



**Уральский
федеральный
университет**
имени первого Президента
России Б.Н.Ельцина

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации.
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования «Уральский федеральный университет имени первого
Президента России Б.Н. Ельцина» (УрФУ)

**Программа вступительных испытаний в аспирантуру
5.8. Педагогика**

стр. 1 из 18

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по науке

Германенко А.В.
« » 2022 г.



ПРОГРАММА

вступительных испытаний в аспирантуру по группе специальностей

5.8. Педагогика

(специальности: 5.8.4 Физическая культура и профессиональная физическая подготовка;
5.8.5. Теория и методика спорта;
5.8.6. Оздоровительная и адаптивная физическая культура)

Екатеринбург

2022

ПРОГРАММА

вступительных испытаний в аспирантуру по группе специальностей

5.8. Педагогика

(специальности: 5.8.4 Физическая культура и профессиональная физическая подготовка;

5.8.5. Теория и методика спорта;

5.8.6. Оздоровительная и адаптивная физическая культура)

Содержание

1.	Назначение и область применения.....	4
2.	Содержание программы.....	4
3.	Программа специальности 5.8.4 Физическая культура и профессиональная физическая подготовка.....	4
4.	Вопросы для вступительного испытания по специальности 5.8.4 Физическая культура и профессиональная физическая подготовка.....	5
5.	Программа специальности 5.8.5 Теория и методика спорта.....	6
6.	Вопросы для вступительного испытания по специальности 5.8.5 Теория и методика спорта.....	11
7.	Программа специальности 5.8.6 Оздоровительная и адаптивная физическая культура	12
8.	Вопросы для вступительного испытания по специальности 5.8.6 Оздоровительная и адаптивная физическая культура.....	13
9.	Критерии оценки знаний претендентов на поступление в аспирантуру.....	15
10.	Список рекомендуемой литературы.....	15
11.	Рекомендуемые Интернет-ресурсы.....	17

1. Назначение и область применения

Программа определяет требования к содержанию вступительных испытаний в аспирантуру УрФУ по направлению 44.06.01 – Образование и педагогические науки и предназначена для подготовки к вступительному экзамену в аспирантуру по направлению 44.06.01 – Образование и педагогические науки (научные специальности: 5.8.4 Физическая культура и профессиональная физическая подготовка; 5.8.5 Теория и методика спорта; 5.8.6 Оздоровительная и адаптивная физическая культура).

2. Содержание программы

Программа вступительного экзамена в аспирантуру УрФУ по направлению подготовки 44.06.01 «Образование и педагогические науки» для научных специальностей 5.8.4 Физическая культура и профессиональная физическая подготовка; 5.8.5 Теория и методика спорта; 5.8.6 Оздоровительная и адаптивная физическая культура разработана в соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами высшего образования ступеней специалист, магистр; самостоятельно устанавливаемого образовательного стандарта для разработки и реализации программ магистратуры в области образования «Образование и педагогические науки».

3. Программа специальности 5.8.4 Физическая культура и профессиональная физическая подготовка

Раздел 1. Фундаментальные проблемы общей теории физической культуры

Методологическая основа общей теории физической культуры: деятельностный подход, аксиологический подход, результативный, творчески-атрибутивный, технологический, нормативный и др.

Предмет и место общей теории физической культуры в системе наук, изучающих физическую культуру, ее компоненты и связанные с ней явления. Проблематика и перспективы развития общей теории физической культуры и пути их совершенствования.

Характеристика отдельных исследовательских подходов, применяемых в общей теории физической культуры – системного, комплексного, целостного, личностного, деятельностного и др.

Раздел 2. Теория и методика физического воспитания

Характеристика современных концептуальных подходов к построению и организации физического воспитания.

Проблемы организации физического воспитания в учебных образовательных учреждениях.

Спортизация физического воспитания как перспективная форма стимуляции процесса возрастного развития двигательного потенциала человека.

Модульные технологии в процессе физического воспитания людей различного пола, возраста, состояния здоровья и подготовленности, профессиональной деятельности.

Проблематика исследования физического воспитания в высших учебных заведениях. Пути повышения роли физической культуры в системе высшего профессионального образования

Раздел 3. Теория и методика спорта

Спорт как социальное и педагогическое явление. Основные понятия, относящиеся к спорту. Спорт в узком и широком смысле слова; подготовка спортсмена, система подготовки спортсмена, спортивная тренировка, спортивная деятельность, спортивное движение и др. Профессионально-прикладной спорт: виды профессионально-прикладной физической подготовки, особенности и специфика профессионально-прикладных видов спорта в зависимости от профессии.

