

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Алексеева Инна Сергеевна  
Должность: И.о. ректора  
Дата подписания: 13.01.2026 11:30:44  
Уникальный программный ключ:  
e243e984ef11fb4161e3d0d4af4add85b9bc0756

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНО УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«СТАВРОПОЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ»

Кафедра физического воспитания и адаптивной физической культуры

**ПРОГРАММА  
ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ  
по научной специальности**

**5.8.5 Теория и методика спорта**

*(в соответствии с Номенклатурой научных специальностей 2021)*

**СОДЕРЖАНИЕ**

1. Пояснительная записка
2. Требования к вступительному реферату
3. Содержание вступительного экзамена
4. Перечень вопросов к вступительному экзамену
5. Критерии оценки
6. Рекомендуемая литература

**1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Программа вступительного экзамена в аспирантуру сформирована на основе Федеральных государственных требований к структуре программ подготовки научных и научно-педагогических кадров в аспирантуре, условиям их реализации, срокам освоения этих программ с учетом различных форм обучения, образовательных технологий и особенностей отдельных категорий аспирантов, утвержденными приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 20 октября 2021 г. № 951.

Цель вступительных испытаний заключается в определении уровня профессиональной культуры, профессиональной компетентности в сфере образования и педагогических наук, готовности к ведению научно-исследовательской деятельности, а также к освоению программы подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре.

Содержание выносимых на экзамен вопросов ориентировано на проверку в ходе вступительного испытания:

- знания базовых научных трудов и основных положений педагогических концепций и теорий, форм и методов организации процесса научного педагогического исследования;
- способности к абстрактному мышлению, анализу, синтезу;
- способности анализировать результаты научных исследований, применять их при решении конкретных научно-исследовательских задач в сфере педагогической науки и образования, самостоятельно осуществлять научное исследование;
- готовности использовать индивидуальные креативные способности для самостоятельного решения исследовательских задач.

Экзамен по специальной дисциплине имеет комплексный характер, что позволяет определить уровень теоретической и практической готовности будущих аспирантов к решению научно-исследовательских, диагностических, развивающих и учебно-воспитательных задач в профессиональной сфере. В основу отбора содержания и структурирования экзаменационных материалов программы положены следующие принципы: научности, гуманизации, культуросообразности, целостности, фундаментальности, историзма, детерминизма, системности.

Экзаменационные билеты состоят из четырёх вопросов. Первый, второй и третий вопросы предполагают освещение актуальных вопросов педагогики и методологии научного исследования. Четвёртый вопрос даёт абитуриенту возможность продемонстрировать свои исследовательские интересы в выбранной отрасли педагогических наук. При освещении данного вопроса необходимо показать актуальность предполагаемой темы исследования, осветить основные подходы к её изучению, содержащиеся в научных работах, раскрыть последние достижения в избранной для исследования проблеме.

Написание реферата является обязательным условием допуска к сдаче вступительного экзамена по специальной дисциплине в случае отсутствия печатных работ у поступающего. Если имеются печатные работы, выполненные по проблематике специальной дисциплины, то они представляются вместо реферата в виде списка опубликованных работ (Приложение 1) и их копий. На вступительном экзамене в процессе собеседования по реферату в качестве вспомогательного материала разрешено пользоваться текстом своего реферата или своих опубликованных работ.

## **2. ТРЕБОВАНИЯ К ВСТУПИТЕЛЬНОМУ РЕФЕРАТУ**

При выборе темы реферата необходимо исходить, прежде всего, из ее актуальности в рамках избранной области педагогической науки и практики, а также собственных научных интересов по выбранному для обучения в аспирантуре направлению подготовки. Тема реферата определяется поступающим самостоятельно, исходя из темы предполагаемого диссертационного исследования.

Цель написания реферата:

- показать, что поступающий в аспирантуру имеет необходимые теоретические и практические знания в избранной области педагогических наук и по выбранному направлению научной деятельности;
- продемонстрировать должный уровень владения основами методологии педагогики;
- продемонстрировать наличие исследовательского мышления, его самостоятельности.

Требования к оформлению реферата.

Реферат выполняется в объеме от 20 до 25 машинописных страниц с полями 3 см. с левого края, 1,5 см. с правого края, по 2 см. сверху и снизу листа. Выравнивание по ширине. Интервал - 1,5, кегль - 14, шрифт – Times New Roman, отступ абзаца - 1,25 см.

Структура реферата:

Титульный лист (Приложение 1).

Содержание.

Введение.

Основная часть:

5.8.5. Теория и методика спорта.

Заключение.

Использованная литература.

Приложение (при наличии и необходимости)

4. Требования к содержанию реферата.

