

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

УТВЕРЖДАЮ

Дектор ФГБОУ ВО «ЗабГУ»



С.А. Иванов

(подпись, ФИО)

апреля 2022 г.

**Программа вступительного испытания
по специальности
«Теория и методика спорта»**

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: 5.8.5. Теория и методика спорта

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 20.10.2021г. №951), номенклатурой научных специальностей, по которым присуждаются ученые степени (Приказ Минобрнауки России от 24.02.2021г. №118).

Вступительное испытание проводится в форме экзамена по темам и вопросам научной специальности 5.8.5. Теория и методика спорта, 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. Пути повышения значимости спорта в современном обществе.
2. Научное обоснование структуры и содержания базовых компонентов спорта.
3. Спорт как социальное явление.
4. Историко-логические и теоретические исследования эволюции научных знаний в области спорта.
5. Международное олимпийское движение (закономерности развития, функционирования и управления).
6. Развитие спорта в государстве и международном сообществе.
7. Управление, менеджмент и маркетинг в спорте.
8. Дидактические проблемы спорта.
9. Методологические аспекты построения теории и современных знаний в системе подготовки спортсменов в группах родственных видов спорта и отдельных видах спорта.
10. Теоретические и прикладные аспекты кратковременной и долговременной адаптации к нагрузкам и закономерности её формирования у спортсменов.
11. Соревновательная деятельность в спорте.
12. Содержание и направленность теоретической подготовки спортсменов.
13. Содержание и направленность технической подготовки спортсменов.
14. Содержание и направленность тактической подготовки спортсменов.
15. Содержание и направленность психологической подготовки спортсменов.
16. Содержание и направленность физической подготовки спортсменов.
17. Физические качества спортсменов (силовые, скоростные, выносливость, координация, гибкость) и закономерности их развития.
18. Содержание и структура многолетнего процесса спортивного совершенствования.
19. Проблемы периодизации подготовки спортсменов в микро-, мезо- и макроциклах тренировочного процесса.
20. Управление подготовкой спортсменов (планирование, моделирование, в том числе компьютерное, информационное, математическое, имитационное; прогнозирование, программирование, контроль; научно-методическое обеспечение тренировочного процесса; разрядные нормативы и квалификационные требования).
21. Закономерности прогнозирования и проявления способностей к спортивной деятельности в системе спортивного отбора и ориентации.
22. Методология, теория и концепции спортивного отбора.
23. Биомеханика спортивных движений в различных условиях тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов.
24. Внешние средовые факторы, влияющие на процессы тренировочной и соревновательной деятельности.
25. Проблемы утомления, переутомления, перенапряжения в спорте и технологии ускорения восстановительных процессов, повышения и сохранения на должном уровне физической работоспособности и функциональной тренированности спортсмена.

26. Теория и методика спорта высших достижений.
27. Теория и методика детско-юношеского спорта.
28. Теория и методика студенческого спорта.
29. Теория и методика профессионального спорта.

Содержание разделов программы

Часть I. Теоретико-методические особенности спорта

Спорт в системе социальных явлений. Спорт как неотъемлемая часть культуры общества. Эталонная и эвристическая роль спорта. Спорт как фактор разностороннего развития, воспитания и подготовки человека к жизненной практике; значение и место спорта в системе физического и общего всестороннего воспитания, в профессионально-прикладной и военно-прикладной подготовке. Оздоровительно-рекреативная функция спорта; его роль и место в оптимизации досуга широких слоев населения. Эстетические свойства спорта; спорт как зрелище; причины необычайной зрелищной популярности спорта; взаимосвязь спорта и искусства. Спорт как сфера широких социальных отношений. Роль спорта в социализации личности и в социальной интеграции. Идеологическое значение спорта; спорт и политика. Коммуникационное значение спорта; спорт как фактор международных связей. Экономическое значение спорта; спорт как фактор повышения производительности труда и как одна из сфер экономических отношений. Обусловленность состояния и развития спорта фундаментальными (социально-экономическими) общественными отношениями и политическим строем общества. Реакционные черты теории и практики спорта в современных капиталистических государствах. Профессионализм и «любительство» в спорте.

Типы и виды спорта, сложившиеся в мире и России: общедоступный (массовый) спорт (школьно-студенческий, профессионально-прикладной, физкультурно-кондиционный, оздоровительно-рекреативный, физкультурно-реабилитационный); спорт высших достижений.

Олимпийские виды спорта и их классификация. Проблемы и перспективы развития современного международного олимпийского движения. Спорт как исторически сложившаяся соревновательная деятельность.

