

МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Башкирский государственный педагогический университет
им. М. Акмуллы»
(ФГБОУ ВО «БГПУ им. М.Акмуллы»)



ПРОГРАММА ВСТУПИТЕЛЬНОГО ЭКЗАМЕНА
по дисциплине
Теория и методика физической культуры

Научная специальность

5.8.4. Физическая культура и профессиональная физическая подготовка

У Ф А 2024

1. Требования к уровню подготовки лиц, поступающих на основную образовательную программу подготовки научных и научно-педагогических кадров:

Знания:

Знания:

- основные понятия, суть теории и методики физического воспитания и профессиональной физической подготовки;
- методологию педагогических исследований проблем физического воспитания и профессиональной физической подготовки;
- теории и технологии физического воспитания и профессиональной физической подготовки, сопровождения субъектов педагогического процесса;
- особенности взаимосвязи теории и практики в педагогике.

Умения:

- применять методологические понятия в исследовании;
- ставить цель и формулировать задачи, связанные с реализацией профессиональных функций.

использовать в образовательном процессе разнообразные ресурсы, в том

Владения (опыт профессиональной деятельности):

- навыками применения теоретических основ физического воспитания и профессиональной физической подготовки к задачам прикладного характера в рамках научного исследования;
- интегрировать науку в практику организации исследования;
- специальной профессиональной терминологией и лексикой;
- культурой мышления.

2. Содержание дисциплины

Особенности методики физического воспитания детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.

Характерные признаки возрастного развития детей школьного возраста, их учет при проведении уроков по физическому воспитанию. Учет сенситивных периодов развития отдельных физических качеств детей. Критерии оценки двигательных способностей, показатели морфофункциональных систем развития организма.

Цели, задачи и общие принципы современной системы физического воспитания.

Цели и задачи воспитания. Общие принципы физического воспитания: принцип оздоровительной направленности, всесторонности, связи физического воспитания с трудовой и военной практикой. Суть каждого принципа, основные пути реализации.

Основные направления системы физического воспитания (общеобразовательные и специализированные). Оздоровительно-физкультурная деятельность в сфере образования и в повседневном быту. Непосредственно-прикладные (специализированные) виды деятельности: профессионально-прикладная и спортивно-физкультурная деятельность, их характерные особенности.

Физическая культура в системе воспитания детей раннего и дошкольного возраста.

Возрастные особенности детей дошкольного периода (анатомо-физиологические, психолого-педагогические). Периодизация дошкольного возраста, особенности функционального развития ребенка, формирование опорно-двигательного аппарата. Основные задачи направленного использования физической культуры в данном возрасте. Особенности методики физической культуры детей дошкольного возраста.

Закаливающие процедуры как основное эффективное средство физического воспитания детей раннего возраста. Особенности методики применения массажа и физических упражнений (пассивных и пассивно-активных на раннем этапе развития ребёнка).

Активные упражнения циклического и ациклического характера – основные средства воспитания преддошкольного и дошкольного периода. Игровая деятельность – основа двигательной активности детей.

Эффективность применения средств лечебной физической культуры для коррекции нарушения осанки у детей дошкольного возраста. Формы организации физкультурной деятельности в детских дошкольных учреждениях.

Физическая культура как общественное явление.

Понятие «физическая культура», ее роль в современном обществе. Основные формы физической культуры; особенности их проявления в зависимости от сферы деятельности; образования и воспитания; трудовой и служебной деятельности; оздоровительно-реабилитационной; рекреативной.

Социальные функции физической культуры. Физическая культура как средство удовлетворения естественной потребности человека в двигательной активности. Роль физической культуры в организации активного, полноценного отдыха в условиях современного общества. Использование физической культуры в воспитании личности. Физическая культура и спорт в сфере непосредственных межчеловеческих контактов: общение в спортивном коллективе; при посещении спортивных зрелищ; укрепление международных отношений, дружбы и мира на земле.

Физическая культура в жизни людей пожилого и старшего возраста.

