

**Вопросы для проведения собеседования с поступающими на платной основе иностранными гражданами в Академию физической культуры и массового спорта по группам образовательных программ на 2025–2026 учебный год.**

**В055 Подготовка учителей физической культуры**

*(выпускники общеобразовательных школ, для выпускников организаций технического и профессионального или послесреднего образования)*

1. Дайте определение физическому воспитанию.
2. Назовите основные средства физического воспитания.
3. Что входит в структуру урока физической культуры?
4. Какие задачи решает физическое воспитание в школе?
5. Какие методы обучения применяются на уроках физической культуры?
6. Что такое физическое качество? Назовите основные физические качества.
7. Приведите примеры упражнений на развитие выносливости.
8. Что такое двигательную активность и как её измеряют?
9. Как организовать разминку перед основной частью урока?
10. Какие игры развивают ловкость?
11. Что такое спортивная тренировка?
12. Назовите принципы спортивной тренировки.
13. Что означает термин «нагрузка» в тренировочном процессе?
14. Объясните понятие «восстановление» в спорте.
15. Какие этапы включает подготовка спортсмена?
16. В чём отличие общей физической подготовки (ОФП) от специальной (СФП)?
17. Что такое планирование тренировочного процесса?
18. Какие средства используются для развития силы?
19. Как контролируется физическое состояние спортсмена?
20. Что такое техника и тактика в спорте?
21. Какие гигиенические требования предъявляются к спортивному залу?
22. Почему важно соблюдать режим дня при занятиях спортом?
23. Какие правила личной гигиены должен соблюдать спортсмен?
24. Что такое переутомление и как его избежать?
25. Как влияет недосыпание на спортивные результаты?
26. Назовите вредные привычки, мешающие физическому развитию.
27. Как правильно подобрать спортивную одежду для занятий?
28. Какие санитарные нормы нужно соблюдать при проведении уроков на открытом воздухе?
29. Что такое закаливание и зачем оно нужно?
30. Назовите способы профилактики травм на уроках физкультуры.
31. Сколько игроков в команде по волейболу?
32. Назовите правила подачи в настольном теннисе.
33. Что означает правило «офсайд» в футболе?

34. Какие базовые приёмы используются в баскетболе?
35. Назовите основные виды лёгкой атлетики.
36. Какие навыки развивает плавание?
37. Что такое техника безопасности в спортивных играх?
38. Как определить победителя в легкоатлетических соревнованиях?
39. Какие особенности проведения эстафетных игр в начальных классах?
40. Как провести подвижную игру с детьми на уроке физкультуры?
41. Чем отличается методика преподавания в начальной и средней школе?
42. Каковы особенности организации подвижных игр на уроках?
43. Что включает в себя подготовка учителя к уроку?
44. Как оформить план-конспект урока физической культуры?
45. Как проводится контроль и оценка на уроках физкультуры?
46. Какие критерии используются для оценки физической подготовленности учащихся?
47. Назовите типы уроков физической культуры.
48. Какие упражнения применяются для развития координации движений?
49. Как разработать комплекс утренней гимнастики для младших классов?
50. Какие меры следует предпринять при организации урока зимой на улице?

### **В098-«Спорт»**

*(выпускники общеобразовательных школ, для выпускников организаций технического и профессионального или послесреднего образования)*

1. Что такое спорт и каковы его основные функции в обществе?
2. Назовите основные виды спорта.
3. Что включает в себя система спортивной подготовки?
4. Объясните понятие «тренировочный процесс».
5. Назовите этапы многолетней подготовки спортсмена.
6. Что означает термин «физическая подготовка»?
7. Чем отличается общая физическая подготовка от специальной?
8. Что такое спортивная специализация?
9. Какие принципы лежат в основе спортивной тренировки?
10. Что включает техника спортивных упражнений?
11. Что такое тактика в спорте?
12. Объясните понятие «нагрузка» и её виды.
13. Что такое суперкомпенсация?
14. Что включает восстановление после нагрузки?
15. Каковы признаки перетренированности у спортсмена?
16. Назовите основные средства восстановления.
17. Какие средства применяются для развития силы?
18. Какие упражнения используются для развития выносливости?
19. Что такое координация движений и как её развивать?

20. Что включает методика обучения двигательным действиям?
21. Каковы этапы разучивания спортивных упражнений?
22. Назовите основные методы тренировки.
23. Что такое педагогический контроль в спорте?
24. Назовите основные формы спортивных соревнований.
25. Как планируется тренировочный микроцикл?
26. Что включает в себя подготовка спортсмена к соревнованиям?
27. Какова роль разминки и заминки в тренировке?
28. Как составить план тренировки по легкой атлетике?
29. Назовите биомеханические особенности бега.
30. Чем отличается аэробная нагрузка от анаэробной?
31. Какие мышцы работают при подтягиваниях?
32. Назовите типы спортивных травм и способы их профилактики.
33. Что такое спортивная медицина и её задачи?
34. Какие гигиенические требования предъявляются к спортивным залам?
35. Как правильно организовать тренировку на открытом воздухе зимой?
36. Какие нормы питания рекомендуются для спортсменов?
37. Назовите психологические качества, необходимые спортсмену.
38. Что такое волевая подготовка в спорте?
39. Как мотивация влияет на спортивную деятельность?
40. Назовите основные положения спортивной этики.
41. Что такое антидопинговые правила?
42. Какие компетенции должен иметь тренер по спорту?
43. Назовите виды спортивной документации.
44. Какие особенности проведения тренировок с детьми?
45. В чём особенности женского спорта?
46. Как взаимодействуют тренер и спортсмен в процессе подготовки?
47. Назовите особенности индивидуального и командного видов спорта.
48. Какие виды контроля используются в тренировочном процессе?
49. Что такое спортивный менеджмент?
50. Какие перспективы трудоустройства открывает направление «Спорт»?