

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«БРЯНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ АКАДЕМИКА И.Г. ПЕТРОВСКОГО»

Институт педагогики и психологии
Факультет физической культуры
Кафедра физкультурно-спортивных и медико-биологических дисциплин

**ПРОГРАММА
ВСТУПИТЕЛЬНЫХ ИСПЫТАНИЙ**

«Междисциплинарный экзамен по физической культуре»

Направление подготовки
44.04.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) подготовки
**«Образование в области физической культуры
и спортивно-оздоровительной деятельности»**

Квалификация (степень) выпускника:
магистр

Форма обучения:
очная, заочная

Брянск – 2023 г.

Авторский коллектив:

Катунина Н.П. – декан ФФК, д.б.н., доцент;

Харлан А.Л. – врио зав. кафедрой ФСиМБД, к.б.н.;

Стратиенко Е.Н. – профессор кафедры ФСиМБД, д.м.н., профессор;

Пешкова Н.В. – доцент кафедры ФСиМБД, к.п.н.;

Цыгановский А.М. – доцент кафедры ФСиМБД, к.б.н.;

Шкуричева Е.В. – старший преподаватель кафедры ФСиМБД;

Поддубный Ю.В. – старший преподаватель кафедры ФСиМБД.

Рецензент: Литвин Ф.Б. – профессор кафедры биологических дисциплин ФГБОУ ВО «Смоленский государственный университет спорта», доктор биологических наук, доцент.

Программа одобрена и печатается по решению совета факультета физической культуры ФГБОУ ВО «Брянский государственный университет им. академика И.Г. Петровского» (15 ноября 2023 г., протокол № 2).

Общие указания

Для поступления на очную и заочную формы обучения по программе магистерской подготовки «Образование в области физической культуры и спортивно-оздоровительной деятельности» абитуриенты проходят вступительные испытания в виде экзамена по дисциплине «Междисциплинарный экзамен по физической культуре».

В экзаменационный билет входят 2 вопроса по следующим разделам: медико-биологический блок, психолого-педагогический блок и блок теории и методики физической культуры и спорта. Итоговые оценки выставляются по сумме набранных баллов, максимальное количество баллов – 100.

РАЗДЕЛ 1. МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЙ БЛОК

1. Основные сенситивные периоды развития физических качеств и их физиологическая характеристика.

Закономерности процесса созревания: неравномерность темпов роста и развития отдельных органов и систем; половые особенности; биологическая надежность функциональных систем; генетические и средовые факторы; акселерация физического и физиологического развития организма.

Гетерохронность развития физических качеств: прирост мышечной силы
Возрастное развитие качества выносливости, точности движений, ловкости и быстроты.

2. Характеристика морфофункциональных изменений, происходящих в организме под влиянием физических упражнений (ФУ).

Влияние ФУ на центральную нервную систему: иррадиация и концентрация возбуждения, адаптационно-трофическая функция вегетативной НС Вегетативные рефлексы, их роль в обеспечении мышечной работы.

Влияние ФУ на сердечно-сосудистую систему: кардиальные, сосудистые, внекардиальные факторы, обменные процессы.

Влияние ФУ на дыхательную систему: жизненная емкость легких, легочная вентиляция, МПК.

Влияние ФУ на опорно-двигательный аппарат: связочно-суставной аппарат, структура мышц, обеспечение физических качеств.

3. Пути использования гигиенических и природных факторов как средств физического воспитания.

Основные положения личной гигиены: тела, одежды, питания, режим дня, тренировки.

Физическая культура как средство профилактики вредных привычек (курение, алкоголизм, наркомания) и болезней.

Физиологические эффекты влияния факторов природной среды: УФО (активизация всех видов обмена, образование витамина Д, стимуляция защитных механизмов и др.);

Воздух (усиление окислительно-восстановительных процессов в тканях, влияние на бронхо-легочный аппарат, на нервно-рефлекторные и гуморальные реакции); вода (влияние на обмен веществ, регуляцию дыхательной системы, процессы возбуждения и торможения в нервной системе, тонус мышц, терморепцепторы).

Виды и формы закаливания.

4. Динамический стереотип — основа сложных двигательных навыков. Физиологическая характеристика скоростно-силовых упражнений. Кислородный долг и его компоненты.

Двигательные умения и навыки, их физиологические различия. Физиологические механизмы формирования двигательных навыков. Функциональная система, доминанта, двигательный динамический стереотип.

Стадии формирования двигательных навыков: генерализации (иррадиации) возбуждения; стадия концентрации; стадия стабилизации и автоматизации навыка.

Физиологические основы совершенствования двигательных навыков: значение обратных связей, дополнительной информации, речевой регуляции.

Процесс усвоения двигательного действия (схема).

Классификация видов спорта.

Понятие о «взрывной мощности» (сила и скорость). Силовой компонент мощности (динамическая сила) - градиент силы, частота импульсации нейронов, композиция быстрых и медленных волокон. Скоростной компонент — внутри- и межмышечная координация (работа мышц - антагонистов).

Энергетическая характеристика: максимальная анаэробная мощность (тест Маргария в кгм/с) и максимальная анаэробная емкость. Алактацидная и лактацидная фракции кислородного долга.

5. Общая физиологическая классификация физических упражнений. Физиологическая характеристика циклических и ациклических упражнений. Физиологическая характеристика упражнений различной мощности.

Критерии классификации: энергетические, биомеханические (режим деятельности скелетных мышц), критерии ведущего качества, предельного времени работы.

Классификация позных упражнений,

Классификация движений: стандартные, циклические, ациклические; ситуационные.

Характеристика циклических упражнений аэробной мощности (максимальной, смешанной околоразмаксимальной, субмаксимальной, средней и малой). Понятие о МПК.

Характеристика циклических упражнений анаэробной мощности (максимальной, околоразмаксимальной и субмаксимальной мощности).

