виду спорта.
2. Системы розыгрыша соревнований в избранном виде спорта.
3. Основы техники безопасности при проведении соревнований по избранному виду спорта.
4. Обязанности главного судьи матча в избранном виде спорта.
5. Обязанности помощника главного судьи матча в избранном виде спорта.
6. Причины возникновения и меры предупреждения травматизма в избранном виде спорта.
7. Основы техники безопасности на занятиях по избранному виду спорта.
8. Значение и особенности проведения разминки в избранном виде спорта.
9. Основные положения правил по избранному виду спорта.
10. Ведущие российские и мировые команды и спортсмены по избранному виду спорта.

## **СПОРТИВНЫЕ ЕДИНОБОРСТВА**



**(тхэквондо, каратэ, ушу, сават, рукопашный бой)**

**Спортивная подготовленность - 60 баллов**

**Вопросы:**

1. Назовите основные удары руками, которые используются в вашем виде единоборств и какое максимальное количество баллов можно получить за их выполнение на соревнованиях.
2. Назовите основные удары ногами, которые используются в вашем виде единоборств и какое максимальное количество баллов можно получить за их выполнение на соревнованиях.
3. Назовите запрещенные действия в вашем виде единоборств.
4. История возникновения и развития вашего вида единоборств.
5. Назовите виды защитных действий в вашем виде единоборств.
6. Назовите критерии оценки технических действий в вашем виде единоборств
7. Нарушения правил ведущие к дисквалификации спортсмена.
8. Особенности питания единоборца.
9. Назовите упражнения для совершенствования специальных физических качеств в вашем виде единоборств.
10. Назовите способы и методы восстановления после нагрузок.

**Физическая подготовленность - 20 баллов**

**Вопросы:**

1. Дайте определение физическому качеству «сила», как она проявляется в вашем виде единоборств.
2. Дайте определение физическому качеству «ловкость», как она проявляется в вашем виде единоборств.
3. Дайте определение физическому качеству «выносливость», как она проявляется в вашем виде единоборств.
4. Дайте определение физическому качеству «быстрота», как она проявляется в вашем виде единоборств.
5. Дайте определение физическому качеству «гибкость», как она проявляется в вашем виде единоборств.
6. Назовите средства развития ловкости в вашем виде единоборств.
7. Назовите средства развития силы в вашем виде единоборств.
8. Назовите средства развития гибкости в вашем виде единоборств.
9. Назовите средства развития выносливости в вашем виде единоборств.
10. Назовите средства развития быстроты в вашем виде единоборств

**Специальные требования - 20 баллов**

**Вопросы:**

1. Назовите состав судейской коллегии в вашем виде единоборств.
2. Обязанности арбитра (рефери) на ковре (татами, площадке) в вашем виде единоборств.
3. Обязанности судьи секундометриста.
4. Назовите разрешенные технические действия в вашем виде единоборств.
5. Назовите запрещенные технические действия в вашем виде единоборств.
6. Назовите критерии, по которым определяется победитель в поединке.

7. Команды арбитра (рефери) на ковре (татами, площадке) в вашем виде единоборств.
8. Требования к спортивной экипировке в вашем виде единоборств.
9. Требования по технике безопасности к месту проведения соревнований.
10. Особенности разминки единоборца перед стартом.

### **СПОРТИВНЫЙ ТУРИЗМ**

**(спортивный туризм, спортивное ориентирование, альпинизм, спортивное скалолазание)**

#### **Спортивная подготовленность - 60 баллов**

##### **Вопросы:**

1. Перечислите виды спортивного туризма.
2. Раскройте элементы техники переправы с шестом.
3. Раскройте элементы техники переправы по наведенному бревну.
4. Раскройте элементы техники навесной переправы по веревке.
5. Раскройте элементы техники подъема по вертикально висящей веревке.
6. Раскройте технику перемещения по горизонтальным перилам.
7. Раскройте технику подъема по перилам.
8. Перечислите предметы личного специального снаряжения спортсмена туриста.
9. Раскройте технику перемещения по скалам.
10. Раскройте технику по осыпному склону.