Факторы и условия, повышающие эффективность функционирования спорта и системы тренировочно-соревновательной подготовки.

Основные педагогические закономерности и принципы подготовки спортсменов.

Эволюция междисциплинарных научных знаний о спорте высших достижениях и профессионально-прикладном спорте.

Раздел 4. Профессионально-прикладная физическая подготовка

Профессионально-прикладная физическая подготовка как часть физической культуры: виды ППФП, особенности осуществления в зависимости от профессиональной деятельности. Профессиогаммы и спортограммы. принципы их построения и осуществления на их основе профессионально-прикладной физической подготовки. Профессионально-прикладной спорт. Профессиональные заболевания, профилактика и лечение их средствами профессионально-прикладной физической подготовки.

4. Вопросы для вступительного испытания по специальности 5.8.4 Физическая культура и профессиональная физическая подготовка

Вступительный экзамен в аспирантуру УрФУ по указанной специальности проводится в устной форме. Поступающим в аспирантуру предлагается ответить на три теоретических вопроса в билете, в том числе – по теме будущего диссертационного исследования.

Примерные вопросы к вступительному экзамену в аспирантуру УрФУ:

1. Определение понятия «физическая культура» и её место в общей культуре. Взаимосвязь физической культуры с другими видами культуры.
2. Определение основных понятий в теории физической культуры: физическое развитие, физическое образование и воспитание, спорт, физическое совершенство.
3. Цель и основные задачи физического воспитания, их характеристика.
4. Средства физического воспитания. Физическое упражнение как основное средство при решении задач в области физической культуры. Эффект физических упражнений (ближайший, отставленный, кумулятивный).
5. Понятие «метод», «методический прием», «методика». Классификация методов, применяемых в физическом воспитании. Условия эффективного применения отдельных методов.
6. Спорт как социальное и педагогическое явление. Спорт в широком и узком смысле слова. Место спорта в культуре общества, его социальная функция.
7. Типы и виды спорта: общедоступный (массовый) спорт и спорт высших достижений

(любительский, профессиональный, профессионально-коммерческий). Профессионально-прикладные виды спорта.

8. Проблемы и перспективы развития современного международного олимпийского движения.

9. Понятия «подготовка спортсмена», «спортивная тренировка», «спортивная деятельность», «спортивное достижение», «спортивная форма».

10. Цель, задачи, содержание и средства спортивной тренировки. Классификация физических упражнений, применяемых в спортивной тренировке. Специфика профессионально-прикладной спортивной подготовки.

11. Классификация методов спортивной тренировки. Требования к выбору методов.

12. Принципы спортивной тренировки (характеристика, содержание, значение.)

13. Физическая подготовка спортсмена (понятие, виды, содержание). Особенности профессионально-прикладной физической подготовки.

14. Техническая подготовка спортсмена (понятие, виды, задачи, средства, методы, содержание). Особенности профессионально-прикладной технической подготовки.

15. Тактическая подготовка спортсмена (понятие, виды, содержание, значение, связь с другими видами подготовки). Особенности профессионально-прикладной тактической подготовки.

16. Направленное формирование личности, воспитание моральных, волевых качеств и специальная психическая подготовка спортсмена.

17. Теоретическая подготовка спортсмена (задачи, содержание, методы, связь с другими сторонами подготовки).

18. Формы физического воспитания студентов вузов. Их методическая направленность. Профессионально-прикладная физическая подготовка.

19. Особенности обучения двигательным действиям в зависимости от предстоящей профессиональной деятельности.

20. Профессиограммы и спортограммы. Принципы их построения. осуществление на их основе профессионально-прикладной физической подготовки.

21. Профессиональные заболевания, профилактика и лечение их средствами профессионально-прикладной физической подготовки.

5. Программа специальности 5.8.5 Теория и методика спорта

Раздел 1. Значение спорта в современной жизни. Особенности спорта в жизни. Спорт и досуг. Спорт и его влияние на организм человека. Спорт – как экономическая категория. Спорт как составная часть физической культуры человека.

Раздел 2. Компоненты (подсистемы) системы спортивной подготовки: система соревнований, система тренировки и система факторов, повышающих эффективность их функционирования. Соотнесение дефиниций «спорт», «спортивная подготовка». Спортивная подготовка как многолетний процесс.

Раздел 3. Спорт – как социокультурный феномен. Спорт как составная часть физической культуры, средство и метод физического воспитания, основанный на использовании

соревновательной деятельности и подготовке к ней, в процессе которой сравниваются и оцениваются потенциальные возможности человека.