Цель и задачи спорта, спортивной подготовки. Понятие спорт, спортивная подготовка. Вид спорта, спортивная дисциплина, вид соревнований. Классификация видов спорта. Система спортивной подготовки. Спортивная тренировка как компонент подготовки спортсмена. Соревнования в целостном процессе подготовки спортсмена. Факторы, дополняющие процесс подготовки спортсменов. Классификация существующих тренировочных занятий. Основная педагогическая направленность спортивных занятий. Классификация спортивных занятий по величине нагрузки. Основные типы задач спортивных занятий.

Теория и методика спорта, ее значение в системе образования специалистов по физической культуре и спорту. Теоретико-методологические положения системы подготовки спортсменов. Организационные и программно-нормативные основы спорта. Спорт высших достижений. Определение понятия массового (общедоступного) спорта. Виды и разновидности «массового спорта» в обществе. Основные закономерности и принципы построения подготовки спортсменов «массовых» разрядов. Особенности системы подготовки в отдельных массовых видах спорта: школьном, профессионально-прикладном; физкультурно-кондиционном и оздоровительно-рекреативном спорте.

Часть II. Теоретико-методические особенности спортивной подготовки

Система спортивной тренировки. Определение общей цели, достигаемой в процессе подготовки спортсмена; ее сущность и соотношение с главными целями социальной системы воспитания. Основные задачи, реализуемые в аспекте разделов (сторон) подготовки спортсмена: идейного, нравственного, эстетического, интеллектуального воспитания и специальной психической подготовки, общей и специальной физической, технической и тактической подготовки. Общепедагогические средства и методы воспитания спортсмена (обобщающая характеристика). Использование в подготовке спортсмена специализированных форм речевого общения. Убеждения, внушения, разъяснения и управления, идеомоторных, аутогенных и других методов. Средства и методы наглядно-информационного и сенсорно-коррекционного воздействия в подготовке спортсмена; использование в ней современных технических, электронных и кибернетических устройств программирующего, тренажерного и контрольного назначения. Общеподготовительные, специально-подготовительные и соревновательные упражнения как основные специфические средства спортивной тренировки. Методы строго регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы в спортивной тренировке (их классификация и вводная характеристика). Значение общепедагогических принципов (общих принципов обучения и воспитания) как отправных положений деятельности тренера. Проблема разработки специальных принципов и положений, отражающих специфические закономерности спортивной подготовки. Направленность к высшим достижениям, углубленная специализация и индивидуализация как закономерные черты подготовки спортсмена; принципиальные положения, отражающие эти черты. Диалектическая взаимосвязь различных сторон подготовки спортсмена; основные положения принципа единства общей и специальной подготовки спортсмена. Непрерывность как закономерность тренировочного процесса и процесса подготовки спортсмена в целом; основные положения принципа непрерывности. Принципиальные положения, выражающие тенденции воздействующих факторов в процессе подготовки спортсмена: динамичность, повторяемость и вариативность, постепенность и «предельность», волнообразность, контрастность и др., закономерности, лежащие в их основе, и

методическая интерпретация их. Цикличность как одна их фундаментальных закономерностей процесса спортивной подготовки; основные положения принципа цикличности.

Система спортивных соревнований. Функции спортивных состязаний. Их виды и разновидности, определяемые преимущественно выраженной функцией (собственно спортивные с выявлением абсолютного и относительного первенства, квалификационные, отборочные, агитационно-показательные и т.д.). Особенности спортивных состязаний, обусловленные их масштабом, особенностями организации и способом проведения (интернациональные, континентальные, национальные, региональные и т.д.; открытые, с ограниченным допуском и т.д.; многоступенчатые, однофазные и т.д.). Подразделение спортивных состязаний по этим признакам. Объективная и субъективная значимость спортивных состязаний; условия их совпадения и расхождения. Ранжирование состязаний по их значимости, роли и месту в процессе подготовки спортсмена (основные – целевые, подготовительные, контрольные состязания и т.д.). Система спортивных состязаний как упорядоченная совокупность состязаний разного ранга, подчиненных определенным закономерностям. Основные факторы и условия, определяющие построение системы спортивных состязаний. Система и календарь спортивных состязаний; общий официальный и индивидуальный спортивный календарь (общие черты и отличия). Взаимосвязь системы состязаний и системы подготовки спортсмена. Основные требования (принципы) к оптимальному построению системы спортивных состязаний.