#### **Физическая подготовленность - 20 баллов**

##### **Вопросы:**

1. Перечислите физические качества спортсмена.
2. Укажите наиболее значимое физическое качество спортсмена туриста.
3. Как в спортивном туризме проявляется выносливость.
4. Как в спортивном туризме проявляется сила.
5. Как в спортивном туризме проявляется гибкость.
6. Как в спортивном туризме проявляется быстрота.
7. Какие упражнения используют в спортивном туризме для развития выносливости.
8. Какие упражнения используют в спортивном туризме для развития силы.
9. Какие упражнения используют в спортивном туризме для развития гибкости.
10. Какие упражнения используют в спортивном туризме для развития быстроты.

#### **Специальные требования - 20 баллов**

##### **Вопросы:**

1. Перечислите судей, входящих в состав ГСК соревнований.
2. Обязанности судьи постановщика (начальника дистанции).
3. Обязанности судьи секундометриста.
4. Обязанности судьи стартера.
5. Принципы работы технической комиссии.
6. Личные документы спортсмена туриста, предъявляемые в мандатную комиссию.

7. Техника без опасности при проведении соревнований по спортивному туризму.
8. Техника безопасности при проведении занятий по спортивному туризму.
9. Разминка спортсмена туриста перед стартом.

### **СТРЕЛКОВЫЙ СПОРТ**

**(пулевая стрельба, стрелковый спорт, стрельба из лука, современное пятиборье, полиатлон)**

#### **Спортивная подготовленность - 60 баллов**

##### **Вопросы:**

1. Виды стрелкового спорта и их краткая характеристика.
2. Техника стрельбы и ее основные элементы.
3. Положения, из которых спортсмены-стрелки ведут стрельбу.
4. Требования, предъявляемые судьями к оружию и экипировке спортсменов-стрелков.
5. Технические характеристики и классификация спортивного оружия
6. Понятие «кучность стрельбы», способы ее определения и достижения.
7. Особенности разминки спортсмена-стрелка перед стартом.
8. Виды упражнений в стрельбе из пистолета и условия их выполнения.
9. Виды упражнений в стрельбе из винтовки и условия их выполнения.
10. Специализированные качества стрелка и средства их совершенствования.

#### **Физическая подготовленность - 20 баллов**

##### **Вопросы:**

1. Определение физическому качеству «сила» и особенности ее проявления в стрелковых видах спорта.
2. Определение физическому качеству «ловкость» и особенности ее проявления в стрелковых видах спорта.
3. Определение физическому качеству «выносливость» и особенности ее проявления в стрелковых видах спорта.
4. Определение физическому качеству «быстрота» и особенности ее проявления в стрелковых видах спорта.
5. Определение физическому качеству «гибкость» и особенности ее проявления в стрелковых видах спорта.
6. Средства развития ловкости в стрелковых видах спорта.
7. Средства развития силы в стрелковых видах спорта.
8. Средства развития гибкости в стрелковых видах спорта.
9. Средства развития выносливости в стрелковых видах спорта.
10. Средства развития быстроты в стрелковых видах спорта.

#### **Специальные требования - 20 баллов**

##### **Вопросы:**

1. Состав судейской бригады на соревнованиях по стрелковым видам спорта.
2. Виды соревнований по стрелковым видам спорта.
3. Обязанности судьи по оружию.
4. Обязанности судьи линии мишеней.
5. Обязанности судьи КОР (комиссии по определению результатов).

6. Команды, которые подаёт судья линии огня спортсменам для выполнения различных стрелковых упражнений.
7. Стрелковые упражнения и информация, которая содержится в их названии.
8. Техника безопасности при проведении стрельб, правила поведения в тирах и на стрельбищах.
9. Права и обязанности стрелка-участника соревнований.
10. Определение и классификация стрелковых тиров.