Характеристика данного возрастного периода. Медико-биологические особенности людей пожилого и старшего возраста. Изменения в деятельности функциональных систем, опорно-двигательного аппарата, психики человека.

Двигательный режим – главное условие обеспечения активного долголетия и профилактики строения. Методика направленного использования физической культуры в пожилом и старшем возрасте. Характеристика форм, средств и методов физкультурной деятельности.

Основные методические положения, которые необходимо учитывать при занятиях физическими упражнениями. Самоконтроль в процессе занятий.

Физическая культура как компонент здорового образа жизни.

Понятие здоровья и здорового образа жизни. Определяющее значение в укреплении и сохранении здоровья человека. Основные компоненты здорового образа жизни: двигательный режим, закаливание, рациональное питание,

режим труда и отдыха, личная гигиена и т.д. Роль двигательной активности в формировании здорового образа жизни.

Основные направления формирования ЗОЖ на разных этапах индивидуального развития.

Современный понятийный аппарат теории физической культуры.

Понятия предмета теории физической культуры, т.е. со специфических профессиональных терминов и понятий. Раскрыть суть таких понятий как: 1) физическое воспитание; 2) физическая подготовка; 3) физическое развитие; 4) физическое совершенство; 5) спорт.

Физическое воспитание студенческой молодёжи.

Цель и задачи физического воспитания студентов. Содержание программного материала по физическому воспитанию в вузе. Особенности организации занятий по физической культуре в вузе. Распределение студентов по учебным отделениям (основное, специальное, спортивное). Особенности методики физического воспитания в зависимости от направленности групп. Формы учебных и внеучебных занятий по физическому воспитанию. Характеристика физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в вузе.

Формы построения занятий в физическом воспитании.

Цель и задачи физической культуры в школе. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня школы: гимнастика до занятий, физкультминутки, игры и спортивные развлечения на большой перемене, спортивный час в группах продленного дня. Урок как основная форма занятий физической культуре в школе.

Внеклассная работа по физическому воспитанию: занятия в кружках физической культурой, секциях по видам спорта, массовые физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия.

Особенности методики направленного использования физической культуры в различные периоды школьного возраста. Содержание программы по физическому воспитанию детей младшего, среднего и школьного возраста. Специфика подбора средств, методов и методических приемов с учетом возрастных особенностей школьников. Физическое воспитание детей с ослабленным здоровьем.

Распределение учащихся на медицинские группы. Организация и методика проведения занятий в специальных медицинских группах.

Сущность и основы методики профессионально-прикладной физической подготовки.

Задачи, средства, методы профессионально-прикладной физической подготовки. Основные черты методики и формы построения занятий в профессионально-прикладной физической подготовке.

Характеристика средств физического воспитания.

Понятие «средства физического воспитания». Основные и дополнительные средства физического воспитания.

Физическое упражнение, как основное средство физического воспитания. Определение физических упражнений; варианты их классификаций.

Понятия: «техника», «основа техники», «ведущее звено», «детали техники». Пространственные, пространственно-временные и временные характеристики техники, определяющие кинематическую структуру движения.

Динамические характеристики, проявление внутренних и внешних сил в процессе движений. Комплексная характеристика движений (динамо-временная) – ритм. Характерные черты ритма, особенности его проявления при выполнении движений.

Планирование и контроль в физическом воспитании.

Методика разработки документов планирования. Годовой план-график, его структура и содержание. Поурочный четвертной план, его характеристика и методы разработки. Конспект урока, его основные элементы, технология составления. Виды контроля, методика их осуществления: предварительный контроль, оперативный контроль, текущий контроль, этапный контроль, итоговый контроль. Методы контроля: педагогическое наблюдение, опросы, прием учебных нормативов, тестирование, контрольные и другие соревнования, простейшие врачебные методы (измерение ЖЕЛ, массы тела, становой силы), хронометрирование занятия, определение динамики физической нагрузки на занятии по ЧСС.

Методы физического воспитания.

