

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САХАЛИНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. ректора СахГУ
Федоров О.А.
« _____ » _____ 2017 г.



ПРОГРАММА

вступительного экзамена в аспирантуру

по направлению подготовки

49.06.01 «Физическая культура и спорт»

*Направленность программы (профиль) «Теория и методика
физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и
адаптивной физической культуры»)*

Южно-Сахалинск

2017

Перечень вопросов и заданий к экзамену по направленности (профилю) «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» направления подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре 49.06.01 «Физическая культура и спорт».

На вступительном экзамене кандидат должен продемонстрировать основы понимания методологических основ, сформированные в результате освоения дисциплины «теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» и смежных с ней дисциплин в высшем учебном заведении.

Поступающий в аспирантуру должен знать все наиболее важные и распространенные средства физической культуры, их классификацию, условия образования и практическое значение на занятиях, уметь планировать не только учебные занятия с учётом поставленных задач, но и включать специальные упражнения в программу спортивной тренировки с целью развития интересующих качеств.

Вопросы программы вступительных экзаменов по направленности (профилю) «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» включают основное содержание вузовских курсов «Теория и методика физической культуры и спорта», «Система физической культуры», «Организация профессионального физкультурного образования учащихся и студентов».

Цель вступительного испытания - определить готовность и возможность поступающего освоить выбранную программу подготовки и выявить научные интересы и потенциальные возможности в сфере научно-исследовательской работы.

Задачи:

1. Диагностировать уровень сформированности методологической культуры абитуриента.
2. Выявить уровень владения теорией и методикой физического воспитания, а также понимание современной проблематики данной научной области.
3. Активизировать на поиск научной проблематики для потенциального научного исследования.

Вопросы

1. Определение понятия «физическая культура» и её место в общей культуре. Взаимосвязь физической культуры с другими видами культуры.
2. Определение основных понятий в теории физической культуры: физическое развитие, физическое образование и воспитание, спорт, физическое совершенство.
3. Система физического воспитания и её связь со смежными явлениями в сфере физической культуры.
4. Программно-нормативные и организационные основы системы физического воспитания.
5. Научно-методические основы системы физического воспитания.
6. Понятие «физическая подготовка», «физическая подготовленность», «физическое совершенство»; критерии физического совершенства.
7. Методы научных исследований в теории и методике физической культуры.
8. Цель и основные задачи физического воспитания, их характеристика.
9. Средства физического воспитания. Физическое упражнение как основное средство при решении задач в области физической культуры. Эффект физических упражнений (ближайший, отставленный, кумулятивный).
10. Техника физических упражнений: основа, главное звено, детали техники, фаза движений.
11. Пространственные, пространственно-временные, временные и динамические характеристики техники движений, их педагогическое значение. Обобщенные (качественные) характеристики техники физических упражнений и их педагогическое значение.
12. Понятие «метод», «методический прием», «методика». Классификация методов, применяемых в физическом воспитании. Условия эффективного применения отдельных методов.
13. Нагрузка и отдых в физическом воспитании. Компоненты дозирования нагрузки, приемы ее регулирования.
14. Принципы, регламентирующие деятельность по физическому воспитанию, их классификация и значение. Соотношение общих принципов системы физического воспитания и принципов методики физического воспитания.
15. Понятие о двигательных умениях и навыках, их отличительные особенности. Закономерности формирования двигательных навыков. Перенос двигательных навыков, его виды и разновидности.
16. Двигательные ошибки, их классификация, причины возникновения, пути предупреждения и устранения ошибок.

17. Структура процесса обучения двигательным действиям, характеристика его этапов.

18. Физические способности как вид способностей человека: понятие, классификация, закономерности развития.

19. Выносливость и методика её развития (циклические, ациклические виды спорта).

20. Гибкость и методика её развития (циклические, ациклические виды спорта).

21. Скоростные способности и методика их развития (циклические, ациклические виды спорта).

