

Министерство спорта Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное учреждение
«Санкт-Петербургский научно-исследовательский институт
физической культуры»
(ФГБУ СПбНИИФК)

ПРИНЯТО
Ученым советом
ФГБУ СПбНИИФК
Протокол № 8 от 18 сентября 2019 года

УТВЕРЖДАЮ
Директор ФГБУ СПбНИИФК
С.А. Воробьев
«18» сентября 2019 года



ПРОГРАММА

**вступительного испытания по дисциплине «Специальность»
для обучения по образовательным программам высшего образования –
программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре**

Направление подготовки: 49.06.01 Физическая культура и спорт
Направленность (профиль): 13.00.04 – Теория и методика физического
воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной
физической культуры

Санкт-Петербург
2019

Программа вступительного испытания по дисциплине «Специальность»

Объемные требования для вступительного экзамена:

Программа предназначена для поступающих на основные образовательные программы подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре и готовящихся к сдаче вступительных испытаний по теории и методике физической культуры и спорта.

Вступительное испытание проводится в соответствии с программами, составленными на основе Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования (специалитет, магистратура), утвержденных Министерством образования и науки Российской Федерации.

Программа содержит обязательный минимум дидактических единиц для оценки знаний, умений, уровня сформированности профессиональных компетенций и выявления степени готовности поступающего к освоению программы аспирантуры по направлению подготовки 49.06.01 Физическая культура и спорт.

Вступительное испытание проводится в устной форме по билетам в соответствии с данной программой, которая включает в себя в качестве обязательного минимума следующие дидактические единицы:

1. ОБЩИЕ ВОПРОСЫ ТЕОРИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Физическая культура как вид культуры человека и общества, ее структура и функции.

Факторы, формы и условия функционирования системы физической культуры в обществе.

Система физической культуры в России. Понятие о системе физической культуры и ее структуре.

Исторические аспекты становления и формирования отечественной системы физической культуры. Типичные ее черты, общие принципы и направления функционирования.

Состояние физической культуры в России на современном этапе развития общества. Понятие о системе физической культуры. Структура, факторы, формы и условия ее функционирования в обществе.

Исторические аспекты становления и формирования отечественной системы физической культуры. Типичные черты, общие принципы и направления ее функционирования.

Научное, программно-методическое, финансовое, правовое, организационное, кадровое, материально-техническое обеспечение физической культуры.

Организационная структура управления физической культурой в России, основные ее иерархические уровни.

Роль и место государственных, общественно-самодеятельных и других форм организации физической культуры в улучшении практики физкультурного движения.

Государственная политика в сфере развития физической культуры и спорта на ближайшую перспективу.

2. ЗАКОНОМЕРНОСТИ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ И ДВИГАТЕЛЬНЫХ НАВЫКОВ

Физические качества и способности. Классификация физических способностей, основные закономерности и принципы их развития.

Сущность и специфическое содержание процесса развития физических способностей. Нагрузка и отдых как структурные компоненты методов направленного развития физических способностей.

Современные тенденции в теории и методике развития силовых, скоростных и координационных способностей, выносливости, гибкости.

Направленное развитие физических способностей как единый педагогический процесс. Компенсация и взаимокompенсация физических способностей.

Проблема «критических» или «чувственных» (сензитивных) периодов онтогенетического развития физических способностей.

Двигательные умения и навыки как предмет обучения в процессе физкультурной деятельности. Механизмы и закономерности формирования двигательных навыков.

Современные представления о сущности двигательных умений и навыках, их отличительные особенности.

Характеристика некоторых теорий и концепций формирования двигательных навыков.

Структура процесса обучения двигательным действиям, характеристика его этапов – цель, задачи и особенности, методики обучения на каждом этапе.

Методы, используемые в процессе разучивания и совершенствования двигательных действий.

3. СРЕДСТВА И МЕТОДЫ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ЧЕЛОВЕКА

Понятие о средствах формирования физической культуры человека, их классификационная характеристика.