Во введении абитуриент обосновывает актуальность выбранной темы реферата, обосновывает ключевую проблему, определяет круг теоретических источников, которые будут использованы при написании реферата.

Основная часть состоит из 2-3 разделов. В них раскрывается суть рассматриваемой проблемы и параметры её проявления в педагогической науке и образовательной практике; проводится обзор литературы по проблеме, в котором дается характеристика степени её разработанности; приводится авторская аналитическая оценка основных направлений и теоретических подходов к решению проблемы. Не допускается лишь перечисление и описание направлений и подходов, рядоположенное изложением материалов реферата. Грамотно должны быть оформлены приводимые цитаты и ссылки на использованные источники.

Заключение (1-2 страницы). В заключении кратко излагается итог рассмотрения избранной проблемы, дается собственное её видение, резюмируется собственная точка зрения на возможные пути ее решения.

Список использованной литературы (не менее 15 источников) составляется в алфавитном порядке и оформляется в соответствии с принятыми правилами библиографического описания. В список использованной литературы рекомендуется включать работы как

отечественных, так и зарубежных авторов, в том числе статьи, опубликованные в научных журналах в течение последних 3-х лет.

Реферат подлежит проверке на корректность оформления использованных заимствований.

### **3. СОДЕРЖАНИЕ ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ**

#### **1.1. Предмет теория и методика спорта, его задачи на современном этапе развития общества.**

Характеристика состояния понятийного аппарата теории спорта. Спорт как исторически сложившаяся соревновательная деятельность, его роль в структуре современного общества. Характеристика функций спорта в обществе.

#### **1.2. Характеристика профессиональной деятельности тренера в избранном виде спорта**

Характеристика профессиональной деятельности специалиста - тренера. Знания, умения и навыки в деятельности - тренера. Сферы приложения труда тренера. Требования к тренеру в современных условиях (общая культура, уровень профессионализма, знание закономерностей спортивной подготовки, возрастных и индивидуальных особенностей спортсмена). Тренер, его роль в спортивной подготовке, научная работа тренера.

#### **1.3. Социальные функции спорта, основные направления в развитии спортивного движения**

Социальные функции спорта: соревновательно-эталонная, эвристически-достиженческая, оздоровительно-рекреативная, эмоционально-зрелищная, социальной интеграции и социализации личности, коммуникативная, экономическая, личностно-нравственного воспитания, обучения и развития. Основные направления в развитии спортивного движения (массовый спорт, детско-юношеский, спорт высших достижений, профессиональный).

#### **1.4. Классификация видов спорта. Характеристика соревновательной деятельности в избранном виде спорта и ее роль в подготовке спортсмена. Классификация соревнований в избранном виде спорта**

Классификации видов спорта, основанные на различных принципах: по особенностям предмета состязания и характеру двигательной активности соревнующихся (по Л.П. Матвееву); по структурному признаку двигательной активности (по В. С. Фарфелю); по способу определения соревновательного результата (по В.С. Келлеру).

Избранный вид спорта в системе физического воспитания. Характер и величина соревновательных нагрузок. Содержательность соревновательной борьбы, компоненты, обеспечивающие адаптированные действия спортсменов: сенсорный, центральный, моторный. Комплексный характер двигательной деятельности.

Значение соревнований. Соревнования как полигон демонстрации спортивных результатов. Соревнование как форма повышения спортивного мастерства спортсменов в процессе многолетней подготовки. Классификация соревнований:

- по решаемым задачам;
- по рангу;
- по характеру организации и системе проведения;
- по возрастным категориям участников.

Правила, положения, календари соревнований, их роль и значение.

### **1.5. Структура соревновательной деятельности. Факторы, определяющие эффективность соревновательной деятельности**

Структура соревновательной деятельности. Состав технико-тактических действий спортсменов. Физические и психические качества, функциональные возможности и морфологические особенности.

Факторы, обуславливающие эффективность соревновательной деятельности. Оснащенность спортсмена технико-тактическим арсеналом и умение применять его в условиях соревнований. Уровень развития физических и психических качеств и свойств спортсмена. Основные понятия и термины в избранном виде спорта.

### **1.6. Тренировка как составная часть подготовки спортсменов, её цели и задачи**

Сущность спортивной тренировки, ее место в системе подготовки спортсменов. Цели и задачи спортивной тренировки. Понятия подготовки спортсмена, готовности, тренированности и ее видов, спортивной формы и закономерностей ее развития. Критерий спортивной формы. Условия осуществления тренировочного процесса. Основные виды подготовки спортсмена. Современные тенденции совершенствования спортивной тренировки.