Суть методов физического воспитания, их классификация. Способы применения физических упражнений. Группы методов стандартного упражнения и переменного упражнения. Комбинации нагрузки и отдыха, направленные на достижение и закрепление адаптационных перестроек в организме. Суть кругового метода. Методы обучения двигательным действиям, их разновидности. Последовательность обучения двигательным действиям, согласно общим принципам теории физической культуры.

Теория и методика физического воспитания как наука и учебная дисциплина.

Источники возникновения и развития теории и методики физического воспитания. Система научных знаний о сущности физической культуры, взятой в целом об их общих закономерностях ее функционирования, направленного использования и развития. Теория и методика физического воспитания как одна из основных профилирующих дисциплин в системе профессиональной подготовки специалистов с высшим физкультурным образованием, ее основные направления и задачи.

Общеметодические и специфические принципы физического воспитания.

Принцип сознательности и активности в процессе физического воспитания, его характеристика. Формирование самостоятельного мышления, творческой активности, сознательного отношения к выполняемым занятиям в процессе физического воспитания. Методы и методические приёмы, используемые для реализации новых направлений данного принципа.

Принцип доступности и индивидуализации в процессе физического воспитания. Суть принципа, условия его реализации. Мера доступности как соответствии между возможностями занимающихся и трудностями,

возникающими при выполнении упражнения. Индивидуализация как необходимость использования средств, методов и форм занятий соответственно индивидуальным возможностям занимающихся. Особенности проявления индивидуальных различий при обучении движениям, реакции организма на нагрузку, динамика его приспособительных перестроек. Связь с принципом систематичности, методические правила, определяющие его регуляцию. Способы педагогического и медико-биологического контроля при реализации принципа доступности и индивидуализации.

Принципы всемерного содействия всестороннему гармоническому развитию личности в неразрывной связи культурно-воспитательной деятельности с практической жизнью, потребностями общества и оздоровительной направленности как важнейшие наиболее общие принципы, направляющие физкультурное движение и функционирования системы физического воспитания в гуманном обществе.

Принцип системного чередования нагрузок и отдыха; в процессе физического воспитания. Суть принципа, основные направления его реализации. Непрерывность как регулярное, многократное повторение упражнений в процессе занятий по физическому воспитанию. Последовательность распределения учебного материала в физическом воспитании. Методические правила планирования учебного материала. Систематичность как определенная система чередования нагрузки и отдыха. Принципы постепенного наращивания развивающе-тренирующих воздействий и адаптивного сбалансирования их динамики; принципы цикличности и возрастной адекватности направлений физического воспитания.

Силовые способности, их основы и методика их совершенствования.

Понятие о силе как физического качества. Центральные и периферические факторы, определяющие максимальную произвольную силу (внутримышечная и межмышечная координация, гипертрофия мышц, композиционный состав, энергетические источники и др.).

Виды силовых способности проявления их в двигательной деятельности. Характеристика средств воспитания силы. Основные направления методики воспитания силовых способностей и их характеристика: выполнение упражнений с отягощением (предельного, не предельного веса, динамического характера); выполнение упражнений ударно-реактивного воздействия; изометрический метод. Дополнительные методы воспитания силы. Способы оценки силовых способностей: тесты, измерительные приборы и т.д.

Скоростные способности, их основы и методика их совершенствования.

Основные формы проявления скоростных способностей. Центральные и периферические факторы, определяющие скоростные способности (частота импульсации и число активируемых нейронов, композиционный состав мышц, энергетические субстраты окисления, АТФ-азная активность миозина и др.).

Быстрота двигательной реакции, её связь с другими формами быстроты. Характеристика простой и сложной двигательной реакции, средства и методы их воспитания.

Основы воспитания быстроты движений. Характерные черты собственно скоростных упражнений. Основной метод воспитания быстроты движений. Эффективность применения скоростно-силовых упражнений для совершенствования быстроты.

Значение расслабления и эластических свойств мышц для реализации высокой скорости движения.

Понятие «скоростной барьер». Пути его предупреждения и устранения. Контроль над уровнем проявления скоростных способностей: тесты на быстроту, измерительные устройства для оценки скоростных качеств.

