

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Ульяновский государственный педагогический университет  
имени И.Н. Ульянова» (ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова»)

Факультет физической культуры и спорта  
Кафедра теории и методики физической культуры и безопасности жизнедеятельности

УТВЕРЖДАЮ  
проректор по научной работе

 И.Н. Тимошина  
«24» ~~сентября~~ 2018 г.

**ПРОГРАММА**  
**ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ В АСПИРАНТУРУ**

для направления подготовки 49.06.01 Физическая культура и спорт  
Направленность (профиль) Теория и методика физического воспитания, спортивной  
тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры

Составители:

Костюнина Л.И., доктор  
педагогических наук, профессор  
кафедры теории и методики  
физической культуры и безопасности  
жизнедеятельности

Назаренко Л.Д., доктор  
педагогических наук, профессор  
кафедры биологии человека и основ  
медицинских знаний

Рассмотрено и утверждено на заседании ученого совета факультета физической культуры  
и спорта (протокол от «17» сентября 2018 г. № 1).

Ульяновск, 2018

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа дисциплины составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.06.01 Физическая культура и спорт (уровень подготовки кадров высшей квалификации), утверждённого приказом Министерством образования и науки Российской Федерации от 30 июля 2014 года № 906 (зарегистрировано в Минюсте России 20.08.2014 № 33714).

### Цели и задачи вступительного испытания

**Цель вступительного испытания** – определить уровень теоретической и практической подготовленности в области фундаментальных проблем физической культуры и спорта, сформированности умений применять полученные знания для решения практических задач; выявить степень сформированности инструментальных компетенций и навыков ведения научной работы, способности к самостоятельному научному мышлению, готовности к освоению выбранной программы обучения по направлению подготовки 49. 06. 01 «Физическая культура и спорт», направленность (профиль) Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

**Задачами** вступительного испытания является определение:

- степени сформированности теоретических и методологических знаний соискателя, степени его научной зрелости и подготовленности к профессиональному самообразованию и личностному росту, степени развития профессионально-педагогического мышления, значимого как для социальной ориентации личности в целом, так и дальнейшей профессиональной, научно-исследовательской подготовки соискателя;
- умения связывать общие и частные вопросы организации, проведения научного исследования, профессиональные умения и навыки из опыта практической работы в сфере физической культуры и спорта (в качестве учителя, тренера, методиста физического воспитания и др.);
- уровня владения понятийным аппаратом и основными педагогическими категориями теории и методики физической культуры и спорта как исходной базы для овладения основной образовательной программой послевузовского профессионального образования (аспирантура).

### **Требования к уровню подготовки, необходимой для освоения программы и условия конкурсного отбора**

Приступая к вступительным испытаниям абитуриент, должен

#### ***Знать:***

- проблематику и владеть теоретическими знаниями по спортивной педагогике и теории и методике физической культуры и спорта;
- современные проблемы науки и образования для решения образовательных и профессиональных задач;
- современные прогрессивные методики, психолого-педагогические концепции и технологии физкультурно-образовательной и спортивно-педагогической деятельности в различных учреждениях образования и спорта;
- новые методы и инновационные подходы, применяемые в теории и методике физической культуры и спорта;

#### ***Уметь:***

- видеть проблему и выявлять проблемную ситуацию, выдвигать гипотезу, ставить цель и задачи исследования, определять объект и предмет исследования,

формулировать собственную точку зрения, исходя из данных литературы и критического изучения научных работ

- осуществлять сбор и обработку фактического материала, организовывать педагогические наблюдения, педагогическое тестирование, педагогический эксперимент;
- обрабатывать полученные исследовательские данные методами математической статистики с применением современных компьютерных технологий, представлять их в логической, графической, математической форме или мультимедийном выражении;
- вести аргументированную полемику, проявлять убедительность и доказывать правоту своей точки зрения в научной среде, на научных конференциях, в открытой печати, в публикациях и публичных выступлениях.

***Владеть:***

- умением самостоятельно приобретать с помощью информационных технологий и использовать в практической деятельности знания и умения, в том числе, в новых областях физкультурно-спортивной деятельности;
- способностью формировать профессиональную и образовательную среду и использовать свои технологические разработки в расширении инновационной методологии в сфере физической культуры и спорта;
- способность осуществлять профессиональное и личностное самообразование, проектировать дальнейший образовательный маршрут и профессиональную карьеру в сфере физической культуры и спорта;
- способностью развивать и совершенствовать свой общекультурный и интеллектуальный уровень.

### **Форма вступительного испытания**

Лица, желающие освоить программу подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре по данному направлению, должны пройти вступительное испытание – устный экзамен.