### **1.7. Принцип углубленной специализации, индивидуализации и особенности его реализации в избранном виде спорта**

Специализация - углубленное развитие определенных функций и качеств, доскональное овладение относительно узким крутом специальных знаний и навыков. Реализация названного принципа с учетом специфики соревновательной деятельности, установки на высшие показатели через специализацию с учетом индивидуальных особенностей спортсмена. Узкая специализация как возможность проявления одаренности в области спорта. Построение и проведение тренировки спортсменов с учетом их возрастных особенностей, способностей, уровня подготовленности.

Принцип единства общей и специальной подготовки в избранном виде спорта.

Зависимость спортивных достижений от разностороннего развития. Взаимосвязь задач и содержания общей и специальной физической

подготовки. Общая физическая подготовка как предпосылка к специальной подготовке.

### **1.8. Принцип непрерывности тренировочного процесса**

Основные положения принципа непрерывности тренировочного процесса: круглогодичность многолетнего тренировочного процесса, достижение прочности усвоения и кумулятивного эффекта, интервалы отдыха между занятиями, гарантирующие восстановление и повышение работоспособности.

### **1.9. Принцип постепенности и предельности наращиваний тренировочных нагрузок**

Зависимость увеличения функциональных возможностей организма от предъявляемых тренировочных и соревновательных нагрузок. Зависимость качественных сдвигов от накопления количественных изменений, Соответствие постепенности в тренировке возможностям и уровню подготовленности спортсмена. Подведение к максимальным нагрузкам - основополагающий фактор в системе спортивной подготовки.

### **1.10. Принцип волнообразности динамики тренировочных нагрузок**

Варьирование тренировочных и соревновательных нагрузок. Масштабы волн: малые, средние, большие! Комплекс причин, объясняющих неизбежность волнообразных колебаний нагрузки (фазовость и гетерохронность, адаптация и восстановление, биоритмы и факторы среды, объем и интенсивность нагрузки).

### **1.11. Принцип цикличности тренировочного процесса**

Зависимость жизнедеятельности спортсмена от индивидуальных особенностей организма. Частичная повторяемость упражнений занятий, этапов, периодов в рамках определенных циклов (микро-, мезо-, макроциклы).

### **1.12. Классификация средств спортивной тренировки**

Классификация средств спортивной тренировки Соревновательные упражнения, тренировочные формы соревновательных упражнений, специально-подготовительные, общеподготовительные упражнения, их состав и назначение.

### **1.13. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты процесса тренировки**

Факторы, определяющие величину тренировочных нагрузок. Объем тренировочных нагрузок. Интенсивность тренировочных нагрузок. Их взаимосвязь. Классификация нагрузок. Виды динамики развития тренировочных нагрузок. Характер и виды отдыха.

### **1.14. Характеристика метода круговой тренировки**

Круговая тренировка как организационно-методическая форма проведения физических упражнений. Средства круговой тренировки и их распределение по станциям. Индивидуальное дозирование нагрузки («максимальный» тест МТ). Варианты использования круговой формы

организации упражнений для развития физических качеств. Положительные стороны применения круговой тренировки.

#### **1.15. Характеристика равномерного метода спортивной тренировки в избранном виде спорта**

Равномерный метод как метод стандартной непрерывной нагрузки. Равномерность и стандартизации - одно из условий формирования и закрепления навыков и морфо-функциональной адаптации организма. Его основные характеристики (длительность и интенсивность), функциональные показатели работы. Положительные стороны использования равномерного метода в тренировочном процессе. Задачи, решаемые с помощью равномерного метода на различных этапах тренировки.

#### **1.16. Характеристика переменного метода спортивной тренировки, в избранном виде спорта**

Переменный метод как метод вариативного упражнения. Направленного изменение воздействующих факторов по ходу упражнения, предъявление повышенных и необычных требований к организму. Задачи, решаемые с помощью переменного метода. Варианты реализации переменного метода. Преимущества недостатки: переменного метода.

#### **1.17. Характеристика повторного метода спортивной тренировки в избранном виде спорта**

Повторный метод как метод прерывного воздействия. Его характерная особенность. Задачи, решаемые повторным методом. Основные варианты использования повторного метода. Преимущества и недостатки повторного метода.

#### **1.18. Характеристика соревновательного метода спортивной тренировки в избранном виде спорта**

Соревновательный метод, стимулирующий максимальное проявление физических и технологических способностей спортсмена на фоне высокого эмоционального напряжения. Задачи, решаемые соревновательным методом в спортивной тренировке. Разновидности соревнований.

#### **1.19. Характеристика игрового метода спортивной тренировки в избранном виде спорта**

Особенности игрового метода, отличающие его от других методов спортивной тренировки (эмоциональность, изменчивость условий, инициатива, комплексное проявление физических и психологических качеств, разнообразие способов достижения цели).

