

Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования

УТВЕРЖДАЮ
И.о. декана ФФК
вн. доц. Е.И. Гокава С.С.

Протокол №9
«29» 05 2025г.

ПРОГРАММА ВСТУПИТЕЛЬНОГО ЭКЗАМЕНА

В АСПИРАНТУРУ по специальности

5.8.4. Физическая культура и профессиональная физическая подготовка

Форма обучения: очная

КАРАЧАЕВСК - 2025

Программа одобрена и утверждена на заседании кафедры ТОФК и туризма:
протокол №10 от 30.06.2025г.

Программа составлена на основании учебного плана подготовки научно-педагогических кадров КЧГУ и требований Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по специальности 5.8.4. Физическая культура и профессиональная физическая подготовка

Заведующий кафедрой: к.п.н.,



доцент Ф.Д. Джирикова

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа вступительного испытания в аспирантуру по научной специальности 5.8.4 Физическая культура и профессиональная физическая подготовка составлена в соответствии с Федеральными государственными требованиями к структуре программ подготовки научных и научно-педагогических кадров в аспирантуре (адъюнктуре), условиям их реализации, срокам освоения этих программ с учетом различных форм обучения, образовательных технологий и особенностей отдельных категорий аспирантов (адъюнктов), утвержденных приказом Министерства науки и высшего образования РФ от 20.10.2021 г. № 951 и в соответствии с учебным планом.

Цели и задачи вступительного испытания.

Цель вступительного испытания – определить уровень теоретической и практической подготовленности соискателей в области фундаментальных проблем физического воспитания и профессиональной физической подготовки, сформированности умений применять полученные знания для решения практических задач; выявить степень сформированности инструментальных компетенций и навыков ведения научной работы, способности к самостоятельному научному мышлению, готовности к освоению выбранной программы обучения по направлению подготовки 5.8.4 Физическая культура и профессиональная физическая подготовка. Задачами вступительного испытания является определение:

- степени сформированности теоретических и методологических знаний соискателя, степени его научной зрелости и подготовленности к профессиональному самообразованию и личностному росту, степени развития профессионально-педагогического мышления, значимого как для социальной ориентации личности в целом, так и дальнейшей профессиональной, научно-исследовательской подготовки соискателя;
- умения связывать общие и частные вопросы организации, проведения научного исследования, профессиональные умения и навыки из опыта практической работы в сфере

физического воспитания и профессиональной физической подготовки, (в качестве учителя, преподавателя, методиста физического воспитания и др.); • уровня владения понятийным аппаратом и основными педагогическими категориями физического воспитания и профессиональной физической подготовки, как исходной базы для овладения основной образовательной программой послевузовского профессионального образования (аспирантура). Требования к уровню подготовки, необходимой для освоения программы и условия конкурсного отбора Приступая к вступительным испытаниям абитуриент, должен Знать:

- проблематику и владеть теоретическими знаниями по физическому воспитанию, профессиональной физической подготовке;
- современные проблемы науки и физкультурного образования для решения образовательных, воспитательных, оздоровительных и профессиональных задач;
- современные прогрессивные методики, психолого-педагогические концепции и технологии физкультурно-образовательной и спортивно-педагогической деятельности в различных учреждениях образования и спорта;
- новые методы и инновационные подходы, применяемые в физическом воспитании и профессиональной физической подготовке. Уметь:
- видеть проблему и выявлять проблемную ситуацию, выдвигать гипотезу, ставить цель и задачи исследования, определять объект и предмет исследования, формулировать собственную точку зрения, исходя из данных литературы и критического изучения научных работ
- осуществлять сбор и обработку фактического материала, организовывать педагогические наблюдения, педагогическое тестирование, педагогический эксперимент;
- обрабатывать полученные исследовательские данные методами математической статистики с применением современных компьютерных

технологий, представлять их в логической, графической, математической форме или мультимедийном выражении;

- вести аргументированную полемику, проявлять убедительность и доказывать правоту своей точки зрения в научной среде, на научных конференциях, в открытой печати, в публикациях и публичных выступлениях. Владеть:

- умением самостоятельно приобретать с помощью информационных технологий и использовать в практической деятельности знания и умения, в том числе, в новых областях физкультурно-спортивной деятельности;

- способностью формировать профессиональную и образовательную среду и использовать свои технологические разработки в расширении инновационной методологии в сфере физического воспитания и профессиональной физической подготовки,

- способностью осуществлять профессиональное и личностное самообразование, проектировать дальнейший образовательный маршрут и профессиональную карьеру в сфере физического воспитания и профессиональной физической подготовки,

- способностью развивать и совершенствовать свой общекультурный и интеллектуальный уровень. Форма вступительного испытания Лица, желающие освоить программу подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре по данному направлению, должны пройти вступительное испытание – устный экзамен. Критерии оценки - владение научным языком, современной системой научно-практических знаний о явлениях и процессах, происходящих в сфере физической культуры и спорта; - способность осмысливать актуальную информацию, связанную с изучением различных аспектов науки о физической культуре и спорте; - владение методами анализа и критической оценки различных теорий, концепций, подходов в изучении научной проблемы; - способность применять различные методологические концепции для раскрытия исследуемой научной темы; - способность применять информационные технологии при решении

исследовательских и учебных задач. При аттестации поступающего по специальности **5.8.4. Физическое воспитание и профессиональная физическая подготовка** учитываются системность знаний в проблемах данной области, уровень знаний, умений и навыков профилирующих и смежных дисциплин, общая и профессиональная культура в соответствии с современной парадигмой физического воспитания. Оценка «Отлично» Соискатель должен продемонстрировать глубокие и всесторонние знания программного материала, свободное владение основными специальными компетенциями и терминологией; понимание общих закономерностей функционирования детско-подросткового организма при выполнении физических упражнений; умение объяснить современные проблемы физического воспитания и профессиональной физической подготовки. Показать самостоятельность суждений и интерпретации при анализе данных чередования и построения физических и тренировочных нагрузок, связанного с задачами индивидуального физического совершенствования, повышения уровня профессиональной физической подготовленности. При этом соискатель должен владеть основными специальными понятиями, знаниями основной литературы и с некоторыми дополнительными научными, научно-методическими и популярными литературными источниками. Он должен проявить самостоятельность суждений. Знание предмета должно быть связано с задачами преподавания в школе.

Оценка «Хорошо» Соискатель должен показать знание необходимого учебно-программного материала, иметь необходимые умения и навыки организации и проведения практико-ориентированных методических занятий, уметь анализировать практические результаты, привлекая для этого знания научной литературы, достаточно логично и последовательно излагать теоретический материал, используя специальную терминологию, допуская незначительные нарушения и некоторые неточности. Оценка «Удовлетворительно». Соискатель демонстрирует базовые знания из области физической культуры и спортивной тренировки, обладает базовыми

знаниями и практическими навыками ведения педагогической деятельности. При этом он отвечает на дополнительные вопросы преподавателя с его помощью. В некоторых случаях допускает ошибки и неточности в ответе, не раскрывает полностью сущности вопросов, ответ его не отличается логичностью, фрагментарен и не всегда последователен. Оценка «Неудовлетворительно». Соискатель при обнаружении существенных пробелов в знаниях основного (вузовского) учебно-программного материала, допускает грубые ошибки в трактовке основных положений теории и методики спортивной тренировки, демонстрирует незнание терминологии при их значении. Оценка неудовлетворительно выставляется и в том случае, когда абитуриент не может ответить на дополнительные вопросы.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ВСТУПИТЕЛЬНЫХ ИСПЫТАНИЙ

