

**Министерство Просвещения Российской Федерации**  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«Оренбургский государственный педагогический университет»**

**ПРОГРАММА ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ  
ПО СПЕЦИАЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ**

**Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки,  
оздоровительной и адаптивной физической культуры**

(для поступающих на образовательную программу высшего образования –  
программу подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре)

Направление подготовки

44.06.01 Образование и педагогические науки

Оренбург, 2020

## 1. Введение

Программа вступительного испытания по образовательной программе «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» предназначена для поступающих на базе высшего образования. Содержит требования к вступительному испытанию, критерии оценки, список учебной литературы для подготовки к экзамену.

Вступительное испытание проводится в форме устного экзамена или в дистанционной форме (эссе).

Оценка по обеим формам вступительного испытания выставляется по 5-балльной шкале с отметкой «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

Поступающий в аспирантуру на вступительном испытании должен продемонстрировать знание (вне зависимости от формы вступительного испытания) содержания следующих разделов программы вступительных испытаний:

- теория и методика физической культуры
- теория и методика спортивной подготовки;
- теория и методика адаптивной физической культуры;
- основы научно-исследовательской деятельности.

Традиционно вступительное испытание проводится в форме устного экзамена с обязательным письменным кратким изложением ответа на экзаменационный вопрос.

Экзаменационный билет содержит два вопроса, каждый из которых предполагает контроль и оценку системы знаний в содержании разделов вступительного испытания по теории и методике физического воспитания, спортивной тренировке, оздоровительной и адаптивной физической культуре. Все примерные вопросы к устному экзамену (представлены в программе) предполагают освещение поступающим знаний и умений, во-первых, теоретических оснований и, во-вторых, прикладных оснований рассматриваемого экзаменационного вопроса. Кроме того, вопросы билета предусматривают возможность контроля подготовленности поступающего в сфере методологических оснований исследовательской деятельности.

В процессе устного ответа по билету члены экзаменационной комиссии могут задавать дополнительные вопросы в соответствии с программой вступительных испытаний.

К ответам поступающего в аспирантуру предъявляются следующие требования (табл. 1.):

- логичность, ясность, методологическая и стилистическая грамотность;
- соответствие материала современному научному знанию по проблеме; степени ее изученности;
- владение понятийным аппаратом теории и методики физической культуры;
- знание и умение устанавливать связи теории с практикой;
- знание оснований организации и осуществления исследовательской деятельности.

Таблица 1 - Требования к ответу и критерии оценки ответа устного экзамена поступающего в аспирантуру

| Результат экзамена | Требования к устному ответу на экзамене   |
|--------------------|---|
| <b>отлично</b>     | В ходе ответа демонстрируется глубина и прочность знаний по рассматриваемому вопросу, их системность. Изложение материала исчерпывающее, последовательное, четкое и логичное по структуре. Знание соответствует современному научному знанию по проблеме, степени ее изученности. Отвечающий показывает знание основ теории вопроса и умеет (и показывает это) увязывать теорию с практикой. Абитуриент |

|                            |  |
|----------------------------|--|
|                            | при этом знает основные противоречия в системе существующего знания по вопросу, умеет выявить проблему и демонстрирует способы решения существующей проблемы. Показывает знание социальной и личностной значимости рассматриваемого объекта (от вопроса) и умение находить способы удовлетворения социальной и личностной потребности в направленном использовании ценностей физической культуры в процессе научного исследования. Вопросы билета раскрыты без дополнительных уточняющих вопросов. |
| <b>хорошо</b>              | Поступающий твёрдо знает материал по вопросам вступительного испытания. Грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос в связи с существующими представлениями в теории и практике. Правильно умеет применять теоретические и практические сведения теоретического и прикладного характера в практике освоения физической культуры. Вопросы билета раскрыты с дополнительным уточняющим вопросом   |
| <b>удовлетворительно</b>   | Поступающий имеет знания только основного материала по содержанию вопросов билета, без должной демонстрации деталей, противоречий и проблем в сложившейся системе знания. Не умеет устанавливать причинно-следственные связи теоретических и прикладных оснований процессов освоения физической культуры для удовлетворения социальных и личностных потребностей   |
| <b>неудовлетворительно</b> | Поступающий не знает значительной части материала по вопросам вступительного испытания; допускает существенные ошибки в содержании ответа, неуверенно, с большими затруднениями устанавливает причинно-следственные связи теоретических и прикладных оснований процессов освоения физической культуры  |