Спортивная подготовка как многолетний процесс. Общая характеристика основных стадий многолетнего процесса занятий спортом. Социальные и биологические факторы, обуславливающие особенности спортивной подготовки на различных стадиях многолетнего процесса спортивного совершенствования. Предварительная спортивная подготовка как фундаментальная предпосылка будущих спортивных достижений. Проблема своевременного (в возрастном аспекте) начала занятий спортом. Особенности предварительной спортивной подготовки, ее подчиненная роль в общей системе всестороннего воспитания детей и подростков. Проблемы спортивной ориентации и отбора для специализированной спортивной подготовки (общетеоретические и педагогические аспекты). Начальная спортивная специализация как этап специализированной базовой подготовки, ее определяющие черты. Данные об оптимальных сроках начала специализации в различных видах спорта и объективные признаки завершения этапа начальной спортивной специализации. Особенности содержания и построения тренировки в годы начальной спортивной специализации, обусловленные возрастными и другими факторами; проблемы нормирования тренировочных и соревновательных нагрузок в процессе подготовки юных спортсменов. Основные этапы углубленного спортивного совершенствования, их временные границы, факторы и обстоятельства, обуславливающие их вариативность. Данные о «возрасте высших достижений» (возрастном периоде наиболее благоприятном для

демонстрации высших результатов в видах спорта). Закономерности возрастной инволюции и другие факторы, вносящие ограничения в спортивную деятельность по мере увеличения возраста и тренировочного стажа спортсмена; основные тенденции изменения спортивной деятельности, обусловленные этими факторами. Социальное и личностное значение «спортивного долголетия». Зависимость сроков и темпов возрастного регресса спортивных достижений от индивидуальных особенностей, системы спортивной подготовки и общих условий жизни спортсмена. Отличительные черты тренировочного процесса, соревновательной практики и использования дополнительных факторов оптимизации состояния организма спортсмена в годы поддержания достигнутых результатов и сохранения базового уровня тренированности; проблемы нормирования тренировочных и соревновательных нагрузок в пожилом и старшем возрасте.

Структура тренировочного процесса. Сущность связей и отношений, определяющих структуру спортивной тренировки. Внешние и внутренние факторы и условия, влияющие на нее. Взаимобусловленность структуры и содержания тренировки. Взаимосвязь структуры тренировочного процесса и системы спортивных состязаний. Тренировочное занятие как относительно самостоятельное звено тренировочного процесса. Закономерности построения и особенности структуры отдельных занятий в спортивной тренировке, их типы. Основные факторы и условия, влияющие на их структуру. Зависимость содержания и форм построения тренировочных занятий от их места в структуре микроциклов тренировки. Определяющие черты и закономерности построения микроциклов в спортивной тренировке. Основные факторы и обстоятельства, обуславливающие вариативность структуры микроциклов в процессе спортивной тренировки, типы микроциклов. Проблемы изучения и перспективы совершенствования микроструктуры тренировки. Мезоцикл как система микроциклов, составляющих относительно законченный этап (подэтап) тренировочного процесса. Определяющие черты мезоциклов и закономерности построения тренировки в рамках данных циклов. Типы мезоциклов в спортивной тренировке, основные факторы и обстоятельства, обуславливающие вариативность их структуры. Проблемы изучения и перспективы оптимального построения тренировки в рамках мезоциклов. Закономерности развития спортивной формы как естественное начало периодизации спортивной тренировки. Сущность спортивной формы, как оптимального состояния готовности спортсмена к достижению, ее критерии и общие закономерности развития. Соотношение фаз развития спортивной формы и периодов тренировки. Внешние условия периодизации спортивной тренировки. Основные обстоятельства, обуславливающие ее вариации. Определяющие черты подготовительного периода в большом тренировочном цикле, особенности решаемых задач и критерии их реализации, особенности состава средств, методов и соотношения разделов подготовки спортсмена, особенности динамики нагрузок и поэтапного построения тренировки, характерные для этого периода. Его временные границы. Система мезоциклов, типичная для подготовительного периода; ее оправданные вариации,

зависящие от условий построения тренировки. Определяющие черты соревновательного периода в большом тренировочном цикле, характерные для этого периода особенности тренировочного процесса (по направленности, составу средств и методов, динамике нагрузок и т.д.). Состязания как один из определяющих факторов микро- и мезоструктуры тренировки в соревновательном периоде. Особенности построения тренировки в малых и средних циклах, включающих основные состязания. Данные об оптимальном количестве и частоте состязаний в соревновательном периоде. Варианты структуры соревновательного периода. Условия сохранения спортивной формы в соревновательном периоде большой продолжительности; «промежуточные» мезоциклы как необходимый компонент его структуры. Временные границы соревновательного периода; оправданный диапазон варьирования его продолжительности в зависимости от системы спортивных состязаний, особенностей видов спорта, уровня подготовленности спортсмена и других условий. Определяющие черты переходного периода в большом тренировочном цикле. Основные факторы, приводящие к выделению этого периода в системе построения тренировки. Специфические задачи, решаемые в этом периоде; характерные для него особенности состава средств, методов, форм построения занятий и общего режима нагрузки. Дополнительные факторы ускорения восстановительных процессов в переходном периоде. Его оправданная продолжительность и допустимые границы ее колебания в зависимости от предшествующих суммарных нагрузок, состояния тренированности спортсмена и других условий. Обстоятельства, допускающие возможность эпизодического «выпадения» переходного периода из структуры тренировочного макроцикла.

