

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Забайкальский государственный университет»
(ФГБОУ ВО «ЗабГУ»)



Программа вступительного испытания по специальности

«Физическая культура и профессиональная физическая
подготовка»

Уровень высшего образования: подготовка кадров высшей квалификации

Образовательная программа: программа подготовки научных и научно-педагогических кадров в аспирантуре

Группа научных специальностей: 5.8. Педагогика

Научная специальность: 5.8.4. Физическая культура и профессиональная физическая подготовка

Форма обучения: очная

Чита
2022

Программа вступительного испытания по специальности разработана для уровня высшего образования - подготовки кадров высшей квалификации, образовательной программы - программы подготовки научных и научно-педагогических кадров в аспирантуре.

Программа составлена в соответствии с Федеральными государственными требованиями к структуре программ подготовки научных и научно-педагогических кадров в аспирантуре (Приказ Минобрнауки России от 20.10.2021 г. №951), номенклатурой научных специальностей, по которым присуждаются ученые степени (Приказ Минобрнауки России от 24.02.2021 г. №118).

Вступительное испытание проводится в форме экзамена по темам и вопросам научной специальности 5.8.4. Физическая культура и профессиональная физическая подготовка, которая является составляющей группы научных специальностей 5.8. Педагогика.

Список вопросов к экзамену отражает перечень основных тем из дисциплин магистерской программы, базовых положений паспорта научной специальности, что дает возможность оценить качество знаний поступающих.

При проведении вступительного испытания в письменной или в устной формах формируются экзаменационные билеты, содержащие не менее трех вопросов.

Продолжительность вступительного испытания составляет:

- время на письменную подготовку – 60 мин.,
- время на ответ – 10 мин.

Ответ каждого поступающего оценивается экзаменационной комиссией.

Решение о выставлении оценки за экзамен принимается голосованием членов экзаменационной комиссии после ответа поступающего.

Критерии и шкалы оценивания результатов

Для оценивания результатов ответов используется 4-балльная и 100-балльная шкалы.

Основные виды систем оценивания

100-балльная	4-балльная
94-100	отлично
90-94	
85-89	
80-84	хорошо
75-79	
70-74	
65-69	удовлетворительно
60-64	
55-59	
50-54	неудовлетворительно

Шкала оценивания	Критерии
Отлично	наличие глубоких и исчерпывающих знаний в объеме пройденного программного материала, правильные и уверенные действия по применению полученных знаний на практике, грамотное и логически стройное изложение материала при ответе, знание дополнительно рекомендованной литературы
Хорошо	наличие твердых и достаточно полных знаний программного материала, незначительные ошибки при освещении заданных вопросов, правильные действия по применению знаний на практике, четкое изложение материала
Удовлетворительно	наличие твердых знаний пройденного материала, изложение ответов с ошибками, уверенно исправляемыми после дополнительных вопросов, необходимость наводящих вопросов, правильные действия по применению знаний на практике
Неудовлетворительно	наличие грубых ошибок в ответе, непонимание сущности излагаемого вопроса, неумение применять знания на практике, неуверенность и неточность ответов на дополнительные и наводящие вопросы.