Характеристика ациклических упражнений (взрывные, стандартно-переменные, нестандартно-переменные, интервально-повторные).

Определение понятия выносливости.

Морфологические особенности спринтеров и стайеров (композиция мышц капилляризация волокон и др.).

Понятие об МПК (абсолютные и относительные показатели).

Кислородтранспортная система (внешнее дыхание — легочные объемы и вентиляция; система крови — объем циркулирующей крови, красная кровь, концентрация лактата — ПАНО; сердечнососудистая система: систолический объем сердца, ЧСС, гипертрофия миокарда и тоногенная дилатация).

6. Возрастные особенности физиологических функций и систем: высшая нервная деятельность, обмен веществ и энергии, системы кровообращения и дыхания.

Высшая нервная деятельность у школьников: сила и подвижность нервных процессов, устойчивость условнорефлекторных связей, дифференцированное торможение, уровень аналитико-синтетической деятельности коры большого мозга.

Обмен веществ и энергии: обмен белков, жиров, углеводов, воды и солей - кальций, фосфор; экономичность обмена энергии с возрастом.

Кровообращение: объем сердца, ЧСС, ритм ЧСС, систолический объем, артериальное давление, реактивность на нагрузки.

Система дыхания: ЖЕЛ, частота дыхания, вентиляция легких, потребление кислорода.

7. Гигиена физического воспитания детей и подростков. Гигиена физической культуры в среднем и пожилых возрастах.

Возрастные особенности детей и подростков.

Дифференциация применения различных средств физической культуры (медицинские группы, формы физического воспитания, режим школьника, закаливание, самоконтроль).

Начало занятий в отдельных видах спорта.

Гигиена питания (состав продуктов, режим питания, рациональное питание).

Морфофункциональные особенности людей среднего и пожилого возрастов (ЦНС, сенсорные системы, двигательные качества, сердечно-сосудистая и дыхательная системы).

Врачебно-педагогический контроль за занимающимися физкультурой и спортом, самоконтроль.

Режим дня. Формы занятий физкультурой.

Гигиена труда и отдыха. Гигиена туризма.

Гигиена питания.

8. Классификация физических упражнений в ЛФК. Дозировка и критерии величины физической нагрузки в ЛФК.

Функции физических упражнений: тонизирующая, трофическая, нормализующая, компенсаторная.

Идеомоторные упражнения.

Гимнастические динамические (активные, пассивные), статические; по анатомическому признаку, по характеру воздействия

Упражнения с предметами и снарядами.

Игры малоподвижные, подвижные, спортивные.

Спортивно-прикладные.

Дозировка:

- по исходному положению (облегчающие, дренажные и др.),
- по темпу выполнения и его амплитуде,
- по степени мышечного напряжения,
- по сложности,
- по использованию предметов и снарядов.

Критерии величины нагрузки: пол, возраст, состояние здоровья, уровень физической подготовленности.

Формы лечебной физкультуры.

9. Классификация видов массажа. Массаж при нарушениях опорно-двигательного аппарата и сердечнососудистой системы.

Топография применения массажа.

Методы массажа.

Лечебный (классический, сегментарно-рефлекторный).

Гигиенический (косметический, профилактический).

Спортивный (подготовительный, тренировочный, восстановительный, реабилитационный).

10. Основные положения самоконтроля спортсмена. Врачебный контроль за женщинами, занимающимися физической культурой и спортом.

Функции самоконтроля: информация о состоянии здоровья, информация о состоянии физического здоровья, психического здоровья, информация об изменениях функциональных систем и переносимости физических нагрузок, анализ информации и принятие решений в динамике (прогностическая функция).

Дневник самоконтроля, его основные разделы. Спортивный дневник, формы его ведения.

Физиологические особенности женского организма: физическое развитие, функциональная готовность систем, менструальные циклы.

Врачебный контроль: спортивно-медицинский, поликлинический (гинекологический), тесты на половую принадлежность. Беременность и спорт.

РАЗДЕЛ 2. ПЕДАГОГИКА И ПСИХОЛОГИЯ

Педагогика

1. Педагогика как наука об образовании человека. Основные понятия педагогики. Цель и задачи педагогической науки. Отрасли педагогики. Методы исследования в педагогике.

Возникновение и развитие школы и педагогической мысли. Элементы педагогики в философских системах древности (Пифагор, Квинтилиан, Сократ, Платон, Аристотель). Гуманистическая педагогика Эпохи Возрождения. Роль Я. Коменского в становлении педагогики. К.Д. Ушинский - основоположник русской педагогической науки. Вклад А.С. Макаренки, В.А. Сухомлинского в развитие советской педагогики. Особенности педагогической науки в XX-XXI вв. (И.Я. Лернер, З.А. Малькова, Н.Д. Никандров, Л.И. Новикова, М.Н. Скаткин, Н.Е. Щуркова, В.А. Караковский и др.).

Положение педагогики в системе наук о человеке, ее основные особенности. Педагогика как область гуманитарного знания, ее основные функции. Предмет педагогики — специально организованный процесс взаимодействия воспитателя и воспитанника.

Категории педагогики: воспитание, обучение, образование. Использование педагогикой междисциплинарных понятий (личность, развитие личности, общение, деятельность, социализация).

Связь педагогики с философией, социологией, культурологией, психологией, биологией и другими отраслями человекознания.

Структура педагогической науки, ее ведущие отрасли (педагогика школы, педагогика профессионального образования, педагогика высшей школы, военная педагогика, дефектология, частные методики, история педагогики и др.). Расширение границ современной педагогики (этнопедагогика, социальная педагогика, коррекционная педагогика, дидактика и др.). Народная педагогика, ее истоки и характерные особенности.

Диалектика взаимодействия педагогической теории и практики, их взаимообогащение. Прогнозирование и развитие образования. Передовой и новаторский педагогический опыт.