Основы рационального построения спортивной тренировки. Место в системе подготовки спортсмена гигиенических, медико-биологических, физиологических, диетологических и других специальных средств повышения функциональных возможностей организма, усиления эффекта тренировки и оптимизации восстановительных процессов (общая систематизирующая характеристика); этические и методические проблемы их применения. Естественно-средовые факторы подготовки спортсмена (направленное использование условий среднегорья, сезонно-климатических условий и т.д.); основные методические правила, регулирующие их целесообразное применение. Общие условия жизни спортсмена как факторы, влияющие на систему его спортивной подготовки; взаимосвязь режима жизни и режима спортивной деятельности. Обобщенное понятие об эффекте тренировочных воздействий: ближайший, отставленный и кумулятивный эффекты тренировки («тренировочные эффекты»); их отличительные признаки и взаимосвязь. Нагрузка и отдых как компоненты тренировочного процесса. Параметры и критерии тренировочных нагрузок; их объем и интенсивность. Функции и типы интервалов отдыха в тренировочном процессе (ординарные, жесткие, максимизирующие). Проблема объективной обобщенной оценки параметров тренировочной нагрузки и изменения их в зависимости от типа интервалов отдыха. Планирование и контроль как органически взаимосвязанные условия

целесообразного управления процессом спортивного совершенствования. Роль исходных, текущих и поэтапных контрольных данных в разработке и коррекции планов спортивной подготовки. Перспективы совершенствования планирования и контроля в системе подготовки спортсмена (внедрение современных средств и методов оптимального планирования, контрольно-информационной и вычислительной техники, автоматизированных систем управления т.д.). Проблемы изучения и перспективы совершенствования микроструктуры тренировки. Проблемы изучения и перспективы оптимального построения тренировки в рамках мезоциклов. Проблемы дальнейшего исследования макроструктуры тренировки и перспективы ее совершенствования в аспекте запросов спортивной практики. Теоретико-методические проблемы подготовки резерва сборных команд, непосредственного отбора и комплектования команд для участия в крупнейших состязаниях. Проблемы оптимальной системы тренировочных сборов, сочетания индивидуальных и централизованных форм организации подготовки, рационального порядка отборочных, контрольных и других состязаний в подготовке сборных команд (организационно-методические аспекты).

Основы моделирования спортивной подготовки. Моделирование различных структурных образований тренировочного процесса спортсменов. Системно-педагогическое проектирование – технология систем подготовки спортсменов. Проектное моделирование тренировочного процесса. Методические особенности моделирования различных структурных образований тренировочного процесса спортсменов. Технологический цикл моделирования: первый этап – педагогическая диагностика, второй этап – определение цели и задач подготовки, третий этап – разработка модели, четвертый этап – реализация модели, пятый этап – контроль и оценка, шестой этап – коррекция тренировочного процесса на основе результатов текущего и этапного контроля. Методические особенности моделирования спортивной подготовки по этапам, периодам и циклам. Моделирование тренировочного процесса на этапе начальной подготовки, тренировочном этапе, этапе совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства. Моделирование тренировочного процесса по видам подготовки в подготовительном, соревновательном и переходном периоде годового макроцикла. Моделирование тренировочного процесса в годовом тренировочно-соревновательном цикле (макроцикле), в мезоциклах (в зависимости от периодизации годового макроцикла), в микроцикле (в соответствии с типом мезоцикла, направленностью микроцикла). Моделирование тренировочного занятия.

Виды подготовки в спортивной тренировке: физическая, техническая, тактическая, психологическая.

Физическая подготовка. Общие и частные задачи, решаемые в процессе воспитания силовых способностей спортсмена; критерии их реализации. Особенности состава средств и определяющие черты методики развития собственно силовых и скоростно-силовых способностей спортсмена. Проблемы регулирования мышечной массы спортсмена, возникающие в процессе силовой подготовки в зависимости от специфики видов спорта; пути их решения.