Критерии развития спорта. Многоаспектность и многоликость проявления спорта (социально-экономическая, политико-правовая, нравственно-эстетическая, культурная). Разнообразие направлений спортивной практики: массовый спорт (спорт для всех); спорт высших достижений; профессиональный спорт; любительский спорт; коммерческий спорт и др.

Раздел 4. Этапы эволюции российской науки в области физической культуры и спорта.

Социально-исторические предпосылки, формирование естественнонаучных основ науки в области спорта. Создание научной специальности «Теория и методика физического воспитания и спортивной тренировки». История становления общей теории и методики физической культуры и спорта. Осознание эффекта упражняемости как источник формирования первых представлений о закономерностях физического совершенствования. Этапы становления и развития теории физической культуры. Выдающиеся отечественные ученые и научные школы в сфере физической культуры и спорта.

Раздел 5. Нормативно-правовые и организационные условия развития физической культуры и спорта в РФ. Государственная политика в сфере физической культуры и спорта. Государственное регулирование. Общественные организации в области спорта. Межуровневое взаимодействие.

Раздел 6. Международное олимпийское движение. Тенденции развития «олимпийской семьи» и принципы функционирования. Международный олимпийский комитет (состав, структура). Международные спортивные федерации. Общественные международные спортивные федерации. Международные спортивные форумы.

Раздел 7. Теория и методика физической культуры и спорта

7.1. Понятийный аппарат теории физической культуры. Определение понятия «физическая культура». Определение понятия «спорт». Различия этих понятий в бытовой и профессиональной трактовке. Соотношение понятий «культура» (общества, личности) и «физическая культура»; общие и специфические признаки, характеризующие физическую культуру. Основные аспекты в понимании физической культуры: род деятельности, совокупность предметных ценностей, персонифицированный результат деятельности. Понятия, отражающие деятельностные области физической культуры: • физическое воспитание, спорт, физическая реабилитация и двигательная рекреация. Соотношение понятий «физическое развитие» и «физическое состояние». Смежные понятия с понятием «физическая культура»: «физкультурное движение», «физкультурное образование», «физическая подготовка», «физическая подготовленность».

7.2. Цели и задачи, достигаемые в сфере физической культуры, ее компоненты. Обусловленность целей и задач, реализуемых в сфере физической культуры, общественными и личностными потребностями в оптимизации физического состояния и развития индивида, укреплении, сохранении и восстановлении дееспособности и здоровья, содействии общему развитию и социально направленному формированию личности.

7.3. Средства физического воспитания и спорта. Общепедагогические средства, их значение для физического воспитания. Физическое упражнение - основное специфическое средство физического воспитания. Содержание и форма физических упражнений. Понятие о двигательном действии и двигательной задаче. Двигательная задача как системообразующий

фактор двигательного действия. связанные компоненты, определяющие эффективность физического упражнения. Методы физического воспитания и спорта. Параметры тренировочной нагрузки.

7.4. Основы обучения двигательным действиям. Группы двигательных задач. Уровни владения двигательным действием. Понятие об основной опорной точке и ориентировочной основе действия (П. Я. Гальперин, М. М. Боген). Значение формирования зрительного, словесно-логического и кинестезического образов для усвоения знания об ориентировочной основе действия.

Раздел 8. Физически качества спортсменов (силовые, скоростные, выносливость, координация, гибкость)

8.1. Силовые способности. Определение и разновидности силовых способностей. Физиологические механизмы и психологические факторы, обеспечивающие проявления силы. Измерение уровня развития. Основные методические направления развития силы. Сенситивные периоды развития силы и особенности методики развития силовых возможностей в зависимости от возраста и пола.

8.2. Скоростные способности. Определение скоростных способностей, простые и сложные их проявления. Психофизиологические механизмы и факторы, обеспечивающие проявления быстроты. Методика измерения уровня развития каждого из проявлений. Методы и методические приемы развития быстроты в зависимости от сенситивных периодов. Скоростной барьер и его профилактика.

8.3. Гибкость. Определение и виды гибкости. Значение развития гибкости для здоровьесбережения и повышения эффективности спортивной тренировки. Внутренние и внешние факторы, влияющие на проявления гибкости. Выбор оптимального уровня гибкости в зависимости от вида физкультурно-спортивной деятельности. Способы измерения и методика развития гибкости. Возрастная динамика гибкости.

8.4. Выносливость. Определение и виды выносливости. Физиологические механизмы, обеспечивающие проявления выносливости. Связь методики развития выносливости с теориями утомления (В. В. Розенблат). Значение психических процессов в развитии и проявлении выносливости. Методы и методические приемы развития выносливости у людей разного возраста. Педагогические условия развития выносливости у детей и подростков.