### **Критерии оценки**

- владение научным языком, современной системой научно-практических знаний о явлениях и процессах, происходящих в сфере физической культуры и спорта;
- способность осмысливать актуальную информацию, связанную с изучением различных аспектов науки о физической культуре и спорте;
- владение методами анализа и критической оценки различных теорий, концепций, подходов в изучении научной проблемы;
- способность применять различные методологические концепции для раскрытия исследуемой научной темы;
- способность применять информационные технологии при решении исследовательских и учебных задач. 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.

**Оценка «Отлично»**

Соискатель должен продемонстрировать 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 соискатель 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.

**Оценка «Хорошо»**

Соискатель должен показать знание необходимого учебно-программного материала, иметь необходимые умения и навыки организации и проведения практико-ориентированных 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.

**Оценка «Удовлетворительно».** Соискатель демонстрирует базовые знания из области физической культуры и спортивной тренировки, обладает базовыми знаниями и практическими навыками ведения педагогической деятельности. При этом он отвечает на дополнительные вопросы преподавателя с его помощью. В некоторых случаях допускает ошибки и неточности в ответе, не раскрывает полностью сущности вопросов, ответ его не отличается логичностью, фрагментарен и не всегда последователен.

**Оценка «Неудовлетворительно».** Соискатель 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.

## ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ВСТУПИТЕЛЬНЫХ ИСПЫТАНИЙ

### Раздел 1. Фундаментальные проблемы теории физической культуры и спорта

#### *1.1. Общие закономерности развития, функционирования системы физической культуры*

Физическая культура как вид культуры человека и общества. Понятие физической культуры и многообразие его определений. Механизмы возникновения и развития физической культуры.

Факторы, условия и закономерности направленного физического развития и совершенствования людей, входящих в различные социально-демографические группы.

Общая характеристика системы физического воспитания в России, ее основы (идеологические, научно-методические, программно-нормативные, организационные).

Взаимосвязь понятия «Физическая культура» с другими понятиями – «физическое воспитание», «спорт», «физическая рекреация», «двигательная реабилитация», «адаптационная физическая культура» и др.

Пути усиления действенности физической культуры в современном обществе, факторы, способствующие и препятствующие этому.

Научное обоснование структуры и содержание базовых компонентов системы физической культуры.

Физическая культура как социальное явление, ее структура и функции. Характеристика исторически сложившихся форм (компонентов) физической культуры, их соотношение друг с другом и связь с основными сферами жизнедеятельности человека, специфические общекультурные и другие социальные функции физической культуры в обществе.

Становление и основные этапы развития обобщающих научных знаний о физической культуре. Возникновение и формирование общей теории физической культуры как интегративной научно-образовательной дисциплины – важнейшая тенденция развития современного научных знаний о физической культуре.

Прогнозирование развития системы физической культуры в государстве и международном сообществе.

Общепедагогические и дидактические проблемы физической культуры.

Основы системы физического воспитания. Форма организации занятий по физическому воспитанию. Классификация форм занятий.

Состояние физической культуры в России в связи с социально-экономическими преобразованиями в стране в конце XX века. Основные задачи развития физической культуры в современном обществе.

#### *1.2. Управление в системе 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.

Управление физкультурным движением, физкультурной организацией.

Управление физической культурой в государстве, регионе, республике, городе, области, районе, отдельном населенном пункте.

Планирование, организация, координация, мотивация и обеспечение физической культуры.

Муниципальная поддержка физкультурно-спортивных организаций в территориально-административном образовании.

Кадровый менеджмент области физической культуры, типа «менеджеров», значение маркетинга в сфере физической культуры.

### *1.3. Общие закономерности развития физических, двигательно-координационных качеств и формирования умений и двигательных навыков*

Физические качества и двигательно-координационные качества. Классификация физических качеств и двигательно-координационных качеств, основные закономерности и принципы их развития.

Нагрузка и отдых как структурные компоненты методов направленного развития физических качеств. Проблема типологии методов развития физических качеств, их специфические особенности.

Содержание, направленность и методика развития, функционирования и совершенствования силовых, скоростных и координационных качеств (способностей).

Направленное развитие физических качеств (способностей) процессов как единый педагогический процесс. Компенсация и взаимокompенсация физических качеств. Проблема «критических» или «чувствительных» (сензитивных) периодов онтогенетического развития физических качеств.

Сущность и специфика обучения двигательным действиям в процессе физкультурных занятий.

Средства физического воспитания. Разновидности средств физического воспитания как целостная система взаимодействия. Понятие нагрузки при выполнении физических упражнений (конкретный пример).