Физические упражнения как основное специфическое средство при решении задач в области физической культуры.

Суть и основные признаки физических упражнений. Классификации физических упражнений и их значение.

Техника физических упражнений: основа, главное звено и детали техники. Основные характеристики техники двигательных действий.

Оздоровительные факторы природной среды и гигиенические условия как средство воздействия на физическое развитие, здоровье и работоспособность человека.

Средства, методы и формы занятий физической культурой в решении задач социальной интеграции (детей с девиантным поведением, «трудных подростков»).

Формирование физической культуры личности с использованием современных педагогических технологий в различных сферах физкультурной практики.

4. ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В СИСТЕМЕ ДОШКОЛЬНОГО, ОБЩЕГО СРЕДНЕГО, СПЕЦИАЛЬНОГО И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Состояние и пути совершенствования физического воспитания школьников, учащихся средних специальных заведений и студентов.

Характеристика современных концептуальных подходов к построению и организации физического воспитания.

Современные тенденции физического воспитания взрослого населения.

Современная теория структуры урока и других форм физкультурно-спортивных занятий.

Спортизация физического воспитания как перспективная форма стимуляции процесса возрастного развития двигательного потенциала человека.

Социально-педагогическое значение физического воспитания дошкольников.

Характеристика физического и психологического развития. Возрастная классификация детей дошкольного возраста.

Цель, задачи, средства, особенности методики и формы занятий физическими упражнениями в дошкольных учреждениях и в семье.

Социально-педагогическое значение физической культуры детей школьного возраста.

Цель, задачи и направленность физической культуры детей школьного возраста.

Формы занятий физической культурой в системе школьного воспитания.

Содержание и особенности преподавания предмета «физическая культура» в школе. Особенности содержания и структура программы по физической культуре в начальной, основной и средней (полной) школе.

Основы физического воспитания школьников с ослабленным здоровьем. Специальные медицинские группы.

Физическое воспитание учащихся колледжей профессионального образования и средних специальных учебных заведений.

Физическое воспитание студенческой молодежи. Цель, задачи и формы организации физкультурного воспитания студентов.

Структура и содержание учебных программ по физической культуре в вузах.

Методика занятий со студентами основного, специального отделений и отделения спортивного совершенствования.

Пути повышения роли физической культуры в системе высшего профессионального образования в условиях его реформирования.

Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов.

Значение и задачи физического воспитания в молодом и зрелом возрасте. Особенности использования форм физической культуры.

Характеристика основных направлений использования физической культуры в основной период трудовой деятельности – бытового физкультурно-гигиенического, оздоровительно-рекреативного, общеподготовительного, спортивного, профессионально-производственного, физкультурно-реабилитационного.

Физическое воспитание в жизни людей пожилого и старшего возраста. Задачи, особенности методики и формы занятий.

Врачебно-педагогический контроль на занятиях с людьми зрелого, пожилого и старшего возраста.

5. СПОРТ КАК СОЦИАЛЬНОЕ И ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ЯВЛЕНИЕ. СИСТЕМА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ

Спорт в узком и широком смысле слова. Основные понятия, относящиеся к спорту: подготовка спортсмена, система подготовки спортсмена, спортивная тренировка, спортивная деятельность, спортивное движение и др.

Характеристика функций спорта: престижной, соревновательно-эталонной, эвристически-достиженческой, личностно-направленного воспитания, обучения и развития; оздоровительно-рекреативной, эмоционально-зрелищной, коммуникативной, экономической и т.п.

Гуманистическая направленность функций спорта. Негативные явления в спорте.

Типы и виды спорта, сложившиеся в мире и России: общедоступный (массовый) спорт (школьно-студенческий, профессионально-прикладной, физкультурно-кондиционный, оздоровительно-рекреативный, физкультурно-реабилитационный); спорт высших достижений (супердостиженческий – любительский, профессиональный, профессионально-коммерческий: достиженческо-коммерческий, зрелищно-коммерческий).