Допускается возможность дистанционного взаимодействия поступающего и экзаменационной комиссии (прием вступительного экзамена), когда поступающему предлагается вместо устного экзамена написать эссе на одну из следующих примерных и обобщенных тем:

1. Структура физической культуры как социального явления. Характеристика структурных компонентов.
2. Структурные компоненты системы спортивной подготовки и их характеристика.
3. Основные направления совершенствования системы детского и юношеского спорта.
4. Состояние и перспективы развития школьного физкультурного образования.
5. Адаптивная физическая культура как фактор социализации личности.

Эссе – это письменный ответ на тему, который основан на классической системе доказательств. Структура эссе следующая:

*Введение* – суть и обоснование выбора темы. Оно состоит из ряда компонентов, связанных логически и стилистически. На этом этапе очень важно правильно сформулировать цель, на которую необходимо найти ответ в ходе исследования - эссе.

*Основная часть* – теоретические основы выбранной темы, обозначение проблемы и изложение основного вопроса. Данная часть предполагает развитие аргументации и анализа, а также обоснование их, исходя из имеющихся данных и позиций поступающего по этому вопросу. В этом заключается основное содержание эссе.

*Заключение* – обобщения и аргументированные выводы по теме с указанием области применения имеющихся знаний.

Объём эссе – около 2-4 страницы текста на стандартном листе (210-297 мм.) со стандартными полями (левое-30 мм., правое -10 мм., верхнего и нижнего – по 20 мм.) (интервал 1,0, размер шрифта – 14 пт). Шрифт текста – обычный; шрифт заголовка – полужирный с выравниванием по центру.

## **Основные требования к содержанию эссе и критерии оценки**

### **1. Соответствие работы направлению, выбранной теме, жанру.**

Работа соответствует направлению подготовки 44.06.01 Образование и педагогические науки, направленности Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Текст эссе отражает актуальность представляемого материала; основные противоречия выделены, проблема обозначена четко, кратко. Эссе отличается системным представлением материала, краткостью, личностной оценкой рассматриваемой проблемы.

### **2. Глубина замысла и уровень реализации идеи.**

Рассматриваемая проблема по теме (ее аспект) достаточно полно раскрыта на теоретическом и методическом уровне (показаны теоретические основания постановки проблемы и возможные условия ее решения). Обозначены основная цель и задачи теории и практики рассматриваемого явления. (Здесь материал эссе может содержать научно-методические основания самостоятельной исследовательской деятельности абитуриента). В содержании эссе используются приемы сравнения и обобщения, анализа, взаимосвязи понятий и явлений, объясняются альтернативные взгляды на рассматриваемую проблему (состояние изученности - разработанности проблемы). Имеется внутренняя смысловая целостность эссе, соблюдается логика рассуждения.

### **3. Индивидуальность и единство авторского стиля.**

Личный подход к раскрытию темы, субъективность, иногда парадоксальность суждений, афористичность. Соблюдение заданного аспекта содержания: психологического, педагогического и других аспектов Самостоятельность выполнения работы.

### **4. Выразительность письменной «речи».**

Своеобразие, определяющее текст и подтекст работы (риторические вопросы, обращения, диалогизм, полемичность, символы, сравнения, параллели, аналогии, ассоциации); эмоциональность, экспрессивность, художественность (эпитеты, метафоры, ирония и др.); оптимальность использования профессиональной терминологии.

### **5. Грамотность.**

Отсутствие языковых, речевых, грамматических ошибок.