22. Координационные способности и методика их развития (мышечной напряженности, способности сохранять равновесие, «чувство пространства», «чувство двигательного ритма»).

23. Силовые способности и методика их развития (циклические, ациклические виды спорта).

24. Перенос физических способностей: понятие о переносе, его виды и значение.

25. Урочные и неурочные формы построения занятий в физическом воспитании. Их характеристика, структура, содержание, отличительные черты, классификация, назначение.

26. Планирование, контроль и учет работы по физическому воспитанию. Назначение, методические требования, виды, документы.

27. Спорт как социальное и педагогическое явление. Спорт в широком и узком смысле слова. Место спорта в культуре общества, его социальная функция.

28. Типы и виды спорта: общедоступный (массовый) спорт и спорт высших достижений (любительский, профессиональный, профессионально-коммерческий). Проблемы и перспективы развития современного международного олимпийского движения.

29. Понятия «подготовка спортсмена», «спортивная тренировка», «спортивная деятельность», «спортивное достижение».

30. Цель, задачи, содержание и средства спортивной тренировки. Классификация физических упражнений, применяемых в спортивной тренировке.

31. Классификация методов спортивной тренировки. Требования к выбору методов.

32. Принципы спортивной тренировки (характеристика, содержание, значение.)

33. Физическая подготовка спортсмена (понятие, виды, содержание).

34. Техническая подготовка спортсмена (понятие, виды, задачи, средства, методы, содержание).

35. Тактическая подготовка спортсмена (понятие, виды, содержание, значение, связь с другими видами подготовки).

36. Направленное формирование личности, воспитание моральных, волевых качеств и специальная психическая подготовка спортсмена.

37. Теоретическая подготовка спортсмена (задачи, содержание, методы, связь с другими сторонами подготовки).

38. Структура тренировочного процесса (определение понятия, взаимосвязь структуры и содержания, а также системы спортивных состязаний).

39. Варианты периодизации тренировки (годовые, полугодовые циклы и др.)

40. Особенности оптимального построения тренировки в рамках микроцикла (содержание, структура, тип микроциклов).

41. Особенности оптимального построения тренировки в рамках мезоцикла (содержание, структура, типы мезоциклов).

42. Особенности оптимального построения тренировки в рамках макроцикла. Виды макроцикла.

43. Особенности построения тренировки в подготовительном, соревновательном и переходном периодах (циклические, ациклические виды спорта).

44. Контроль в системе подготовки спортсмена (понятие, виды, содержание и технология проведения).

45. Основы теории и методики спортивного отбора.

46. Профессионально-прикладная физическая подготовка (значение, задачи, средства, методические основы построения). Этапность и периодизация развития профессионально-важных качеств и двигательных навыков.

47. Физическая культура детей раннего и дошкольного возраста (задачи, содержание и формы).

48. Физическая культура детей и молодежи школьного возраста (задачи, содержание и формы).

49. Факторы и условия, определяющие особенности физического воспитания взрослого населения.

50. Направления и формы физического воспитания в зрелом, пожилом и старшем возрасте.

51. Содержание подготовки педагога к уроку. Форма конспекта урока и требования к его разработке. Педагогическая общая и моторная плотность урока. Оценивание успеваемости на уроках физической культуры в школе.

52. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня школы (назначение, виды и особенности каждого).

53. Возрастная группировка взрослого населения. Общая характеристика физической культуры взрослого населения.

54. Формы физического воспитания студентов вузов. Их методическая направленность.

55. Физическое воспитание студентов в подготовительном, специальном отделении и отделениях спортивного совершенствования (содержание и организационно-методические особенности).

56. Физическая культура трудящихся в зрелом возрасте (значение, задачи, направленность, формы и основное содержание). Рекреативные формы физической культуры взрослого населения в условиях быта и отдыха.

57. Особенности физической культуры в пожилом и старческом возрасте (значение, задачи, направленность, формы и основное содержание).

58. Адаптивная физическая культура, ее основные компоненты и функции. Влияние двигательной активности на организм и личность инвалида.