Выносливость как физическое качество и методика ее воспитания.

Понятие выносливости, особенности ее проявления в двигательной деятельности.

Виды выносливости, их характеристика. Аэробная выносливость и кислородтранспортная система. МПК – показатель аэробных возможностей человека. «Дыхательная» способность мышц – ведущее звено морфофункциональной специализации при развитии выносливости. Роль ПАНО, сократительных и окислительных свойств мышц в развитии выносливости. Анаэробная выносливость и факторы ее определяющие (кислородный долг, уровень молочной кислоты).

Средства воспитания общей выносливости. Методы непрерывного воздействия для развития аэробных возможностей организма.

Особенности средств специальной («скоростной», «силовой» и т.п.) выносливости. Методы направленного воздействия на специальную выносливость. Характеристика компонентов нагрузки (интенсивность, продолжительность, интервалы отдыха) при использовании методов совершенствования специальной выносливости. Способы оценки выносливости (медико-биологические и педагогические методы).

Гибкость как физическое качество и методы ее совершенствования.

Гибкость как морфофункциональное свойство организма человека. Факторы, определяющие проявление гибкости. Возрастно-половые особенности гибкости. Виды гибкости. Динамика изменения гибкости в течение жизни человека.

Средства направленного воспитания гибкости. Упражнения на растягивание как основное средство воспитания гибкости. Эффективность применения силовых упражнений с большой амплитудой для совершенствования гибкости. Основные и дополнительные методы воспитания гибкости. Способы оценки гибкости (тесты и измерительные устройства).

Двигательно-координационные способности, основные компоненты координационных способностей, пути их совершенствования.

Значение сенсорных систем, срочной и дополнительной информации о движениях. Моторная память. Координация и способность к мышечному расслаблению. Критерии и методы оценки КС. Средства и методы воспитания координационной способности. Требования к упражнениям на координацию. Методические приемы, используемые для воспитания КС.

Средства и методы воспитания координационных способностей. Требования к упражнениям на координацию. Методические приёмы, используемые для воспитания КС.

Основы обучения двигательным действиям.

Понятия: «двигательное умение» и «двигательный навык», умение «высшего» порядка. Отличительные признаки первоначального двигательного умения и двигательного навыка.

Роль условно-рефлекторных механизмов в образовании двигательного навыка (значение сенсорных и оперантных рефлексов). Фазы формирования двигательного навыка.

Физиологические основы совершенствования двигательных навыков в зависимости от уровня спортивного мастерства (значение обратных связей сенсорных корреляций). Проявление психических процессов на разных стадиях образования двигательного навыка.

Положительный и отрицательный перенос при формировании двигательных навыков и их характеристика.

Организация массовых физкультурно-пропагандистских мероприятий.

Роль массовых физкультурно-пропагандистских мероприятий в сфере физической культуры и спорта.

Особенности организации показательных выступлений, спортивных парадов, фестивалей, конкурсов, встреч с известными спортсменами и тренерами.

Задачи, средства и методы общей и специальной физической подготовки. Методы контроля над уровнем физической подготовленности (на примере избранного вида физкультурно-спортивной деятельности).

Понятия «физическая подготовка, «общая физическая подготовка» и «специальная физическая подготовка». Цели и задачи общей и специальной физической подготовки. Особенности процесса физической подготовки на примере конкретного вида спорта. Краткая характеристика методик воспитания физических способностей спортсменов на примере избранного вида ФСД.

Утомление. Методы оценки утомления при мышечной работе.

Определение и физиологическая сущность утомления. Утомление и работоспособность. Физиологические проявления и стадии развития утомления при физической работе.

Биохимические изменения, приводящие к развитию утомления: истощение энергетических субстратов, нарушение гомеостаза внутренних сред организма, нарушение пластического обеспечения функций, изменения нервной и гормональной регуляции. Специфичность биохимических изменений, вызывающих утомление при различной мышечной работе.

Факторы утомления при различных видах спортивных упражнений. Критерии и тесты оценки утомления.

Гигиена физического воспитания детей и подростков.