Олимпийские виды спорта и их классификация. Проблемы и перспективы развития современного международного олимпийского движения.

Характеристика спортивной подготовки как системы. Основные направления ее совершенствования.

Характеристика задач в области физической, технической, тактической, психологической, интеллектуальной (теоретической) и интегральной подготовки.

Разновидности классификации средств спортивной подготовки и их характеристика (соревновательные, специально-подготовительные и общеподготовительные упражнения как основные специфические средства подготовки).

Классификация методов спортивной подготовки: по виду подготовки, способу применения, характеру выполнения физической нагрузки и т.д., их содержание и характерные особенности.

Основания выделения принципов, их классификация. Характерные особенности принципов и пути их реализации в практике спорта.

Соотношение закономерностей и принципов спортивной подготовки. Соответствие системы принципов целям и закономерностям тренировочного процесса.

Основные разделы и стороны (виды) подготовки спортсмена в процессе тренировки.

Физическая подготовка: понятие о физической подготовке спортсмена, ее виды и взаимосвязь. Основные задачи и содержание общей и специальной физической подготовки.

Соотношение общей и специальной физической подготовки в зависимости от специфики вида спорта, возраста, квалификации спортсменов, этапов годичного и многолетнего циклов.

Техническая подготовка: ее виды и основные задачи. Содержание понятий: техническая подготовка, спортивная техника, техническое мастерство.

Тактическая подготовка как педагогический процесс, направленный на овладение рациональными (эффективными) способами ведения соревновательной борьбы спортсменом или командой. Содержание понятий спортивной тактики, Особенности тактики в различных видах спорта.

Психологическая подготовка спортсмена, ее содержание, виды и значение. Задачи, средства и методы общей и специальной психологической подготовки. Роль психодиагностики в процессе психологического обеспечения спортивной деятельности.

Интеллектуальная (теоретическая) подготовка спортсмена, ее значение и место в тренировке, связь с другими видами подготовки.

Интегральная подготовка как процесс обеспечения слаженности комплексных проявлений всех сторон подготовленности в соревновательной деятельности. Задачи, средства и методы интегральной подготовки.

Структура отдельных тренировочных занятий, тренировочных дней и малых циклов тренировки (микроциклов). Факторы и условия, влияющие на их структуру. Типы микроциклов.

Структура средних циклов тренировки (мезоциклов). Факторы и обстоятельства, влияющие на построение тренировки в рамках средних циклов. Типы средних циклов.

Структура больших циклов тренировки (макроциклов): годичных, полугодичных и многолетних. Факторы и условия, влияющие на структуру макроциклов. Особенности построения тренировки в подготовительном, соревновательном и переходном периодах большого тренировочного цикла.

Содержание и технология перспективного, текущего и оперативного планирования подготовки спортсменов.

Комплексный контроль и учет в подготовке спортсмена. Разновидность контроля: оперативный, текущий, этапный. Их содержание и направленность.

Учет в процессе подготовки спортсмена, его значение, формы, содержание и технология проведения. Основные документы учета.

Спортивная тренировка как многолетний процесс. Стадии и этапы многолетнего пути спортивного совершенствования.

Теория и методика юношеского спорта как один из самостоятельных разделов теории спорта.

Система реализации принципов спортивной тренировки в процессе подготовки юных спортсменов.

Спортивная ориентация и отбор юных спортсменов. Понятия «спортивная ориентация» и «спортивный отбор».

Место отбора в системе многолетней подготовки. Ступени, задачи ориентации и отбора на различных этапах многолетней подготовки.

Цель, задачи и функции спортивной ориентации и отбора. Спортивные способности и задатки. Критерии, методика и организация ориентации и отбора на этапе начальной, предварительной и углубленной спортивной специализации, максимальной реализации индивидуальных спортивных возможностей и сохранения достижений.

Основы построения тренировки юных спортсменов. Система тренировочных и соревновательных нагрузок юных спортсменов. Общие подходы к нормированию нагрузок юных спортсменов.