Примечание 1: сплошная проверка работы по привычным школьным критериям грамотности с полным подсчётом ошибок не предусматривается.

Примечание 2: при наличии в работе речевых, грамматических, а также орфографических и пунктуационных ошибок, затрудняющих чтение и понимание текста, обращающих на себя внимание и отвлекающих от чтения (в среднем более трёх ошибок на страницу текста), работа по этому критерию получает ноль баллов.

### **6. Дополнительные баллы за оригинальность идеи.**

В эссе должна быть оригинальная идея, отражающая личное, авторское отношение к проблеме.

За качество содержания эссе по каждому из требования максимальная оценка – 5 баллов. Шкала оценивания следующая: 2-3-4-5.

**Итоговая оценка определяется как средняя арифметическая величина за оценку по каждому из требований.**

В целом к содержанию и оформлению эссе поступающего в аспирантуру предъявляются следующие требования (табл. 2.):

Таблица 2 – Обобщенные требования и критерии оценки эссе поступающего в аспирантуру

| <b>Результат экзамена</b>    | <b>Требования к устному ответу на экзамене</b>  |
|------------------------------|---|
| <b>«отлично»</b>             | Оценка «отлично» выставляется, если содержанию эссе соответствует научной специальности 13.00.04 Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры; обозначены основные противоречия по теме эссе, показана проблема и теоретические и методические основания и возможные условия ее решения; обозначены основная цель и задачи решения обозначенной в эссе проблемы; просматривается личностная позиция (авторская) решения проблемы – основная идея решения проблемы и противоречий авторская и оригинальная; отмечается логика материала, выразительность текста и его «грамотность» |
| <b>«хорошо»</b>              | Оценка «хорошо» выставляется поступающему, если он содержанием эссе показал твердое знание существующего состояния научного знания в сфере физической культуры, но не вполне соответствующего научной специальности; противоречия и проблема по теме эссе обозначены с незначительными неточностями; не точно обозначены цель и задачи решения обозначенной в эссе проблемы, которые правильны, но не являются авторскими и оригинальными; материал эссе оформлен правильно и текст безошибочен.  |
| <b>«удовлетворительно»</b>   | Оценка «удовлетворительно» выставляется, если поступающий демонстрирует содержанием эссе знания только основного знания в сфере физической культуры и отвлеченные от научной специальности; показывает неточные (иногда ошибочные) суждения о существующих противоречиях по теме эссе; ошибочно выставляется проблема, цель и задачи ее решения; не просматривается авторская позиция в решении проблемы, отсутствие оригинальности; текст выстроен не вполне логично, есть стилистические и орфографические ошибки   |
| <b>«неудовлетворительно»</b> | Оценка «неудовлетворительно» выставляется поступающему, который не демонстрирует содержанием эссе значительной части требований; материал вне знания по научной специальности без сколь-нибудь обоснованных теоретических и прикладных оснований постановки и решения существующей (их) проблемы по теме эссе   |

## **2. Содержание разделов программы вступительных испытаний**

### **2.1. Раздел Теория и методика физической культуры**

Понятие физической культуры (включая адаптивную физическую культуру - АФК). Цель и задачи физической культуры. Структура физической культуры как социального явления. Спорт (базовый и высших достижений) и его характеристика. Реабилитационная физическая культура; ее лечебная и оздоровительная составляющие; цель и сущностные задачи. Рекреационная физическая культура как компонент физической культуры; цель и сущностные задачи. Структура функций физической культуры: общекультурные (эстетическая, нормативная, информационная, коммуникативная, нравственная, социализирующая); специфические (воспитательная, обучающая, развивающая, профессионально-прикладная, рекреационная, реабилитационно - оздоровительная, спортивная).

