



Министерство просвещения Российской Федерации
**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования**
«ОРЕНБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ОГПУ»)

**ПРОГРАММА ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ
ПО СПЕЦИАЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ**

для поступающих на образовательную программу высшего образования –
программу подготовки научных и научно-педагогических кадров в
аспирантуре

5.8.6 Оздоровительная и адаптивная физическая культура

(шифр и наименование научной специальности)

Введение

Программа вступительного испытания для поступающих на образовательную программу высшего образования – программу подготовки научных и научно-педагогических кадров в аспирантуре разработана на основе ФГОС ВО уровней образования специалитет, магистратура.

Цель программы – программно-информационное обеспечение поступающих абитуриентов содержанием вступительного испытания в аспирантуру по специальности 5.8.6 Оздоровительная и адаптивная физическая культура.

Основными задачами программы являются:

- выявление исходного уровня подготовленности поступающих в аспирантуру к научно-исследовательской деятельности в сфере оздоровительной и адаптивной физической культуры;

- диагностика теоретико-методической подготовленности абитуриентов к образовательной деятельности в отношении организации и реализации оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Поступающий в аспирантуру должен показать знание теории и методика оздоровительной физической культуры (ее общетеоретические, методические и прикладные основания); теоретические и методические основания адаптивной физической культуры; продемонстрировать подготовленность к самостоятельной научно-исследовательской деятельности на основе знаний основ методологии научного исследования в сфере оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Вступительное испытание проводится в форме устного вступительного испытания (экзамена) с обязательным письменным кратким изложением ответа на экзаменационные вопросы. В процессе устного ответа по билету члены экзаменационной комиссии могут задавать дополнительные вопросы в соответствии с программой вступительных испытаний. Время подготовки к устному ответу на вопросы экзаменационного билета – 20 минут.

К ответам абитуриента предъявляются следующие требования:

- логичность, ясность, методологическая и стилистическая грамотность;

- соответствие материала современному научному знанию по проблеме; степени ее изученности;

- свободное владение понятийным аппаратом процессов и явлений физической культуры и профессиональной физической подготовки (в общем смысле – основ ТИМФК);

- умение устанавливать связи теории с практикой;

- знание оснований организации и осуществления исследовательской деятельности;

- умение устанавливать причинно-следственные связи объектов и явлений, содержащихся в экзаменационных вопросах.

Требования к ответу и критерии оценки ответа поступающего в аспирантуру приведены ниже:

Результат экзамена	Требования к ответу
«отлично»	<p>Оценка «отлично» выставляется в случае, если в ходе ответа демонстрируется глубина и прочность знаний содержания программного материала вступительного испытания; изложение материала исчерпывающее, последовательное, чёткое, логичное и стройное по структуре; показаны умение тесно увязывать теорию с практикой, свободное решение педагогических задач и вопросов в сфере программного материала вступительных испытаний, правильное обоснование принятых решений прикладных аспектов содержания вопроса; отвечающий владеет разносторонними знаниями в рамках экзаменационных вопросов с обоснованием их социальной и личностной значимости; вопросы билета раскрыты без дополнительных уточняющих вопросов.</p>
«хорошо»	<p>Оценка «хорошо» выставляется поступающему, если он твёрдо знает программный материал вступительных испытаний, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические и практические положения и сведения теоретического и прикладного характера; вопросы билета раскрыты с дополнительным уточняющим вопросом.</p>
«удовлетворительно»	<p>Оценка «удовлетворительно» выставляется в случае, если поступающий имеет знания только основного материала, но не демонстрирует его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения в изложении прикладных оснований реализации ценностей физической культуры; вопросы билета раскрыты с двумя дополнительными уточняющими вопросами.</p>
«неудовлетворительно»	<p>Оценка «неудовлетворительно» выставляется поступающему, который не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями устанавливает причинно-следственные связи теоретических и прикладных оснований процессов освоения физической культуры</p>

1. Содержание разделов программы вступительного испытания

1.1. Теория и методика оздоровительной и адаптивной физической культуры

Понятие оздоровительная физическая культура. Цель и задачи оздоровительной физической культуры. Роль оздоровительной физической культуры в формировании культуры здоровья личности. Культура здоровья личности и ее взаимосвязь с физической культурой.