Методы исследования в педагогике. Методы теоретического исследования: анализ и синтез, моделирование, абстрагирование, индукция и дедукция и др. Методы эмпирического исследования: педагогическое наблюдение, исследовательская беседа, изучение школьной документации и продуктов деятельности школьников, педагогический эксперимент, констатирующий эксперимент, естественный эксперимент, социометрия и др.

2. Педагогическая профессия и ее роль в обществе. Гуманистический, коллективный и творческий характер профессии учителя. Профессиональная компетентность педагога.

Объективные основания возникновения педагогической профессии. Этапы становления и развития педагогической профессии. Выдающиеся педагоги о профессии учителя. Особенности профессии педагога. Основные функции педагога. Гуманистический, коллективный и творческий характер профессии учителя. Профессиональный стандарт педагога (проект). Современные требования к учителю. Спектр педагогических специальностей. Социальная значимость и перспективы развития педагогической профессии.

Компетентностный подход в образовании. Профессиональная компетентность педагога. Компетенции как общие способности, проявляющиеся и формирующиеся в деятельности, основаны на знаниях, ценностях, склонностях и позволяют человеку установить связь между знанием и ситуацией, обнаружить процедуру (систему действий)

для успешного решения проблемы. Требования к теоретической и практической готовности педагога.

Общая и профессиональная культура педагога. Характеристика компонентов педагогической культуры. Профессиональная этика и педагогический такт учителя.

Содержание понятий «общая культура», «педагогическая культура». Взаимосвязь общей и педагогической культуры. Компоненты педагогической культуры: педагогическая направленность личности учителя, педагогическая позиция, ценностные ориентации, профессионально-значимые качества; педагогические способности; профессиональные знания и умения. Уровни педагогической культуры.

Компоненты личностной культуры педагога. Высокая общая культура. Интеллектуальная культура. Культура внешнего вида педагога. Культура речи. Культура чувств и культура общения. Культура непрерывного профессионального самосовершенствования.

Профессиональная этика и педагогический такт учителя.

3. Развитие и воспитание личности. Движущие силы развития личности. Характеристика факторов формирования личности, их взаимосвязь.

Философы, психологи и педагоги о сущности понятия «личность» (В.В. Давыдов, Э.В. Ильенков, А.Н. Леонтьев, К.К.Платонов, З. Фрейд, К. Юнг, Э. Фромм и др.). Специфика педагогического подхода к понятию «личность». Гуманизация жизни школы - центральная проблема современной педагогики. Человек как природное, социальное, историческое и активное существо.

Взаимосвязь категорий «индивид», «индивидуальность», «субъект», «личность».

Возрастные особенности развития личности, ее природный потенциал. Социальная ситуация развития личности.

Педагогическая антропология. Целостность, неделимость духовной и биологической природы человека, его субъектность как ведущие идеи педагогической антропологии.

Факторы формирования личности: биологические (наследственность), социальные (среда, воспитание), собственная активность личности.

Движущие силы и основные закономерности развития личности с позиций современной педагогической науки.

Личность как самосознающий индивид. Личность как цель воспитания в современной школе. Личность - субъект собственного развития и процесса воспитания. Личность - объект изучения и педагогического влияния.

Факторы социализации личности: макрофакторы (космос, планета, страна, общество), мезофакторы (этнос, тип поселения), микрофакторы (семья, школа, общество сверстников, религия, средства массовой коммуникации). Их характеристика.

Основные функции воспитания: стимуляция развития сущностных сил личности, создание педагогически целесообразной воспитывающей среды, организация взаимодействия всех участников воспитания.

Игра, учение, труд, общение как развивающие виды деятельности и их возрастные трансформации.

Развитие индивидуальности, его движущие силы и механизмы. Сущность индивидуального подхода к развитию человека, его содержание. Воспитание как диалог с индивидуальностью. Реализация принципа природосообразности в воспитании личности. Зависимость развития личности от процессов воспитания и образования.

4. Обучение как компонент целостного педагогического процесса, его особенности и функции. Структура процесса обучения. Характеристика принципов обучения, пути их реализации на практике.

Обучение как вид познавательной деятельности человека. Существенные признаки процесса обучения: организация учебного познания, ускорение темпов индивидуального развития учащихся, овладение познанными закономерностями окружающего мира.

Преподавание как деятельность учителя. Учение как познавательная деятельность учащихся. Образовательная, развивающая и воспитательная функции процесса обучения, их взаимосвязь. Гигиеническая функция обучения. Движущие силы и противоречия процесса обучения.

Зависимость учебного процесса от общих закономерностей познания человеком окружающего мира как выражение сущности обучения.

Основные этапы овладения знаниями: постановка цели, мотивация деятельности, восприятие, осмысление, обобщение, закрепление, применение, контроль и анализ деятельности. Руководство учением школьников.

Усвоение способов деятельности (практических и интеллектуальных). Неоднократное повторение. Вариативное повторение. Сенсорный путь (опора на органы чувств). Моторные навыки и умения (с помощью двигательных упражнений). Синтетическое (сенсомоторное) усвоение (письмо, рисование и др.).

Роль и место знаний, умений и навыков в учебном процессе. Мотивы учения школьников. Мотивы (внутренне - процессуальные, результативные, саморазвития); внешние (долг, обязанность, оценка, успех, самоутверждение, благополучие и др.). Развитие и формирование мотивов.

Познавательный интерес в обучении. Развитие познавательной активности и самостоятельности учащихся.

Закономерности и принципы обучения. Проблемы целостности учебно-воспитательного процесса. Двусторонний и личностный характер обучения. Единство преподавания и учения. Обучение как сотворчество учителя и ученика. Анализ современных дидактических концепций. Единство образовательной, воспитательной и развивающей функций обучения.

Принципы, правила обучения. Характеристика принципов обучения: принцип научности, сознательности, активности, связи обучения с жизнью, доступности и посильности, систематичности и последовательности, прочности, наглядности, учета индивидуальных особенностей учащихся.

