

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования «Кабардино-Балкарский
государственный университет им. Х.М. Бербекова»**

ПРОГРАММА ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ В АСПИРАНТУРУ

область науки: 5. Педагогика. Социально-гуманитарные науки
5.8.4 Физическая культура и профессиональная физическая подготовка
(шифр и наименование научной специальности)

Нальчик 2022

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 уровня образования специалитет, магистратура.

Цель программы - программно-информационное обеспечение поступающих абитуриентов содержанием вступительного испытания в аспирантуру по специальности 5.8.4 Физическая культура и профессиональная физическая подготовка.

Основными задачами программы являются:

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

- диагностика теоретико-методической подготовленности абитуриентов к образовательной деятельности в отношении организации и реализации физкультурного образования обучающихся и профессиональной физической подготовки.

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

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 физической культуры

Понятие физической культуры. Цель и задачи физической культуры. Структура физической культуры как социального явления. Физкультурное образование: цель и сущностные задачи. Структура и содержание функций физической культуры: общекультурных, специфических.

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; их краткая характеристика (физические упражнения, естественные силы природы и гигиенические факторы, вспомогательные и дополнительные средства).

Основные факторы позволяющие считать физические упражнения основным средством физической культуры. Классификация физических упражнений, их характеристика и основное назначение (общеподготовительные, специально подготовительные, избранно-соревновательные).

Факторы, определяющие эффективность использования физических упражнений (личностные характеристики учителя и ученика; подобранность физических упражнений; методическая обеспеченность; сопряженное использование всех средств физической культуры; направленность на становление интереса и мотивации; учет метеоусловий и материально-технической базы).

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 методов строго-регламентированного упражнения по их преимущественной направленности на формирование двигательных умений и навыков и воспитание двигательных качеств. Характеристика методов с использованием технических средств обучения. Особенности идеомоторной тренировки. Метод психорегулирующего упражнения.

Классификация форм организации процессов освоения физической 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.

Внеклассные 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 как вида способностей человека. Понятие о двигательных качествах, их виды. 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 на воспитание гибкости. Средства и методы воспитания гибкости.

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).

1.3. Профессиональная физическая подготовка

Характеристика основных положений актуальности профессиональной физической культуры (ПФК) (профессиональной физической подготовки). Характеристика основного понятийнокатегориального аппарата ПФК (профессиональной физической подготовки). Структура профессиональной физической культуры; характеристика структурных компонентов (базовый вопрос). Понятие профессиографии; характеристика разделов профессиограммы (факторов, определяющих содержание ПФК) (базовый вопрос) (характеристика субъекта профессиональной деятельности, труда; содержание профессиональной деятельности, труда; средства труда; условия труда; организация труда; характер труда; динамика работоспособности; формы труда).

Понятие спортографии; основные направления спортограммы; краткая характеристика видов спорта в связи с воспитанием системы двигательных способностей и функциональных систем. Возрастная периодизация взрослого трудоспособного населения в связи с ПФК (профессиональной физической подготовкой); возрастные особенности психофизического развития и подготовленности; цель общая направленность и задачи ПФК в различные возрастные периоды развития (базовый вопрос).

Структура и содержание профессиональной физической культуры личности (ПФКЛ, базовый вопрос). Дидактические основания ПФК (профессиональной физической подготовки) (базовый вопрос: средства, методы, принципы и формы организации процессов освоения ПФК). Основы теории и методики воспитания профессионально важных двигательных способностей (базовый вопрос).

Особенности ПФК в режиме повседневной и профессиональной (производственной) деятельности (базовый вопрос).

Вопросы к экзамену

1. Структура физической культуры; основной понятийно - категориальный аппарат.
2. Характеристика видов физической культуры в удовлетворении социальных и личностных потребностей и развитии способностей.
3. Методика проведения учебно-тренировочных занятий и уроков физической культуры различного типа и вида (возрастной аспект).
4. Охарактеризовать государственный (базовая часть) и региональный (вариативная часть) компоненты ФГОС среднего (полного) общего образования.
5. Характеристика педагогических технологий; их обусловленность характером педагогических задач.
6. Методические особенности оценки результатов физкультурно-спортивной деятельности учащихся на уроках физической культуры.
7. Классификация и характеристика методов освоения физической культуры.
8. Теория и методика обучения двигательным действиям в практике физического образования.
9. Физическая культура личности: характеристика компонентов и признаков сформированности.
10. Технология перспективного планирования физического образования школьников.
11. Теория и методика воспитания гибкости и подвижности в суставах
12. Теория и методика воспитания выносливости.
13. Классификация и характеристика принципов освоения физической культуры.
14. Средства физической культуры, их классификация и характеристика.
15. Теория и методика воспитания скоростных и силовых способностей

в процессе физического образования.