Возрастные особенности детей и подростков. Гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу в школе, классным помещениям и их

оборудованию, к местам занятий физической культурой. Гигиенические основы физического воспитания школьников. Суточный режим школьника. Особенности питания школьников.

Методы исследования функционального состояния системы органов дыхания, кровообращения, опорно-двигательного аппарата.

Методы исследования функционального состояния системы органов дыхания (проба Штанге, Генча, определение объема форсированного выдоха, ЖЕЛ). Методы исследования функционального состояния сердечно-сосудистой системы (пульсометрия, измерение АД, проба Шалкова, Руфье, ЭКГ, до и после дозированной нагрузки). Методы исследования функционального состояния опорно-двигательного аппарата (кистевая динамометрия, дозированная динамометрия, становая тяга).

Педагогика физической культуры и спорта как наука и учебная дисциплина.

Педагогика физической культуры и спорта как наука и учебная дисциплина. Возникновение педагогики физической культуры и спорта. Место педагогики физической культуры и спорта в системе наук. Взаимосвязь педагогики физической культуры и спорта с другими учебными дисциплинами. Педагогика спорта как самостоятельная отрасль педагогических знаний. Соотношение теории и практики как центральная проблема спортивно-педагогической науки о деятельности человека.

Особенности воспитания в процессе занятий физической культурой.

Воспитательные возможности и их реализация: в физической культуре, массовом спорте, спорте высших достижений, реабилитационных занятиях, инвалидном спорте. Основные характеристики процесса воспитания в физкультурно-спортивной деятельности. Воспитательная работа в процессе учебно-тренировочного занятия. Воспитательный потенциал спортивного соревнования. Воспитательные возможности различных видов спорта. Воспитательные возможности средств массовой информации, литературы и искусства в пропаганде занятий физической культурой и спортом. Создание молодежной спортивной моды как фактора приобщения к физкультурно-спортивной деятельности.

Реализация задач комплексного подхода к формированию личности при занятиях физической культурой и спортом.

Специфичность задач воспитания по направлениям: нравственному, трудовому, интеллектуальному, эстетическому. Влияние эстетических взглядов и убеждений спортсменов на их нравственное поведение. Особенности гражданского и патриотического воспитания в спорте в современных условиях. Физическая культура и спорт как средство интернационального воспитания. Экологическое и валеологическое воспитание как новое направление в физкультурно-спортивном воспитании. Обеспечение единства требований различных социальных институтов, работающих с детьми (школа, семья, спортивный клуб).

Особенности профессии тренера и учителя физической культуры.

Выбравшие профессию педагога в области физической культуры и спорта, должны отчетливо представить привлекательность и сложность этой профессии. В этой профессии есть и менее привлекательные стороны: ненормированный рабочий день, высокая требовательность со стороны окружающих, ответственность за здоровье воспитанников, их спортивные успехи и будущее. Тренер всегда на виду. Содержание и особенности работы учителя и тренера во многом совпадают, но работа тренера охватывает более широкий диапазон деятельности.

Педагогические технологии и инновации в сфере физической культуры и профессиональной физической подготовки.

Сущность педагогических технологий и инноваций в области физической культуры и профессиональной физической подготовки. Ориентация педагогического процесса на развитие личности, активизация и интенсификация деятельности учащихся, эффективность управления и организации педагогического процесса, развивающее обучение.

Технологии обучения в физкультурно-спортивной деятельности (проблемное обучение, моделирование ситуации, дидактические игры, информационные технологии).

Психологическая характеристика физического воспитания.

Единство двух культур: физической и психической. Объект изучения психологической науки. Крупные группы психических явлений: психические процессы, психические свойства личности и психические состояния.

Психологическая характеристика деятельности в физическом воспитании, и ее отличие от спортивной деятельности.

Понятие о предмете психологии физического воспитания. Задачи психологии физической культуры. Связь психологии физического воспитания с общей психологией и другими отраслями психологии. Методы исследования в области физической культуры.

Психологические основы обучения и воспитания.