5. Общее понятие о методах, приемах и средствах обучения. Классификация методов обучения, их сравнительная характеристика.

Методы обучения. Понятие средства, метода, приема обучения. Классификация средств обучения. Назначение и функции методов обучения. Многообразие методов обучения. Различные подходы к классификации методов обучения в современной дидактике.

Классификация методов по источнику передачи знаний, умений, навыков: словесные (беседа, рассказ, лекция, работа с книгой и т.п.); наглядные (наблюдение, демонстрация, эксперимент); практические (упражнения, письменные и графические работы). Классификация по способу логико-мыслительной деятельности учащихся: объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, проблемное изложение, частично-поисковый (эвристический), исследовательский. Выбор методов обучения учителем при организации учебного процесса.

6. Формы организации обучения. Урок - основная форма организации учебного процесса. Типология и структура урока.

Понятие о формах организации обучения. Индивидуальная, индивидуально-групповая, классно-урочная системы, бель-ланкастерская, мангеймская, план Трампа, вальдорфская педагогика.

Классно-урочная система: постоянный состав учебных групп, расписание учебных занятий, учебный план и программа, сочетание индивидуальной и групповой работы, ведущая роль учителя, систематическая проверка и оценка знаний и др. Пути совершенствования: дифференциация и индивидуализация учебного процесса, использование интегрированных и разновозрастных уроков, нетрадиционных форм организации уроков, возможностей проблемного, программированного обучения; применение КСО, развитие познавательной активности, самостоятельности и творчества учащихся.

Урок как законченная, ограниченная во времени часть учебного процесса, решающая определенные учебно-воспитательные задачи. Типология и структура уроков. Гибкость и подвижность структуры урока в зависимости от его цели, содержания и места в учебном процессе. Типология уроков по основным дидактическим задачам (урок усвоения новых знаний, усвоения умений и навыков, комплексного применения знаний, умений и навыков; обобщения; проверки, оценки и коррекции знаний, умений и навыков; комбинированный урок).

Требования к организации и проведению уроков (дидактические, психологические, гигиенические).

Формы организации обучения: массовые (предметные олимпиады, учебные конференции и др.); групповые (урок, экскурсия, лабораторная работа, факультатив и др.), индивидуальные (домашняя работа, консультация, собеседование и др.).

Подготовка учителя и учащихся к уроку. Тематическое и поурочное планирование, анализ урока. Пути совершенствования урока: оптимизация учебно-воспитательного процесса; повышение познавательной самостоятельности, творческой активности и инициативы учащихся, осуществление внутрипредметных и межпредметных связей; совершенствование методов обучения, содержания образования.

7. Инновационные технологии в обучении.

Педагогические технологии как целенаправленный процесс достижения заранее запланированных результатов обучения.

Структура педагогической технологии. Классификации педагогических технологий. Технология поэтапного формирования умственных действий П.Я. Гальперина, Н.Ф. Талызиной как основа технологизации обучения.

Личностно-ориентированные технологии: КСО, КВО, дифференциация в процессе обучения. Технологии активизации деятельности обучаемых: игровые, проблемное обучение, диалоговые технологии.

Использование современных образовательных средств (электронные системы, персональные компьютеры, электронные энциклопедии, веб-технологии и др.).

Сущность инновационных технологий в образовании. Инновационные подходы к организации технологий обучения. Компьютеризация учебного процесса. Модульные технологии в образовании.

Критерии эффективности педагогических технологий.

8. Воспитание в педагогическом процессе. Цель и задачи воспитания. Особенности и структура воспитательного процесса.

Определение процесса воспитания. Различные подходы к определению этого понятия. Системный, личностный и деятельностный подход в воспитании. Педагогические метапринципы: аксиологический, культурологический, антропологический, гуманистический, синергетический, герменевтический.

Особенности воспитательного процесса (двусторонность и активность, длительность, концентризм в содержании работы, многофакторность, устремленность в будущее и др.). Субъектно-объектный подход к школьнику в процессе воспитания.

Законы воспитания как объективно существующие, повторяющиеся, необходимые связи в процессе воспитания, обуславливающие его развитие. Противоречия современного воспитательного процесса, пути их преодоления в деятельности педагога. Педагогические условия целостности воспитательного процесса. Моделирование процесса воспитания в педагогической теории и практике.

Проблема цели в воспитательном процессе. Сущность и значение целей воспитания для педагогической теории и практики. Различные подходы к определению целей воспитания. Основная цель воспитания в советской школе - всестороннее и гармоничное развитие личности. Создание благоприятных условий для развития личности - один из возможных вариантов цели воспитания в современной школе. Базовая культура личности как условие развития человека и общества. Гуманистический взгляд на воспитание.

Структура воспитательного процесса: подготовительный этап, этап организации и осуществления деятельности, этап анализа результатов.

Диагностика и прогнозирование в структуре воспитательного процесса. Функции диагностики: информационная, оценочная, корректирующая. Виды диагностики (начальная, текущая, обобщающая). Методы изучения личности и коллектива. Прогнозирование развития личности ребенка, коллектива школьников.

Проблемы в воспитании: объектная направленность воспитания, стандартизация воспитательного процесса, формализм, авторитарный стиль, отсутствие эмоциональной культуры, негативное влияние средств массовой коммуникации, переоценка ценностей.

9. Методы и средства воспитательного процесса. Условия их эффективного использования.

Методы в структуре процесса воспитания. Характеристика метода как способа целенаправленной организации совместной деятельности участников этого процесса по достижению воспитательных целей. Прием воспитания.

Средства воспитания как объекты материальной и духовной культуры, служащие развитию и формированию личности. Слово, образ, деятельность.

Функции методов воспитания (формирование мотивации учения, поведения; удовлетворение потребностей воспитанников, формирование правильного отношения к окружающему; развитие интеллектуальной, эмоциональной и волевой сфер личности и др.).