Понятие физической культуры личности (ФКЛ). Краткая характеристика структуры ФКЛ (выделение ее компонентов: двигательного, когнитивно-интеллектуального, аксиологического, физкультурно-деятельностного). Характеристика двигательного компонента ФКЛ, отражающего состояние физического развития, физической и технической подготовленности, состояние основных свойств нервной системы и физическую адаптацию. Когнитивно-интеллектуальный компонент ФКЛ как отражение освоенности системы знаний в сфере физической культуры и оптимального функционирования основных психических процессов. Ценностные ориентации личности в сфере физической культуры и в сфере общесоциальных ценностей, сопряженных с физической культурой как отражение аксиологического компонента ФКЛ. Физкультурно-деятельностный компонент ФКЛ как отражение состояния потребностей и мотивов, включенность в физкультурно-спортивную и инструкторскую деятельность.

Классификация принципов освоения физической культуры и АФК: общих социальных (всесторонности, связи с жизнедеятельностью, образовательной направленности), общеметодических (сознательности, активности, наглядности, доступности, индивидуализации, систематичности), специфических (непрерывности, прогрессирования, цикличности, возрастной адекватности, единства общей и специальной подготовки). Характеристика и особенности реализации общих социальных, общеметодических, специфических принципов освоения физической культуры; их роль и значение в практике физкультурного образования и практики спортивной подготовки.

Классификация физической культуры и АФК их характеристика (физические упражнения, естественные силы природы и гигиенические факторы, вспомогательные и дополнительные средства).

Характеристика основных понятий, относящихся к категории «метод»: методологический подход, методическое направление, метод, методический прием, методика. Классификация и краткая характеристика методов физической культуры: общепедагогических (наглядные, вербальные) и специфических (строго-регламентированного упражнения, игровой, соревновательный).

Классификация форм организации процессов освоения физической и АФК культуры (урочная и внеурочная); их краткое представление и характеристика в связи с реализацией различного содержания физкультурно-спортивной деятельности. Характеристика урочной формы организации процесса физкультурного образования: преимущества и отличительные признаки; классификация уроков по типовой и видовой принадлежности; структура урока, особенности методики частей школьного урока физической культуры.

Внеурочные формы физической культуры (групп ОФП и СФП, секции, массовые спортивно-оздоровительные мероприятия, неклассификационные соревнования): основы

методики. Внешкольные формы физической культуры (ДЮСШ; группы по видам спорта по месту жительства, оздоровительные лагеря, семья): основы методики.

Система комплексного контроля процессов физкультурного образования (контроль мер педагогического воздействия и контроль состояния объекта физкультурного образования). Формы контроля (психолого-педагогический и медико-биологический). Психолого- педагогический контроль, его виды и характеристика (этапный, текущий и оперативный). Основные требования к организации и реализации педагогического контроля освоенности ценностей физической культуры.

Общая характеристика двигательных способностей. Общие закономерности воспитания двигательных качеств.

Двигательные умения и навыки как результат обучения. Особенности обучения двигательным действиям. Структура обучения. Характеристика двигательного умения. Основные признаки двигательного умения. Характеристика двигательного навыка. Основные отличительные черты двигательного навыка. Положительный и отрицательный перенос навыка.

Воспитание силовых способностей. Понятие силовых способностей. Формы (виды) их проявления. Факторы, определяющие уровень их воспитания и проявления. Возрастные периоды, наиболее благоприятные для воспитания силовых способностей. Средства и методы воспитания силовых качеств.

Воспитание скоростных качеств. Понятие скоростных способностей. Формы их проявления. Факторы, определяющие уровень развития и проявления скоростных способностей. Возрастные периоды, наиболее благоприятные для воспитания скоростных способностей. Средства и методы воспитания скоростных способностей.

Воспитание выносливости. Многообразие форм проявления и основные типы выносливости. Факторы, определяющие уровень развития и проявления выносливости. Возрастные периоды, наиболее благоприятные для развития выносливости. Средства и методы воспитания выносливости.

Воспитание координационных способностей. Понятие о координационных способностях как комплексных психомоторных способностях человека и его связь с понятием «ловкость». Формы проявления координационных способностей. Критерии оценки координационных способностей. Возрастные периоды, наиболее благоприятные для воспитания координационных способностей. Средства и методы воспитания координационных способностей.