8.5. Определение и структура координационных способностей, методика их развития и тестирования. Сенситивные периоды развития различных координационных способностей. Влияние генетических факторов и внешних условий на развитие координации движений. Значение координационных способностей для повышения эффективности обучения двигательным действиям, гармоничного развития телесности человека, для обеспечения свободы выбора видов физкультурно-спортивной деятельности в повседневной жизни.

Раздел 9. Соревновательная деятельность в спорте.

9.1 Особенности предмета, теории спорта, её специфические понятия. Конкретизация понятия «спорт» в широком и узком смысле. Детализация понятий: спортивная деятельность,

спортивное движение, спортивные достижения, система подготовки спортсмена, спортивная тренировка.

Теория и методика спорта как совокупность научно-прикладных знаний. Тенденции развития детско-юношеского спорта, студенческого спорта и спорта высших достижений. Основная современная проблематика общей теории и методики спорта.

9.2. Истоки спортивной деятельности, предметная основа и смысл спортивных достижений. Социальные функции спорта, его место и связи в системе общественных явлений. Основные стороны и формы спортивного движения в обществе. Организационно-педагогические основы студенческого спорта. Причины выбора спортсменами вуза. Уровни студенческого спорта, иерархия студенческих спортивных соревнований. Организационная структура студенческого спорта. Анализ эффективности развития студенческого спорта в вузе.

9.3. Соревнование как основа специфики спорта. Сущность и формы спортивных соревнований. Функции спортивных соревнований. Типология соревновательной деятельности. Особенности соревновательной деятельности у детей и подростков. Требования состязаний к физическим и психическим возможностям спортсмена. Тактика и техника спортивно-соревновательной деятельности. Состязания как средство и метод подготовки спортсмена.

9.4. Основы системы спортивных соревнований. Система и календарь спортивных соревнований. Официальный и; индивидуальный спортивный календарь. Основные требования к оптимальному построению системы спортивных соревнований.

9.5. Общая характеристика системы подготовки спортсмена. Подготовка спортсмена как многолетний процесс. Спортивные состязания, спортивная тренировка и экзофакторы дополняющие спортивную тренировку. Целевые функции и задачи, реализуемые в системе спортивной подготовки. Средства и методы подготовки спортсмена. Конкретизация понятий об эффекте тренировочных воздействий. Ближайший, следовой, кумулятивный эффекты тренировки. Принципы и закономерности подготовки спортсмена.

9.6. Профессиональный спорт. Особенности спортивной подготовки. Основные признаки профессионального спорта и тенденции развития. Коммерциализация спорта. Операторы и потребители спортивных событий.

Раздел 10. Методологически аспекты подготовки к соревновательной деятельности.

10.1 Структура спортивной тренировки. Способы описания структуры спортивной тренировки (графические, математические и др.). Микро-, мезо- и макроструктура тренировочного процесса. Структура отдельных тренировочных занятий и микроциклов. Типы микроциклов и правила их построения. Структура средних циклов как систем микроциклов, составляющих относительно законченный этап тренировочного процесса. Типы микро, мезо и макроциклов. Структура больших циклов тренировки (макроциклов). Сущность и критерии спортивной формы. Соотношение фаз развития спортивной формы и периодов тренировки. Определяющие черты, цели задачи периодов большого цикла подготовки: подготовительного, соревновательного, переходного. Особенности периодов по составу средств, методов и по динамике нагрузок. Длительность и варианты структуры периодов большого цикла. Тренировочные макроциклы неодногодичной длительности.

10.2. Физическая подготовка спортсмена. Специфическое содержание силовой, скоростно-силовой подготовки. Тенденции изменений силовой подготовки в процессе многолетней

тренировки. Общие представления о специальных дополнительных факторах силовой подготовки (специализированное питание, электростимулирование и др.) Проблема регулирования мышечной массы спортсмена. Развитие скоростных способностей. Проблема предупреждения и преодоления скоростного барьера. Воспитание выносливости. Конкретизация представлений о специальных дополнительных Факторах, используемых при развитии выносливости. Особенности методики совершенствования гибкости. Проблемы коррекции осанки и регулирования массы тела.

10.3. Техническая и тактическая подготовка. Техника как формообразующий фактор двигательного действия. Основы и детали техники. Классификация физических упражнений. Пути совершенствования отдельных функциональных свойств и комплексных способностей, обуславливающих качество управления спортивными движениями. Единство технической и тактической подготовки спортсмена. Общие и частные задачи технической подготовки на разных этапах многолетней подготовки. Задачи тактической подготовки и критерии их реализации. Условия оптимизации тактической подготовки и применение тактических упражнений. Взаимосвязь стратегии и тактики соревновательной деятельности.

