

ПЕРВОЕ ВЫСШЕЕ ТЕХНИЧЕСКОЕ УЧЕБНОЕ ЗАВЕДЕНИЕ РОССИИ



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

**ПРОГРАММА
ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ
ПО СПЕЦИАЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ
«ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ,
СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ, ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ
И АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»,**
соответствующей направлению подготовки научно-педагогических
кадров в аспирантуре

49.06.01 Физическая культура и спорт
программы аспирантуры с направленностью (профилем)
**13.00.04 ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОГО
ВОСПИТАНИЯ, СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ,
ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ**

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ
2018

Программа вступительного испытания по специальной дисциплине, соответствующей 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 разработана на основании федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования уровня специалитета, в соответствии с рабочими программами дисциплины «Физическая культура» для специалистов и одобрена на Совете факультета фундаментальных и гуманитарных дисциплин.

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ К ПРОГРАММЕ ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ ПО ТЕОРИИ И МЕТОДИКЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ, СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ, ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Основной целью вступительного испытания в аспирантуру по теории и методике физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры является выявление наличия у соискателя компетенций:

- понимание методологических основ дисциплины;
- знание общих основ физической культуры;
- знание фундаментальных понятий и принципов физической культуры;
- знание научно – методологических основ педагогических исследований;
- знание современных методов обработки, систематизации и интерпретации теоретических данных;
- знание основных проблем современной физической культуры, способы их систематизации и пути решения.

СОДЕРЖАНИЕ ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ ПО ТЕОРИИ И МЕТОДИКЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ, СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ, ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

На вступительном испытании соискатель 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

СТРУКТУРА ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ

Вступительное испытание включает:

- 1) Устные ответы на три вопроса из списка вопросов для вступительного испытания.
- 2) Беседа с членами приемной комиссии по вопросам, связанным с научным исследованием соискателя.

РАЗДЕЛЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ, СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ, ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, РАССМАТРИВАЕМЫЕ В ХОДЕ ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ

1. Теория физической культуры как наука и учебная дисциплина, ее значение для практики.
2. Понятие «физическая культура», его соотношение с другими понятиями.
3. Понятие «физическая подготовка», «физическая подготовленность», «физическое совершенство»; критерии физического совершенства.
4. Понятие «физическое воспитание», «физическое развитие», «физическое образование», «физическая рекреация», «двигательная реабилитация».
5. Структура физической культуры как вида культуры, ее основные функции (общие и специфические).
6. Методы научных исследований в теории и методике физической культуры.
7. Цель и основные задачи физического воспитания, их характеристика.
8. Средства физического воспитания, их общая характеристика, состав и особенности.
9. Физические упражнения, их классификация. Многосторонность и обусловленность влияния физических упражнений на занимающихся.
10. Техника физических упражнений: основа, ведущее звено, детали техники, фаза движений.
11. Пространственные и пространственно-временные характеристики техники движений, их педагогическое значение.
12. Временные и динамические характеристики техники движений, их педагогическое значение. Понятие о ритме движений.
13. Обобщенные (качественные) характеристики техники физических упражнений и их педагогическое значение.
14. Понятие «метод», «методический прием», методика». Классификация методов, применяемых в физическом воспитании. Требования к выбору методов.
15. Характеристика методов слова, особенности использования в физическом воспитании.
16. Характеристика методов наглядности, особенности их использования в физическом воспитании.
17. Методы целостного и расчлененно-конструктивного упражнения, их связь с методами слова и демонстрации.
18. Нагрузка и отдых в физическом воспитании. Компоненты дозирования нагрузки, приемы ее регулирования.