Планирование, контроль и учет в подготовке юных спортсменов. Параметры и структура тренировочных и соревновательных нагрузок в годичном цикле.

Воспитательная работа с юными спортсменами: цель, задачи, формы проведения.

6. ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ. АДАПТИВНЫЙ СПОРТ

Социально-педагогические аспекты оздоровительной физической культуры. Факторы, обуславливающие формирование здоровой личности в процессе физкультурных занятий.

Методические принципы физкультурных занятий с оздоровительной направленностью. Критерии дифференциации занимающихся по уровню здоровья в процессе физкультурных занятий.

Основные направления в оздоровительной физической культуры: оздоровительно-рекреативное, оздоровительно-реабилитационное, спортивно-реабилитационное, гигиеническое.

Формы занятий оздоровительной физической культурой, их типология. Характеристика средств оздоровительной направленности. Оздоровительный эффект физических нагрузок.

Педагогический и врачебный контроль в оздоровительной физической культуре.

Тенденции развития оздоровительной физической культуры в новых социокультурных условиях. Создание материальных стимулов и условий для занятий оздоровительной физической культурой, воспитание потребностей и мотивации к физкультурно-оздоровительным занятиям.

Особенности методики оздоровительной физической культуры для здоровых людей в различных возрастно-половых группах – в грудном возрасте, у дошкольников, младших, средних и старших школьников, в зрелом, пожилом и старческом возрастах.

Особенности методики оздоровительной физической культуры у людей с избыточным весом (ожирением).

Особенности оздоровительной физической культуры у людей с нарушением осанки, остеохондрозом, плоскостопием.

Особенности методики оздоровительной физической культуры в профилактике заболеваний органов дыхания, сердечно-сосудистой системы, органов пищеварения, нервной системы, зрения и др.

Цель, задачи, принципы и функции адаптивной физической культуры.

Основные понятия и термины адаптивной физической культуры: «культура», «физическая культура», «адаптивная физическая культура», «реабилитация», «социальная интеграция», «образ жизни».

Отличия предмета, цели адаптивной физической культуры от предмета и цели физической культуры; приоритетные задачи адаптивной физической культуры – коррекционные, компенсаторные, профилактические, решаемые в контексте традиционных задач физической культуры – образовательных, оздоровительных, воспитательных.

Педагогические и социальные функции, социальные общеметодические и специально-методические принципы адаптивной физической культуры.

Средства, методы и организационные формы адаптивной физической культуры.

Национально-этнические и религиозные особенности адаптивной физической культуры.

Национально-этнические виды адаптивного спорта и их представительство в программах Паралимпийских, Сурдлимпийских и Специальных Олимпийских игр.

Виды адаптивного спорта, входящие в программы Паралимпийских, Сурдлимпийских и Специальных Олимпийских игр.

Характеристика паралимпийского, сурдлимпийского и специального олимпийского движений, их сходства и различия, тенденции дифференциации и интеграции.

История участия российских спортсменов в различных международных движениях адаптивного спорта.

Адаптивный спорт как один из важнейших видов адаптивной физической культуры в деле решения задач социализации и интеграции лиц с ограниченными возможностями в общество, повышения их реабилитационного потенциала и качества жизни. Перспективы разработки и внедрения новых видов адаптивного спорта.

7. ПСИХОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Психология физической культуры как отражение в сознании и в жизненном опыте людей знаний, умений и навыков двигательного поведения и психомоторной деятельности.

Взаимосвязь психики и двигательной активности человека. Влияние двигательной активности на развитие психических процессов и сознания человека.

Психомоторика и идеомоторика как психические механизмы организации двигательной деятельности учащихся на уроках физкультуры. Особенности внимания и педагогические приёмы поддержания его устойчивости у школьников на уроках физической культуры.

Влияние социального окружения, семьи, примеров для подражания, средств массовой информации на формирование спортивных интересов и спортивных ориентаций учащейся молодёжи.