16. Теоретические и методические основания воспитания координационных способностей.

17. Ценности физической культуры и их характеристика.

18. Классификация и характеристика форм организации процессов освоения физической культуры.

19. Общая характеристика документов планирования физкультурного образования школьников.

20. Методы преимущественно направленные на обучение двигательным действиям; их характеристика.

21. Характеристика психолого-педагогического контроля в практике физического образования.

22. Теория и методика медико-биологического контроля в практике физического образования.

23. Понятие двигательных способностей; структура и содержание

24. Технология этапного планирования процессов освоения физической культуры.

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 основ организации и проведения педагогического эксперимента.

29. Характеристика методологического аппарата исследования (базовый вопрос).

30. Методы преимущественно направленные на воспитание двигательных качеств; их характеристика.

31. Закономерности воспитания двигательных способностей обучающихся.

32. Понятие базовой культуры личности; характеристика признаков сформированности.

2. Список рекомендуемой литературы

1. Димова, А. Л. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания : учебник для вузов / А. Л. Димова. - Москва : Издательство Юрайт, 2022. - 428 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5534-14068-2. - Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/496660>

2. Малкин, В. Р. Психологические методы подготовки спортсменов : учебное пособие для вузов / В. Р. Малкин, Л. Н. Рогалева ; под научной редакцией В. Н. Люберцева. - Москва : Издательство Юрайт, 2022. - 96 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-07625-7. - Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/493474>

3. Письменский, И. А. Физическая культура : учебник для вузов / И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов. - Москва : Издательство Юрайт, 2022. - 450 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-14056-9. - Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/489224>

4. Профессионально-прикладная физическая подготовка : учебное пособие для вузов / С. М. Воронин [и др.] ; под редакцией Н. А. Воронова. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Издательство Юрайт, 2022. - 140 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-12268-8. - Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/496125>

5. Стриханов, М. Н. Физическая культура и спорт в вузах : учебное пособие / М. Н. Стриханов, В. И. Савинков. - 2-е изд. - Москва : Издательство Юрайт, 2022. - 160 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5534-10524-7. - Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/493629>

6. Физическая культура : учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.] ; под редакцией Е. В. Конеевой. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Издательство Юрайт, 2022. - 599 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5534-12033-2. - Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/494126>

7. Кузнецов, И. Н. Основы научных исследований : учебное пособие : [16+] / И. Н. Кузнецов. - 6-е изд. - Москва : Дашков и К°, 2021. - 282 с. - (Учебные издания для бакалавров). - Режим доступа: по подписке. - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=684295>. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-394-04364-2. - Текст : электронный.

8. Никитушкин, В. Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Издательство Юрайт, 2022. - 232 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-07632-5. - Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/492454>

9. Технологии научных исследований в физической культуре и спорте : учебное пособие для вузов / З. С. Варфоломеева, В. Ф. Воробьев, О. Б. Подоляка, А. А. Артеменков. - 2-е изд. - Москва : Издательство Юрайт, 2022. - 105 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-12321-0. - Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/495746>

10. Фискалов, В. Д. Научно-исследовательская работа магистрантов и подготовка магистерской диссертации : учебное пособие / В. Д. Фискалов. — Волгоград : ВГАФК, 2018. - 156 с. - Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. - URL: <https://e.lanbook.com/book/158194>.

- Режим доступа: для авториз. пользователей.

11. Шкляр, М. Ф. Основы научных исследований : учебное пособие : [16+] / М. Ф. Шкляр. - 9-е изд. - Москва : Дашков и К°, 2022. - 208 с. : табл. - (Учебные издания для бакалавров). - Режим доступа: по подписке. - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=684505>. - Библиогр.: с. 195-196. - ISBN 978-5-394-04708-4. - Текст : электронный.

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

<https://elanbook.com/book/102252>

13. Коровин, С. С. Теоретические и методические основания воспитания двигательных способностей обучающегося (курс лекций по теории и методике физической культуры) [Текст] / С. С. Коровин, П. П. Тиссен. - Оренбург, 2017. - 164 с. - Б. ц. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/631941>

14. Тиссен, П. П. Теория и методика обучения физической культуре [Текст] : учебно-методическое пособие для самостоятельной подготовки студентов / П. П. Тиссен, Т. А. Ботагариев; Мин-во науки и высшего образования РФ; ФГБОУ ВО "Оренбургский государственный педагогический университет". - Оренбург : Изд-во ОГПУ, 2019. - 128 с.

15. Холодов Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта : учеб. для студентов учреждений ВПО, обуч. по направлению подготовки "Педагогическое образование" / Ж. К. Холодов, В.С. Кузнецов, 2014, Академия. - 480 с.