59. Особенности обучения двигательным действиям. Трудности обучения, обусловленные локализацией дефекта (при нарушениях сенсорных систем опорно-двигательного аппарата, интеллекта).

60. Формы, организация и особенности содержания физического воспитания инвалидов и лиц с ограниченными функциональными возможностями различного возраста.

61. Адаптивный спорт: рекреативно-оздоровительный и спорт высших достижений, отличительные черты.

Основная литература

1. Бальсевич В.К. Очерки по возрастной кинезиологии человека. М.: Советский спорт, 2009. 220 с.

2. Железняк Ю.Д., Петров П. К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / Ю. Д. Железняк, П. К. Петров. 7-е изд., стер. М.: Издательский центр «Академия», 2014. 288 с.

3. Зацюрский В.М. Физические качества спортсмена. М.: Физкультура и спорт, 2009. 199 с.

4. Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник для студ. вузов / Л. П. Матвеев. 5-е изд., испр. и доп. М.: Советский спорт, 2011. - 340 с.: ил. (Атланты спортивной науки).

5. Платонов, В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте: общая теория и ее практические приложения / В. Н. Платонов. М.: Советский спорт, 2005. 820 с.: ил.
6. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник для вузов./Под ред. С.П. Евсеев. М.: Советский спорт, 2009. 448 с.
7. Теория и методика физической культуры: учебник для вузов. / Под ред. Ю.Ф. Курамшина. М.: Советский спорт, 2010. 320 с.
8. Федеральный закон от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
9. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания. М.: Академия, 2009. 480 с.

Дополнительная литература

1. Боген М.М. Обучение двигательным действиям. М.: Физкультура и спорт, 1986. – 193 с.
2. Петров П. К. Информационные технологии в физической культуре и спорте: учеб. для студ. учреждений высш. проф. образования / П. К. Петров. 4-изд., стер. М.: Издательский центр «Академия», 2014. 288 с.
3. Петров П. К. Методика преподавания гимнастики в школе: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений. 2-е изд. исправ. и доп. М.: Гуманитар. Изд. центр ВЛАДОС, 2014. 447 с. ГРИФ МО РФ
4. Погадаев Г.И. Настольная книга учителя физической культуры. 2-изд., перераб. и доп. М.: Физкультура и спорт, 2000. 496 с.

Критерии оценки

Оценка ответов поступающего осуществляется по 5-балльной шкале.

Количество баллов	Критерии соответствия
5 баллов	<p>Дан полный развернутый ответ на два вопроса из различных тематических разделов:</p> <ul style="list-style-type: none">- грамотно использована научная терминология;- правильно названы и определены все необходимые для обоснования признаки, элементы, основания, классификации;- указаны основные точки зрения, принятые в научной литературе по рассматриваемому вопросу;- аргументирована собственная позиция или точка зрения, обозначены наиболее значимые в данной области научно-исследовательские проблемы.
4 балла	<p>Дан правильный ответ на два вопроса из различных тематических разделов:</p> <ul style="list-style-type: none">- применяется научная терминология;- названы все необходимые для обоснования признаки, элементы, классификации, но при этом допущена ошибка или неточность в определениях, понятиях;- имеются недостатки в аргументации, допущены фактические или терминологические неточности, которые не носят существенного характера; -высказано представление о возможных научно-исследовательских проблемах в данной области.
3 балла	<p>Дан правильный ответ хотя бы на один вопрос из предложенного тематического раздела:</p> <ul style="list-style-type: none">- названы и определены лишь некоторые основания, признаки, характеристики рассматриваемого явления,- допущены существенные терминологические неточности;- собственная точка зрения не представлена;- не высказано представление о возможных научно-исследовательских проблемах в данной области.
2 балла	<p>Дан неправильный ответ на предложенные вопросы из тематических разделов, отмечается отсутствие знания терминологии, научных оснований, признаков, характеристик явления, не представлена собственная точка зрения по данному вопросу.</p>