Особенности деятельности в физическом воспитании. Идеи и принципы развивающего обучения по Л.С. Выготскому на уроках физической культуры при овладении учащимися двигательных навыков. Обучение, воспитание и развитие как единый, сложный, взаимосвязанный процесс.

Психологические основы активизации деятельности учащихся на уроке физической культуры. Способы повышения активности учащихся на уроке ФК.

Учащиеся как субъекты познания на уроках физической культуры. Неравномерность развития всех психических функций у учащихся различных возрастных групп. Роль специальных упражнений в развитии психических функций.

Психологические основы обучения двигательным действиям

Виды действий в деятельности человека. Характеристика инстинктивных, импульсивных и волевых действий. Психологическая структура двигательного действия. Развитие саморегуляции двигательных действий.

Психологическое понимание взаимосвязи категорий действия и движения. Предметно-организованное движение как способ познания и изменения мира.

Роль первичных природных автоматизмов (ползания, ходьбы, бега, плавания, прыжков и т.п.) в формировании движения, несравненно более сложные по координации, отличающиеся силой, быстротой, пластичностью, точностью. Роль условий формирования навыка в соревновательной надежности.

Двигательный навык как целостное, сознательное, автоматизированное действие. Стадии формирования двигательного навыка. Характеристика начального, углубленного детализированного разучивания, закрепления и совершенствования действия.

Возрастные особенности воспитания двигательных навыков и качеств.

Развитие психических процессов в физическом воспитании.

Процесс познания как получение, обработка и передача информации. Роль познавательных процессов (ощущение, восприятие, внимание, память, мышление, воображение) в процессе познания и их взаимосвязь.

Характеристика эмоционально-волевой сферы у учащихся начальных классов. Особенности эмоциональных состояний младших школьников и управления ими на занятиях физической культуры. Приемы активизации волевых усилий в работе с младшими школьниками. Значение общего положительного эмоционального фона для успеха занятий физической культурой.

Характерные черты эмоционально-волевой сферы подростков. Качественные отличия эмоциональных переживаний и волевых проявлений в подростковом возрасте. Основные средства специализированного развития волевых качеств у подростков.

Развитие интеллекта у учащихся старших классов. Характеристика эмоциональной сферы старшеклассников. Волевая сфера юношеского возраста.

Психологические основы формирования личности в физическом воспитании.

Формирование психического склада личности учащегося в процессе физического воспитания. Психологические особенности воспитательных задач на уроке физической культуры.

Потребность в движении как одна из естественных, врожденных потребностей человека. Чувства удовлетворенности от двигательной активности, от физической нагрузки как важнейшее условие развития потребности в движении. Основные факторы, влияющие на удовлетворение потребности в движении. Влияние физических упражнений на развитие личности.

Психологическая характеристика деятельности учителя физической культуры.

Особенности деятельности учителя физической культуры. Специфических, по сравнению с деятельностью других педагогов, условия

деятельности преподавателя по физической культуре. Адаптация учителя физической культуры к профессиональной деятельности.

Психологические основы профессионального мастерства учителя физической культуры. Педагогические способности как определенное сочетание индивидуально-психологических особенностей личности, являющихся условием достижения высоких результатов в обучении и воспитании учащихся. Психологические основы педагогического такта. Культура речи, ее компоненты.

Стили деятельности учителя физической культуры. Характеристика организационно-коммуникативного, конструктивно-организаторского и конструктивно-коммуникативного стиля деятельности в зависимости от преобладающего типа нервной системы. Индивидуальный стиль деятельности как относительно устойчивая индивидуально-своеобразная организация деятельности.

Психологические основы физической подготовки.

Единство физических и психических качеств спортсмена. Психологические основы развития физических качеств: выносливости, силы, быстроты, ловкости. Совершенствование психических процессов и свойств личности, а также управление психическими состояниями при формировании физических качеств.