Понятия здоровье, здоровый образ жизни, культура здоровья. Краткая характеристика системообразующих компонентов культуры здоровья. Системообуславливающие факторы формирования культуры здоровья. Единство и взаимосвязь биологического и социального развития определяет роль физической культуры в формировании культуры здоровья с помощью решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач.

Общая характеристика оздоровительной физической культуры. Оздоровительная направленность как важный принцип системы физического воспитания. Адаптационно-регуляторные механизмы оздоровительной физической культуры. Принципы оздоровительной и реабилитационной физической культуры. Деятельностные, предметно-ценностные и результативные аспекты оздоровительной физической культуры. Совокупность результатов деятельности оздоровительной физической культуры.

Гигиеническая физическая культура. Оздоровительно-рекреативная физическая культура. Оздоровительно-реабилитационная физическая культура. Спортивно-реабилитационная физическая культура. Основные двигательные режимы. Правила оздоровительной тренировки.

Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольных учреждениях. Содержание физкультурно-оздоровительной работы в дошкольных образовательных учреждениях. Формы физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками. Методические особенности физкультурно-оздоровительных занятий с детьми дошкольного возраста. Современные физкультурнооздоровительные методики для дошкольников.

Состояние здоровья современных школьников и причины его ухудшения. Физкультурно-оздоровительная работа в школе. Физическое воспитание школьников в контексте модернизации инклюзии в образовании. Сущность процесса модернизации инклюзивного физического воспитания в Российской Федерации. Основные направления модернизации физического воспитания школьников с отклонениями в состоянии здоровья. Инновационные подходы в системе физического воспитания школьников с отклонениями в состоянии здоровья.

Методика организации физкультурно-оздоровительной работы с молодёжью и взрослым населением. Методика и организация физкультурно-оздоровительной деятельности студенческой молодежи. Значение, цель и

задачи физической культуры студентов. Структура и особенности содержания действующих программ физической культуры в вузах.

Организация физкультурно-оздоровительной работы на производстве. Формы физкультурно-оздоровительной работы в быту трудящихся. Базово - пролонгирующая физическая культура. Гигиеническая и рекреативная физическая культура. Оздоровительно-реабилитационная физическая культура взрослого, трудоспособного населения. Рекреативный спорт. Пути улучшения физкультурно-оздоровительной работы на производстве. Оздоровительная физическая культура лиц пожилого и старческого возраста. Программы реализуемые для людей пожилого возраста в РФ.

Оздоровительная физическая культура в семье. Причины, мешающие развитию семейного физического воспитания. Условия для развития семейного оздоровительного физического воспитания.

Основные понятия и термины адаптивной физической культуры Понятия «культура», «физическая культура», «адаптивная физическая культура». Определения «инвалид», «обучающийся с ограниченными возможностями здоровья», «лица с отклонениями в состоянии здоровья», «образ жизни», «реабилитация», «социализация», «социальная интеграция».

Предмет, цель, задачи, содержание адаптивной физической культуры.

Адаптивная физическая культура как интегративная наука, учебная дисциплина и сфера социальной практики Отличия адаптивной физической культуры от физической культуры, медицины, коррекционной педагогики, валеологии, гигиены и др.

Функции адаптивной физической культуры Понятие «функция АФК», четыре группы функций. Основные компоненты (виды) адаптивной физической культуры Критерии для выделения основных видов адаптивной физической культуры естественные и социальные потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья (инвалидов), обеспечивающие его готовность к реализации нормативного для данных общественно-исторических условий образа жизни. Средства адаптивной физической культуры Физическое упражнение - основное средство адаптивной физической культуры. Методы адаптивной физической культуры Метод - как способ, путь достижения поставленной цели; методический прием как вариант реализации метода в соответствии с конкретной задачей коррекции, компенсации, профилактики, обучения, воспитания, оздоровления. Формы организации занятий в адаптивной физической культуре Характеристика урочных и внеурочных форм занятий.