Содержание основных тем

1. Эволюция знаний, развитие научных идей, концепций, теорий, терминологии и тезауруса в области физической культуры и профессионально-прикладной физической подготовки.
2. Факторы, условия и закономерности направленного двигательного развития и совершенствования человека.
3. Закономерности управления и обучения движениям человека в обычных и экстремальных условиях.
4. Двигательное (психомоторное) развитие человека в онтогенезе (сенситивные периоды, лабильные и инволюционные периоды угасания двигательной функции).
5. Биомеханические особенности управления двигательной деятельностью человека.
6. Мотивация в сфере двигательной активности человека.
7. Теория и методика обучения двигательным действиям человека.
8. Адаптационные механизмы в сфере двигательной активности человека.
9. Теории и концепции физического воспитания.
10. Содержание, направленность и методы физического воспитания детей дошкольного, школьного возраста и студентов.
11. Средства и методы физического воспитания в профилактике асоциального поведения детей и подростков.
12. Содержание, направленность, методы, методики и технологии двигательной активности взрослого населения на различных предприятиях, в санаториях, профилакториях, домах отдыха, в фитнес клубах, по месту жительства, в семье и быту.
13. Оздоровительный и рекреационный туризм в системе физического воспитания.
14. Теории, концепции, технологии и методики профессионально-прикладной физической подготовки.
15. Управление в системе профессионально-прикладной физической подготовки.
16. Теория и закономерности развития, функционирования и совершенствования профессионально-важных физических качеств, формирования прикладных двигательных умений и навыков представителей различных профессий (в том числе специалистов силовых ведомств), деятельность которых сопряжена с физическими нагрузками и характеризуется проявлением сложных двигательных актов.

17. Содержание, направленность, методы, методики и технологии профессионально-прикладной физической подготовки в организациях среднего профессионального и высшего образования.
18. Содержание, направленность, методы, методики и технологии профессионально-прикладной физической подготовки в силовых ведомствах.
19. Содержание, направленность, методы, методики и технологии профессионально-прикладной физической подготовки для повышения устойчивости организма человека к неблагоприятным факторам природной среды и профессиональной деятельности.
20. Средства, методы, методики и технологии двигательной активности различных социально-демографических групп населения для повышения стрессоустойчивости организма к действию различных стрессогенных факторов социальной и природной среды.
21. Содержание, направленность, средства, методы и методики физического воспитания различных контингентов населения с использованием информационных и дистанционных технологий.

Содержание разделов программы

Часть I. 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, прогрессирующего, 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 средств 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 метеословий 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.

Часть II. Профессиональная физическая подготовка

Характеристика основных положений актуальности профессиональной физической культуры (ПФК) (профессиональной физической подготовки). Характеристика основного понятийно-категориального аппарата ПФК (профессиональной физической подготовки).

Структура профессиональной физической культуры; характеристика структурных компонентов. Понятие профессиографии; характеристика разделов профессиограммы (факторов, определяющих содержание ПФК) (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.

Структура и содержание профессиональной физической культуры личности (ПФКЛ). Дидактические основания ПФК (профессиональной физической подготовки) (средства, методы, принципы и формы организации процессов освоения ПФК). Основы теории и методики воспитания профессионально важных двигательных способностей. Особенности ПФК в режиме повседневной и профессиональной (производственной) деятельности.

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. Характеристика государственного (базовая часть) и регионального (вариативная часть) компонентов ФГОС дошкольного, начального, основного среднего (полного) общего физкультурного образования, среднего

профессионального профильного и непрофильного физкультурного образования, высшего профильного и непрофильного физкультурного 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 текущего и перспективного планирования физкультурного образования дошкольников, школьников и студентов.
11. Теория и методика воспитания гибкости и подвижности в суставах.
12. Теория и методика воспитания общей и специальной выносливости.
13. Теория и методика воспитания силы.
14. Теория и методика совершенствования координационных способностей.
15. Теория и методика совершенствования скоростных способностей.
16. Классификация и характеристика принципов освоения физической культуры.
17. Средства физической культуры, их классификация и характеристика.
18. Ценности физической культуры и их характеристика.
19. Классификация и характеристика форм организации процессов освоения физической культуры.
20. Общая характеристика документов планирования физкультурного образования дошкольников (школьников, студентов).
21. Методы, преимущественно направленные на обучение двигательным действиям; их характеристика.
22. Характеристика психолого-педагогического контроля в практике физкультурного образования.
23. Теория и методика медико-биологического контроля в практике физкультурного образования.
24. Технология этапного планирования процессов освоения физической культуры.
25. Методы, преимущественно направленные на воспитание двигательных качеств; их характеристика.
26. Закономерности воспитания двигательных способностей обучающихся.
27. Понятие базовой культуры личности; характеристика признаков сформированности.