Воспитание гибкости. Обобщенное понятие и гибкости как особом физическом качестве человека. Виды гибкости и факторы, определяющие уровень развития и проявления гибкости. Критерии и способы оценки гибкости. Возрастные этапы, наиболее благоприятные для направленного воздействия гибкость. Средства и методы воспитания гибкости.

Образовательный стандарт по предмету «Физическая культура», структура и содержание ФГОС. Стандарт начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования по физической культуре. Характеристика основных блоков содержания ФГОС: системы знаний, системы двигательных и инструкторских умений и навыков, системы формирования двигательных способностей, системы норм и требований, системы видов физкультурной деятельности по этапам образования.

Место урока в структуре дидактических процессов. Определение, основные требования к уроку и его отличительные черты от других форм организации физической культуры в школе. Классификация уроков физической культуры, особенности проведения уроков различного типа (теоретической направленности, вводного урока, урока обучения и др.) и вида (урока гимнастики, легкой атлетики и др.). Особенности проведения комбинированных, смешанных и комплексных уроков. Соотношение типовой и видовой направленности уроков в связи с возрастом занимающихся.

Содержание и структура урока. Общая характеристика частей урока (подготовительной, основной и заключительной): направленность, задачи, средства и методы, продолжительность и т.п.

Технология проведения урока физической культуры. Методические особенности построения и проведения подготовительной, основной и заключительной части урока.

## **Раздел 2.2 Теория и методика спортивной подготовки**

Общая структура многолетней подготовки спортсменов. Стадия базовой подготовки, стадия максимальной реализации спортивных возможностей, стадия спортивного долголетия; содержание и краткая характеристика. Основные этапы подготовки спортсменов. Содержание подготовки спортсменов на этапе предварительной спортивной подготовки. Основные вопросы, решаемые на этапе начальной спортивной специализации. Характеристика этапа углубленной специализации в избранном виде спорта. Содержание этапа высших достижений. Особенности подготовки спортсменов на этапах сохранения достижений и поддержания тренированности.

Типы и основы построения микроциклов спортивной подготовки. «Ординарный» и «ударный» микроциклы; характеристика содержания и особенности использования. Продолжительность микроциклов, сочетание и логика их включения в другие структурные компоненты подготовки.

Общее представление о мезоциклах спортивной подготовки. Характеристика и факторы, оказывающие влияние на продолжительность мезоциклов. Типы мезоциклов. Последовательность построения мезоциклов спортивной подготовки. Общеподготовительные и специально-подготовительные мезоциклы. Мезоциклы развивающего и стабилизирующего характера. Сочетание микроциклов в мезоциклах. Включенность мезоциклов в периоды макроцикла.

Общая структура процесса годичной спортивной подготовки. Периодизация макроцикла и факторы, лежащие в основе их построения. Продолжительность периодов макроциклов. Спортивная форма и фазовый характер ее становления. Факторы, лежащие в основе становления спортивной формы. Причины, обуславливающие продолжительность сохранения спортивной формы. Особенности подготовки в различных периодах макроцикла. Общая и специальная подготовка. Сочетание мезоциклов в различных периодах макроцикла. Сдвоенный, строенный макроцикл.

Спортивное соревнование в структуре подготовки спортсменов. Характеристика и классификация соревнований по видам спорта. Календарь и положение о соревнованиях. Спортивное соревнование и подобные им формы соревновательной деятельности. Система определения победителей в соревнованиях.

Спортивная тренировка и спортивная подготовка. Тренированность как результат спортивной тренировки. Подготовленность спортсмена. Задачи спортивной тренировки. Общепедагогические и специфические принципы спортивной тренировки. Направленность на максимальное достижение, углубленная специализация и индивидуализация. Единство общей и специальной подготовки. Единство постепенности и предельности наращивания тренировочных нагрузок. Волнообразность динамики нагрузок. Цикличность тренировочного процесса. Единство и взаимосвязь структуры соревновательной деятельности и структуры подготовленности спортсмена. Возрастная адекватность многолетней спортивной деятельности. Физические упражнения; краткая характеристика и классификация. Методы спортивной тренировки.