10.4. Подготовка спортсмена как многолетний процесс. Общая характеристика основных стадий многолетнего процесса занятий спортом. Их примерные временные рамки. Стадия базовой подготовки. Проблема своевременного начала занятий спортивными упражнениями. Стадия максимальной реализации спортивных возможностей. Данные о возрасте высших достижений. Особенности динамики тренировочных и соревновательных нагрузок в годы, предшествующие высшим достижениям спортсмена. Стадия спортивного долголетия. Социальное и личностное значение спортивного долголетия. Отличительные черты тренировочного процесса и соревновательной практики с использованием факторов оптимизации состояния организма спортсмена в годы поддержания достигнутых результатов. Проблемы подготовки спортсменов в зависимости от цикла и этапа тренировочного процесса.

Раздел 11. Социокультурные детерминанты духовно-нравственного развития спортсменов.

Направленное формирование личности, теоретическая и психологическая подготовка. Нравственное воспитание как ведущее начало в отечественной школе спорта. Конкретные мотивационные основы деятельности спортсмена. Принципы формирования и регулирования межличностных отношений в условиях спортивной деятельности. Интеллектуальная подготовка спортсмена. Систематизированная характеристика основных знаний, входящих в содержание спортивной подготовки.

Раздел 12. Управление подготовкой спортсменов. Технологии планирования и контроля как факторы педагогического управления в системе подготовки спортсмена. Объекты и формы планирования подготовки спортсмена. Основные подходы к перспективному планированию многолетней подготовки, прогнозированию результатов, разработке модельных характеристик спортсмена. Объекты тренерского контроля и самоконтроля спортсмена. Проблема выбора наиболее информативных показателей, отражающих ход подготовки. Комплексный контроль в спорте как единство тренерского, врачебного и научного контроля и самоконтроля спортсмена. Взаимосвязь планирования и контроля в системе подготовки

спортсмена. Использование современных средств и новых информационных технологий в управлении подготовкой спортсмена.

Раздел 13. Закономерности прогнозирования и проявления способностей к спортивной деятельности в системе спортивного отбора и ориентации. Спортивная ориентация приобщаемых к спорту и постановка долгосрочных целей. Концепции спортивного отбора. Исходные позиции в выборе спортивной специализации. Критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности. Особенности начальной спортивной ориентации. Содержание спортивных целей и их конкретизация.

Раздел 14. Биомеханические аспекты спортивной деятельности. Строение, свойства и двигательные функции спортсмена. Механические свойства мышц. Рациональная спортивная техника. Кинематические характеристики физических упражнений (пространственные, временные, пространственно-временные). Динамические характеристики (внутренние и внешние силы). Понятие ритма. Инерционные характеристики двигательной деятельности. Рычаги первого рода. Рычаги второго рода. Биологические эргогенные средства прямого действия в спорте – тенденции развития.

6. Вопросы для вступительного испытания по специальности 5.8.5 Теория и методика спорта

Вступительный экзамен в аспирантуру УрФУ по указанным специальностям проводится в устной форме. Поступающим в аспирантуру предлагается ответить на три теоретических вопроса в билете, в том числе - по теме будущего диссертационного исследования.

Примерные вопросы к вступительному экзамену в аспирантуру УрФУ:

1. Инновационный потенциал спорта в условиях урбанизации современного общества.
2. Влияние спортивных мегасобытий на развитие территории – инструменты оценки.
3. Онтологические основания спорта как социального феномена. История и тенденции развития.
4. Физическая культура как часть общей культуры. Ценностный потенциал спорта.
5. Анализ состояния и оценка тенденций появления новых олимпийских видов (дисциплин) спорта.
6. Социокультурное содержание физической культуры и спорта и пути его освоения обществом и личностью.
7. Соревновательная деятельность – целевое назначение, виды и формы. Современные тенденции организации физкультурных и спортивных мероприятий.
8. Структура доказательств актуальности психолого-педагогических исследований в сфере физической культуры и спорта (на примере предполагаемого исследования).
9. Типы и виды спорта: общедоступный (массовый) спорт и спорт высших достижений (любительский, профессиональный, профессионально-коммерческий). Профессионально-прикладные виды спорта.
10. Понятия «подготовка спортсмена», «спортивная тренировка», «спортивная деятельность», «спортивное достижение», «спортивная форма».
11. Проблемы и перспективы развития современного международного олимпийского движения.
12. Принципы спортивной тренировки (характеристика, содержание, значение).
13. Управление в спорте. Основные принципы и функции педагогического управления.
14. Теоретические и эмпирические методы педагогического исследования.