1.1. Общие закономерности развития, функционирования системы физической культуры и спорта. Физическая культура как вид культуры человека и общества. Понятие физической культуры и многообразие его определений. Механизмы возникновения и развития физической культуры. Факторы, условия и закономерности направленного физического развития и совершенствования людей, входящих в различные социально-демографические группы. Общая характеристика системы физического воспитания в России, ее основы (идеологические, научно-методические, программно-нормативные, организационные). Взаимосвязь понятия «Физическая культура» с другими понятиями – «физическое воспитание», «спорт», «физическая рекреация», «двигательная реабилитация», «адаптационная физическая культура» и др. Пути усиления действенности физической культуры в современном обществе, факторы, способствующие и препятствующие этому. Научное обоснование структуры и содержание базовых компонентов системы физической культуры. Физическая культура как социальное явление, ее структура и функции. Характеристика исторически сложившихся форм (компонентов) физической культуры, их

соотношение друг с другом и связь с основными сферами жизнедеятельности человека, специфические общекультурные и другие социальные функции физической культуры в обществе. Становление и основные этапы развития обобщающих научных знаний о физической культуре. Возникновение и формирование общей теории физической культуры как интегративной научно-образовательной дисциплины – важнейшая тенденция развития современного научного знания о физической культуре. Прогнозирование развития системы физической культуры в государстве и международном сообществе. Общепедагогические и дидактические проблемы физической культуры. Основы системы физического воспитания. Форма организации занятий по физическому воспитанию. Классификация форм занятий. Состояние физической культуры в России в связи с социально-экономическими преобразованиями в стране в конце XX века. Основные задачи развития физической культуры в современном обществе.

2. Управление системой физического воспитания. Организационная структура управления физической культурой в России, основные ее иерархические уровни. Роль и место государственных, общественно-самостоятельных и других форм организации физической культуры в улучшении практики физкультурного движения. Управление физкультурным движением, физкультурной организацией. Управление физической культурой в государстве, регионе, республике, городе, области, районе, отдельном населенном пункте. Планирование, организация, координация, мотивация и обеспечение физической культуры. Муниципальная поддержка физкультурно-спортивных организаций в территориально-административном образовании. Кадровый менеджмент области физической культуры, типа «менеджеров», значение маркетинга в сфере физической культуры.

3. Общие закономерности развития физических, двигательных, координационных качеств и формирования умений и двигательных навыков. Физические качества и двигательно-координационные качества. Классификация физических качеств и двигательно-координационных

качеств, основные закономерности и принципы их развития. Нагрузка и отдых как структурные компоненты методов направленного развития физических качеств. Проблема типологии методов развития физических качеств, их специфические особенности. Содержание, направленность и методика развития, функционирования и совершенствования силовых, скоростных и координационных качеств (способностей). Направленное развитие физических качеств (способностей) процессов как единый педагогический процесс. Компенсация и взаимокомпенсация физических качеств. Проблема «критических» или «чувствительных» (сензитивных) периодов онтогенетического развития физических качеств. Сущность и специфика обучения двигательным действиям в процессе физкультурных занятий. Средства физического воспитания. Разновидности средств физического воспитания как целостная система взаимодействия. Понятие нагрузки при выполнении физических упражнений (конкретный пример). Организация и обеспечение физического воспитания в системе дошкольного, среднего, средне-специального и высшего образования. Особенности развития, функционирования и совершенствования двигательных (физических) качеств (способностей), формирование двигательных навыков и умений в системе дошкольного воспитания, среднего, средне-специального и профессионального высшего образования. Двигательные умения и навыки как предмет обучения в процессе физкультурной деятельности. Современные представления о сущности двигательных умений и навыках, их отличительные особенности. Роль знаний в формировании двигательных умений и навыков. Особенности обучения в физическом воспитании и спортивной тренировке. Особенности обучения двигательным действиям в соответствии с решением образовательных, воспитательных и оздоровительных задач. Нормативные основы физического воспитания в системе дошкольного воспитания, среднего, средне-специального и профессионального высшего образования. Содержание и структура урока. Требование к методике проведения урока (пояснить на конкретном примере).

Методы, используемые в процессе разучивания и совершенствования двигательных действий. Содержание и методика развития физических и двигательно-координационных качеств. Взаимосвязь и взаимодействие развития двигательных качеств и формирования навыков.