#### **1.20. Физические способности и основные закономерности их развития**

Понятия о физических качествах (способностях). Основные закономерности развития физических качеств; движение - ведущий фактор; зависимость развития от режима двигательной деятельности; этапность развития; неравномерность и гетерохронность; перенос физических способностей.

### **1.21. Сила, силовые способности, средства и методы их развития в избранном виде спорта**

Определение понятия силы и виды ее проявления. Факторы, определяющие уровень развития и проявления силовых способностей. Режимы работы мышц. Собственно-силовые способности: абсолютная и относительная сила. Скоростно-силовые способности: взрывная и скоростная сила. Сензитивные периоды развития силовых способностей. Средства и методы развития силовых способностей.

### **1.22. Быстрота, скоростные способности и методы их развития в избранном виде спорта**

Понятие о быстроте и скоростных способностях. Факторы, определяющие уровень развития и проявления скоростных способностей. Методы развития быстроты двигательных реакций (простой и сложный). Методы развития быстроты одиночного движения и частоты движений. Сенситивные и возрастные периоды развития быстроты.

### **1.23. Ловкость как физическое качество, классификация и методика развития в избранном виде спорта**

Ловкость: определение и понятия, формы проявления. Факторы, определяющие уровень развития и проявления ловкостных способностей. Критерии оценки. Классификация ловкости. Средства и методы развития. Возрастные особенности проявления.

### **1.24. Выносливость, ее виды, средства и методы развития в избранном виде спорта**

Понятие выносливости, формы ее проявления (утомление и выносливость), виды выносливости. Факторы, определяющие уровень развития и проявления выносливости. Средства и методы развития. Возрастные периоды развития выносливости.

### **1.25. Гибкость, её виды и методы развития в избранном виде спорта**

Понятие о гибкости, виды гибкости и критерии измерения. Факторы, определяющие уровень развития и проявления гибкости. Средства и методы ее развития.

### **1.26. Техническая и тактическая подготовка в избранном виде спорта (определение, задачи, средства и методы)**

Определение технической подготовки, технической подготовленности. Виды технической подготовки. Её задачи, средства и методы. Критерии оценки техники. Основные факторы, обуславливающие совершенствование технического мастерства.

Тактическая подготовка. Ее определение и задачи. Факторы, определяющие уровень тактического мастерства. Формы и виды тактики. Средства и методы тактической подготовки. Последовательность обучения тактическим действиям и их совершенствования. Критерии тактического мастерства спортсменов.

### **1.27. Физическая подготовка в избранном виде спорта (определение, задачи, средства и методы)**

Определение физической подготовки. Виды физической подготовки. Задачи, средства, методы и функции. Критерии оценки физической подготовленности. Взаимосвязь физической подготовки с уровнем развития технической, тактической, психологической подготовки.

### **1.28. Теоретическая и психологическая подготовка в избранном в виде спорта (определение, задачи, средства и методы)**

Теоретическая подготовка. Повышение интеллектуального уровня как фактор неуклонного повышения спортивного мастерства в системе многолетней тренировки. Общие и специальные вопросы теоретической подготовки. Задачи, содержание и методы теоретической подготовки на всех этапах многолетней работы со спортсменами.

Определение психологической подготовки. Виды психологической подготовки. Их задачи, средства и методы. Психологические качества в структуре соревновательной деятельности спортсмена. Психологические состояния спортсменов. Критерии психологической готовности. Связь психологической подготовки с другими видами подготовки спортсмена.

### **1.29. Интегральная подготовка, в избранном виде спорта (определение, задачи, средства и методы)**

Интегральная подготовка: определение, взаимосвязь техники, тактики, физических и психологических качеств в процессе соревновательной деятельности. Задачи, средства и методы интегральной подготовки. Критерии интегральной подготовки спортсменов.

### **1.30. Основы периодизации спортивной тренировки, спортивная форма, фазы ее становления**

Основа периодизации спортивной тренировки (закономерности становления спортивной формы). Фазовый характер развития спортивной формы. Критерии спортивной формы. Подготовительный период: этапы, задачи, средства, методы и состав мезоциклов. Соревновательный период: задачи, состав мезоциклов, средства и методы. Переходный период: его задачи, направленность и основное содержание.

### **1.32. Структура микро.- и мезоциклов, методика их построения и виды**

Определение понятия микроцикла и факторов, влияющих на структуру микроцикла. Структура микроцикла. Типы микроциклов. Микроцикл как управление процессами утомления и восстановления.

Мезоцикл - средний тренировочный цикл и его структура. Внешние признаки мезоцикла. Виды мезоциклов: втягивающие, базовые, контрольно-подготовительные, предсоревновательные, соревновательные и восстановительные. Их задачи.