Классификация методов воспитания. Методы формирования сознания: убеждение, внушение, проблемная ситуация. Методы формирования поведения: инструктаж, упражнение, пример. Методы педагогического стимулирования: педагогическое требование, поощрение. Методы педагогической коррекции: критика, наказание, метод «взрыва».

Характеристика методов. Их взаимодействие. Противоречия в применении методов воспитания в современной практике работы учителя. Пути их преодоления. Направления совершенствования методов воспитания.

10. Особенности нравственного воспитания личности. Содержание и формы нравственного воспитания.

Нрав — одно из двух основных свойств духа человека: ум и нрав слитно образуют душу (В.И. Даль). Нравственное воспитание как процесс, формирующий качества личности, определяющие отношение человека к обществу, людям, труду, самому себе.

«Декларация прав ребенка», «Конвенция о правах ребенка» - документы методологического значения в области нравственного воспитания.

Специфика нравственного воспитания, его связь с любым видом деятельности. Развитие личности, ведущим качеством которой является свобода - основная задача нравственного воспитания. Общечеловеческие ценности и нравственное воспитание.

Развитие нравственного сознания, нравственных чувств, нравственного поведения. Нравственное просвещение. Психолого-педагогические основы эффективного включения учащихся разного возраста в деятельность, способствующую воспитанию нравственных качеств (гуманизм, коллективизм, гражданственность, ответственность и др.) Значение нравственных образцов, идеала в процессе воспитания нравственно целостной личности. Нравственный пример воспитателя. Формирование стремления к самосовершенствованию. Ситуация морального выбора в нравственном воспитании. Накопление положительного нравственного опыта с учетом возрастных и индивидуальных особенностей личности.

Гражданское воспитание как процесс формирования общечеловеческого ценностного отношения к глобальным проблемам, социальным группам, отдельным личностям, явлениям общественной жизни. Патриотизм и интернационализм. Нравственное воспитание и религия.

Формы нравственного воспитания: уроки этической грамматики, уроки любования, фантазии, размышления, встречи с искусством, игры-путешествия, праздники и др. Нравственное образование в общеобразовательной школе (Э.П. Козлов). Уроки этической грамматики (А.И. Шемшурина). Урок-общение, урок-практикум. Живой диалог, игра, творчество, эксперимент, упражнения. Формирование этических знаний, эмоционального опыта, нравственных поступков. Связь знаний с повседневной жизнью. Возможная тематика занятий.

Противоречия в области нравственного воспитания с учетом влияния особенностей современной социальной ситуации.

11. Формирование коллектива и его влияние на личность.

Развитие идей коллективного воспитания в трудах А.С. Макаренко, В.А. Сухомлинского, Л.И. Новиковой, В.А. Караковского. Понятие коллектива. Основные признаки и структура коллектива. Коллектив как фактор воспитания, стимулирующий развитие, создающий благоприятную педагогическую среду, включающий ребенка в активный процесс самосовершенствования. Взаимодействие процессов развития личности и коллектива. Эмоциональное богатство коллективной жизни, значение коллективных традиций для присвоения обобщенного положительного опыта.

Учебно-воспитательные коллективы. Формальная и неформальная структура. Самоуправление в коллективе.

Пути формирования коллектива (педагогические требования, система перспективных линий, педагогика параллельного действия, работа с активом, традиции и др.).

Динамика развития ученического коллектива. Педагогическое руководство коллективом учащихся, изменение позиции учителя-воспитателя на различных этапах развития коллектива.

12. Сущность семейной педагогики. Роль семьи в воспитании детей. Семья как социокультурная среда воспитания и развития личности.

Семья как воспитательный коллектив. Типичные ошибки и противоречия воспитания в современной семье (дефицит общения родителей с детьми, отрицательные примеры из жизни родителей, бессистемность работы, несогласованность действий со школой и др.). Пути их преодоления. Положительный опыт воспитания в современных семьях. Многодетные семьи. Неблагополучные семьи.

Взаимодействие родителей и школы в достижении целей воспитания. Позиция педагога в работе с родителями (соблюдение такта, выделение позитива в личности школьника, внимание, терпение, положительный эмоциональный настрой, внушение веры в возможности совершенствования ребенка, обмен опытом и др.). Перенос центра воспитательных усилий в развитии личности ребенка в семью.

Изучение семей (состав семьи, труд в семье, культурный потенциал, внутрисемейные отношения и др.). Методы: наблюдение, беседы, анкетирование, посещение семей, совместный труд и др. Педагогическое просвещение родителей /родительские собрания, научно-практические конференции, работа в органах самоуправления, лекции, беседы, собрания отцов, индивидуальная работа и др./.

13. Социокультурная среда и социализация личности.

Социальная педагогика как отрасль педагогического знания, наука о воспитательных влияниях социальной среды. Социализация как проблема социальной педагогики. Первичная и вторичная социализация. Социализация в деятельности и общении. Социализация и самосознание.

Факторы социализации личности: мегафакторы (космос, планета, мир), макрофакторы (государство, страна, общество), мезофакторы (этнос, тип поселения), микрофакторы (семья, школа, общество сверстников, религия, средства массовой коммуникации). Их характеристика.

14. Понятие об управлении. Управление образовательными системами. Органы управления и их основные функции. Образовательная система России.

Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» (2012г.) и управление образовательными учреждениями.

Управление как процесс планирования, организации, мотивации и контроля, направленный на формирование и достижение целей и успеха организации. Управление сознательное и стихийное. Управленческое решение как формально зафиксированный проект какого-либо изменения в организации, в осуществлении которого помимо субъекта решения участвуют и другие члены.

Менеджмент как управление организацией, самостоятельно действующей в условиях рынка, часто принимающей рискованные решения в самых неожиданных обстоятельствах. Инструменты управления: организация, иерархия управления, воздействие на человека сверху; культура управления; рыночные отношения.

Концепции управления – научные модели менеджмента, используемые для построения системы управления организацией. Научные принципы управления. Системный подход к управлению.