Принципы адаптивной физической культуры Законы и закономерности дидактики, лежащие в основе принципов адаптивной физической культуры. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре Особенности действий, используемых в АФК. Развитие физических качеств и способностей у лиц с отклонениями в состоянии здоровья Основные закономерности развития физических способностей (движение – ведущий фактор развития физических способностей, зависимость развития физических способностей от режима двигательной деятельности, этапность развития физических способностей, неравномерность и гетерохронность развития,

обратимость показателей развития способностей, перенос физических способностей).

Организация и содержание адаптивного физического воспитания
Конкретизация цели и задач адаптивного физического воспитания, его ведущих функций и принципов. Управление качеством образования и отличительные черты методики обучения двигательным действиям и развития физических способностей занимающихся.

Организация и содержание адаптивного спорта. Адаптивный спорт - социальный феномен, интегрирующий лечебное рекреационное и спортивное направления физической культуры. Философия и особенности трех основных направлений организации и развития адаптивного спорта в мировом сообществе. Параолимпийское, Специальное Олимпийское и Олимпийское движение глухих - три основных направления развития адаптивного спорта. Общественные организации, занимающиеся управлением адаптивным спортом в России и за рубежом, в рамках выделенных основных направлений (Международный и Национальный Параолимпийские комитеты, «Спешиал Олимпикс Интернэшнл» и Специальная Олимпиада России и др.). Сурдлимпийский спорт, сходство и различия со спортом здоровых людей.

Организация адаптивной двигательной рекреации
Конкретизация цели и задач адаптивной двигательной рекреации, ее ведущих функций и принципов.
Организация физической реабилитации
Понятие о реабилитации.
Организационно – управленческая структура адаптивной физической культуры
Организация адаптивной физической культуры в Российской Федерации и мировом сообществе. Организация креативных (художественно-музыкальных) и экстремальных видов двигательной активности
Конкретизация целей и задач креативных (художественно- музыкальных) и экстремальных видов двигательной активности, их ведущих функций и принципов.

1.2 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, диссертации).

Вопросы к экзамену

1. Правила оздоровительной тренировки.
2. Принципы оздоровительной и реабилитационной физической культуры.
3. Оздоровительно-рекреативная физическая культура.
4. Содержание физкультурно-оздоровительной работы в дошкольных образовательных учреждениях.
5. Основные направления модернизации физического воспитания школьников с отклонениями в состоянии здоровья.
6. Методика и организация физкультурно-оздоровительной деятельности студенческой молодежи.
7. Формы физкультурно-оздоровительной работы в быту трудящихся.
8. Оздоровительная физическая культура лиц пожилого и старческого возраста.
9. Технологии оздоровительной физической культуры.
10. Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях различных систем организма.
11. Диагностика состояния занимающихся оздоровительно-реабилитационной физической культурой.
12. Гидрореабилитация – как метод восстановления человека при заболеваниях и травмах.
13. Частные методики лечебной физической культуры.
14. Основы кинезиологии.
15. Оздоровительно-реабилитационная деятельность в геронтологии.
16. Основы физкультурно-оздоровительной работы в образовательных учреждениях.
17. Адаптационные дисциплины для обеспечения инклюзивного образования.
18. Адаптивная физическая культура - составная часть комплексной реабилитации инвалидов.
19. Адаптивная физическая культура - составная часть комплексной реабилитации инвалидов.
20. Адаптивная физическая культура в системе профессионального образования. Повышение квалификации и переподготовка кадров по адаптивной физической культуре.
21. Адаптивная физическая культура в социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
22. Адаптивный туризм как средство и метод двигательной рекреации и оздоровления
23. инвалидов.
24. Виды адаптивной двигательной рекреации, основанные на взаимодействии человека с
25. животными.