15. Законы, закономерности и принципы обучения. Система принципов обучения. Дидактическое правило, как эмпирическое обобщение.
16. Техническая подготовка спортсмена (понятие, виды, задачи, средства, методы, содержание). Эффективность спортивной техники – методы оценки.
17. Тактическая подготовка спортсмена (понятие, виды, содержание, значение, связь с другими видами подготовки). Роль интеллекта в тактической подготовке спортсмена. Понятие о стратегии соревнований, её влияние на тактические действия.
18. Общая характеристика двигательных способностей. Понятие, классификация, закономерности развития. Взаимосвязь двигательных способностей и физических качеств.
19. Педагогический эксперимент. Организационные принципы и методические условия проведения.
20. Классификации физических упражнений по педагогическим и физиологическим критериям. Особенности тренировки спортсменов в зависимости от различной биомеханической структуры движения.

7. Программа специальности 5.8.6 Оздоровительная и адаптивная физическая культура

Раздел 1. Теоретико-методологические основы физической культуры. Место оздоровительной и адаптивной физической культуры в структуре физической культуры общества. Методологическая основа общей теории физической культуры: деятельностный подход, аксиологический подход, результативный, творчески-атрибутивный, технологический, нормативный и др. Предмет и место общей теории физической культуры в системе наук, изучающих физическую культуру, ее компоненты и связанные с ней явления. Проблематика и перспективы развития общей теории физической культуры и пути их совершенствования. Характеристика отдельных исследовательских подходов, применяемых в общей теории физической культуры – системного, комплексного, целостного, личностного, деятельностного и др.

Оздоровительные задачи физической культуры. Адаптивная физическая культура в структуре физической культуры общества.

Раздел 2. Теория и методика физического воспитания. Характеристика современных концептуальных подходов к построению и организации физического воспитания. Проблемы организации физического воспитания в учебных образовательных учреждениях. Модульные технологии в процессе физического воспитания людей различного пола, возраста, состояния здоровья и подготовленности. Проблематика исследования физического воспитания в высших учебных заведениях. Пути повышения роли физической культуры в системе высшего профессионального образования. Социальные, общеметодические и специально-методические принципы адаптивной физической культуры.

Раздел 3. Основы комплексной реабилитации и абилитации.

Комплексная реабилитация инвалидов как межсекторальная проблема. Разработка и реализация государственных (федеральных и региональных) программ в сфере социальной реабилитации различных категорий лиц как технология решения межсекторальных проблем в

данной сфере. История разработки и реализации государственных программ, направленных на решение проблем инвалидов. Опыт разработки, реализации и оценки результатов Государственной программы «Дети-инвалиды». Государственные программы в сфере социальной реабилитации инвалидов, реализуемые на федеральном уровне: цель, задачи, механизмы реализации, ожидаемые результаты.

Понятие о реабилитации. Организация этапов реабилитации. Роль и место ЛФК в реабилитации пораженных и больных. Оформление назначения на ЛФК и отчетность. Клинико-физиологическое обоснование лечебного действия физических упражнений. Регулирующие системы организма и их роль в согласовании функций вегетативных систем при мышечной деятельности.

Адаптация организма к мышечной деятельности. Механизмы тонизирующего влияния физических упражнений. Механизм трофического действия физических упражнений при различных патологических проявлениях. Механизм формирования компенсаций при лечебном воздействии физических упражнений.

Средства ЛФК. Клинико-анатомическая, физиологическая, биомеханическая характеристика физических упражнений. Классификация физических упражнений по направленности их действия и по другим признакам.

Дозировка физических нагрузок: лечебная, тренирующая, поддерживающая (тонизирующая). Двигательные режимы как составляющие лечебного режима. Краткая характеристика двигательных режимов в стационаре, реабилитационном центре, санатории.

Простейшие методы оценки функционального состояния больного: антропометрия, оценка состояния сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем, опорно-двигательного аппарата. Методы оценки эффективности ЛФК.

Организация ЛФК в образовательных учреждениях, больницах и поликлиниках и отделениях реабилитации. Материальная база для основных лечебно-профилактических учреждений.