- 19.Метод равномерного упражнения (назначение, методические особенности, содержание).
- 20.Метод переменного упражнения (назначение, методические особенности, содержание).
- 21.Метод повторного упражнения (назначение, методические особенности, содержание).
- 22.Метод интервального упражнения (назначение, методические особенности, содержание).
- 23.Игровой и соревновательный методы (назначение, методические особенности, содержание).
- 24.Круговая тренировка как организационно-методическая форма занятий (назначение, методические особенности, содержание, варианты).
- 25.Принципы, регламентирующие деятельность по физическому воспитанию, их классификация и значение.
- 26.Принцип сознательности и активности в физическом воспитании.
- 27.Принцип наглядности в физическом воспитании.
- 28.Принцип систематичности в физическом воспитании.
- 29.Принцип доступности и индивидуализации в физическом воспитании.
- 30.Принцип постепенного повышения требований в физическом воспитании (динамичности).
- 31.Понятие о двигательных умениях и навыках, их отличительные черты. Закономерности формирования двигательных навыков. Перенос двигательных навыков.
- 32.Структура процесса обучения двигательным действиям, характеристика его этапов.
- 33.Двигательные ошибки, их классификация, причины возникновения, пути предупреждения и устранения ошибок.
- 34.Физические способности как вид способностей человека: понятие, классификация, закономерности развития.
- 35.Силовые способности, формы их проявления и методика развития.
- 36.Скоростные способности, формы их проявления и методика развития.
- 37.Выносливость, формы ее проявления и методика развития.
- 38.Координационные способности, формы их проявления и методика развития.
- 39.Гибкость, формы ее проявления и методика развития.
- 40.Перенос физических способностей: понятие о переносе, его виды и значение.
- 41.Связь разных видов воспитания в процессе физического воспитания.
- 42.Формы построения занятий в физическом воспитании (общая характеристика).
- 43.Урочные формы построения занятий в физическом воспитании. Их отличительные черты, классификация, назначение.
- 44.Структура и содержание урока физического воспитания.
- 45.Неурочные формы построения занятий. Их отличительные черты, классификация и методические особенности.
- 46.Планирование работы по физическому воспитанию. Назначение, методические требования, виды, документы.

47. Контроль и учет работы по физическому воспитанию. Назначение, виды, документы, методические требования.
48. Профессионально-прикладная физическая подготовка (значение, задачи, средства, методические основы построения).
49. Понятие «спорт». Место спорта в культуре общества, его социальная функция.
50. Понятие «подготовка спортсмена» и «спортивная тренировка».
51. Цель, задачи и содержание спортивной тренировки.
52. Средства спортивной тренировки. Классификация физических упражнений, применяемых в спортивной тренировке.
53. Классификация методов спортивной тренировки. Требования к выбору методов.
54. Принцип направленности к максимуму достижений, углубленной специализации и индивидуализации.
55. Принцип единства общей и специальной подготовки.
56. Принцип непрерывности тренировочного процесса.
57. Принцип постепенного и максимального увеличения тренировочных нагрузок.
58. Принцип волнообразного изменения тренировочных нагрузок.
59. Принцип цикличности тренировочного процесса.
60. Физическая подготовка спортсмена (понятие, виды, содержание).
61. Техническая подготовка спортсмена (понятие, виды, задачи, средства, методы, содержание).
62. Тактическая подготовка спортсмена (понятие, виды, содержание, значение, связь с другими видами подготовки).
63. Направленное формирование личности, воспитание моральных, волевых качеств и специальная психическая подготовка спортсмена.
64. Теоретическая подготовка спортсмена (задачи, содержание, методы, связь с другими сторонами подготовки).
65. Структура отдельных тренировочных занятий и малых циклов тренировки (микроциклов).
66. Средние циклы тренировки (мезоциклы): понятие, факторы, обуславливающие их структуру. Типы мезоциклов.
67. Обоснование периодизации круглогодичной тренировки. Спортивная форма и фазы ее становления. Внешние условия периодизации спортивной тренировки.
68. Характеристика подготовительного периода тренировки (задачи, средства, динамика нагрузок).
69. Характеристика соревновательного периода тренировки (задачи, средства, динамика нагрузок).
70. Характеристика переходного периода тренировки (задачи, динамика нагрузок).
71. Подготовка спортсмена как многолетний процесс, общая характеристика стадий и этапов многолетнего процесса занятий спортом.
72. Контроль в системе подготовки спортсмена (понятие, виды, содержание и технология проведения).