## **ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ СПОРТ**

### **(танцевальный спорт)**

#### **Спортивная подготовленность - 60 баллов**

##### **Вопросы:**

11. Перечислите упражнения (предметы, снаряды), которые Вы выполняете на соревнованиях по избранному виду спорта (вид гимнастики, танцевального спорта).
12. Раскройте содержание одного (первого) из соревновательных упражнений и основные элементы техники.
13. Расскажите об основных группах элементов, из которых состоит одно (второе) из Ваших соревновательных упражнений (по выбору абитуриента).
14. Расскажите об основных группах элементов, из которых состоит одно (третье) из Ваших соревновательных упражнений (по выбору экзаменатора).
15. Расскажите о последних соревнованиях, в которых Вы принимали участие.
16. Раскройте особенности и требования к выполнению соревновательных упражнений спортивного разряда, по программе которого Вы выступаете на соревнованиях.
17. Раскройте содержание и средства для совершенствования технического мастерства для спортсменов Вашего разряда в избранном виде спорта.
18. Расскажите в чём заключается спортивно-техническое мастерство в избранном Вами виде спорта (вид гимнастики, танцевального спорта).
19. Расскажите каким должен быть «идеальный, сильнейший» спортсмен (пара, группа, команда) в избранном Вами виде спорта.
20. Кратко раскройте развитие избранного вида спорта в Вашем регионе.

#### **Физическая подготовленность - 20 баллов**

##### **Вопросы:**

11. Перечислите физические качества, необходимые для спортсмена в избранном Вами виде спорта.
12. Раскройте значение и основное содержание общей физической подготовки для спортсменов Вашего разряда в избранном виде спорта.
13. Раскройте значение и основное содержание специальной физической подготовки для спортсменов Вашего разряда в избранном виде спорта.
14. Как в избранном Вами виде спорта проявляется и развивается выносливость.
15. Как в избранном Вами виде спорта проявляется и развивается сила.
16. Как в избранном Вами виде спорта проявляется и развивается гибкость.
17. Как в избранном Вами виде спорта проявляется и развивается ловкость.

18. Как в избранном Вами виде спорта проявляется и развивается быстрота.
19. Какие упражнения используют для спортсменов Вашего разряда в избранном виде спорта для развития специальной двигательной подготовки.
20. Какие упражнения используют для спортсменов Вашего разряда в избранном виде спорта для развития выразительности и качества движений.

### **Специальные требования - 20 баллов**

#### **Вопросы:**

11. Как Вы считаете, почему виды гимнастики и танцевальный спорт специалисты относят к группе сложнокоординационных видов спорта, связанных с искусством выполняемых движений.
12. Кто входит в состав, права и обязанности Главной судейской коллегии в избранном виде спорта.
13. Перечислите состав, права и обязанности судейской бригады, участвующей в судействе соревнований на конкретном виде в избранном виде спорта.
14. Права и обязанности спортсменов и тренеров, участвующих в соревнованиях по избранному виду спорта.
15. Расскажите о Правилах судейства в избранном виде спорта, которые включают в себя оценку упражнений, связок, комбинаций, сбавки за ошибки при исполнении, дисциплинарные меры к тренерам, гимнастам и судьям и другие детали организации и контроля за проведением соревнований.
16. Избранный вид спорта в программе Олимпийских игр, чемпионатов и первенств мира и Европы, кубков мира и Всемирных игр.
17. Опишите основные моменты организации и проведения соревнований в избранном виде спорта.
18. Судьи при участниках, опробование мест соревнований, разминка перед соревнованием и подходом в избранном виде спорта.
19. Раскройте Программу соревнований по избранному виду спорта, которые проводятся на Всероссийском и/или региональном уровнях.
20. Опишите оборудование и инвентарь для проведения соревнований по избранному виду спорта.

### **ТЕННИС, НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС (теннис, настольный теннис, бадминтон)**

#### **Спортивная подготовленность - 60 баллов**

##### **Вопросы:**

1. Перечислить основные разделы подготовки в избранном виде спорта (ИВС).
2. Охарактеризовать виды ударов.
3. Перечислить способы подачи мяча.
4. Охарактеризовать виды ударов с учетом зоны его выполнения.
5. Назвать стойки игрока, для каких видов ударов они предназначены.
6. Строение ракетки д, отличие ракетки с учетом ИВС.
7. Охарактеризовать технику передвижения спортсмена в ИВС.
8. Перечислить основные фазы удара по мячу, волану.
9. Что такое тактика.
10. Перечислите подразделы тактики.