Раздел 4. Основы адаптивного спорта. Сущность адаптивного спорта. Цели и задачи адаптивного спорта. Принципы и функции адаптивного спорта. Основные направления адаптивного спорта. Физкультурно-спортивные организации инвалидов. Детско-юношеский адаптивный спорт. Учреждения дополнительного образования детей, физкультурно-оздоровительные клубы инвалидов, центры спортивной подготовки. Учебно-тренировочные занятия спортивной и спортивно-оздоровительной направленности для инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

8. Вопросы для вступительного испытания по специальности 5.8.6 Оздоровительная и адаптивная физическая культура

Вступительный экзамен в аспирантуру УрФУ по указанной специальности проводится в устной форме. Поступающим в аспирантуру предлагается ответить на три теоретических вопроса в билете, в том числе – по теме будущего диссертационного исследования.

Примерные вопросы к вступительному экзамену в аспирантуру УрФУ:

1. Проблематика и перспективы развития общей теории физической культуры и пути их совершенствования
2. Адаптивная физическая культура, ее основные компоненты и функции. Влияние двигательной активности на организм и личность инвалида.
3. Определение понятия «физическая культура» и её место в общей культуре. Взаимосвязь физической культуры с другими видами культуры.
4. Особенности обучения двигательным действиям. Трудности обучения, обусловленные локализацией дефекта (при нарушениях сенсорных систем опорно-двигательного аппарата, интеллекта).
5. Формы, организация и особенности содержания физического воспитания инвалидов и лиц с ограниченными функциональными возможностями различного возраста.
6. Адаптивный спорт: рекреативно-оздоровительный и спорт высших достижений, отличительные черты.
7. Классификации средств физической реабилитации.
8. Определение основных понятий в теории физической культуры: физическое развитие, физическое образование и воспитание, спорт, физическое совершенство, адаптивный спорт.
9. Цель и основные задачи физического воспитания, их характеристика.
10. Средства физического воспитания. Физическое упражнение как основное средство при решении задач в области физической культуры. Эффект физических упражнений (ближайший, отставленный, кумулятивный).
11. Понятие «метод», «методический прием», «методика». Классификация методов, применяемых в физическом воспитании. Условия эффективного применения отдельных методов.
12. Тесты для выявления уровня развития физических качеств у детей.
13. Основы врачебно-педагогического контроля
14. Общие требования к методике применения физических упражнений при реабилитации.
15. Лечебная физическая культура. Организация, средства, формы.
16. Особенности составления индивидуальных программ физической реабилитации больных.
17. Основы физическая реабилитация при различных нарушениях в состоянии здоровья.
18. Оценка эффективности реабилитационных мероприятий.
19. Особенности оценки эффективности реабилитационных мероприятий у детей.
20. Виды педагогических наблюдений.

9. Критерии оценки знаний претендентов на поступление в аспирантуру

Оценка ответов претендентов на поступление в аспирантуру по данному направлению производится по пятибалльной шкале и выставляется согласно критериям, приведенным в таблице.

Критерии оценки ответов претендентов при поступлении в аспирантуру

Оценка	Критерии
80 – 100 баллов	1. Ответы на поставленные вопросы излагаются логично, последовательно и не требуют дополнительных пояснений. 2. Демонстрируются глубокие знания по дисциплине. 3. Делаются обоснованные выводы. 4. Ответ самостоятельный, при ответе использованы знания, приобретённые ранее.
60 – 79 баллов	1. Ответы на поставленные вопросы излагаются систематизировано и последовательно. 2. Демонстрируется умение анализировать материал, однако не все выводы носят аргументированный и доказательный характер. 3. Материал излагается уверенно, в основном правильно даны все определения и понятия. 4. Допущены небольшие неточности при выводах и использовании терминов.
30 – 59 баллов	1. Допускаются нарушения в последовательности изложения при ответе. 2. Демонстрируются поверхностные знания дисциплины. 3. Имеются затруднения с выводами. 4. Определения и понятия даны нечётко.
0 – 29 баллов	1. Материал излагается непоследовательно, сбивчиво, не представляет определённой системы знаний по дисциплине. 2. Не даны ответы на дополнительные вопросы комиссии. 3. Допущены грубые ошибки в определениях и понятиях.

10. Список рекомендуемой литературы (основная и дополнительная)

5.1. Основная литература

1. Платонов В.Н. Основы подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Настольная книга тренера: в 2 т. / В.Н. Платонов. – Москва : ООО «ПРИНТЛЕТО», 2021. – 592, 608 с.
2. Никитушкин В.Г. Теория и методика юношеского спорта: учебник / В.Г. Никитушкин. – Москва : Физическая культура, 2010. – 208 с.
3. Никитушкин В.Г. Многолетняя подготовка юных спортсменов: монография / В.Г. Никитушкин. – Москва : Физическая культура, 2010. – 240 с.
4. Холодов Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебное пособие / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – Москва : Издательский центр Академия, 2013. – 480 с.
5. Курамшин Ю. Ф. Теория и методика физической культуры / Ю. Ф. Курамшин. – Москва : Советский спорт, 2010. – 320 с.