## **Раздел 2.3. Теория и методика адаптивной физической культуры**

Адаптивная физическая культура, понятийно-категориальный аппарат. Роль и место



адаптивной физической культуры в социальной и образовательной практике. Структура адаптивной физической культуры. Отличительные особенности дидактического обеспечения адаптивной физической культуры.

## **Раздел 2.4. Основы научно-исследовательской деятельности.**

Понятие методологии педагогического исследования. Структура педагогического исследования (фазы, этапы и периоды). Характеристика основных действий исследователя в реализации этапов построения исследовательской деятельности; особенности реализации. Методы научного исследования: теоретические и эмпирические (методы-действия и методы операции). Характеристика методов научного исследования в связи с теоретическим и эмпирическим исследованием. Психолого-педагогический эксперимент: теория и методика организации и реализации. Основной методологический аппарат исследования (противоречия, проблема, цель исследования, его задачи, объект и предмет исследования, гипотеза); характеристика методологического аппарата исследования. Структура и особенности представления содержания квалификационной работы (ВКР).

## **3. Список рекомендуемой литературы**

### **3.1. Основная литература:**

Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С.П. Евсеев. - М. : Спорт, 2016. - 616 с. : ил. - Библиогр. в кн. - Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454238>

Жуков, Р.С. Основы спортивной тренировки / Р.С. Жуков ; Министерство образования и науки РФ, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Кемеровский государственный университет». - Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. - 110 с. : ил. - Библиогр. в кн. - Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278415>

Третьякова, Н.В. Теория и методика оздоровительной физической культуры : учебное пособие / Н.В. Третьякова, Т.В. Андрюхина, Е.В. Кетриш. - М. : Спорт, 2016. - 281 с. : ил. - Библиогр.: с. 241-246. - Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461372>

Холодов, Ж. К. Теория и методика физической культуры и спорта [Текст] : учеб. для студентов учреждений ВПО, обуч. по направлению подготовки "Педагогическое образование" / Ж. К. Холодов, В.С. Кузнецов. - 12-е изд., испр. - М. : Академия, 2014. - 480 с. - .

Гордон, С. М. Спортивная тренировка: науч.-метод. пособие [Текст] / С. М. Гордон. - М. : Физическая культура, 2008. - 256 с.

Платонов, В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте: Общ. теория и ее практические приложения: Учебник тренера высш. квалификации [Текст] / В. Н. Платонов. - М. : Советский спорт, 2005. - 820 с. : ил., табл.

Фискалов, В.Д. Теоретико-методические аспекты практики спорта : учебное пособие / В.Д. Фискалов, В.П. Черкашин. - М. : Спорт, 2016. - 352 с. : ил. - Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454239>

Краевский, В. В. Методология педагогики: новый этап: Учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по пед. специальностям (ОПД.Ф.02 - Педагогика) [Текст] / В. В. Краевский. - 2-е изд., стер. - М. : Академия, 2008. - 400 с

Борытко, Н. М. Методология и методы психолого-педагогических исследований: Учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по спец. 050706 (031000) - Педагогика и психология; 050711 (031300) - Соц. педагогика и др. [Текст] : учебное пособие / Н. М. Борытко. - 2-е изд., стер. - М. : Академия, 2009. - 320 с.

Никитушкин, В. Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта. Учебник [Текст] / В. Г. Никитушкин. - Москва : Советский спорт, 2013. - 280 <http://www.biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210448c>.

Новиков, А. М. Методология научного исследования [Текст] / А. М. Новиков, Д. Новиков. - Москва : Либроком, 2010. - 284 с.

Железняк, Ю.Д. Методика обучения физической культуре / Ю.Д. Железняк, М.В.Кулишенко,Е.В.Крякина. - М.: Академия, 2013.- 256 с.