Тенденции изменения силовой подготовки в процессе многолетней тренировки. Общее представление о специальных дополнительных факторах, используемых в связи с силовой подготовкой спортсмена (специализированное питание, электростимулирующие средства и др.). Общие и частные задачи по развитию скоростных способностей, решаемые в процессе подготовки спортсмена; критерии их реализации. Особенности комплекса средств и определяющие черты методики воспитания быстроты двигательных реакций (простых и сложных) и быстроты движений. Проблемы предупреждения и преодоления «скоростного барьера», возникающие при воспитании скоростных способностей спортсмена, пути их решения. Тенденции изменения процесса воспитания скоростных способностей в ходе многолетней спортивной подготовки. Общее представление о специальных дополнительных средствах, используемых в связи с воспитанием скоростных способностей спортсмена (технические устройства, облегчающие проявление быстроты, электролидеры и др.). Общие и частные задачи, решаемые в процессе воспитания выносливости спортсмена; критерии их реализации. Особенности комплекса средств и определяющие черты методики воспитания общей и специальной выносливости; проблемы воспитания специфической соревновательной выносливости и пути их решения. Тенденции изменения процесса воспитания выносливости в ходе многолетней спортивной подготовки. Общее представление о специальных дополнительных факторах, используемых в связи с воспитанием выносливости спортсмена (условия гипоксии, оксигенации, гипо- и гипертермии, специализированное питание и др.). Задачи по совершенствованию гибкости в физической подготовке спортсмена; критерии их реализации и ограничительные условия. Особенности комплекса средств и определяющие черты методики совершенствования гибкости спортсмена. Тенденции изменения воздействий, направленных на развитие гибкости, в процессе многолетней спортивной подготовки. Задачи коррекции осанки и регулирования веса тела спортсмена, возникающие в зависимости от особенностей спортивной специализации, пути их решения в процессе спортивной подготовки. Развитие координационных способностей как одно из объединяющих направлений технической, тактической и других разделов подготовки спортсмена. Основные направления, методы и методические приемы совершенствования способности спортсмена вырабатывать новые формы движений и способности преобразовывать их в соответствии с требованиями меняющихся обстоятельств. Пути совершенствования отдельных функциональных свойств и комплексных способностей, обуславливающих качество управления спортивными движениями. Средства и основные положения методики преодоления нерациональной мышечной напряженности («скованности»), повышения статической и динамической устойчивости тела (способности сохранять равновесие), совершенствования «чувства пространства», пространственной точности и ритма движений в процессе подготовки спортсмена. Взаимосвязи разделов (подразделов) физической подготовки спортсмена. Теоретико-методические основы использования эффекта «переноса» при воспитании различных физических способностей в процессе спортивной подготовки. Зависимость содержания и соотношения

сторон физической подготовки от способностей спортивной специализации, возрастных, половых особенностей и этапа спортивного совершенствования. Специальные проблемы физической подготовки спортсменов высшего класса. Перспективы ее совершенствования.

Техническая и тактическая подготовка. Общие и частные задачи, решаемые в процессе технической подготовки спортсмена, и критерии их реализации. Средства и методы, преимущественно используемые в спортивно-технической подготовке (систематизированная характеристика). Стадии и этапы технической подготовки спортсмена как многолетнего непрерывного процесса достижения технического мастерства и его углубленного совершенствования; их соотношение с общей структурой тренировочного процесса. Основы методики спортивно-технической подготовки. Особенности методики формирования новых спортивно-технических умений и навыков (особенности задач, средств, методов и методических условий при формировании ориентировочной основы нового соревновательного действия, при практическом разучивании его или существенной перестройке освоенных ранее навыков). Особенности методики стабилизации и совершенствования сформированных спортивно-технических навыков (особенности задач, средств, методов и методических условий начальной стабилизации навыков, расширения диапазона их оправданной вариативности и увеличения их «помехоустойчивости», «надежности»).

Общие и частные задачи, решаемые в процессе тактической подготовки спортсмена (спортивной команды), критерии их реализации. Средства и методы, преимущественно используемые в целях спортивно-тактической подготовки. Этапы спортивно-тактической подготовки, их соотношение с этапами спортивно-технической подготовки и периодикой тренировочного процесса. Основы методики спортивно-тактической подготовки. Пути и условия оптимизации предпосылок тактического совершенствования. «Тактические упражнения» как основной фактор практического формирования и совершенствования спортивно-тактических навыков и умений; их типы, разновидности и основная соревновательная практика как специфический фактор тактической подготовки спортсмена (команды). Методические условия органического соединения технической и тактической подготовки (условия направленного формирования технико-тактических действий). Специальные проблемы технико-тактической подготовки спортсменов высшего класса. Перспективы ее совершенствования.

Психологическая подготовка. Определяющая направленность в формировании спортсмена как личности. Нравственное воспитание. Идеино-политическое воспитание в аспекте спортивной деятельности. Конкретные мотивационные основы деятельности спортсмена; проблемы их направленного формирования, усиления и коррекции. Спортивно-этическое воспитание как один из практических аспектов нравственного воспитания спортсмена. Принципы формирования и регулирования межличностных и внутри коллективных отношений в условиях спортивной деятельности. Основные средства и методы нравственного воспитания в процессе подготовки спортсмена. Воспитание

волевых и связанных с ними качеств «спортивного характера»; содержание и основы методики всесторонней волевой подготовки спортсмена. Проблемы специальной психической подготовки спортсмена (к экстремальным тренировочным нагрузкам и ответственным состязаниям); основы методики оперативного формирования установки к действию и управления психическими состояниями спортсмена в экстремальных ситуациях.