Совершенствование выносливости. Психологические приемы преодоления состояния усталости и монотонии. Совершенствование силы. Роль волевых качеств: целеустремленности, настойчивости, упорства, при упражнениях на выносливость. Умение тонко различать микроинтервалы времени и формировании установки на начало ответного действия как психологическая предпосылка совершенствования быстроты. Совершенствование ловкости. Психологические особенности воспитания ловкости.

3. Учебно-методическое обеспечение:

Основная литература:

1. Барчуков, И. С. Теория и методика физического воспитания и спорта : учеб. для образоват. учреждений / И. С. Барчуков. – М. : КноРус, 2011. – 365 с
2. Железняк, Ю. Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура» : учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. завед. / Ю. Д. Железняк, В. М. Минбулатов. – М. : Издательский центр «Академия», 2008. – 269 с.
3. Теория и методика физической культуры : учеб. для вузов / Ю. Ф. Курамшин и др. ; под ред. Ю. Ф. Курамшина. – М. : Сов. спорт, 2007. – 463 с.
3. Педагогика: учебник для вузов /под ред. А.П.Тряпицыной. – СПб.: Питер,2017. – 304 с.: ил.

Дополнительная литература:

1. Зациорский, В. М. Физические качества спортсмена / В. М. Зациорский. – М. : ФиС, 1970. – 199 с.
2. Теория и методика физической культуры : учеб. для вузов / Ю. Ф. Курамшин и др. ; под ред. Ю. Ф. Курамшина. – М. : Сов. спорт, 2007. – 463 с.

3. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта : учеб. пособие для вузов / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – М. : Академия, 2009. – 479 с.

Информационные ресурсы:

1. Базы данных компании East View Publications (Ист-Вью)
2. Базы данных Gale Group – <http://www.neicon.ru/res/gale.htm>
3. Федеральный портал Российское образование – http://www.edu.ru/index.php?page_id=242
4. Каталог образовательных интернет-ресурсов – http://www.edu.ru/index.php?page_id=6
5. Библиотека портала – http://www.edu.ru/index.php?page_id=242
6. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU – <http://elibrary.ru/defaultx.asp>
7. Гуманитарная электронная библиотека – <http://www.lib.ua-ru.net/katalog/41.html>
8. Научная онлайн-библиотека Порталус – <http://www.portalus.ru/>
9. Библиотека Гумер – <http://www.gumer.info/>
10. Служба Twirps.com – <http://www.twirpx.com/about/>
11. Электронная библиотека учебников. Учебники по педагогике – <http://studentam.net/content/category/1/2/5/>
12. Фундаментальная библиотека РГПУ им. А.И. Герцена – <http://lib.herzen.spb.ru>

4. Примерные вопросы к экзамену

1. Педагогика как наука, ее объект и функции. Педагогическая наука и педагогическая действительность. Становление и развитие педагогики как науки - донаучный и научный периоды ее развития. Педагогика в системе гуманитарных знаний и наук о человеке.
2. Педагогический процесс. Педагогический процесс как основная категория педагогики. Теории целостного педагогического процесса.
3. Категориально-понятийный аппарат современной педагогики. Значение определений понятий для развития науки и практики. Понятия: «формирование личности», «воспитание личности». Их соотношение и возможности исследования. Обновление языка педагогики как отражение процессов развития педагогической науки и практики.
4. Педагогический процесс как система, его структура и основные компоненты: цели, содержание, способы, формы организации и результаты педагогического процесса. Функции педагогического процесса. Методологические подходы к построению педагогического процесса: системный, личностно-ориентированный, компетентностный.
5. Методология педагогической науки и деятельности. Функции методологии педагогики. Место методологии педагогики в общей системе методологического знания. Уровни методологических знаний и их характеристика: философский, общенаучный, конкретно-научный, технологический.