4. Обучение двигательным действиям Характеристика наиболее распространенных классификаций физических упражнений. Эффект физических упражнений (ближайший, отставленный, кумулятивный). Факторы, влияющие на эффективность физических упражнений. Основные характеристики техники двигательных действий. Исходные понятия: «метод», «методологический прием», «методика», «методическое направление», «методологический подъем». Проблема классификации методов в теории физической культуры. Взаимосвязь и интерференция двигательных навыков; общие и специфические закономерности переноса двигательных навыков. Закономерность и последовательность формирования простых и сложных двигательных навыков в различные периоды жизнедеятельности человека. Характеристика этапов разучивания двигательного действия: наиболее характерные методы обучения, неравномерность формирования двигательного навыка, предупреждение и исправление ошибок. Средства и методы физической культуры в целях профилактики вредных привычек, укрепления здоровья, закаливание организма, повышение устойчивости человека к неблагоприятным факторам природной среды и экстремальным условиям жизнедеятельности. Содержание, направленность, методы, методики и технологии двигательной активности взрослого населения на различных предприятиях, санаториях, профилакториях, домах отдыха, в фитнес клубах, по месту жительства, в семье и быту.

5. Теоретико-методологические проблемы физического воспитания Характеристика современных концептуальных подходов к построению и организации физического воспитания. Проблемы организации физического воспитания в учебных образовательных учреждениях. Современные

тенденции физического воспитания взрослого населения. Проблематика исследований различного контингента взрослого населения. Дидактические проблемы базового физического воспитания. Педагогические технологии в системе физического воспитания. Нормативно-критериальные основы физического воспитания. Научное обоснование структуры и содержания базовых компонентов системы физического воспитания. Проблема оптимального построения занятий физическими упражнениями. Современная теория структуры урока и других форм физкультурно-спортивных занятий. Проблемы изучения и оптимального нормирования нагрузок и отдыха в физическом воспитании. Оздоровительный и рекреационный туризм в системе физического воспитания. Научно-методическая проблематика планирования и комплексного контроля в физическом воспитании. Управление и прогнозирование в системе физического воспитания.

5.1. Физическое воспитание в системе дошкольного, общего, средне-специального и высшего образования. Социально-педагогическое значение физического воспитания дошкольников. Характеристика физического и психологического развития. Возрастная классификация детей дошкольного возраста. Цель, направленность, содержание и методика физического воспитания в системе дошкольного, среднего, средне-специального и высшего образования. Оптимизация физкультурной деятельности в дошкольных, средних, средне-специальных и высших образовательных учреждениях; физическое воспитание как средство становления личности. Характеристика программ по физической культуре детей дошкольного возраста. Оценка здоровья дошкольников в процессе занятий физическими упражнениями. Цель, задачи и направленность физической культуры детей школьного возраста. Формы занятий физической культурой в системе школьного воспитания. Планирование и организация работы по физическому воспитанию в школе. Тематическое и поурочное планирование учебной работы по ФВ. Урок как основная форма реализации физического воспитания в системе общего образования (цели и задачи урока,

структура, содержание, требования к уроку). Самостоятельные занятия физической культурой. Содержание и особенности преподавания предмета «физическая культура» в школе. Особенности содержания и структура программы по физической культуре в начальной, основной и средней (полной) школе. Проблемы разработки авторских программ по предмету «физическая культура». Профессионально-прикладная подготовка школьников в области физической культуры. Технология разработки документов планирования по физическому воспитанию в системе общего образования. Профессионально-педагогическая деятельность учителя физической культуры. Физическое воспитание студенческой молодежи. Цель, задачи и формы организации физкультурного воспитания студентов. Структура и содержание учебных программ по физической культуре в вузах. Методика занятий со студентами основного, специального отделений и отделения спортивного совершенствования.

5.2. Общие закономерности развития, функционирования и совершенствования системы профессиональной физической подготовки.