Вопросы к экзамену

1. Современные проблемы спортивной подготовки в системе дополнительного образования.
2. Системно-педагогическое проектирование спортивной подготовки.
3. Технология построения спортивной подготовки в структуре тренировочных циклов.
4. Методические особенности процесса спортивной подготовки на этапе начального обучения.
5. Методические особенности процесса спортивной подготовки на тренировочном этапе.
6. Методические особенности процесса спортивной подготовки на этапе спортивного совершенствования.
7. Методические особенности видов подготовки в процессе спортивной подготовки на различных этапах.
8. Методические особенности использования средств и методов в тренировочном процессе на различных этапах спортивной подготовки.
9. Методические особенности диагностики и оценки результатов освоения программ спортивной подготовки в системе дополнительного образования.
10. Современные технологии и методики построения спортивной подготовки в структуре больших тренировочных циклов.
11. Современные технологии и методики построения спортивной подготовки в структуре средних тренировочных циклов.
12. Современные технологии и методики построения спортивной подготовки в структуре малых тренировочных циклов.
13. Современные технологии и методики планирования спортивной подготовки в соответствии с ФГТ и ФССП по видам спорта.
14. Современные технологии и методики планирования тренировочных и соревновательных нагрузок в процессе спортивной подготовки.
15. Методические положения многолетнего процесса тренировки и соревнований.
16. Направленность тренировочного процесса на этапах многолетней подготовки с учетом сенситивных периодов развития физических качеств.
17. Особенности спортивной подготовки спортсменов на этапе начального обучения.
18. Особенности спортивной подготовки спортсменов на тренировочном этапе.

19. Особенности спортивной подготовки спортсменов на этапе спортивного совершенствования.

20. Особенности спортивной подготовки спортсменов на этапе высшего спортивного мастерства.

21. Соревнования и соревновательная деятельность в спортивной подготовке.

22. Тренировочные и соревновательные нагрузки, их взаимосвязь.

23. Планирование спортивной подготовки, как фрагмент проектировочной деятельности.

24. Программирование спортивной подготовки.

25. Прогнозирование спортивной подготовки.

26. Технология проектирования системы спортивной подготовки.

27. Специальные принципы спортивной тренировки, определяющие собой внутренне необходимые существенные связи между тренировочными воздействиями и их эффектом.

28. Основные специфические средства спортивной тренировки в избранном виде спорта.

29. Периодизация годового макроцикла тренировочного процесса: подготовительный, соревновательный и переходный периоды.

30. Основные компоненты процесса спортивной подготовки.

31. Оценка видов подготовленности, функционального состояния, техники выполнения физических упражнений в избранном виде спорта.

32. Методические особенности реализации специфических принципов в тренировочном процессе в избранном виде спорта.

33. Практические методы в процессе спортивной тренировки – разновидности методов строго регламентированного упражнения.

34. Методы, преимущественно направленные на освоение спортивной техники.

35. Методы, преимущественно направленные на воспитание двигательных качеств и развитие двигательных способностей.

36. Подбор методов в соответствии с поставленными задачами, общепедагогическими принципами и специальными принципами спортивной тренировки.

37. Годичный тренировочно-соревновательный цикл подготовки спортсменов. Закономерность развития спортивной формы.

38. Подготовительный период годового макроцикла, преимущественная направленность содержания процесса подготовки, этапы, задачи, виды подготовки.

39. Соревновательный период годового макроцикла, преимущественная направленность содержания процесса подготовки, этапы, задачи, виды подготовки.

40. Переходный период годового макроцикла, преимущественная направленность содержания процесса подготовки, задачи, виды подготовки.

41. Методические особенности общей и специальной физической подготовки спортсменов в избранном виде спорта.

42. Методические особенности технико-тактической подготовки спортсменов в избранном виде спорта.

43. Методические особенности психологической подготовки спортсменов в избранном виде спорта.

44. Методические особенности интегральной подготовки спортсменов в избранном виде спорта.

45. Методические особенности отбора на этапе начального обучения, тренировочном этапе и этапе спортивного совершенствования.

46. Содержание комплексного контроля в системе подготовки спортсменов и его разновидности.

47. Этапный, текущий и оперативный контроль: контроль физических нагрузок, контроль соревновательной деятельности, контроль тренировочной деятельности, контроль за состоянием и подготовленностью спортсменов.

48. Этапный и текущий учет учебно-тренировочного процесса, показателей подготовленности спортсменов.

49. Многолетняя спортивная подготовка - единая педагогическая система, обеспечивающая преемственность задач, средств, методов, организационных форм подготовки всех возрастных групп.

50. Моделирование спортивной подготовки, как средство и метод проектировочной деятельности.

51. Моделирование тренировочного процесса спортсменов на этапе начальной подготовки.

52. Моделирование тренировочного процесса спортсменов на тренировочном этапе подготовки (этап начальной специализации).