Организация и обеспечение физического воспитания в системе дошкольного, среднего, среднеспециального и высшего образования.

Особенности развития, функционирования и совершенствования двигательных (физических) качеств (способностей), формирование двигательных навыков и умений в системе дошкольного воспитания, среднего, среднеспециального и профессионального высшего образования.

Двигательные умения и навыки как предмет обучения в процессе физкультурной деятельности. Современные представления о сущности двигательных умений и навыках, их отличительные особенности. Роль знаний в формировании двигательных умений и навыков.

Особенности обучения в физическом воспитании. Особенности обучения двигательным действиям в соответствии с решением образовательных, воспитательных и оздоровительных задач.

Нормативные основы физического воспитания в системе дошкольного воспитания, среднего, среднеспециального и профессионального высшего образования.

Содержание и структура урока. Требование к методике проведения урока (пояснить на конкретном примере).

Методы, используемые в процессе разучивания и совершенствования двигательных действий.

Содержание и методика развития физических и двигательно-координационных качеств. Взаимосвязь и взаимодействие развития двигательных качеств и формирования навыков.

#### *1.4. Обучение двигательным действиям*

Характеристика наиболее распространенных классификаций физических упражнений. Эффект физических упражнений (ближайший, отставленный, кумулятивный). Факторы, влияющие на эффективность физических упражнений.

Основные характеристики техники двигательных действий.

Исходные понятия: «метод», «методологический прием», «методика», «методическое направление», «методологический подъем». Проблема классификации методов в теории физической культуры.

Взаимосвязь и интерференция двигательных навыков; общие и специфические закономерности переноса двигательных навыков.

Закономерность и последовательность формирования простых и сложных двигательных навыков в различные периоды жизнедеятельности человека.

Характеристика этапов разучивания двигательного действия: наиболее характерные методы обучения, неравномерность формирования двигательного навыка, предупреждение и исправление ошибок.

Средства и методы физической культуры в целях профилактики вредных привычек, укрепления здоровья, закаливание организма, повышение устойчивости человека к неблагоприятным факторам природной среды и экстремальным условиям жизнедеятельности.

### **Раздел 2. Теория и методика физического воспитания**

#### *2.1. Теоретико-методологические проблемы физического воспитания*

Характеристика современных концептуальных подходов к построению и организации физического воспитания. Проблемы организации физического воспитания в учебных образовательных учреждениях.

Современные тенденции физического воспитания взрослого населения. Проблематика исследований различного контингента взрослого населения.

Дидактические проблемы базового физического воспитания.

Педагогические технологии в системе физического воспитания.

Нормативно-критериальные основы физического воспитания.

Научное обоснование структуры и содержания базовых компонентов системы физического воспитания.

Проблема оптимального построения занятий физическими упражнениями. Современная теория структуры урока и других форм физкультурно-спортивных занятий.

Проблемы изучения и оптимального нормирования нагрузок и отдыха в физическом воспитании.

Научно-методическая проблематика планирования и комплексного контроля в физическом воспитании.

Управление и прогнозирование в системе физического воспитания.

Основные методы исследований в физическом воспитании и их краткая характеристика (эксперимент, наблюдение, хронометрирование, контрольные испытания, методы математической статистики).

#### *2.2. Физическое воспитание в системе дошкольного, среднего, среднеспециального и высшего образования*

Социально-педагогическое значение физического воспитания дошкольников.

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

Цель, направленность, содержание и методика физического воспитания в системе дошкольного, среднего, среднеспециального и высшего образования.

Оптимизация физкультурной деятельности в дошкольных, средних, среднеспециальных и высших образовательных учреждениях; физическое воспитание как средство становления личности.

Характеристика программ по физической культуре детей дошкольного возраста. Оценка здоровья дошкольников в процессе занятий физическими упражнениями.

Цель, задачи и направленность физической культуры детей школьного возраста. Формы занятий физической культурой в системе школьного воспитания.

Планирование и организация работы по физическому воспитанию в школе. Тематическое и поурочное планирование учебной работы по ФВ.

Урок как основная форма реализации физического воспитания в системе общего образования (цели и задачи урока, структура, содержание, требования к уроку). Самостоятельные занятия физической культурой.

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

Профессионально-прикладная подготовка школьников в области физической культуры.

Технология разработки документов планирования по физическому воспитанию в системе общего образования.

Профессионально-педагогическая деятельность учителя физической культуры.

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.

### **Раздел 3. Теория и методика спорта**

#### *3.1. Спорт как социальное и педагогическое явление*

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

Социальные, воспитательные и педагогические функции спорта.