Роль и место профессиональной физической подготовки, ее виды и разновидности. История развития и становления профессиональной физической подготовки и ее видов. Средства и методы профессиональной физической подготовки для повышения устойчивости организма человека к неблагоприятным и отрицательным факторам профессиональной деятельности. Педагогические технологии в системе профессиональной физической подготовки. Научное обоснование структуры и содержание базовых компонентов системы профессиональной физической подготовки. Варианты сочетания общей и специальной прикладной физической подготовки при формировании и совершенствовании профессионально-важных качеств и двигательных навыков в той или иной профессиональной деятельности. Средства и методы развития, функционирования и совершенствования профессионально важных физических качеств и

формирования прикладных двигательных навыков представителей различных профессий. Взаимосвязь общефизических и профессионально важных физических качеств; перенос специальной физической тренированности. Этапность и периодизация развития, функционирования и совершенствования профессионально важных физических качеств и прикладных двигательных навыков. Управление процессом формирования профессионально-прикладной физической культуры. 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. Содержание, направленность, методы, методики и технологии профессионально-прикладной физической подготовки в организациях среднего профессионального образования и высшего образования. Содержание, направленность, методы, методики и технологии профессионально-прикладной и служебно-прикладной физической подготовки в силовых ведомствах.

**ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ НА ВСТУПИТЕЛЬНОМ
ЭКЗАМЕНЕ В АСПИРАНТУРУ 5.8.4 Физическая культура и
профессиональная физическая подготовка.**

1. Факторы возникновения и развития физической культуры.
2. Социальная значимость физической культуры, ее роль место в социокультурном и образовательном пространстве. Общие и специфические функции физической культуры как социальной сферы.
3. Общая характеристика идейных, социально-экономических организационных, правовых, программно-нормативных и научно-методических основ отечественной системы физической культуры.

4. Сущность и содержание цели, задач и функций отечественной системы физической культуры.
5. Сущность и содержание принципов физической культуры как социальной сферы: принципа всестороннего гармонического развития личности; принципа связи физического воспитания с трудовой и военной практикой; принципа оздоровительной направленности.
6. П.Ф. Лесгафт – как создатель научной основы физического воспитания. Значение его трудов для развития теории физического воспитания.
7. Физические упражнения — основное средство физического воспитания и спортивной подготовки. Педагогическая классификация физических упражнений.
8. Характеристика основных и дополнительных средств физического воспитания и спорта. Факторы, определяющие эффективность воздействия физических упражнений на человека.
9. Сущность и содержание понятий: «движение», «двигательное действие», «физическое упражнение», «двигательная активность», «двигательная деятельность», «физическая активность».
10. Понятие о технике и стандартной технике физического упражнения. Критерии эффективности техники физического упражнения.
11. Общая и частная теории обучения движениям, двигательным действиям и освоения двигательной активности, двигательной деятельности.
12. Общие и частные (на примере избранного вида спорта) закономерности и принципы формирования движений, и их освоения человеком.
13. Общепедагогические и специфические принципы физического воспитания, Принципы сознательности и активности как основные подходы к реализации физического воспитания.
14. Принципы доступности и индивидуализации как основные подходы к реализации физического воспитания.
15. Принципы прочности и прогрессирования в процессе физического воспитания.

16. Особенности использования словесных методов в процессе физического воспитания детей разного возраста.
17. Особенности использования методов наглядного воздействия в процессе физического воспитания детей разного возраста.
18. Комплексное использование методов физического воспитания в процессе организации двигательной активности.
19. Физические качества, их характеристика.
20. Сущность и содержание методов развития физических качеств в процессе физического воспитания.
21. Силовые качества и методика их развития.
22. Скоростные качества и методика их развития.
23. Выносливость и методика ее развития.
24. Координационные качества и методика их развития.
25. Гибкость и методика ее развития.
26. Физическая нагрузка, ее определение, основные компоненты. Виды отдыха, интервалы отдыха, их характеристика.
27. Зоны мощности, соотношение между объемом и интенсивностью физической нагрузки.
28. Общие и частные закономерности развития физических качеств у людей разного возраста.
29. Взаимосвязь физического воспитания с эстетическим, нравственным и трудовым воспитанием в процессе физического воспитания и спортивной подготовки людей разного возраста.
30. Организация занятий по физической культуре в учреждениях дошкольного, образования (направленность, содержание, задачи).
31. Организация занятий по физической культуре в учреждениях общего среднего, среднего и высшего профессионального образования (направленность, содержание, задачи).