28. Профессиональная физическая подготовка (ПФК): основной понятийно-категориальный аппарат. Возрастные особенности психофизического развития и подготовленности человека в контексте ПФК.
29. Структура и содержание профессиональной физической культуры с учетом содержания профессиональной деятельности, средств труда; условий организаций, характера и формы труда; динамики работоспособности.
30. Основы теории и методики воспитания профессионально важных двигательных способностей.

Рекомендуемая литература для подготовки к вступительному испытанию

Основная литература:

1. Бегидова, Т.П. Основы адаптивной физической культуры: Учебное пособие для вузов / Бегидова Т. П. - 2-е изд. - Москва: Юрайт, 2022. - 191 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/492906>
2. Завьялова, Т.П. Теория и методика физического воспитания дошкольников: Учебное пособие для вузов / Завьялова Т. П., Стародубцева И. В. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2022. - 350 с. – Ссылка на ресурс: URL: <https://urait.ru/bcode/495667>
3. Никитушкин, В.Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания: Учебное пособие для вузов / Никитушкин В. Г., Чесноков Н. Н., Чернышева Е. Н. - 2-е изд. - Москва: Юрайт, 2022. - 246 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/492453>
4. Физическая культура: Учебное пособие для вузов / под ред. Конеевой Е.В. - 2-е изд. - Москва: Юрайт, 2022. - 599 с. - (Высшее образование). – Ссылка на ресурс: <https://urait.ru/bcode/494126>
5. Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: Учебное пособие для вузов / Ямалетдинова Г. А.; под науч. ред. Еркомайшвили И.В. - Москва: Юрайт, 2022. - 244 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/493684>.

Дополнительная литература:

1. Зенкова, Т.А. Профессионально-прикладная физическая культура студентов: учебное пособие / Зенкова Т. А. - 2-е изд., доп. - Ростов-на-Дону: РГУПС, 2020. – 152 с. – URL: <https://e.lanbook.com/book/153534>

2. Литвинов, С.А. Методика обучения физической культуре. Календарно-тематическое планирование: Учебное пособие для вузов / Литвинов С. А. - 2-е изд. - Москва: Юрайт, 2022. - 413 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/494558>.
3. Полиевский, С.А. Профессиональная и военно-прикладная физическая подготовка на основе экстремальных видов спорта: Учебное пособие для вузов / Полиевский С. А., Раевский Р. Т., Ямалетдинова Г. А.; под науч. ред. Полиевского С. А., Ямалетдиновой Г.А. - 2-е изд. - Москва: Юрайт, 2022. - 378 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/498982>
4. Профессионально-прикладная физическая подготовка: Учебное пособие для вузов / под ред. Воронова Н.А. - 2-е изд. - Москва: Юрайт, 2022. - 140 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/496125>
5. Токарская, Л.В. Методика преподавания физической культуры детям и подросткам с умственной отсталостью: Учебное пособие для вузов / Токарская Л. В., Дубровина Н. А., Бабийчук Н. Н. - Москва: Юрайт, 2022. - 190 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/492167>

Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы:

<https://e.lanbook.com/> Электронно-библиотечная система «Издательство «Лань»».

<https://www.biblio-online.ru/> Электронно-библиотечная система «Юрайт»

<http://www.studentlibrary.ru/> Электронно-библиотечная система «Консультант студента»

<http://www.trmost.com/> Электронно-библиотечная система «Троицкий мост»


<https://elibrary.ru/> Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU

<http://vestniknews.ru> Вестник образования России

<https://dic.academic.ru/> Словари и энциклопедии

<http://www.gnpbu.ru/> Государственная научная педагогическая библиотека им. Ушинского

<http://studentam.net/> Электронная библиотека учебников

	Должность	Фамилия, имя, отчество	Подпись	Дата
Разработал	Член предметной экзаменационной комиссии, кандидат пед. наук, доцент, зав. кафедрой ТОФВ	Овчинникова Е.И.		08.04.2022