Историко-логическое и теоретическое исследование тенденций формирования эволюции и преобразования научных знаний в области спорта.

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.

Спорт для инвалидов (адаптивный спорт). Проблемы социальной реабилитации и интеграции, лишенных возможности наравне со всеми в обычных условиях заниматься спортом.

Международное олимпийское движение (исследование закономерностей его развития, функционирования и управления).

История развития отдельного вида спорта.



### *3.2. Общая теория спортивной тренировки*

Функции и общие закономерности спортивной тренировки.

Система спортивной подготовки. Основные понятия и принципы спортивной тренировки.

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

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

Физическая подготовка – основа спортивного мастерства. 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.

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

Планирование тренировочного процесса в различных видах спорта.

Текущее, оперативное, перспективное планирование. Виды макро-, мезо-, микроциклов подготовки спортсменов.

Закономерности построения многолетнего процесса спортивной тренировки в отдельном виде спорта.

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

Системные исследования в области спортивной тренировки.

Управление процессом спортивной тренировки.

### *3.3. Теория и методика подготовки юных спортсменов*

Научные и организационно-методические основы управления процессом подготовки юных спортсменов.

Научные и организационно-методические основы управления процессом 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.

Прогнозирование, программирование и организация процесса спортивной тренировки детей различных возрастов.

Содержание, методика и направленность многолетнего тренировочного процесса юных спортсменов.

Специфика развития физических качеств в различных видах спорта: понятие, виды, особенности развития физических качеств у детей.

Теоретические и прикладные аспекты построения учебного и тренировочного процесса в спортивных школах олимпийского резерва и общеобразовательных школах-интернатах спортивного профиля.

### *3.4. Теория и методика подготовки спортсменов высшей квалификации*

Тенденция развития спорта высших достижений и направления совершенствования системы подготовки.

Эволюция междисциплинарных научных знаний о спортивных высших достижениях.

Спортивные высшие достижения как предмет аксиологического познания.

Морфология спортивных высших достижений.

Динамика и современный уровень рекордных достижений.

Организационно-методические основы спорта высших достижений.

Методология и технология управления подготовкой спортсменов высшей квалификации.

Этап углубленной спортивной специализации. Задачи, продолжительность, этапы. Основная направленность и содержание тренировочного процесса (пример из какого-либо спорта).

Основы прогнозирования и программирования спортивных результатов.

Спортивная тренировка как многолетний процесс. Краткая характеристика основных этапов этого процесса (показать на конкретном виде спорта).

«Спортивная форма» и закономерности ее развития. Объективные и субъективные показатели спортивной тренировки.

Содержание, методы, организация и технология подготовки спортсменов высшей квалификации по видам спорта.

### *3.5. Теория и организация массового (общедоступного) спорта*

Определение понятия массового (общедоступного) спорта. Виды и разновидности «массового» спорта в обществе.

Основные закономерности и принципы построения подготовки спортсменов «массовых» разрядов.

Особенности системы подготовки в отдельных массовых видах спорта: школьном, профессионально-прикладном, физкультурно-кондиционном и оздоровительно-рекреативном спорте.

## **Раздел 4. Теория и методика профессионально-прикладной физической культуры**

### *4.1. Общие закономерности развития, функционирования и совершенствования системы профессионально-прикладной физической культуры*

Роль и место профессионально-прикладной физической культуры, ее виды и разновидности.

История развития и становления профессионально-прикладной физической культуры и ее видов.

Средства и методы профессионально-прикладной физической культуры для повышения устойчивости организма человека к неблагоприятным и отрицательным факторам профессиональной деятельности.

Педагогические технологии в системе профессионально-прикладной физической культуры.

Научное обоснование структуры и содержание базовых компонентов системы профессионально-прикладной физической культуры.

#### *4.2. Содержательная и нормативно-критериальная основа системы профессионально-прикладной физической культуры*

Варианты сочетания общей и специальной прикладной физической подготовки при формировании и совершенствовании профессионально-важных качеств и двигательных навыков в той или иной профессиональной деятельности.

Средства и методы развития, функционирования и совершенствования профессионально важных физических качеств и формирования прикладных двигательных навыков представителей различных профессий.

Взаимосвязь общефизических и профессионально важных физических качеств; перенос специальной физической тренированности.

Этапность и периодизация развития, функционирования и совершенствования профессионально важных физических качеств и прикладных двигательных навыков.

Управление процессом формирования профессионально-прикладной физической культуры.

### **Раздел 5. Теория и методика оздоровительной физической культуры**

#### *5.1. Методико-педагогические и дидактические основы оздоровительной физической культуры.*

Организационно-методические основы оздоровительной физической культуры.