73. Основы теории и методики спортивного отбора.
74. Физическое воспитание детей в дошкольном возрасте (задачи, формы, основное содержание).
75. Направленность, задачи, формы физического воспитания детей школьного возраста.
76. Характеристика программы физического воспитания в общеобразовательной школе (назначение, структура, основное содержание).
77. Планирование физического воспитания на учебную четверть в школе (назначение, формы, требования, технология планирования).
78. Содержание подготовки педагога к уроку. Форма конспекта урока и требования к его разработке.
79. Педагогическая: общая и моторная плотность урока, ее значение и способы регулирования; хронометрирование урока; пульсовая кривая нагрузки.
80. Проверка и оценивание успеваемости на уроках физической культуры в школе (содержание, формы и методы). Требования к оценке успеваемости.
81. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня школы (назначение, виды и особенности каждого).
82. Назначение и виды внеклассных занятий по физической культуре в школе.
83. Назначение и виды внешкольной работы по физической культуре с детьми; ее связь со школьной работой.
84. Задачи, формы, основное содержание и особенности физической культуры в детских оздоровительных лагерях.
85. Физическое воспитание детей в семье (задачи, формы, основное содержание).
86. Возрастная группировка взрослого населения. Общая характеристика физической культуры взрослого населения.
87. Формы физического воспитания студентов вузов, их методическая направленность.
88. Физическое воспитание студентов в подготовительном отделении (содержание и организационно-методические особенности).
89. Физическое воспитание студентов в отделениях спортивного совершенствования (содержание и организационно-методические особенности).
90. Физическое воспитание студентов в специальном отделении (содержание и организационно-методические особенности).
91. Физическая культура трудящихся в зрелом возрасте (значение, задачи, направленность, формы и основное содержание).
92. Рекреативные формы физической культуры взрослого населения в условиях быта и отдыха.
93. Массовые формы физической культуры по месту жительства.
94. Особенности физической культуры в пожилом и старческом возрасте (значение, задачи, направленность, формы и основное содержание).
95. Адаптивная физическая культура, ее основные компоненты и функции.
96. Влияние двигательной активности на организм и личность инвалида.
97. Особенности профессиональной деятельности преподавателя адаптивной физической культуры.

98. Особенности обучения двигательным действиям. Трудности обучения, обусловленные локализацией дефекта (при нарушениях сенсорных систем опорно-двигательного аппарата, интеллекта).
99. Типы образовательных учреждений для воспитания детей с отклонениями в развитии (8 типов по Шипицыной).
100. Формы и особенности адаптивного физического воспитания детей, лишенных родительского попечительства (в домах ребенка, детских домах).
101. Формы, организация и особенности содержания физического воспитания студентов-инвалидов и лиц с ограниченными функциональными возможностями в условиях средних и высших учебных заведений.
102. Особенности рекреативных занятий детей с аномальным развитием. Роль игры в социализации личности аномального ребенка.
103. Особенности рекреативных занятий инвалидов зрелого возраста. Виды физической рекреации, формы организации.
104. Адаптивный спорт: рекреативно-оздоровительный и спорт высших достижений, отличительные черты.

РЕКОМЕНДАТЕЛЬНЫЙ БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

Основная литература

1. Ашмарин Б.А., Завьялов Л.К., Курамшин Ю.Ф. Педагогика физической культуры: Учеб. пособие. – СПб.: ЛГОУ, 1999. – 352 с.
2. Введение в теорию физической культуры: Учеб. пособие для ин-тов физ. культуры/ Под ред. Л.П. Матвеева. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 128с.
3. Максименко А.М. Основы теории и методики физической культуры: Учеб. пособие для студ. вузов. – М.: 4-й филиал Воениздата, 2001. – 319 с.
4. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания; теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): Учеб. для ин-тов физ. культуры. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.
5. Теория и методика физической культуры (курс лекций): Учеб. пособие/ Под ред. Ю.Ф. Курамшина и В.И. Попова; СПб ГАФК им. П.Ф. Лесгафта. – СПб., 1999. – 324 с.
6. Теория и методика физического воспитания: Учеб. для студ. фак. физ. культуры пед. ин-тов по специальности 0303 «Физическая культура»/ Под ред. Б.А. Ашмарина. – М.: Просвещение, 1990. – 360 с.
7. Теория и методика физической культуры: учебник/ под. Ред. Ю.Ф. Курамшина. – М.: Советский спорт, 2003. – 464 с.
8. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. вузов. – М.: Изд. центр «Академия», 2000. – 480 с.