26. Воспитание личности в процессе занятий адаптивной физической культурой.
27. Врачебно-медицинский контроль, организация, планирование адаптивной физической культуры.
28. История адаптивного физического воспитания и адаптивного спорта для лиц с поражением интеллекта.
29. История адаптивного физического воспитания и адаптивного спорта для лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата.
30. История адаптивного физического воспитания и адаптивного спорта для лиц с поражением зрения.
31. История адаптивного физического воспитания и адаптивного спорта для лиц с поражением слуха.
32. Конкретизация цели и задач адаптивного физического воспитания, его ведущих функций и принципов.
33. Конкретизация цели и задач адаптивной двигательной рекреации, её ведущих функций и принципов.
34. Методы и формы организации адаптивной физической культуры.
35. Методы организации адаптивной физической культуры (метод формирования знаний, обучения двигательным действиям, развития физических качеств, воспитания личности).
37. Модели соревновательной деятельности, применяемые в адаптивном спорте.
38. Направленное воздействие в процессе физического воспитания на осанку и некоторые свойства (компоненты) телосложения (осанка, задачи, средства и особенности методики; регулирование мышечной и «пассивной» массы тела)
39. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре.
40. Организационные основы врачебно-медицинского и педагогического контроля лиц с ограниченными функциональными возможностями.
41. Основные закономерности и принципы развития физических способностей.
42. Основные компоненты (виды) адаптивной физической культуры.
43. Основные опорные концепции теории адаптивной физической культуры.
44. Основные понятия и термины адаптивной физической культуры (предмет, цель, приоритетные задачи; понятия «культура», «физическая культура», «адаптивная физическая культура», «реабилитация», «социальная интеграция», «образ жизни» и др.).
45. Основные понятия и термины адаптивной физической культуры: «физическая культура», «адаптивная физическая культура», «реабилитация», «социальная интеграция», «образ жизни».
46. Основные средства и отличительные черты методики экстремальных видов адаптивной физической культуры.

47. Особенности занятий физическими упражнениями в группах здоровья и в специальных медицинских группах.
48. Особенности этапов обучения (решаемые задачи; типичные средства и методы; определяющие черты методики; проблема перестройки двигательного навыка).
49. Отличительные черты методики обучения двигательным действиям и развития физических качеств и способностей.
50. Паралимпийское движение в мировой практике.
51. Педагогические задачи и средства адаптивной физической культуры.
52. Предмет, цель, приоритетные задачи адаптивной физической культуры, её роль и место в реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов
53. Принципы адаптивной физической культуры (социальные принципы, общеметодические принципы, специально-методические принципы).
54. Принципы адаптивной физической культуры (социальные принципы, общеметодические принципы, специально-методические принципы).
55. Принципы физической и медицинской реабилитации. Составление реабилитационных программ.
56. Развитие физических способностей в адаптивной физической культуре.
57. Роль, место и значение лечебной физической культуры в физкультурно-оздоровительном и спортивном движении инвалидов с поражениями опорно-двигательного аппарата.
58. Содержание и особенности деятельности специалиста по адаптивной физической культуре.
59. Содержание и особенности деятельности специалиста по адаптивной физической культуре.
60. Теория и организация адаптивной физической культуры как интегративная наука, учебная дисциплина и важная область социальной практики
61. Характеристика объекта и субъекта педагогической деятельности в адаптивной физической культуре.
62. Характеристика содержания занятий по адаптивному физическому воспитанию.

2. Список рекомендуемой литературы

1. Бегидова, Т. П. Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья : учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 210 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14815-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/497197>

2. Бегидова, Т. П. Основы адаптивной физической культуры : учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 191 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07190-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492906>

3. Литош, Н. Л. Адаптивная физическая культура для детей с нарушениями в развитии. Психолого-педагогическое сопровождение : учебное пособие для вузов / Н. Л. Литош. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 156 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12705-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/496330>

4. Современные физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие / А. Е. Подоляка, О. Б. Подоляка, Е. В. Максимихина [и др.] ; под общей редакцией З. С. Варфоломеевой. — Череповец : ЧГУ, 2021. — 122 с. — ISBN 978-5-534-85341-898-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/180958> (дата обращения: 04.03.2022). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

5. Система контроля уровня физического развития и физической подготовленности для комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья : учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова [и др.] ; под общей редакцией Т. П. Бегидовой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 87 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14809-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/497199>

6. Харченко, Л. В. Основы статистического анализа в адаптивной физической культуре : учебное пособие : [16+] / Л. В. Харченко, Т. Г. Воробьева, Е. Ф. Шамшуалеева. — Омск : Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского (ОмГУ), 2020. — 60 с. : табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=614066>. — Библиогр.: с. 50-51. — ISBN 978-5-7779-2452-0. — Текст : электронный.