6. Михонина Т. Н. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов : Учебное пособие / Т. Н. Минохина, А. А. Глушков, Ю. Ю. Танишев. – Санкт-Петербург, 1997.– 59 с.
7. Раевский Р. Т. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов технических вузов / Р. Т. Раевский.– Москва : Высшая школа, 1995.– 119 с.

5.2 Дополнительная литература

1. Вайнер Э.Н. Лечебная физическая культура [Электронный ресурс]: учеб. — Электрон. дан. — Москва: ФЛИНТА, 2012. — 424 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/60707>
2. Матвеев Л.П. Общая теория спорта: Учебная книга для завершающих уровней высш. физкультурного образования. М.: 4-й филиал Воениздата, 2009. 304 с.
3. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры : учеб. для студентов вузов / Л.П. Матвеев. - [3-е изд., перераб. и доп.]. - М.: СпортАкадемПресс, 2011. - 543 с.
4. Теория и методика физической культуры : учеб. для студентов вузов / под ред. Ю.Ф. Курамшина. - [3-е изд., стер.]. - М.: Советский спорт, 2010. - 463 с.
5. Платонов В.Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов: монография. М7: Спорт, 2019. – 657 с.
6. Введение в теорию Физической культуры. Учеб. пособие для ин-тов физ. культуры. / Под ред. Л.П.Магвсева. М: Физкультура и спорт, 2006. 128 с.
7. Бальсевич В.К. Онтокинезиология человека. М.: Теория и практика физической культуры. 2000. 275 с.
8. Боген М.М. Обучение двигательным действиям. М.: Физкультура и спорт, 1985. 192 с.
9. Лисовский В.А., Евсеев С.П., Голофеевский В.Ю., Мироненко А.Н. Комплексная профилактика заболеваний и реабилитация больных и инвалидов: Учебн. пособие / Под редакцией проф. С.П. Евсеева. – М.: Советский спорт, 2001. – 320 с.
10. Лях В.И. Двигательные способности школьников: основы теории и методики развития. М.: Терра-Спорт, 2000. 192 с.
11. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников: Пособие для учителя. М.: АСТ, 1998. 272 с.
12. Матвеев А.П. Очерки по теории и методике образования школьников в сфере физической культуры. М.. Физкультура, образование, наука, 2007. 121 с.
13. Матвеев Л.П. Обобщающая характеристика содержания, средств и методов подготовки спортсмена: Учеб. пособие для студентов и аспирантов. М.: РГАФК, 1995. 50 с.
14. Настольная книга учителя физической культуры /Под ред. Л.Б.Кофмана. М.: Физкультура и спорт, 2003. 356 с.
15. Озолин Н.Г. Молодому коллеге. М.: Физкультура и спорт, 1988. 288 с.
16. Программы общеобразовательных учреждений: Физическое воспитание учащихся 1-11 классов. М.: Мин. обр. РФ, 2009. 258 с.
17. Рапопорт Л. А. Студенческий спорт: реальность и тенденции развития. Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2001. 211 с.
18. Физическое воспитание и спорт в школах зарубежных стран: Тематическая подборка / Под под. С.И.Гуськова. М.: ЦООНТИ-ФиС, 1992. Вып. 1-4. 2003. ВЫП. 1-6.
19. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. М.: Академия, 2000. 480 с.

20. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений физ. культуры. М.: Академия, 2001. 144 с..

11. Рекомендуемые Интернет-ресурсы

Российская государственная библиотека www.rsl.ru

Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту (РГУФК)
<http://lib.sportedu.ru>

Свердловская областная универсальная научная библиотека им. В.Г. Белинского
<http://book.uraic.ru>

Теория и практика физической культуры www.teoriya.ru

Физическая культура: воспитание, образование, тренировка www.sportfiction.ru,
www.sportlib.info

Разработали:

д.п.н., проф., зав. кафедрой
управления в сфере физической
культуры и спорта



(Рапопорт Л.А.)

(подпись)

К.п.н., доцент, доцент кафедры
теории физической культуры



(Семенова Г.И.)

(подпись)

К.п.н., доцент, зав. кафедрой
сервиса и оздоровительных
технологий



(Серова Н.Б.)

(подпись)

К.п.н., доцент, зав. кафедрой
теории физической культуры



(Гайл В.В.)

(подпись)

Лист согласования

Директор Института физической культуры,
спорта и молодежной политики _____



(Е.А. Шурманов)