53. Моделирование тренировочного процесса спортсменов на тренировочном этапе подготовки (этап углубленной специализации).

54. Моделирование тренировочного процесса спортсменов на этапе спортивного совершенствования.

55. Моделирование тренировочного процесса на этапе высшего спортивного мастерства.

Рекомендуемая литература для подготовки к вступительному испытанию

Основная литература:

1. Бондарчук, А.П. Управление тренировочным процессом спортсменов высокого класса / А.П. Бондарчук. - М.: Олимпия Пресс, 2007. - 428 с.

2. Завьялова, Т.А. Теория и методика избранного вида спорта: Учебное пособие / Завьялова Т.А.; Шивринская С.Е. - отв. ред. - 2-е изд. - Computer data. - М.: Издательство Юрайт, 2017. - 247. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-04908-4: 1000.00. Ссылка на ресурс: <https://www.biblio-online.ru/book/772F5F4E-1954-46EB-BEF9-B69A5FE2F22F>

3. Гордон, С.М. Спортивная тренировка: научно-методическое пособие / С.М. Гордон. - М.: Физическая культура, 2008. - 256 с.
4. Зациорский, В.М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания. Серия «Спорт без границ» / В.М. Зациорский. - М.: Советский спорт, 2009. - 200 с.
5. Красников, А.А. Основы теории спортивных соревнований: учебное пособие для вузов физической культуры и спорта / А.А. Красников. - М.: Физическая культура, 2005. - 160 с.
6. Курамшин, Ю.Ф. Теория и методика физической культуры: Учебник /Ю.Ф. Курамшин, В.И. Григорьев, Н.Е. Латышева и др.; под ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. - [4-е изд., стер.]. - Москва: Советский спорт, 2010. - 463 с.
7. Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник для вузов физической культуры / Л.П. Матвеев. - М.: Советский спорт, 2010. - 340 с.
8. Никитушкин, В.Г. Современная подготовка юных спортсменов: методическое пособие / В.Г. Никитушкин. - М.: Москомспорт, 2009. - 112 с.
9. Оганджанов, А.Л. Комплексный контроль в спорте: учебно-методическое пособие / А.Л. Оганджанов. – М.: МГПУ, 2021. – 156 с.
10. Платонов, В.Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение / В. Н. Платонов. - Киев: Олимп. лит., 2013. - 623 с. - ISBN 978-9668708-66-4.
11. Платонов, В.Н. Основы подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Настольная книга тренера: в 2 т. / В.Н. Платонов. – М.: ООО «ПРИНТЛЕТО», 2021. – Т. 1. – 592 с.
12. Платонов, В.Н. Основы подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Настольная книга тренера: в 2 т. / В.Н. Платонов. – М.: ООО «ПРИНТЛЕТО», 2021. – Т. 2. – 608 с.
13. Рубин, В.С. Олимпийские и годовые циклы тренировки. Теория и практика / В.С. Рубин. - М.: Советский спорт, 2009. - 188 с.
14. Федорова, М.Ю. Спортивная тренировка: теоретические и методические основы (Часть I. Теоретические основы спортивной тренировки): учеб. пособие / М.Ю. Федорова, Е.И. Овчинникова; Забайкал. гос. ун-т. – Чита: ЗабГУ, 2022. – 390 с.
15. Федорова, М.Ю. Спортивная тренировка: теоретические и методические основы (Часть II. Методические основы спортивной тренировки): учеб. пособие / М.Ю. Федорова, Е.И. Овчинникова; Забайкал. гос. ун-т. – Чита: ЗабГУ, 2022. – 351 с.
16. Фискалов В.Д. Спорт и система подготовки спортсменов: учебник / В.Д. Фискалов. - Москва: Советский спорт, 2010. - 392 с.

17. 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. - Москва: Издательский дом «Академия»2014. - 480 с.

Дополнительная литература:

1. Вакарев Е.С. Психология спортивной деятельности: учебное пособие. - 2-е изд. - Издательство «ФЛИНТА», 2016. – 210 с.

2. Варфоломеева, З.С. 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>.

3. Веракса, А.Н. Мыслительная тренировка в психологической подготовке спортсмена / А.Н. Веракса, А.Е. Гороя, А.И. Грушко, С.В. Леонов // Монография. – М.: Спорт, 2016. – 208 с.

4. Верхошанский, Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов / Ю.В. Верхошанский. - Москва: Физкультура и спорт, 1988. - 331 с.

5. Верхошанский, Ю.В. Основы специальной силовой подготовки в спорте / Ю.В. Верхошанский. - М.: Советский спорт, 2013. - 214 с. - Режим доступа: <http://www.biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210523>

6. Годик, М.А. Комплексный контроль в спортивных играх / М.А. Годик, А.П. Скородумова. - М.: Советский спорт, 2010. - 336 с.