Психологические особенности детей раннего школьного и подросткового возраста. Потребности в двигательном общении и соперничестве со сверстниками.

Признаки и показатели проявления спортивной одаренности и спортивных способностей в детском и подростковом возрасте.

Спорт как средство социализации развивающейся личности. Учет возрастных и половых особенностей детей и подростков в организации групповых занятий спортом в ДЮСШ.

Психология индивидуального подхода к детям в период начальных занятий спортом.

Влияние спортивной тренировки, двигательных умений и навыков на умственную активность людей. Мотивация оздоровительных занятий спортом. Мотивы участия в массовых соревнованиях. Потребности в массовых занятиях физической культурой и спортом у разных категорий населения.

Массовый спорт как средство физического, эстетического, нравственного совершенствования личности.

Спорт и сохранение здоровья народа. Олимпийские идеалы спорта и их отражение в массовом сознании молодёжи.

Массовый спорт как средство борьбы с вредными привычками населения: курение, алкоголизм, наркомания, экранная зависимость и пр.

При аттестации поступающего по специальности 13.00.04 учитываются системность знаний в проблемах данной области, уровень знаний, умений и навыков профилирующих и смежных дисциплин, общая и профессиональная культура в соответствии с современной парадигмой физического воспитания.

Для получения оценки «Отлично»

поступающему необходимы глубокие и всесторонние знания программного материала, свободное владение основными специальными компетенциями и терминологией; понимание общих закономерностей функционирования детско-подросткового организма при выполнении физических упражнений; умение объяснить современные проблемы физического воспитания и спорта

Показать самостоятельность суждений и интерпретации при анализе данных чередования и построения физических и тренировочных нагрузок, связанного с задачами физического воспитания и спорта.

При этом абитуриент должен владеть основными специальными понятиями, знаниями основной литературы и с некоторыми дополнительными научными, научно-методическими и популярными литературными источниками. Он должен проявить самостоятельность суждений. Знание предмета должно быть связано с задачами преподавания в школе.

Для получения оценки «Хорошо»

поступающему необходимо знать учебно-программный материал иметь необходимые умения и навыки организации и проведения практико-методических занятий, уметь анализировать практические результаты, привлекая для этого знания научной литературы, достаточно логично и последовательно излагать теоретический материал, используя специальную терминологию, допуская незначительные нарушения и некоторые неточности.

Оценку «Удовлетворительно»

поступающий получает, обладая знаниями и владея основным материалом. При этом отвечает на дополнительные вопросы преподавателя с его помощью. В некоторых случаях допускает ошибки и неточности в ответе.

Иначе говоря, поступающий получает удовлетворительную оценку, если он не раскрыл полностью сущности вопросов, ответ его не отличался логичностью, был фрагментарен и не всегда последователен.

Поступающий получает оценку **«Неудовлетворительно»** при обнаружении существенных пробелов в знаниях основного (вузовского) учебно-программного материала, допускает грубые ошибки в трактовке основных положений теории и методики физической культуры и спортивной тренировки, демонстрирует незнание терминологии при их значении. Оценка неудовлетворительно выставляется и в том случае, когда абитуриент не может ответить на дополнительные вопросы.

Рекомендуемая литература

Основная:

1. Бомпа Т., Буццичелли К. Периодизация спортивной тренировки / Издательство "Спорт", 2016. – 384 с.
2. Верхошанский Ю.В. Физиологические основы и методические принципы тренировки в беге на выносливость / Издательство "Советский спорт", 2014. – 80 с.
3. Губа В.П., Маринич В.В. Теория и методика современных спортивных исследований: монография / Издательство "Спорт", 2016. – 232 с.
4. История физической культуры : учебник для образовательных учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную деятельность по направлению подготовки "Физическая культура" / С. Н. Комаров [и др.] ; под ред. С. Н. Комарова. - Москва : Академия, 2013. – 238 с.
5. Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учебник для студ. вузов / Л. П. Матвеев. - 5-е изд., испр. и доп. - М. : Советский спорт, 2011. - 340 с.
6. Платонов, В.Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение / В.Н. Платонов. - Киев : Олимп. лит., 2013. - 623 с.
7. Теория и методика физической культуры: учебник / под. ред. проф. Курамшина Ю.Ф. – М. : Советский спорт, 2010. - 464 с.
8. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник для высших учебных заведений : в 2 т. / под ред. С. П. Евсеева. - Москва : Советский спорт, 2010.
9. Физическая культура: учебник / коллектив авторов; под ред. М.Я. Виленского. – М.: КНОРУС, 2012. - 424 с.