Дополнительная литература

1. Бальсевич В.К. Физическая культура для всех и для каждого. – М.: Физкультура и спорт, 1988. – 208 с.
2. Бернштейн Н.А. О ловкости и ее развитии. - М.: Физкультура и спорт, 1991. – 288 с.
3. Боген М.М. Обучение двигательным действиям. - М.: Физкультура и спорт, 1986.
4. Визитей Н.Н. Физическая культура личности. – Кишинев: Штиинца, 1989. – 169 с.
5. Вилинский М.Я. Физическая культура в научной организации процесса обучения в высшей школе. - М.: Физкультура и спорт, 1992.
6. Выдрин В.М. Современные проблемы теории физической культуры как вида культуры: Учеб. пособие/ СПб ГАФК им. П.Ф. Лесгафта. – СПб., 2001. – 76 с.
7. Выдрин В.М. Теория и методика физической культуры (культуроведческий аспект): Учеб. пособие/ ГДОИФК им. П.Ф. Лесгафта. – Л., 1988. – 45с.
8. Гуревич И.А. 1500 упражнений для круговой тренировки. – Минск: Высшая школа, 1976. – 304 с.
9. Гуревич И.А. 300 соревновательно-игровых заданий по физическому воспитанию. – Минск: Высшая школа, 1994. – 319 с.
10. Дмитриев С.В. Дидактические основы ценностно-смыслового и биомеханического моделирования двигательных действий спортсмена. – Н.Новгород, 1995. – 150 с.
11. Донской Д.Д. Законы движений в спорте. - М.: Физкультура и спорт, 1968. – 175 с.
12. Евстафьев В.В. Анализ основных понятий в теории физической культуры: Мат-лы к лекциям и семинарам/ ВИФК. – Л., 1985. – 133 с.
13. Зациорский В.М. Физические качества спортсмена. – 2-е изд. - М.: Физкультура и спорт, 1970. – 199 с.
14. Ильин Е.П. Психофизиология физического воспитания (Факторы, влияющие на эффективность спортивной деятельности). – М.: Просвещение, 1983. – 223 с.
15. Курамшин Ю.Ф. Методы обучения двигательным действиям и развития физических качеств: Теория и технология применения/ СПб ГАФК им. П.Ф. Лесгафта. – СПб., 1998. – 76 с.
16. Лубышева Л.И. Концепция формирования физической культуры человека/ ГЦИФК. – М., 1992. – 120 с.
17. Настольная книга учителя физической культуры/ Под ред. Л.Б.Кофмана; Авт.-сост. Г.И. Погадаев; Предисл. В.В. Кузина, Н.Д. Никандрова. - М.: Физкультура и спорт, 1998. – 496 с.
18. Николаев Ю.М. Теоретико-методологические основы физической культуры в преддверии XXI века. – СПб., 1998. – 217 с.
19. Очерки по теории физической культуры/ Сост. и общ. ред. Л.П.Матвеев. - М.: Физкультура и спорт, 1984. – 248 с.
20. Пономарев Н.И. Физическая культура как элемент культуры общества и человека/ СПб ГАФК им. П.Ф. Лесгафта. – СПб., 1996. – 284 с.

21. Раевский Р.Т. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов технических вузов. – Минск, 1985. – 138 с.
22. Сирис П.З., Кабачков В.А. Профессионально-производственная направленность физического воспитания школьников: Кн. для учителя. – М.: Просвещение, 1988. – 160 с.
23. Теория и методика физического воспитания/ Под ред. Л.П. Матвеева и А.Д. Новикова. Т. 1. – М.: Физкультура и спорт, 1976. – 304 с.
24. Теория и методика физического воспитания/ Под ред. Л.П. Матвеева и А.Д. Новикова. Т. 2. – М.: Физкультура и спорт, 1976. – 256 с.
25. Хрестоматия по физической культуре: Учеб. пособие/ Под ред. Ю.Ф. Курамшина, Н.И. Пономарева, В.И. Григорьева. – СПб.: Изд-во СПб ГУЭФ, 2001. – 254 с.