7. Губа, В.П. Основы распознавания раннего спортивного таланта / В.П. Губа. - М.: Terra-Спорт, 2003. - 176-177 с.

8. Губа, В.П. Особенности отбора в баскетболе / В.П. Губа, С.Г. Фомин, С.В. Чернов. - М.: Физкультура и Спорт, 2006. - 144 с.

9. Губа, В.П. Индивидуализация подготовки юных спортсменов / В.П. Губа, В.Г. Никитушкин, П.В. Квашук. - М.: Физкультура и спорт, 2009. - 276 с.

10. Губа, В.П. Теория и методика современных спортивных исследований: [монография] / В. П. Губа, В. В. Маринич. - М.: Спорт, 2016. - 230

11. Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: учеб. пособие. - 5-е изд., стереотип. - Москва: Академия, 2009. - 272 с. - (Высшее профессиональное образование). - ISBN 978-5-7695-6195-5.

12. Журавлев, Д.В. Психологическая регуляция и оптимизация функциональных состояний спортсмена: методическое пособие / Д.В. Журавлев. – М.: Изд-во «Питер Год», 2009. - 120 с.
13. Ильин, Е.П. Психология спорта / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2010. – 352 с.
14. Иссурин, В.Б. Блоковая периодизация спортивной тренировки: [монография] / В.Б. Иссурин. - М.: Советский спорт, 2010. Серия «Спорт без границ». - 283 с.
15. Кокорина, Е.А. Морфологические критерии спортивного отбора: учебное пособие образовательной программы по направлению «Физическая культура» / Е. А. Кокорина; М-во спорта Рос. Федерации; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - СПб., 2014. - 77 с.
16. Мирзоев, О.М. Восстановительные средства в системе подготовки спортсменов / О.М. Мирзоев. - М.: Физкультура и спорт, 2005. - 220 с.
17. 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>
18. Новиков, А.А. Основы спортивного мастерства [Электронный ресурс] / А.А. Новиков. - М.: Советский спорт, 2012. - 256 с. Режим доступа <http://www.biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210472>.
19. Психологическая подготовка спортсменов. Инновационные технологии: методическое пособие / Под общ. ред. В.А. Курашвили, А.Б. Стрельченко, И.А. Чегловой. - М.: Изд-во «МедиаЛабПроект», 2008. - 114 с.
20. Русаков, А.А. Моделирование тренировочного процесса в учреждениях дополнительного образования / А.А. Русаков, В.Р. Кузекевич. – Иркутск: Изд-во Аспринт, 2016. – 110 с.
21. Сафонов, В.К. Психология в спорте: теория и практика. – СПб.: Изд-во С.-Петербур. ун-та, 2013. – 232 с.
22. Сопов, В.Ф. Теория и методика психологической подготовки в современном спорте: методическое пособие. / В.Ф. Сопов. – М., 2010. – 117 с.
23. Таймазов, В.А. Психофизиологическое состояние спортсмена (Методы оценки и коррекции): практическое руководство / В.А. Таймазов, Я.В. Голуб. – СПб: Олимп, 2004. – 400 с.
24. Туманян, Г.С. Стратегия подготовки чемпионов: настольная книга тренера / Г.С. Туманян. - М.: Советский спорт, 2006. - 573 с.

25. Фарфель, В.В. Управление движениями в спорте / В.В. Фарфель. – М.: Советский спорт, 2011. – 202 с.

26. Федоров, А.И. Комплексный контроль в спорте: теоретико-методические и информационные аспекты: учебное пособие / А.И. Федоров, И.П. Сивохин, В.Н. Авсиевич. – Костанай: КГПУ им. У. Султангазина, 2019. – 140 с.

27. Хроменкова, Е.В. Педагогический контроль в научно-методическом обеспечении подготовки спортсменов: практическое пособие / Е.В. Хроменкова. – Минск: РНПЦ спорта, 2020. – 180 с.

28. Шамардин, А.И. Организационные аспекты управления физкультурно-спортивным движением [Электронный ресурс]: учебное пособие / А.И. Шамардин, В.Д. Фискалов, А.Ю. Зубарев и др. - М.: Советский спорт, 2013. - 464 с. Режим доступа:[http:// www.biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210373](http://www.biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210373)

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

<http://bmsi.ru/> Библиотека международной спортивной информации

<http://www.iasi.org/> Международная ассоциация спортивной информации

<http://www.spbniifk.ru/index.html> Санкт-Петербургский научно-исследовательский институт физической культуры

<http://vniifk.ru/> Федеральный научный центр физической культуры и спорта

	Должность	Фамилия, имя, отчество	Подпись	Дата
Разработал	Член предметной экзаменационной комиссии, кандидат пед. наук, доцент, зав. кафедрой ФВ	Федорова Марина Юрьевна		11.04.2022