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

Управление системой оздоровительной физической культуры.

Содержание, методы и организация массового спорта.

Факторы, принципы и пути усиления действенности массового спорта в обществе.

Формы занятий оздоровительной физической культурой, их топология.

Педагогический и врачебный контроль в оздоровительной физической культуре.

#### *5.2. Основные направления оздоровительной физической культуры*

Средства, формы и методы оздоровительной физической культуры.

Понятие о физкультурно-оздоровительных технологиях, их классификация.

Международные физкультурно-оздоровительные организации

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. Варианты индивидуальных программ физкультурно-оздоровительных занятий. Управление оздоровительным эффектом, контроль и коррекция оздоровительных воздействий.

Обоснование рационального отношения к использованию в качестве средств оздоровительно-направленного воздействия комплексов упражнений, исторически возникших в восточных и других зарубежных странах (ушу, йога и т.д.).

Содержание и методика оздоровительной физической культуры.

Оздоровительная физическая культура в профилактике различных заболеваний.

### **Раздел 6. Теория и методика адаптивной физической культуры**

Цель, задачи, принципы и функции адаптивной физической культуры.

Средства, методы и организационные формы адаптивной физической культуры (физические упражнения, естественно-срезовые и гигиенические факторы – основные средства адаптивной физической культуры; классификация физических упражнений).

Программно-нормативные основы адаптивной физической культуры.

Национально-этнические и религиозные особенности адаптивной физической культуры.

Проблемы физического образования и воспитания инвалидов и лиц с отклонением состояния здоровья всех социально-демографических и нозологических групп.

Виды адаптивного спорта, входящие в программы Олимпийских игр специальной олимпиады и Всемирных игр глухих. Научное обоснование содержания и направленности новых видов спорта инвалидов.

Двигательные рекреации, интегрированные программы, объединяющие определенный вид адаптивной физической культуры с искусством и творческой деятельностью инвалидов и лиц с отклонением состояния здоровья.

## **Раздел 7. Психология физической культуры**

Понятие о психике, психических процессах и состояниях человека. Психология физической культуры как отражение в сознании и жизненном опыте людей знаний, умений и навыков двигательного поведения и психомоторной деятельности.

Психологические закономерности физического воспитания молодежи.

Психология личности и деятельности учителя физической культуры. Психологические аспекты ориентации и отбора в различные виды спорта.

Психология детского и юношеского спорта.

Психологические закономерности психического и физического совершенствования в процессе занятий массовым спортом (мотивация, формирование навыков, развитие физических, психических и нравственных качеств).

Значение занятий физическими упражнениями для формирования физических качеств и двигательных чувств; равновесия тела, точности, координации, быстроты, ловкости, силы движений, выносливости.

Психология соревнования в спорте высших достижений.

Психология личности и деятельности учителя и тренера.

Социально-психологические аспекты физической культуры.

Психолого-педагогические принципы спортивной ориентации школьной молодежи на избранный вид спорта с учетом требований вида спорта. Психоспортпрограмма и модельные характеристики личности юного спортсмена. Влияние социального окружения, семьи, примеров для подражания, средств массовой информации на формирование спортивных интересов и спортивных ориентаций учащейся молодежи.

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.

**ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ  
ВОПРОСОВ НА ВСТУПИТЕЛЬНОМ ЭКЗАМЕНЕ В АСПИРАНТУРУ  
для направления подготовки 49.06.01 Физическая культура и спорт, направленность  
(профиль) Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки,  
оздоровительной и адаптивной физической культуры**