Педагогика физической культуры и спорта: учеб. для студ. вузов [Текст] / Под ред. С.Д. Неверковича. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. : Академия, 2013. - 368 с.

Костихина, Н.М. Педагогика физической культуры и спорта : учебник / Н.М. Костихина, О.Ю. Гаврикова ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск : Издательство СибГУФК, 2013. - 296 с.

Кокоулина, О.П. Основы теории и методики физической культуры и спорта: учебно-практическое пособие/ О.П. Кокоулина. – М.: Евразийский открытый институт, 2011.- 144 с. – ISBN 978-5-374-00429-8;

Подласый И.П. Педагогика. – М.: Юрайт, 2013. – 704 с.

Сластенин В.А. Педагогика / В.А. Сластенин, И.Ф. Исаев, Е.Н. Шиянов. - М.: Академия, 2013. – 496 с.

Солодков, А. С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная. Учебник [Электронный ресурс] / А.С.Солодков, Е.Б.Сологуб. - М.: Советский спорт, 2012. – 624 с. 4-е изд., испр. и доп.

Минникаева, Н. В. Теория и организация адаптивной физической культуры [Текст] / Н. В. Минникаева. - Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. - 142 с. <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278495>

Брискин, Ю. А. Адаптивный спорт [Текст] / Ю. А. Брискин, С. Евсеев, А. Передерий. - Москва : Советский спорт, 2010. - 316 с. - (Спорт без границ). <http://www.biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210376>

### 3.2 Дополнительная литература

Теория и методики физического воспитания: Для фак-тов физ. культуры пед. ин-тов по спец. 03.03 "Физ. культура" [Текст] / Б.А. Ашмарин, Ю.А. Виноградов, З.Н. Вяткина и др.; Под ред. Б.А. Ашмарина. - М. : Просвещение, 1990. - 286 с. : ил. - (Учебник для педагогических институтов).

Коровин, С. С. Введение в теорию и дидактические основания физической культуры: Курс лекций по теории и методике физ. культуры [Текст] / С.С. Коровин; М-во образования и науки Рос. Федерации, ГОУ ВПО "Оренбург. гос. пед. ун-т". - Оренбург : Изд-во ОГПУ, 2006. - 132 с. : ил.

Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры: Введение в предмет: Учебник для высш. спец. физкультурных учебных заведений [Текст] / Л. П. Матвеев. - 3-е изд. - СПб. : Лань, 2003. - 160 с. : ил.

Платонов, В. Н. Подготовка квалифицированных спортсменов [Текст] / В. Н. Платонов. - М. : Физическая культура и спорт, 1986. - 284 с. : ил.

Теория и методика физического воспитания: учеб. для студ. вузов физического воспитания и спорта: в 2 т. [Текст] / Под ред. Т.Ю. Круцевича. - Киев : Олимпийская литература, 2003 - .Т.1 : Общие основы теории и методики физического воспитания. - 423 с. - 387.00 р.

Теория и методика физического воспитания: учеб. для студ. вузов физического воспитания и спорта: в 2 т. [Текст] / Под ред. Т.Ю. Круцевича. - Киев : Олимпийская литература, 2003 - .Т.2 : Методика физического воспитания различных групп населения. - 392 с.

Барчуков И. С. Физическая культура и спорт: Методология, теория, практика / И. С.