32. Организация занятий по физической культуре в учреждениях, среднего и высшего профессионального образования (направленность, содержание, задачи).
33. Особенности методики занятий по физической культуре в учреждениях дошкольного образования.
34. Особенности методики занятий по физической культуре в учреждениях общего среднего образования.
35. Особенности методики занятий по физической культуре в учреждениях среднего и высшего профессионального образования.
36. Организация внеурочных занятий по физической культуре в образовательных учреждениях общего, среднего и высшего профессионального образования.
37. Планирование учебно-воспитательного процесса по физической культуре в дошкольных и общеобразовательных учреждениях.
38. Планирование учебно-воспитательного процесса по физической культуре в образовательных учреждениях среднего высшего профессионального образования.
39. Организация занятий по физической культуре с учащимися подготовительной и специальной медицинских групп.
40. Организация и проведение урочных и внеурочных форм физической культуры в учреждении высшего профессионального образования.
41. Организация и проведение занятий по физической культуре с людьми зрелого, пожилого и старческого возраста.
42. Цель, задачи, организация, планирование секционной работы в общеобразовательной школе.
43. Новые спортивно-оздоровительные технологии в физическом воспитании учащейся молодежи.
44. ВФСР ГТО как нормативно-программная основа физического воспитания в РФ.

45. Роль и место профессионально-прикладной физической культуры, ее виды и разновидности.
46. Факторы, обуславливающие внедрение профессиональной физической подготовки в систему образования и сферу профессионального труда.
47. Основные средства профессиональной физической подготовки, критерии подбора средств.
48. Методические принципы профессиональной физической подготовки
Основные черты методики занятий в профессионально-прикладной физической культуре.
49. Этапность и периодизация развития профессионально важных физических качеств и прикладных двигательных навыков.
50. Профессиограмма и ее значение в разработке профессиональной физической подготовки будущих специалистов. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины.

Рекомендуемая литература.

Основная литература:

1. Алхасов, Д. С. Курс лекций по учебной дисциплине «Теория и история физической культур: профессиональный цикл: общепрофессиональные дисциплины основной профессиональной образовательной программы по специальности 050720 «Физическая культура» для студентов очной и заочной формы обучения; цикл лекций / Д.С. Алхасов. - М.|Берлин :ДиректМедиа, 2014. - 53 с.
2. Теория и методика физической культуры: учеб. для вузов / под ред. Ю. Ф. Курамшина. - [2-е изд., испр.]. - Москва: Советский спорт, 2004. - 463 с.
3. Кокоулина, О. П. Основы теории и методики физической культуры и спорта : учебно-практическое пособие / О.П. Кокоулина. - Москва : Евразийский открытый институт, 2011. - 144 с.

4. Железняк Юрий Дмитриевич. Методика обучения физической культуре: [Текст]: учеб. для высш. проф. образования / Ю. Д. Железняк, Кулишенко И. В., Крякина Е. В. - Москва: Академия, 2013. - 254, [1] с.

Дополнительная литература:

1. Быстрова О.Л., Костюнина Л.И. Практикум по самостоятельной работе студентов факультета физической культуры по дисциплине «Теория и методика физической культуры и спорта» (в 2 частях, ч.2.): учебно-методическое пособие. / Быстрова О.Л., Костюнина Л.И. – Ульяновск: ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова», 2017. – 50 с.
2. Быстрова О.Л., Костюнина Л.И., Морозова М.М. Практикум по самостоятельной работе студентов факультета физической культуры по дисциплине «Теория и методика физической культуры и спорта» (в 2 частях, ч.1.): учебно-методическое пособие. / Быстрова О.Л., Костюнина Л.И., Морозова М.М. – Ульяновск: ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова», 2017. – 43 с. 14
3. Основы тренерского мастерства [Текст] : учеб. пособие для высш. учеб. заведений физ. культуры / А.М. Якимов. - М. : Терра-Спорт, 2003. - 175 с.