1. Факторы возникновения и развития физической культуры. Исторический характер развития физического воспитания и спорта.
2. Социальная значимость физической культуры, ее роль место в социокультурном и образовательном пространстве. Общие и специфические функции физической культуры как социальной сферы.
3. Общая характеристика идейных, социально-экономических организационных, правовых, программно-нормативных и научно-методических основ отечественной системы физической культуры.
5. Сущность и содержание цели, задач и функций отечественной системы физической культуры.
6. Сущность и содержание принципов физической культуры как социальной сферы: принципа всестороннего гармонического развития личности; принципа связи физического воспитания с трудовой и военной практикой; принципа оздоровительной направленности.
7. Физические упражнения — основное средство физического воспитания и спортивной подготовки. Педагогическая классификация физических упражнений. Характеристика основных и дополнительных средств физического воспитания и спорта.
8. Факторы, определяющие эффективность воздействия физических упражнений на человека.
9. Факторы, определяющие качество и эффективность обучения физическим упражнениям и их освоения.
10. Сущность и содержание понятий: «движение», «двигательное действие», «физическое упражнение», «двигательная активность», «двигательная деятельность», «физическая активность».
11. Понятие о технике и стандартной технике физического упражнения. Типовая и персональная индивидуализация техники. Части техники физического упражнения. Критерии эффективности техники физического упражнения.
12. Общая и частная теории обучения движениям, двигательным действиям и освоения двигательной активности, двигательной деятельности. Общие и частные (на примере избранного вида спорта) закономерности и принципы формирования движений, и их освоения человеком.
13. Общие и специфические принципы физического воспитания, спортивной подготовки. Принципы сознательности и активности, основные подходы к их реализации в процессе физического воспитания.
14. Принципы доступности и индивидуализации, основные подходы к их реализации в процессе физического воспитания.
15. Принципы прочности и прогрессирования, основные подходы к их реализации в процессе физического воспитания.
16. Общие и специфические методы физического воспитания и спортивной подготовки, их определение и классификация.
17. Особенности использования методов слова в процессе физического воспитания и спортивной подготовки детей разного возраста.
18. Особенности использования методов наглядного воздействия в процессе физического воспитания и спортивной подготовки детей разного возраста.
19. Особенности использования практических методов обучения в физическом воспитании и спортивной подготовке детей разного возраста.

20. Комплексное использование методов физического воспитания и спортивной подготовки в процессе их физической активности.
21. Общая и частная (с учетом избранного вида спорта) методика физического воспитания и спортивной подготовки людей разного возраста.
22. Сущность и содержание методов развития физических качеств в процесс физического воспитания и спортивной подготовки людей разного возраста.
23. Физическая нагрузка, ее определение, основные компоненты. Виды отдыха, интервалы отдыха, их характеристика. Зоны мощности, соотношение между объемом и интенсивностью физической нагрузки.
24. Физические качества, их характеристика. Общие и частные (с учетом избранного вида спорта) закономерности развития у людей разного возраста.
25. Взаимосвязь физического воспитания с эстетическим, нравственным и трудовым воспитанием в процессе физического воспитания и спортивной подготовки людей разного возраста (по целям, задачам, принципам, методам, средствам).
26. Профессионально-прикладная подготовка в процессе физического воспитания и спортивной подготовки.
27. Характеристика процесса научного исследования в области физической культуры. Методы научного исследования в области физической культуры.
28. Характеристика избранного вида спорта. История, современное состояние и тенденции развития.
29. Система многолетней спортивной подготовки в избранном виде спорта: характеристика, задачи, этапы и содержание.
30. Влияние занятий избранным видом на качество и эффективность физического воспитания учащихся общеобразовательных школ, формирование у них здорового образа жизни.
31. Цель, задачи, принципы, методы и содержание спортивной тренировки в избранном виде спорта.
32. Цель, задачи, принципы, методы и содержание физической подготовки (общей и специальной) в системе спортивной тренировки в избранном виде спорта.
33. Цель, задачи, принципы, методы и содержание тактико-технической подготовки в системе спортивной тренировки в избранном виде спорта.
34. Цель, задачи, принципы, методы и содержание интеллектуальной подготовки в системе спортивной тренировки в избранном виде спорта.
35. Цель, задачи, принципы, методы и содержание психологической подготовки в системе спортивной тренировки в избранном виде спорта.
36. Основные функции управления спортивной тренировкой: прогнозирование, планирование, организация, обеспечение (материальное, финансовое, методическое, медицинское) медико-биологический и педагогический контроль, учет, отчетность.
- 37.. Система подготовки спортивных резервов в избранном виде спорта: спортивная ориентация, селекция и отбор детей для специализированных занятий.
- 38.. Оптимальные санитарно-гигиенические, медико-биологические и психолого-педагогические условия микросреды и роль учителя физической культуры и тренера по спорту в их обеспечении.
39. Общие гигиенические принципы организации режима дня людей разного возраста, занимающихся в системе физического воспитания и спорта.
40. П.Ф. Лесгафт – выдающийся ученый и общественный деятель, создатель научной основы физического воспитания. Значение его трудов для развития теории физического воспитания.
41. Социологическая и психологическая характеристика личности физкультурника, спортсмена. Мотивация и мотивы физкультурно-спортивной деятельности.