### **1.33. Структура макроциклов и методика их построения**

Факторы, определяющие продолжительность и содержание макроциклов. Построение тренировки в годичных циклах (задачи,

содержание подготовительного, соревновательного и переходного периодов). Закономерности построения макроцикла. Структура макроцикла. Виды макроциклов.

#### **1.34. Перспективное планирование тренировочного процесса**

Перспективное планирование тренировочного процесса. Основа перспективного планирования, предметы планирования, требования к планированию, формы планирования, документы планирования.

#### **1.35. Оперативное и этапное (текущее) планирование тренировочного процесса**

Оперативное планирование тренировочного процесса (занятие, микроцикл, недели, месяц), структура оперативного планирования. Предметы оперативного планирования; зависимость оперативного планирования от закономерностей восстановления работоспособности. Документы оперативного планирования и их виды.

Планирование этапов тренировки, предметы планирования, структура этапного планирования, документы планирования.

#### **1.36. Педагогический контроль в тренировочной и соревновательной деятельности. Основное содержание и разновидности комплексного контроля в подготовке спортсмена**

Контроль как фактор управления подготовкой спортсмена. Реализация педагогического контроля в ходе тестирования или процедуры измерения результатов в тестах. Группы тестов. Оперативный контроль, текущий контроль и этапный. Контроль за соревновательными, тренировочными воздействиями и подготовленностью спортсменов.

Педагогический контроль (за физической, технической и тактической подготовленностью), медико-биологический контроль (за состоянием здоровья, функциональным состоянием систем организма, степенью переносимости нагрузок и влиянием восстановительных средств). Психологический контроль и его значение в тренировочном процессе.

#### **1.37. Общая характеристика многолетнего процесса подготовки спортсменов**

Понятие о системе многолетней подготовки в спорте, структура системы многолетней подготовки. Этапы многолетней подготовки спортсменов, задачи и содержание, средства и методы на отдельных этапах подготовки спортсменов.

#### **1.38. Отбор в процессе многолетней подготовки спортсмена в избранном виде спорта**

Начальный отбор для занятий видом спорта. Критерии отбора. Углубленный отбор с дифференциацией спортсменов (по видам, функциям и т.д.) на основе изучения индивидуальных особенностей спортсмена. Задачи, методы, организация и критерии отбора. Отбор в сборные команды и для участия в ответственных соревнованиях. Задачи, методы и организация.



#### **4. ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ВСТУПИТЕЛЬНОМУ ИСПЫТАНИЮ**

1. Предмет теория и методика спорта, его задачи на современном этапе развития общества.
2. Характеристика профессиональной деятельности тренера в избранном виде спорта
3. Социальные функции спорта, основные направления в развитии спортивного движения
4. Классификация видов спорта.
5. Характеристика соревновательной деятельности в избранном виде спорта и ее роль в подготовке спортсмена. Классификация соревнований в избранном виде спорта
6. Структура соревновательной деятельности. Факторы, определяющие эффективность соревновательной деятельности
7. Тренировка как составная часть подготовки спортсменов, её цели и задачи
8. Принцип углубленной специализации, индивидуализации и особенности его реализации в избранном виде спорта
9. Принцип непрерывности тренировочного процесса
10. Принцип постепенности и предельности наращиваний тренировочных нагрузок
11. Принцип волнообразности динамики тренировочных нагрузок
12. Принцип цикличности тренировочного процесса
13. Классификация средств спортивной тренировки
14. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты процесса тренировки
15. Характеристика метода круговой тренировки
16. Характеристика равномерного метода спортивной тренировки в избранном виде спорта
17. Характеристика переменного метода спортивной тренировки, в избранном виде спорта
18. Характеристика повторного метода спортивной тренировки в избранном виде спорта
19. Характеристика соревновательного метода спортивной тренировки в избранном виде спорта
20. Характеристика игрового метода спортивной тренировки в избранном виде спорта
21. Физические способности и основные закономерности их развития
22. Сила, силовые способности, средства и методы их развития в избранном виде спорта
23. Быстрота, скоростные способности и методы их развития в избранном виде спорта
24. Ловкость как физическое качество, классификация и методика развития в избранном виде спорта