**Физическая подготовленность – 20 баллов****Вопросы:**

1. Перечислить физические качества необходимые спортсмену в ИВС.
2. Значение и виды проявления быстроты в избранном Вами виде спорта.
3. Значение и виды проявления силы в избранном Вами виде спорта.
4. Значение и виды проявления выносливости в избранном Вами виде спорта.
5. Значение и виды проявления гибкости в избранном Вами виде спорта.
6. Значение и виды проявления ловкости в избранном Вами виде спорта.
7. Какие упражнения используют в избранном Вами виде спорта для развития силы.
8. Какие упражнения используют в избранном Вами виде спорта для развития выносливости.
9. Какие упражнения используют в избранном Вами виде спорта для развития ловкости и гибкости.
13. Какие упражнения используют в избранном Вами виде спорта для развития быстроты.

**Специальные требования – 20 баллов****Вопросы:**

1. Виды соревнований по избранному виду спорта.
2. Системы розыгрыша соревнований в избранном виде спорта.
3. Основы техники безопасности при проведении соревнований по избранному виду спорта.
4. Обязанности главного судьи в избранном виде спорта.
5. Обязанности ведущего судьи матча в избранном виде спорта.
6. Причины возникновения и меры предупреждения травматизма в избранном виде спорта.
7. Основы техники безопасности на занятиях по избранному виду спорта.
8. Значение и особенности проведения разминки в избранном виде спорта.
9. Основные положения правил по избранному виду спорта.
10. Ведущие российские и зарубежные тренеры и спортсмены по избранному виду спорта.

**ТЯЖЕЛАЯ АТЛЕТИКА**

**(тяжелая атлетика, пауэрлифтинг, гиревой спорт, силовое троеборье, бодибилдинг армспорт)**

**Спортивная подготовленность - 60 баллов****Вопросы:**

1. Дайте определение технике соревновательных упражнений в ИВС, перечислите ее основные элементы.
2. Стартовое положение спортсмена в ИВС. Перечислите основные виды стартового положения.
3. Подготовительные и специально подготовительные упражнения в ИВС (назвать не менее 10).
4. Назовите средства развития основных физических качеств в ИВС.

5. Дайте определение силовым видам спорта (тяжелая атлетика, пауэрлифтинг, гиревой спорт), что общего и в чем отличие.
6. Фазовая структура соревновательных упражнений в ИВС, назовите основные фазы.
7. Какие физические качества развивает тяжелая атлетика, пауэрлифтинг, гиревой спорт.
8. Опишите разминку перед выступлением в ИВС.
9. Техника безопасности на соревнованиях, включая разминку по ИВС.
10. Техника безопасности на занятиях по ИВС.

### **Физическая подготовленность - 20 баллов**

#### **Вопросы:**

1. Дайте определение физическому качеству «сила», как она проявляется в ИВС.
2. Дайте определение физическому качеству «ловкость», как она проявляется в ИВС.
3. Дайте определение физическому качеству «выносливость», как она проявляется в ИВС.
4. Дайте определение физическому качеству «быстрота», как она проявляется в ИВС.
5. Дайте определение физическому качеству «гибкость», как она проявляется в ИВС.
6. Назовите средства развития ловкости в ИВС.
7. Назовите средства развития силы в ИВС.
8. Назовите средства развития гибкости в ИВС.
9. Назовите средства развития выносливости в ИВС.
10. Назовите средства развития быстроты в ИВС.