42. Механизмы лечебного действия физических упражнений, показания и противопоказания к их лечебному применению. Средства, формы, методы ЛФК.
51. Олимпийские игры, их история, развитие, современное состояние.
52. Организация занятий по физической культуре в учреждениях дошкольного, общего среднего, среднего и высшего профессионального образования.
53. Методика занятий по физической культуре в учреждениях дошкольного, общего среднего, среднего и высшего профессионального образования.
54. Организация внеурочных занятий по физической культуре в дошкольных и общеобразовательных учреждениях и образовательных учреждениях начального, основного и высшего профессионального образования.
55. Методика проведения внеурочных занятий по физической культуре в дошкольных и общеобразовательных учреждениях и образовательных учреждениях начального, основного и высшего профессионального образования.
56. Планирование учебных занятий по физической культуре в дошкольных и общеобразовательных учреждениях и образовательных учреждениях начального, основного и высшего профессионального образования.
57. Планирование и методическое обеспечение внеурочной работы по физической культуре в дошкольных и общеобразовательных учреждениях и образовательных учреждениях начального, основного и высшего профессионального образования.
58. Методическое обеспечение уроков (учебных занятий) по физической культуре в дошкольных и общеобразовательных учреждениях и образовательных учреждениях начального, основного и высшего профессионального образования.
60. Составление и обоснование годового плана прохождения программы (учебного плана) по физической культуре в учреждениях дошкольного, общего среднего, среднего и высшего профессионального образования.
61. Составление и обоснование четвертного (семестрового) плана прохождения программы (учебного плана) по физической культуре в дошкольных и общеобразовательных учреждениях и образовательных учреждениях начального, основного и высшего профессионального образования.
62. Составление и обоснование плана, плана-конспекта занятия по физической культуре, тематического плана по одному из разделов физической культуры.
63. Порядок стимулирования и оценивания успеваемости учащихся по физической культуре. Анализ успеваемости учащихся за четверть и учебный год, учет ее результатов при планировании физической культуры на очередной учебный год.
66. Порядок учета посещаемости занятий и успеваемости учащихся по физической культуре. Анализ посещаемости занятий учащимися и учет его результатов при планировании физической культуры на очередной учебный год.
67. Организация занятий по физической культуре с учащимися подготовительной и специальной медицинских групп.
68. Организация и проведение урочных и внеурочных форм физической культуры в малокомплектной сельской школе
68. Организация и проведение урочных и внеурочных форм физической культуры в учреждении высшего профессионального образования.
69. Организация и проведение занятий по физической культуре с людьми зрелого, пожилого и старческого возраста.
70. Организация, задачи, содержание, планирование, методические особенности учебно-воспитательной работы с учащимися ДЮСШ — основном звене подготовки спортивных резервов по избранному виду спорта.
71. Система массовых соревнований учащихся по избранному виду спорта. Их значение, виды, особенности организации и проведения.

72. Цель, задачи, организация, планирование секционной работы в общеобразовательной школе. Методические особенности проведения секционных занятий по избранному виду спорта.
73. Новые спортивно-оздоровительные технологии в физическом воспитании и избранном виде спорта: классификация и характеристика.
74. Гигиена избранного вида спорта. Гигиена мест и условий учебно-тренировочных занятий и соревнований по избранному виду спорта.
75. Биомеханические аспекты природы возникновения и профилактики травм.
77. Методы исследования психических процессов, психических состояний и свойств личности.
78. Организация социологических исследований физической культуры и спорта.
79. Организация гигиенического и медико-биологического обеспечения занятий по физическому воспитанию и спорту.
80. ВФСК ГТО как нормативно-программная основа физического воспитания в РФ.

### **Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

#### **Рекомендуемая литература**

##### **Основная литература:**

1. Алхасов, Д. С. Курс лекций по учебной дисциплине «Теория и история физической культуры: профессиональный цикл : общепрофессиональные дисциплины основной профессиональной образовательной программы по специальности 050720 «Физическая культура» для студентов очной и заочной формы обучения; цикл лекций / Д.С. Алхасов. - М.: Берлин : Директ-Медиа, 2014. - 53 с. - ISBN 978-5-4475-3733-3 URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274972>
2. Теория и методика физической культуры: учеб. для вузов / под ред. Ю. Ф. Курамшина. - [2-е изд., испр. ]. - Москва: Советский спорт, 2004. - 463 с.
3. Кокоулина, О. П. Основы теории и методики физической культуры и спорта : учебно-практическое пособие / О.П. Кокоулина. - Москва : Евразийский открытый институт, 2011. - 144 с. - ISBN 978-5-374-00429-8. URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=90952>
4. Железняк Юрий Дмитриевич. Методика обучения физической культуре: [Текст]: учеб. для высш. проф. образования / Ю. Д. Железняк, Кулишенко И. В., Крякина Е. В. - Москва: Академия, 2013. - 254, [1] с. - (Высшее профессиональное образование). - ISBN 978-5-7695-9504-2. (Библиотека УлГПУ)