25. Выносливость, ее виды, средства и методы развития в избранном виде спорта
26. Гибкость, её виды и методы развития в избранном виде спорта
27. Техническая и тактическая подготовка в избранном виде спорта (определение, задачи, средства и методы)
28. Физическая подготовка в избранном виде спорта (определение, задачи, средства и методы)
29. Теоретическая и психологическая подготовка в избранном в виде спорта (определение, задачи, средства и методы)
30. Интегральная подготовка, в избранном виде спорта (определение, задачи, средства и методы)
31. Основы периодизации спортивной тренировки, спортивная форма, фазы ее становления
32. Структура микро.- и мезоциклов, методика их построения и виды
33. Структура макроциклов и методика их построения
34. Перспективное планирование тренировочного процесса
35. Оперативное и этапное (текущее) планирование тренировочного процесса
36. Педагогический контроль в тренировочной и соревновательной деятельности. Основное содержание и разновидности комплексного контроля в подготовке спортсмена
37. Общая характеристика многолетнего процесса подготовки спортсменов
38. Отбор в процессе многолетней подготовки спортсмена в избранном виде спорта

## **Рекомендуемая литература**

### **Основная литература**

1. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры): учебное пособие / Л.П.Матвеев. - М.: Лань, 2003. - 134 с.
2. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры. /Л.П.Матвеев. – 3-е изд. переаб. и доп. –М. : Физкультура и спорт, СпортАкадемПресс,2008.- 544 с.
3. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры: Учебник для институтов физической культуры. / Л.П.Матвеев - М.; Физкультура и спорт,1991.
4. Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты. / Л.П.Матвеев – М.:Известие,2001. – 333с.
5. Новоселова, О. Н. Теория и методика физического воспитания различных слоев населения / О. Н. Новоселова : учеб.-метод. пособие. – Челябинск : УралГУФК, 2009. – 85 с.
6. Платонов, В.Н. Система подготовки в олимпийском спорте. Общая теория и ее практическое приложение./ В.Н.Платонов - Киев: Олимпийская

литература, 2004.- 808 с. Платонов, В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в Олимпийском спорте / В.Н. Платонов – Киев: «Олимпийская литература», - 1997. - 584 с.

7. Теория и методика физического воспитания / под ред. Т.Ю. Круцевич . – 1 том. – Киев: «Олимпийская литература», 2003. – 390 с.

8. Филин, В.П. Теория и методика юношеского спорта: Учебное пособие для институтов физической культуры / В.П. Филин – М.: Физкультура и спорт, 1987.

9. Холодов, Ж.К., Кузнецов, В.С. Теория и методика физического воспитания: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений./ Ж.К.Холодов, В.С.Кузнецов – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 480 с.

10. Шапкова, Л.В. Опорные концепции методики адаптивной физической культуры (учебное пособие). Л.В.Шапкова - СП.: СПбГАФК, 1997.- 45с.

11. Шведкая, И. А. Основы теории и методики спорта / И. А. Шведкая : учеб. пособие. – Челябинск : УралГУФК, 2011. – 64 с.

### **Дополнительная литература**

1. Бальсевич В.К. Онтокинезиология человека / В.К.Бальсевич. – М.: Теория и практика физкультуры, 2000.- 275 с.

2. Боген М.М. Обучение двигательным действиям./ М.М. Боген – М.: Физкультура и спорт, 1986.- 192 с.

3. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса. / Ю.В.Верхошанский – М.: Физкультура и спорт, 1985.

4. Габай, Т.В. Педагогическая психология : учеб. пособие / Т.В.Габай. 4-е изд.- М.:Академия.-2008.-240 с.

5. Горбунов Г.Д.Психопедагогика спорта: учебное пособие /Г.Д.Горбунов.- М.: Советский спорт, 2007.-294 с.

6. Годик М.А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок. / М.А.Годик – М.: Физкультура и спорт, 1980.

7. Годик М.А. Педагогические основы нормирования и контроля соревновательных и тренировочных нагрузок : автореф. дис. д-ра пед. наук.- М.,1982.-23 с.

8. Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта (учебное пособие) / Б.Р.Голощапов. – М.,2000.

9. Кун Л. Всеобщая история физической культуры и спорта. / Л.Кун – М.: «Радуга», 1982. Лубышева, Л.И. Социология физической культуры и спорта: учебное пособие для вузов /Л.И.Лубышева.-М.: Академия, 2004.-238 с.

10. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников./ В.И.Лях – М., 1998.

11. Максименко А.М. Основы теории и методики физической культуры (учебное пособие) / А.М. Максчменко – М., 1999.

12. Очерки по теории физической культуры /под ред. Л.П.Матвеева – М.: Физкультура и спорт, 1984.
13. Пономарев Н.И. Социальные функции физической культуры и спорта. / Н.И.Пономарев – М.: Физкультура и спорт, 1974.
14. Система подготовки спортивного резерва / под общей ред. В.Г. Никитушкина. – М.: изд. МГФС объединение, 1994. – 319 с.
15. Современная система спортивной подготовки / под ред. Ф.П. Сулова, В.Л. Сыча, Б.Н. Шустина. – М.: изд. СААМ, 1995. – 445 с.