Модели социального управления: линейная, функциональная, целевая, проектная, матричная, адаптирующая, дивизиональная, «венчурная организация».

Управление образовательными системами как разновидность социального управления. Типовое положение об образовательном учреждении.

Педагогическое управление: цель, средства, продукт, результат. Управляющий и управляемый компоненты педагогической системы.

Государственно-общественный характер управления образованием.

Основные функции педагогического управления: информационно-аналитическая, мотивационно-целевая, планово-прогностическая, организационно-исполнительская, контрольно-диагностическая, коррекционно-регулятивная.

Закономерности и принципы управления педагогическими системами.

Методы, стили и формы управления педагогическими системами. Стили руководства: авторитарный, демократический и либеральный. Коллегиальные формы управления (совет образовательного учреждения, кафедра, проектные группы).

Закон «Об Образовании в Российской Федерации». Принципы государственной политики в области образования.

Система образования в современной России. Цели и содержание образовательного процесса. Образовательный процесс: традиции и инновации. Современные функции образования. Государственный образовательный стандарт среднего и высшего профессионального образования.

15. Педагогическое общение. Функции общения. Стили общения. Барьеры в общении и их преодоление.

Профессионально-педагогическое общение как система органичного социально-психологического взаимодействия педагога и воспитуемых, содержанием которой является обмен информацией, оказание воспитательного воздействия, организация взаимоотношений с помощью коммуникативных средств. Педагог как организатор этого процесса, стимулирующий и управляющий им.

Функции профессионально-педагогического общения: контактная, информационная, побудительная, координирующая, перцептивная, эмотивная, интерактивная, корректирующая и др.

Стили управления общением (автократический, авторитарный, демократический, либеральный, перmissive и др.). Стили общения (на основе совместной творческой деятельности, на основе дружеского расположения, общение-дистанция, общение-заигрывание и др.) и этапы его реализации.

Трудности начинающего учителя в общении (неумение наладить контакт, непонимание внутренней позиции ученика, сложности в управлении общением и др.).

Психология

1. Психорегуляция: приемы и способы мобилизации спортсмена и физкультурника, активизации у них восстановительных процессов, приемы и способы уменьшения психической напряженности спортсмена и физкультурника.

Психорегуляция в спорте. Методы психорегуляции. Методы Тетероругуляции. Вербальные методы: беседа, убеждение, приказ, рациональное внушение. Гипносуггестия: фракционный гипноз; гипносуггестия. Невербальные методы гетерорегуляции: аппаратурные и безаппаратурные.

Аутогенная тренировка. Особенности методов релаксации. «Наивное» методы саморегуляции, Простейшие методы саморегуляции. Идеомоторная тренировка. Утомление. Избыточное нервно-психическое напряжение. Фрустрация.

2. Социально-педагогическая характеристика и психологические особенности и проблемы деятельности педагога по физической культуре.

Личность и деятельность учителя физической культуры

Функции учителя физической культуры: воспитательные, образовательно-просветительные, управленческо-организаторские, проектировочные, административно-хозяйственные.

Формы деятельности учителя физической культуры. Специфические условия его деятельности, связанные с необходимостью срочного решения педагогических задач, физической нагрузкой, контролем за деятельностью большого количества учащихся и т.д.

Взаимоотношения учителя и учащихся при различных стилях руководства учителя физической культуры: автократическом, авторитарном, демократическом, игнорирующем, непоследовательном. Педагогическая направленность учителя физической культуры. Знания и умения учителя физической культуры: конструктивные, организаторские, коммуникативные, включая дидактические и ораторские, гностические, двигательные. Профессионально важные качества учителя физической культуры: идейно-политические, нравственные, коммуникативные, волевые, интеллектуальные, психомоторные.

Авторитет учителя физической культуры как профессионала, как старшего и как педагога. Нравственный авторитет. Ложный авторитет и его виды.

Психологические основы профессионального мастерства тренера.

Психологические особенности тренерской деятельности. Функции тренера. Профессиональные знания и умения. Авторитет тренера, психологические характеристики

успешных и неуспешных тренеров. Социально-психологические особенности взаимопонимания тренеров со спортсменами. Типы руководства тренеров. Специфика деятельности тренера в ДЮСШ.

3. Психологические особенности и проблемы подготовки юных спортсменов.

Предсоревновательные психические состояния спортсмена: стартовое безразличие, боевая готовность, стартовая лихорадка, стартовая апатия. Уровень притязаний спортсмена, как один из важнейших факторов, влияющих на интенсивность предстартового возбуждения.

Непосредственная подготовка к соревнованиям. Мобилизация спортсмена на высокий результат. Идеомоторная тренировка спортсмена.

Состояния напряжённости, возникающие в процессе подготовки к соревнованиям: тревожности, страха, паники. Способы уменьшения психической напряжённости. Использование дыхательных упражнений, психической саморегуляции (ПРТ, аутогенная тренировка, прогрессивная релаксация, ПМТ). Педагогические меры предупреждения и снятия напряжения. Снижение уровня притязаний.

4. Общение в спорте.

Общение в спортивной деятельности, как связь спортсменов между собой с целью взаимного обмена информацией и эмоциями. Виды общения: непосредственное и опосредованное; межличностное, личностно-групповое; межгрупповое. Функции общения: познавательная; экспрессивная; регулятивная; социального контроля; социализации. Средства общения: речевые и неречевые. Речевые: монологическая речь и диалогическая. Неречевые: жесты, мимика, пантомимика, предметы, действия, коды, символы.

Роль общения тренера со спортсменом. Факторы эффективного общения тренера со спортсменами. Психологический такт. Культура речи тренера. Стили общения тренера. Формы психологического воздействия тренера на спортсмена. Индивидуализация психологического воздействия тренеров на спортсменов. Особенности секундирования тренеров спортсменов на соревнованиях. Общение тренера со спортсменами, имеющими разный социометрический статус.