- Барчуков, А.А. Нестеров; Под общ. ред. Н.Н. Маликова. - М.: Академия, 2009. 528 с.
- Максименко А.М. Теория и методика физической культуры/А.М. Максименко. - М.: Физическая культура, 2009. 496 с.
- Никитюк Б.А. Анатомия и спортивная морфология /практикум/ Б.А. Никитюк, А.А. Гладышева. - М.: Физкультура и спорт, 1989. 176 с.
- Руководство к практическим занятиям по физиологии человека / СПбГУФК им. П.Ф. Лесгафта; Под ред. А.С. Солодкова. - М.: Советский спорт, 2006. 192 с.
- Сластенин В. А. Педагогика / В.А. Сластенин, И.Ф. Исаев, В.И. Шиянов; Под ред. В.А. Сластенина; Междунар. акад. наук пед. образования. - М.: Академия, 2008. 576 с.
- Сапего, А.В. Физиология спорта : учебное пособие / А.В. Сапего. - Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2011. - 187 с. - ISBN 978-5-8353-1165-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=232471> (08.02.2016)
- Фискалов, В.Д. Спорт и система подготовки спортсменов /В.Д. Фискалов. - М.: Советский спорт, 2010. 196 с.
- Евсеев, С. П. Адаптивная физическая культура: учеб. пособие для высш. и сред. проф. учеб. заведений, осуществляющих образоват. деятельность по спец. 022500 - "Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья [Текст] / С. П. Евсеев. - М. : Советский спорт, 2000. - 240 с. : ил. - (Физическая культура и спорт инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья).
- Теория и методика физической культуры / под ред. Ю.Ф. Курамшина. – М.: Советский спорт, 2003. 464 с.
- Никитушкин, В.Г. Многолетняя подготовка юных спортсменов: монография / В.Г. Никитушкин. М.: Физическая культура, 2010.-240 с.
- Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры / Л.П.Матвеев. М.: Физкультура и спорт, 1991. 543 с.

### Вопросы к экзамену (примерные)

1. Характеристика видов физической культуры в удовлетворении социальных и личностных потребностей и развитии способностей.
2. Содержание и характеристика основных школьных образовательных программ по физической культуре Министерства образования и науки РФ (название, автор, основные разделы).
3. Характеристика системы соревнований и определения победителей в подготовке спортсменов.
4. Методика проведения учебно-тренировочных занятий и уроков различного типа и вида (возрастной аспект).
5. Охарактеризовать государственный (базовая часть) и региональный (вариативная часть) компоненты ФГОС среднего (полного) общего образования.
6. Характеристика педагогических технологий; их обусловленность характером педагогических задач.
7. Методические особенности оценки результатов физкультурно-спортивной деятельности учащихся на уроках физической культуры.
8. Классификация и характеристика методов освоения физической культуры.
9. Теория и методика обучения двигательным действиям в практике физического образования.
10. Характеристика системы многолетней спортивной подготовки и основы её построения.
11. Физическая культура личности: характеристика компонентов и признаков сформированности.

12. Технология перспективного планирования физического образования школьников.
13. Теория и методика воспитания двигательных качеств гибкости и выносливости.
14. Характеристика содержания этапов многолетней спортивной подготовки.
15. Классификация и характеристика принципов освоения физической культуры.
16. Средства физической культуры, их классификация и характеристика.
17. Теория и методика воспитания скоростных и силовых способностей в процессе физического образования.
18. Теоретические и методические основания воспитания координационных способностей.
19. Основы методики построения программы микроциклов, мезоциклов и макроциклов в спорте.
20. Основные положения спортивной тренировки спортсмена (базовый вопрос).
21. Классификация и характеристика форм организации процессов освоения физической культуры.
22. Характеристика планирования физкультурного образования и спортивной подготовки.
23. Характеристика психолого-педагогического контроля в практике физического образования.
24. Теория и методика медико-биологического контроля в практике физического образования.
25. Структура научного исследования (фазы, этапы и периоды) (базовый вопрос).
26. Характеристика теоретических методов исследования (методы-операции и методы-действия) (базовый вопрос).
27. Характеристика эмпирических методов исследования (методы-операции и методы-действия) (базовый вопрос).
28. Характеристика теоретических и методических оснований организации и проведения педагогического эксперимента.
29. Характеристика методологического аппарата исследования (базовый вопрос).
30. Структура и основы представления содержания квалификационной работы.
31. Цель и основные задачи адаптивной физической культуры.
32. Средства и методы адаптивной физической культуры.