### **Специальные требования - 20 баллов**

#### **Вопросы:**

1. Перечислите судей в судейской бригаде (уровень соревнований Федеральный округ) по ИВС.
2. Обязанности судьи при участниках.
3. Обязанности судьи секундометриста.
4. Какие судьи из судейской бригады участвуют во взвешивании спортсменов.
5. Обязанности судьи информатора.
6. Количество судей на помосте и их обязанности.
7. Требования к соревновательной форме спортсмена.
8. Команды, которые подаются спортсмену на соревновательном помосте.
9. Количество членов жюри и их обязанности на соревнованиях по ИВС.
10. Требования к снарядам и помосту на соревнованиях по ИВС.

## **ФЕХТОВАНИЕ**

### **(фехтование, современное пятиборье)**

#### **Спортивная подготовленность - 60 баллов**

##### **Вопросы:**

1. Перечислите виды соревнований в спортивном фехтовании и характер их проведения.
2. Раскройте элементы техники выполнения передвижений фехтовальщика шагами вперед и шагами назад.
3. Раскройте элементы техники выполнения выпада.
4. Раскройте элементы техники выполнения атаки броском (флэш-атаки).
5. Раскройте элементы техники выполнения скачка-выпада.
6. Раскройте элементы техники выполнения укола (удара) прямо с выпадом.
7. Перечислите виды позиций в избранном вами виде оружия и предназначение
8. Раскройте технику выполнения атаки с финтом в избранном вами виде оружия.
9. Раскройте технику выполнения атаки с действием на оружие в избранном вами виде оружия.

#### **Физическая подготовленность - 20 баллов**

##### **Вопросы:**

1. Перечислите физические качества необходимые для спортсмена.
2. Как в фехтовании проявляется выносливость.
3. Как в фехтовании проявляется сила.
4. Как в фехтовании проявляется гибкость.
5. Как в фехтовании проявляется ловкость.
6. Как в фехтовании проявляется быстрота.
7. Какие упражнения используют в фехтовании для развития выносливости.
8. Какие упражнения используют в фехтовании для развития силы.
9. Какие упражнения используют в фехтовании для развития гибкости.
10. Какие упражнения используют в фехтовании для развития быстроты.
11. Какие упражнения используют в фехтовании для развития ловкости.

#### **Специальные требования - 20 баллов**

##### **Вопросы:**

1. Перечислите судей участвующих в судействе соревнований по фехтованию.
2. Виды соревнований по фехтованию.
3. Обязанности судьи при участниках.
4. Обязанности судьи секундометриста.
5. Обязанности старшего судьи.
6. Команды, которые старший судья подаёт спортсменам к началу проведения поединка и по завершению поединка.
7. Команды и действия старшего судьи, которые он выполняет при загорании сигнала электрофиксатора уколов в ходе поединка.
8. Техника безопасности при проведении соревнований по фехтованию.
9. Техника безопасности на занятиях по фехтованию.



10. Особенности разминки фехтовальщика перед началом соревнований и перед очередным боем в туре прямого выбывания.

## **ФУТБОЛ**

**(футбол, пляжный футбол, мини футбол)**

**Спортивная подготовленность - 60 баллов**

**Вопросы:**

1. Перечислить основные разделы подготовки в избранном виде спорта.
2. Перечислить основные технические действия с мячом.
3. Перечислить способы ведения мяча.
4. Перечислить виды передач мяча.
5. Перечислить виды ударов по мячу.
6. Перечислить способы приёма (обработки) мяча.
7. Охарактеризовать технику передвижения футболиста.
8. Перечислить основные фазы удара по мячу.
9. Что такое тактика.
10. Перечислите подразделы тактики.

**Физическая подготовленность – 20 баллов**

**Вопросы:**

1. Перечислить физические качества необходимые футболисту.
2. Значение и виды проявления быстроты в избранном Вами виде спорта.
3. Значение и виды проявления силы в избранном Вами виде спорта.
4. Значение и виды проявления выносливости в избранном Вами виде спорта.
5. Значение и виды проявления гибкости в избранном Вами виде спорта.
6. Значение и виды проявления ловкости в избранном Вами виде спорта.
7. Какие упражнения используют в избранном Вами виде спорта для развития силы.
8. Какие упражнения используют в избранном Вами виде спорта для развития выносливости.
9. Какие упражнения используют в избранном Вами виде спорта для развития ловкости и гибкости.
10. Какие упражнения используют в избранном Вами виде спорта для развития быстроты.