5. Особенности волевой и эмоциональной сферы личности и их учет в физическом воспитании и спорте.

Личность спортсмена как субъект и объект общественных отношений в спорте. Агрессия и агрессивность спортсмена. Тревожность и ее влияние на эффективность деятельности спортсмена. Влияние общественного внимания на развитие личности спортсмена. Эффект соперничества как социально-психологическое явление. Спортивная этика.

Понятие «воля», «эмоции», «препятствия» и «трудности». Характеристика психологических трудностей. Волевое усилие. Волевые качества. Характеристика волевых качеств: настойчивости и упорства, целеустремленности. Решительности, смелости. Пути воспитания волевых качеств.

6. Особенности общения и межличностных отношений в физическом воспитании и спорте.

Общение тренера со спортсменом.

Роль общения тренера со спортсменом. Факторы эффективного общения тренера со спортсменами. Психологический такт. Культура речи тренера. Стили общения тренера. Формы психологического воздействия тренера на спортсмена. Индивидуализация

психологического воздействия тренеров на спортсменов. Особенности секундирования тренеров спортсменов на соревнованиях. Общение тренера со спортсменами, имеющими разный социометрический статус.

7. Спортивные команды как малые группы и коллективы. Лидерство и его влияние на успешность спортивной деятельности.

Определение и классификация малых групп. Признаки малой группы, Уровни социального развития спортивных команд как малых групп. Референтные группы. Спортивные команды. Влияние коллектива на формирование личности спортсмена. Социально-психологические аспекты комплектования спортивных команд.

Определение лидерства и его признаки, Виды лидеров, Механизмы выдвижения лидеров. Конкуренция между лидерами. Соотношения между формальным и неформальным лидерством.

8. Мотивационные основы физкультурно-спортивных занятий людей разного возраста.

Потребность в движении и новых впечатлениях как ведущий регулятор отношения к физическому воспитанию младших школьников. Стремление к взрослости, к самоутверждению, их влияние на отношение подростков к физическому воспитанию. Психологические факторы снижения интереса к физическому воспитанию у старшеклассников. Учет особенностей мотивации занятий по физическому воспитанию школьников разного возраста в содержании и организации уроков физической культуры. Мотивы выбора вида спорта и занятий ими на разных этапах спортивной карьеры, Индивидуальные особенности спортивной мотивации. Управление мотивацией спортсменов.

9. Взаимосвязь физического, психомоторного и психического развития.

Филогенез, онтогенез, развитие. Виды развития. Психическое, физическое, психомоторное развитие. Влияние физического развития на процессы отражения. Психомоторная сфера. Сенсомоторная реакция. Психические механизмы. Виды сенсомоторных реакций: простая и сложная. Реакция различения, реакция выбора, реакция переключения. Психологические характеристики физических качеств: быстрота, латентное время, сила, скоростная сила, силовая выносливость, выносливость, усталость, волевые качества, ловкость, гибкость.

10. Предмет психологии физического воспитания и спорта, методы исследования, психодиагностика в психологии спорта.

Человек овладевающий движениями своего тела, умениями целенаправленно перемещать его во времени и пространстве, как предмет психологии физического воспитания и спорта. Педагогическая направленность психологии физического воспитания. Психология спорта как прикладная отрасль психологического знания, как наука о человеке в спорте. Взаимосвязь психологии физического воспитания и психологии спорта. Задачи психологии физического воспитания и спорта: образовательные, воспитательные и оздоровительные. Особенности деятельности в физическом воспитании и спорте. Общие и отличительные черты психологии физического воспитания и психологии спорта.

Методы исследования и психодиагностики в психологии спорта: наблюдение, эксперимент, метод обобщения независимых характеристик, анализ результатов деятельности, опрос тестирование.

РАЗДЕЛ 3. ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА

1. Теория и методика физической воспитания и спорта в системе физкультурно-профессионального образования.

Профессиональное физкультурное образование в условиях реформирования системы образования. Место курса ТМФВС в государственных образовательных стандартах по специальностям и направлениям подготовки специалистов в сфере физической культуры и спорта.

Связь курса ТМФВС с научной специальностью 130004 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Ведущая роль курса ТМФВС в процессе интеграции профилирующих дисциплин в решении важной проблемы – формирование у студентов целостного представления и готовности к профессиональной деятельности специалиста по физической культуре и спорту. Основные понятия теории и методики физического воспитания: физическая культура, физическое воспитание, спорт, физическое развитие, физическая подготовленность, физическое образование, физическая активность.

2. Характеристика системы физического воспитания.

Понятия: физическая культура, спорт, физическое воспитание.

Система физического воспитания как определенная социальная организация (понятия: система физического воспитания, система физического воспитания детей).

Исторический и классовый характер физического воспитания; характерные признаки физического воспитания в обществе, (народность, научность, интернационализм)

Цель и задачи системы физического воспитания: цель и понятие физическое совершенство; задачи (оздоровительные и понятие физическое развитие; образовательные и понятия физическое образование, физкультурное образование; самообразование; воспитательные и взаимосвязь физического воспитания с другими сторонами воспитания).

Основные направления в системе физического воспитания: основные характеристики общей физической подготовки, профессиональной физической подготовки и спортивной подготовки; их взаимосвязь.

Принципы системы физического воспитания.

Основы системы физического воспитания.

Научная основа. Физическое воспитание в системе научных знаний о социально-биологической сущности человека; значение отраслевых наук о человеке. Теория и методика физического воспитания как ведущий компонент научной основы.

Программно-нормативная основа. Единые государственные программы по физическому воспитанию и спортивная классификация как преемственная система содержания и норм физического воспитания различных контингентов населения.

Организационную основу составляют две основные формы руководства, осуществления и контроля за физическим воспитанием: государственная и общественно-самодеятельная. Основные звенья.