Дополнительная:

1. Ашмарин, Б.А. Педагогика физической культуры : учеб. пособие / Б.А. Ашмарин, Л.К. Завьялов, Ю.Ф. Курамшин ; Ленингр. гос. обл. ун-т. – СПб. : [б. и.], 1999. – 352 с.
2. Зациорский, В.М. Физические качества спортсмена. Основы теории и методики воспитания / В. М. Зациорский. - М. : Советский спорт, 2009. - 199 с.
3. Иссурин, В.Б. Блоковая периодизация спортивной тренировки : [монография] / В.Б. Иссурин. - М. : Советский спорт, 2010. - 283 с. : ил. - (Спорт без границ).
4. Кокорина, Е.А. Морфологические критерии спортивного отбора : учебное пособие образовательной программы по направлению «Физическая культура» / Е. А. Кокорина ; М-во спорта Рос. Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - СПб., 2014. - 77 с.
5. Лубышева Л.И. Социология физической культуры и спорта. – М.: Академия, 2010. – 272 с.

6. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры. Введение в предмет : учебник для высш. спец. физкультур. учеб. заведений / Л. П. Матвеев. - 5-е изд., стереотип. - СПб. : Лань, 2010. - 159 с.

7. Никольская, С.В. Технология планирования учебного материала по предмету «Физическая культура» : учеб.-метод. пособие / С.В. Никольская, О.Н. Титорова ; С.-Петербур. гос. ун-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – СПб. : [б.и.], 2005. - 94 с.

8. Попов Д.В., Грушин А.А., Виноградова О.Л. Физиологические основы оценки аэробных возможностей и подбора тренировочных нагрузок в лыжном спорте и биатлоне / Издательство "Советский спорт", 2014. – 78 с.

9. Фарфель, В.В. Управление движениями в спорте / В.В. Фарфель. – М. : Советский спорт, 2011. – 202 с.

По психологии спорта:

1. Бордовская Н.В., Розум С.И. Психология и педагогика. СПб., 2011.

2. Веракса, А.Н. Мыслительная тренировка в психологической подготовке спортсмена / А.Н. Веракса, А.Е. Горовая, А.И. Грушко, С.В. Леонов // Монография. – М.: Спорт, 2016. – 208 с.

3. Ильин, Е.П. Психология спорта. – СПб.: Питер, 2010. – 352 с.

4. Вакарев Е.С. Психология спортивной деятельности: учебное пособие. - Издательство "ФЛИНТА", 2016. - 210 с. (2-е изд.).

5. Сафонов, В.К. Психология в спорте: теория и практика. – СПб.: Изд-во С.-Петербур. ун-та, 2013. – 232 с.

6. Сопов, В.Ф. Теория и методика психологической подготовки в современном спорте : методическое пособие. / В.Ф. Сопов. – М., 2010. – 117 с.

7. Спортивная психология : учебник для физкультурных вузов / М-во спорта, туризма и молодежной политики Рос. Федерации ; Сибирский гос. ун-т физ. культуры и спорта ; под ред. Г.Д. Бабушкина. - Омск : Изд-во СибГУФК, 2012.

Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы:

Российская государственная библиотека www.rsl.ru

Российская национальная библиотека www.nlr.ru

Библиотека Академии наук www.rasl.ru

Научная электронная библиотека www.elibrary.ru