**Специальные требования – 20 баллов**

**Вопросы:**

1. Виды соревнований по избранному виду спорта.
2. Системы розыгрыша соревнований в избранном виде спорта.
3. Основы техники безопасности при проведении соревнований по избранному виду спорта.
4. Обязанности главного судьи матча в избранном виде спорта.
5. Обязанности помощника главного судьи матча в избранном виде спорта.
6. Причины возникновения и меры предупреждения травматизма в избранном виде спорта.

7. Основы техники безопасности на занятиях по избранному виду спорта.
8. Значение и особенности проведения разминки в избранном виде спорта.
9. Основные положения правил по избранному виду спорта.
10. Ведущие российские и мировые тренеры и спортсмены по избранному виду спорта.

## **ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА** (художественная гимнастика)

### **Спортивная подготовленность - 60 баллов**

#### **Вопросы:**

1. Перечислите упражнения (предметы, снаряды), которые Вы выполняете на соревнованиях по избранному виду спорта (вид гимнастики, танцевального спорта).
2. Раскройте содержание одного (первого) из соревновательных упражнений и основные элементы техники.
3. Расскажите об основных группах элементов, из которых состоит одно (второе) из Ваших соревновательных упражнений (по выбору абитуриента).
4. Расскажите об основных группах элементов, из которых состоит одно (третье) из Ваших соревновательных упражнений (по выбору экзаменатора).
5. Расскажите о последних соревнованиях, в которых Вы принимали участие.
6. Раскройте особенности и требования к выполнению соревновательных упражнений спортивного разряда, по программе которого Вы выступаете на соревнованиях.
7. Раскройте содержание и средства для совершенствования технического мастерства для спортсменов Вашего разряда в избранном виде спорта.
8. Расскажите в чём заключается спортивно-техническое мастерство в избранном Вами виде спорта (вид гимнастики, танцевального спорта).
9. Расскажите каким должен быть «идеальный, сильнейший» спортсмен (пара, группа, команда) в избранном Вами виде спорта.
10. Кратко раскройте развитие избранного вида спорта в Вашем регионе.

### **Физическая подготовленность - 20 баллов**

#### **Вопросы:**

21. Перечислите физические качества, необходимые для спортсмена в избранном Вами виде спорта.
22. Раскройте значение и основное содержание общей физической подготовки для спортсменов Вашего разряда в избранном виде спорта.
23. Раскройте значение и основное содержание специальной физической подготовки для спортсменов Вашего разряда в избранном виде спорта.
24. Как в избранном Вами виде спорта проявляется и развивается выносливость.
25. Как в избранном Вами виде спорта проявляется и развивается сила.
26. Как в избранном Вами виде спорта проявляется и развивается гибкость.
27. Как в избранном Вами виде спорта проявляется и развивается ловкость.
28. Как в избранном Вами виде спорта проявляется и развивается быстрота.

29. Какие упражнения используют для спортсменов Вашего разряда в избранном виде спорта для развития специальной двигательной подготовки.

30. Какие упражнения используют для спортсменов Вашего разряда в избранном виде спорта для развития выразительности и качества движений.

### **Специальные требования - 20 баллов**

#### **Вопросы:**

21. Как Вы считаете, почему виды гимнастики и танцевальный спорт специалисты относят к группе сложнокоординационных видов спорта, связанных с искусством выполняемых движений.

22. Кто входит в состав, права и обязанности Главной судейской коллегии в избранном виде спорта.

23. Перечислите состав, права и обязанности судейской бригады, участвующей в судействе соревнований на конкретном виде в избранном виде спорта.

24. Права и обязанности спортсменов и тренеров, участвующих в соревнованиях по избранному виду спорта.

25. Расскажите о Правилах судейства в избранном виде спорта, которые включают в себя оценку упражнений, связок, комбинаций, сбавки за ошибки при исполнении, дисциплинарные меры к тренерам, гимнастам и судьям и другие детали организации и контроля за проведением соревнований.