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования «Кабардино-Балкарский
государственный университет им. Х.М. Бербекова»**

ПРОГРАММА ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ В АСПИРАНТУРУ

область науки: 5. Педагогика. Социально-гуманитарные науки
5.8.4 Физическая культура и профессиональная физическая подготовка
(шифр и наименование научной специальности)

Нальчик 2022

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 уровня образования специалитет, магистратура.

Цель программы - программно-информационное обеспечение поступающих абитуриентов содержанием вступительного испытания в аспирантуру по специальности 5.8.4 Физическая культура и профессиональная физическая подготовка.

Основными задачами программы являются:

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

- диагностика теоретико-методической подготовленности абитуриентов к образовательной деятельности в отношении организации и реализации физкультурного образования обучающихся и профессиональной физической подготовки.

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

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 физической культуры

Понятие физической культуры. Цель и задачи физической культуры. Структура физической культуры как социального явления. Физкультурное образование: цель и сущностные задачи. Структура и содержание функций физической культуры: общекультурных, специфических.

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; их краткая характеристика (физические упражнения, естественные силы природы и гигиенические факторы, вспомогательные и дополнительные средства).

Основные факторы позволяющие считать физические упражнения основным средством физической культуры. Классификация физических упражнений, их характеристика и основное назначение (общеподготовительные, специально подготовительные, избранно-соревновательные).

Факторы, определяющие эффективность использования физических упражнений (личностные характеристики учителя и ученика; подобранность физических упражнений; методическая обеспеченность; сопряженное использование всех средств физической культуры; направленность на становление интереса и мотивации; учет метеоусловий и материально-технической базы).

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 методов строго-регламентированного упражнения по их преимущественной направленности на формирование двигательных умений и навыков и воспитание двигательных качеств. Характеристика методов с использованием технических средств обучения. Особенности идеомоторной тренировки. Метод психорегулирующего упражнения.

Классификация форм организации процессов освоения физической 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.

Внеклассные 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 как вида способностей человека. Понятие о двигательных качествах, их виды. 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 на воспитание гибкости. Средства и методы воспитания гибкости.

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).

1.3. Профессиональная физическая подготовка

Характеристика основных положений актуальности профессиональной физической культуры (ПФК) (профессиональной физической подготовки). Характеристика основного понятийнокатегориального аппарата ПФК (профессиональной физической подготовки). Структура профессиональной физической культуры; характеристика структурных компонентов (базовый вопрос). Понятие профессиографии; характеристика разделов профессиограммы (факторов, определяющих содержание ПФК) (базовый вопрос) (характеристика субъекта профессиональной деятельности, труда; содержание профессиональной деятельности, труда; средства труда; условия труда; организация труда; характер труда; динамика работоспособности; формы труда).

Понятие спортографии; основные направления спортограммы; краткая характеристика видов спорта в связи с воспитанием системы двигательных способностей и функциональных систем. Возрастная периодизация взрослого трудоспособного населения в связи с ПФК (профессиональной физической подготовкой); возрастные особенности психофизического развития и подготовленности; цель общая направленность и задачи ПФК в различные возрастные периоды развития (базовый вопрос).

Структура и содержание профессиональной физической культуры личности (ПФКЛ, базовый вопрос). Дидактические основания ПФК (профессиональной физической подготовки) (базовый вопрос: средства, методы, принципы и формы организации процессов освоения ПФК). Основы теории и методики воспитания профессионально важных двигательных способностей (базовый вопрос).

Особенности ПФК в режиме повседневной и профессиональной (производственной) деятельности (базовый вопрос).

Вопросы к экзамену

1. Структура физической культуры; основной понятийно - категориальный аппарат.
2. Характеристика видов физической культуры в удовлетворении социальных и личностных потребностей и развитии способностей.
3. Методика проведения учебно-тренировочных занятий и уроков физической культуры различного типа и вида (возрастной аспект).
4. Охарактеризовать государственный (базовая часть) и региональный (вариативная часть) компоненты ФГОС среднего (полного) общего образования.
5. Характеристика педагогических технологий; их обусловленность характером педагогических задач.
6. Методические особенности оценки результатов физкультурно-спортивной деятельности учащихся на уроках физической культуры.
7. Классификация и характеристика методов освоения физической культуры.
8. Теория и методика обучения двигательным действиям в практике физического образования.
9. Физическая культура личности: характеристика компонентов и признаков сформированности.
10. Технология перспективного планирования физического образования школьников.
11. Теория и методика воспитания гибкости и подвижности в суставах
12. Теория и методика воспитания выносливости.
13. Классификация и характеристика принципов освоения физической культуры.
14. Средства физической культуры, их классификация и характеристика.
15. Теория и методика воспитания скоростных и силовых способностей