### **Основная литература**

- 1) Физическая культура и спорт : учебник / В. А. Никишкин, Н. Н. Бумарскова, С. И. Крамской [и др.]. — Москва : МИСИ – МГСУ, 2021. — 380 с. — ISBN 978-5-7264-2862-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/179192> — Режим доступа: для авториз. пользователей.
- 2) Бомин, В. А. Организация занятий физической культурой и спортом студентов : учебное пособие / В. А. Бомин, А. И. Ракоца, А. И. Трегуб. — Иркутск : Иркутский ГАУ, 2019. — 322 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/133353> — Режим доступа: для авториз. пользователей.
- 3) Спортивные игры: правила, тактика, техника : учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.]; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 322 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11314-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/475335>

### **Дополнительная литература**

- 1) Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/472873>
- 2) Спортивные технологии теории и методики спортивной тренировки в избранном виде спорта: легкая атлетика : учебно-методическое пособие / под общей редакцией А. А. Петрова. — Великие Луки : ВЛГАФК, 2014. — 133 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/151140> — Режим доступа: для авториз. пользователей.
- 3) Зотова, Ф. Р. Методологические основы теории спорта : учебно-методическое пособие / Ф. Р. Зотова, Н. Н. Мугаллимова. — Казань : Поволжская ГАФКСиТ, 2018. — 88 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/154982>

— Режим доступа: для авториз. пользователей.

*Периодические издания:*

- 1) Теория и практика физической культуры. - 2003-2022. - № 1-12
- 2) Физическая культура: Воспитание. Образование. Тренировка.- 2003 – 2022 - № 1-6.
- 3) Адаптивная физическая культура. -2015-2022. - № 1-6

*Интернет-ресурсы:*

**ЭБС**

1. ЭБС «Лань». <https://e.lanbook.com/>
2. Национальная электронная библиотека (НЭБ). <https://нэб.рф>
3. ЭБС «Юрайт» <https://biblio-online.ru/>
4. ЭБС «Айбукс.ру.» <https://ibooks.ru/home.php?routine=bookshelf>
5. ЭБС Бук он лайм. <http://book-online.com.ua/>

**ЭОР**

1. Единое окно доступа к образовательным ресурсам. <http://window.edu.ru/catalog/>
2. Словари и энциклопедии. <https://dic.academic.ru/>
3. Педагогическая мастерская «Первое сентября». <https://fond.1sept.ru/>
4. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов. [http://fcior.edu.ru/catalog/srednee\\_obshee](http://fcior.edu.ru/catalog/srednee_obshee)
5. Сайт Единой коллекции цифровых образовательных ресурсов. <http://school-collection.edu.ru/>
6. Научная электронная библиотека eLibrary.ru. <https://elibrary.ru/>
7. «Научная электронная библиотека «Киберленинка». <https://cyberleninka.ru/>
8. Государственная публичная научно-техническая библиотека России. Ресурсы открытого доступа. <http://www.gpntb.ru/elektronnye-resursy-udalennogo-dostupa/1874-1024.html>.
9. Единая цифровая коллекция первоисточников научных работ удостоверенного качества «Научный архив». <https://научныйархив.рф>
10. Электронная база данных Университетская информационная система Россия (УИС РОССИЯ)
11. Библиотека академии наук (БАН). Ресурсы открытого доступа. [http://www.rasl.ru/e\\_resours/resursy\\_otkrytogo\\_dostupa.php](http://www.rasl.ru/e_resours/resursy_otkrytogo_dostupa.php)

## **5. КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ**

Критериями оценки устного ответа поступающего в аспирантуру являются полнота, логичность, доказательность, прочность, осознанность, теоретическая обоснованность, практическая направленность, самостоятельность и адекватность в интерпретации информации.

Результаты экзамена определяются по шкале: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

«Отлично» ставится абитуриенту, который свободно оперирует основными педагогическими понятиями, демонстрирует знания базовых научных трудов и основных положений педагогических концепций и теорий, хорошо ориентируется в формах и методах организации процесса научного педагогического исследования. Поступающий в аспирантуру четко, логично и доказательно выстраивает ответ, устанавливает меж- и внутрипредметные связи демонстрирует собственное отношение по рассматриваемому вопросу, аргументирует свое мнение, выстраивает суждения с опорой на научно обоснованные данные, опыт работы.