26. Избранный вид спорта в программе Олимпийских игр, чемпионатов и первенств мира и Европы, кубков мира и Всемирных игр.

27. Опишите основные моменты организации и проведения соревнований в избранном виде спорта.

28. Судьи при участниках, опробование мест соревнований, разминка перед соревнованием и подходом в избранном виде спорта.

29. Раскройте Программу соревнований по избранному виду спорта, которые проводятся на Всероссийском и/или региональном уровнях.

30. Опишите оборудование и инвентарь для проведения соревнований по избранному виду спорта.

### **Блок 2. Общетеоретические вопросы - 20 баллов**

1. Какие положительные черты личности (моральные и волевые качества) формируются в процессе занятий физической культурой?

2. Охарактеризуйте средства физического воспитания (физические упражнения, естественные силы природы, гигиенические факторы).

3. Что понимается под термином «физическое упражнение»? Чем отличается физическое упражнение от обычного двигательного действия?

4. Какое влияние оказывают физические упражнения на функциональные системы организма человека?

5. Значение и содержание утренней гигиенической гимнастики (зарядки).

6. Расскажите о физическом качестве «быстрота», с помощью каких упражнений его можно развивать.

7. Расскажите о физическом качестве «сила», с помощью каких упражнений его можно развивать.

8. Расскажите о физическом качестве «выносливость», с помощью каких

упражнений его можно развивать.

9. Расскажите о физическом качестве «гибкость», с помощью каких упражнений его можно развивать.

10. Расскажите о двигательном качестве «ловкость», с помощью каких упражнений его можно развивать.

11. Роль закаливания в соблюдении здорового образа жизни. Назовите основные правила закаливания.

12. Раскройте значение требований личной гигиены для человека, занимающегося физической культурой и спортом.

13. Охарактеризуйте гигиенические требования к одежде и обуви для занятий разными видами спорта (легкая атлетика, спортивные игры, гимнастика и другие).

14. Что понимается под «правильной осанкой», с помощью каких упражнений осуществляется ее формирование и проводится профилактика нарушений?

15. Расскажите о вредных привычках человека (табакокурение, наркомания, алкоголизм) и их влиянии на здоровье человека.

16. Роль занятий физической культурой и спортом в профилактике вредных привычек.

17. Режим питания при занятиях физическими упражнениями. Роль и предназначение основных питательных веществ (белки, жиры, углеводы, витамины, минеральные соли).

18. Назовите основные правила техники безопасности на занятиях физической культурой и спортом.

19. Основные причины травматизма во время занятий физической культурой и спортом

20. Назовите основные мероприятия по профилактике травматизма.

### III. ЛИТЕРАТУРА

1. Арзуманов С. Г. Физическое воспитание в школе учащихся 10-11 классов: учеб. - метод, пособие для учителя / С. Г. Арзуманов.-Ростов н/Д.: Феникс, 2010. - 413с.

2. Евсеев Ю. И. Физическая культура: учебник / Ю. И. Евсеев. - Ростов н/Д.: Феникс, 2002. - 384 с.

3. Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры: учебник / Ю. Ф. Курамшин. - М.: Советский спорт, 2008. - 463 с.

4. Лях В. И. Физическая культура. 10-11 классы: учеб. Для общеобразовательных учреждений / В. И. Лях, А. А. Зданевич ; под ред. В. И. Ляха. - 7-е изд. - М.: Просвещение, 2012. - 237 с.

5. Максименко А. М. Теория и методика физической культуры: учебник / А. М. Максименко. - М.: Физкультура и спорт, 2009. - 496 с.

6. Неверкович С. Д. Педагогика физической культуры и спорта / С. Д. Неверкович. - М.: Физическая культура и спорт, 2010.-336 с.

7. Якимова Л. А. Физическая культура: учебно-методическое пособие / Л. А. Якимова. - Краснодар: КГУФКСТ, 2005. - 104 с.