##### ***Дополнительная литература:***

1. Быстрова О.Л., Костюнина Л.И. Практикум по самостоятельной работе студентов факультета физической культуры по дисциплине «Теория и методика физической культуры и спорта» (в 2 частях, ч.2.): учебно-методическое пособие. / Быстрова О.Л., Костюнина Л.И. – Ульяновск: ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова», 2017. – 50 с.
2. Быстрова О.Л., Костюнина Л.И., Морозова М.М. Практикум по самостоятельной работе студентов факультета физической культуры по дисциплине «Теория и методика физической культуры и спорта» (в 2 частях, ч.1.): учебно-методическое пособие. / Быстрова О.Л., Костюнина Л.И., Морозова М.М. – Ульяновск: ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова», 2017. – 43 с.
3. Основы тренерского мастерства [Текст] : учеб. пособие для высш. учеб. заведений физ. культуры / А.М. Якимов. - М. : Терра-Спорт, 2003. - 175 с. – 15 экз.
4. Фискалов, В. Д. Теоретико-методические аспекты практики спорта : учебное пособие / В.Д. Фискалов; В.П. Черкашин. - Москва: Спорт, 2016. - 352 с. - ISBN 978-5-906839-21-3. URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454239> Якимов А. М.



**Программное обеспечение и Интернет-ресурсы, базы данных,  
информационно-справочные и поисковые системы**

<b>Электронный адрес</b>	<b>Название сайта</b>
<a href="http://www.stratum.pstu.ac.ru">http://www.stratum.pstu.ac.ru</a>	Электронная библиотека
<a href="http://www.rba.ru">http://www.rba.ru</a>	Российская библиотека
<a href="http://www.194.226.30.32/book">http://www.194.226.30.32/book</a>	Фондовая библиотека президента России
<a href="http://www.limin.urfu.ac.ru">http://www.limin.urfu.ac.ru</a>	Виртуальная библиотека
<a href="http://www.polpred.com">http://www.polpred.com</a> –	Интернет-сервисы
<a href="http://www.informika.ru">http://www.informika.ru</a>	Образовательный портал
<a href="http://www.eup.ru">http://www.eup.ru</a>	Научно-образовательный портал
<a href="http://www.school.edu.ru">http://www.school.edu.ru</a> :	Федеральный российский общеобразовательный портал
<a href="http://www.edu.ru">http://www.edu.ru</a> :	Федеральный портал «Российское образование»
<a href="http://www.olumpik.org">http:// www.olumpik.org</a> :	Международный олимпийский комитет
<a href="http://www.uroki.ru">http://www.uroki.ru</a> :	Образовательный портал «Учеба»
<a href="http://www.courier.com.ru">http://www.courier.com.ru</a> :	Электронный журнал «Курьер образования»
<a href="http://www.vestnik.edu.ru">http://www.vestnik.edu.ru</a> :	Электронный журнал «Вестник образования»
<a href="http://www.sovsportizdat.ru">http://www.sovsportizdat.ru</a> :	Издательский дом «Советский спорт»
<a href="http://teacher.fio.ru">http://teacher.fio.ru</a> :	Федерация Интернет образования
<a href="http://lib.sportedu.ru">http://lib.sportedu.ru</a> :	Электронный каталог центральной отраслевой библиотеки по физической культуре
<a href="http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/">http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/</a> :	Научно-теоретический журнал «Теория и практика физической культуры»
<a href="http://minstm.gov.ru/">http://minstm.gov.ru/</a> :	Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации
<a href="http://www.mifkis.ru/">http://www.mifkis.ru/</a> :	Московский институт физической культуры и спорта
<a href="http://www.vniifk.ru/">http://www.vniifk.ru/</a> :	Научно-исследовательский институт физической культуры и спорта
<a href="http://www.shkola-press.ru">http://www.shkola-press.ru</a>	Журнал «Физическая культура в школе»
<a href="http://www.fig-gymnastics.ru">http://www.fig-gymnastics.ru</a>	Международная федерация гимнастики

**Электронные библиотечные системы (ЭБС), с которыми сотрудничает  
«УлГПУ им. И.Н. Ульянова»**

№	Название ЭБС	№, дата договора	Срок использования	Количество пользователей
1	«ЭБС ZNANIUM.COM»	Договор № 2304 от 19.05.2017	с 31.05.2017 по 31.05.2018	6 000
2	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Договор № 1010 от 26.07.2016	с 22.08.2016 по 21.11.2017	6 000