6. Единство и различие педагогической науки и практики. Сопоставление науки и практики по характеристикам: объект, средства и результат. Педагогическая наука и практика как единая система.
7. Системное исследование в педагогике: методология, этапы и конструирование. Методы исследования, критерии их выбора.
8. Национальный проект «Образование» 2016-2025 гг.
9. Поиски новых форм, технологий, совершенствование содержания общего и профессионального образования. Основные идеи «педагогике сотрудничества».
10. Особенности методики физического воспитания детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.
11. Цели, задачи и общие принципы современной системы физического воспитания.
12. Физическая культура в системе воспитания детей раннего и дошкольного возраста.
13. Физическая культура как общественное явление.
14. Физическая культура в жизни людей пожилого и старшего возраста.
15. Физическая культура как компонент здорового образа жизни.
16. Физическое воспитание студенческой молодёжи.
17. Формы построения занятий в физическом воспитании.
18. Сущность и основы методики профессионально-прикладной физической подготовки.
19. Характеристика средств физического воспитания.
20. Планирование и контроль в физическом воспитании.
21. Методы физического воспитания.
22. Общеметодические и специфические принципы физического воспитания.
23. Силовые способности, их основы и методика их совершенствования.
24. Скоростные способности, их основы и методика их совершенствования.
25. Выносливость как физическое качество и методика ее воспитания.
26. Гибкость как физическое качество и методы ее совершенствования.
27. Двигательно-координационные способности, основные компоненты координационных способностей, пути их совершенствования.
28. Основы обучения двигательным действиям.
29. Организация массовых физкультурно-пропагандистских мероприятий.
30. Задачи, средства и методы общей и специальной физической подготовки. Методы контроля над уровнем физической подготовленности (на примере избранного вида физкультурно-спортивной деятельности).
31. Физиологическая характеристика функционального состояния организма при спортивной деятельности: предстартовое, разминка, вбрасывание, истинное и ложное устойчивое состояние.

32. Физиологическая характеристика физических упражнений. Характеристика стандартных циклических и ациклических движений.

33. Характеристика циклических упражнений различной относительной мощности: максимальной, субмаксимальной, большой и умеренной.

34. Педагогика физической культуры и спорта как наука и учебная дисциплина.

35. Особенности педагогической работы с различными возрастными и социальными категориями населения.

36. Педагогическое общение как форма взаимодействия педагогов и учащихся.

37. Особенности воспитания в процессе занятий физической культурой.

38. Реализация задач комплексного подхода к формированию личности при занятиях физической культурой.

39. Особенности профессии учителя физической культуры.

40. Педагогические технологии и инновации в сфере физической культуры и профессиональной физической подготовки.

41. Психологическая характеристика физического воспитания.

42. Психологические основы обучения двигательным действиям.

43. Развитие психических процессов в физическом воспитании.

44. Психологические основы формирования личности в физическом воспитании.

45. Психологическая характеристика деятельности и личности учителя физического воспитания.

46. Психологические основы физической подготовки.

5. Требования к реферату

Реферат должен быть написан на актуальную тему в области физической культуры и спорта и выражать научные интересы поступающего в аспирантуру.

Во Введении должен быть представлен категориальный аппарат исследования: проблема, цель, задачи, объект, предмет, гипотеза, методы исследования. В Заключение – выводы и результаты анализа по исследуемой проблеме. Список источников должен соответствовать теме реферата, в общем числе представленной литературы публикации за последние 5 лет должны составлять более половины от общего списка.

Примерные темы рефератов

Особенности методики физического воспитания детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.

Особенности профессии учителя физической культуры.

Педагогические технологии и инновации в сфере физической культуры и профессиональной физической подготовки.

Психологические основы физической подготовки.

Сущность и основы методики профессионально-прикладной физической подготовки.

Физическая культура в жизни людей пожилого и старшего возраста.

Физическая культура как компонент здорового образа жизни.

Физическое воспитание студенческой молодежи.

Характеристика средств физического воспитания

6. Структура билета.

Сюда могут быть включены вопросы по дисциплине «Теория и методика физического воспитания», собеседование по материалам, представленным в портфолио с результатами индивидуальных достижений, собеседование по реферату.

Программа вступительного экзамена составлена в соответствии с Федеральными государственными требованиями, утвержденным Приказом Министерства науки и высшего образования РФ от 20.10.2021 г. № 951.

Разработана и утверждена на заседании кафедры теории и методики физической культуры и спорта.