«Хорошо» ставится абитуриенту, который в достаточной степени владеет основными педагогическими понятиями, демонстрирует знания отдельных научных трудов и основных положений педагогических концепций и теорий, имеет в целом четкое представление о методах организации процесса научного педагогического исследования, строит ответ в соответствии с планом, владеет в основном программным материалом, способен устанавливать меж- и внутрипредметные связи при наводящих вопросах, ориентируется в обязательной специальной литературе, подтверждает выдвигаемые положения примерами, умеет, в целом, логично строить ответ, однако в ответе встречаются неточности, либо некоторые положения аргументируются недостаточно убедительно.

«Удовлетворительно» ставится абитуриенту, который знает основные педагогические понятия, показывает знания педагогических идей, концепций и теорий с опорой на обязательную литературу, имеет представление об организации процесса научного педагогического исследования. Ответ может содержать фактические ошибки, которые в состоянии исправить при замечании, но выстроен не вполне логично и доказательно, слабо аргументирован, носит преимущественно описательный, а не аналитический характер. Абитуриент затрудняется устанавливать меж- и внутрипредметные связи, не всегда может четко выразить свое мнение, суждение, привести практические примеры.

«Неудовлетворительно» ставится абитуриенту, который не владеет основными педагогическими понятиями, концепциями и теориями, обнаруживает поверхностные знания программного материала, не ориентируется в специальной литературе, демонстрирует бессистемные, отрывочные знания, затрудняется ответить на вопросы билета с помощью наводящих вопросов. Ответ содержит грубые фактические ошибки, выстроен нелогично и недоказательно. Абитуриент не может четко выразить свое мнение, привести примеры.

## **6. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА**

### **5.8.5 Теория и методика спорта**

#### **Основная**

1. Волков В.М., Филин В.П. Спортивный отбор. - М.: ФиС, 1983.

2. Дубровский В.И. Валеология. Здоровый образ жизни. - М.: RETORIKA-A: Флинта, 1999,
3. Дубровский В.И. Реабилитация в спорте. - М.: ФиС, 1991.
4. Ильин Е.П. Психология физического воспитания. - СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2000.
5. МайкелиЛайл, Дженкинс Марк. Энциклопедия спортивной медицины. - СПб.: Изд-во «Лань», 1997.
6. Платонов В.Н. Подготовка квалифицированных спортсменов. - М.: ФиС, 1986.
7. Психология спорта высших достижений: Учебное пособие для институтов физкультуры /Под ред. А.В. Родионова. - М.: ФиС, 1979.
8. Филин В.П. Теория и методика юношеского спорта: Учебное пособие для ИФК. - М.: ФиС, 1987.
9. Фомин Н.А., Вавилов Ю.Н. Физиологические основы двигательной активности. -М.: ФиС, 1991.

#### **Дополнительная**

1. Вайнбаум Я.С. Гигиена физического воспитания. - М.: Просвещение, 1986.
2. Волков В.М., Мильнер Е.Г. Человек и бег - М.: «ФиС», 1987.
3. Каган В.Е. Практическая психология для психологов и врачей: обучающий тестовый контроль. - М.: Смысл, 1999.
4. Кретти Браينت Дж. Психология в современном спорте / Пер с англ. Ханина КХГГ. - М.: ФиС, 1978.
5. Купер К. Аэробика для хорошего самочувствия / Пер. с англ. - М.:ФиС, 1989.
6. Легкая атлетика и методика преподавания: Учебник для ИФК-. - М.:ФиС , 1985.
7. Методика психодиагностики в спорте. - М.: Просвещение, 1990.
8. Психология здоровья . - СПб: Изд-во СПУ, 2000.
9. Родионов А.В. Влияние психологических факторов на спортивный результат. - М.: ФиС, 1983.
10. Сирис П.З. и др. Отбор и прогнозирование способностей в легкой атлетике. - М.: ФиС, 1983.
11. Спортивная медицина: Учебник для ИФК / Под ред. В.Л.Карпмана. -М: ФиС, 1987.
12. Туревский И.М. Структура психофизической подготовленности учащейся молодежи. - Тула: Изд-во ТППО, 1993.

**Приложение 1**  
*Образец*  
*оформления списка опубликованных работ*

**СПИСОК**

**научных и учебно-методических работ поступающего в аспирантуру на  
программу подготовки научных и научно-педагогических кадров в  
аспирантуре**

Научная специальность 5.8.5 Теория и методика спорта  
(в соответствии с Номенклатурой научных специальностей 2021)

**Фамилия, имя, отчество**

Наименование работы	Форма работы (печат., рук. или электрон.)	Выходные данные (город, изд-во, год, стр.)	Объем п.л. или с.	Соавторы (фамилия, инициалы)
1	2	3	4	5
Научные работы				

Дата

Поступающий в аспирантуру  
(фамилия, имя, отчество)

/подпись/