3. Культура двигательной деятельности, физически активный образ жизни человека.

Двигательная деятельность как необходимость компонент существования человека, как форма отношения к окружающему миру и способ его освоения. Роль двигательной деятельности, физической активности в жизни человека.

Физическая активность человека как мотивированная систематическая деятельность индивидуума по достижению физических кондиций, необходимых для обеспечения и поддержания оптимального уровня физического развития, физической

подготовленности, состояния здоровья. Понятие физической активности как отражение активного отношения, понимания и участия личности в системе явлений, свойственных физической культуре.

Физическая активность:

- как интегрированное выражение осознанной, опирающейся на потребность, деятельности индивидуума по освоению знаний о методическом обеспечении процесса физического совершенствования в ориентацию на личностную мотивацию физической тренировки, усиление акцента на активное понимание личностью общественной значимости его индивидуальной деятельности, направленной на физическое совершенствование и на инициативное участие в достижении этих общественно значимых целей;
- как активный элемент в сочетании с другими факторами формирующей физическую культуру личности;
- как общественно и индивидуально необходимая составная часть образа жизни человека.

Физические упражнения, двигательные действия, движения как главные компоненты физической активности, как основа достижения цели и решения задач физического воспитания всех слоев населения, каждого отдельного человека.

Биологическая и социальная основа физической активности.

4. Средства и методы физического воспитания.

Характеристика средств физического воспитания, физические упражнения, естественные силы природы, гигиенические факторы.

Физические упражнения как основное средство физического воспитания. Факторы, определяющие воздействие физических упражнений.

Техника двигательного действия. Двигательное действие как система. Образцовая (эталонная) техника, индивидуальная техника, фазы техники: подготовительная, основная (ведущая), заключительная (завершающая).

Использование биомеханических характеристик двигательного действия в физическом воспитании. Критерии оценки эффективности техники. Эволюция развития техники.

Определение понятий: метод, методический прием, методика.

Общие требования к выбору методов.

Классификация и характеристики методов: методы использования слова (значение, методика использования смысловой функции слова и проблема терминологии в физическом воспитании, методика использования эмоциональной функции слова, характеристики методов). Методы наглядного восприятия (значение, виды и методика их применения). Практические методы обучения (значение, методы строго регламентированного упражнения, методы частично регламентированного упражнения). Особенности использования методов в различных возрастных группах.

5. Дидактические основы (принципы) теории и методики физического воспитания.

Формирование двигательных умений, навыков, и специальных знаний обучения в физическом воспитании. Реализация принципов обучения в физическом воспитании.

Принципы сознательности и активности: П.Ф. Лесгафт о принципе; осмысление сущности двигательной активности; психофизиологический механизм принципа; значение инициативности, самостоятельности и творческого отношения в процессе физического воспитания; особенность реализации при обучении детей. Принцип наглядности П.Ф. Лесгафт о наглядности при обучении детей; анатомико-синтетическая деятельность коры головного мозга как объективное условие реализации принципа; значение обратной связи; комплексный подход в использовании разработанных форм наглядности.

Принцип систематичности: использование эффекта сверхвосстановления для развития функциональных возможностей; непрерывность процесса физического воспитания и оптимальное чередование нагрузки и отдыха.

Принцип последовательности и его связь с проблемой доступности методические правила «от известного к неизвестному», «от легкого к трудному», реализация путем усложнения и расширения объема двигательных и тактических умений.

Принцип постепенности, постепенность повышения требований к специальным знаниям на основе межпредметных связей, определение меры доступного, увеличение объема и интенсивности нагрузки.

Значение принципа прочности приобретаемых специальных знаний, умений и навыков.

Принцип индивидуализации: учет возрастных и индивидуальных особенностей при обучении, индивидуализация как необходимое условие для развития способностей личности.

6. Обучение как процесс формирования двигательного умения и навыка.

Понятия: элементарное двигательное умение, двигательный навык, двигательное умение высшего порядка, структура обучения.

Значение двигательных умений и навыков: умение и навык как разные степени владения действием и как функции сознания. Формирование умений и навыков — основное содержание образовательных задач физического воспитания.

Значение структуры обучения: формирование умения и этапы обучения действию. Соотношение понятий фазы двигательного навыка и этапы обучения.

Уровня владения двигательным действием в процессе обучения двигательные умение, двигательный навык, двигательное умение высшего порядка.

Структура обучения как этапность обучения отдельному двигательному действию. Характеристика связи формирования двигательного навыка и этапность обучения.

1 этап: ознакомление, создание представления: задачи, средства, методы.

2 этап: начальное разучивание: задачи, средства, методы. Ошибки, причины их возникновения, меры предупреждения и приемы исправления. Освоение двигательного действия на уровне умения.

3 этап: закрепление: и совершенствование: задачи средства, методы освоение двигательного действия на уровне навыка.

4 этап: интегральное совершенствование навыков и качеств; задачи, средства, методы.

Умение применять комплекс двигательных действий в вариантных условиях на основе высокого уровня физических качеств и специальных знаний на уровне умений высокого порядка.

Формирование специальных знаний в процессе обучения в физическом Воспитании. Содержание знаний сведения о физическом воспитании в целом, о закономерностях движения человеческого тела, о правилах разучивания двигательных действий и способах их выполнения, о влиянии занятий физическими упражнениями на организм человека.

7. Теоретико-практические основы развития физических качеств.

Определение понятия физических (двигательных) качеств, их характеристика.

Сила: определение понятия, формы проявления. Методика развития силы: задачи, средства, методы.

Возрастные периоды развития силы. Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития силы.

Быстрота: определение понятия, формы проявления быстроты. Методика развития быстроты. Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития быстроты.

Выносливость: определение понятия, формы проявления (утомление и выносливость), виды Выносливости. Методика развития выносливости: задачи, средства, и методы. Факторы, определяющие степень воздействия упражнений при развитии выносливости, возрастные периоды развития выносливости.

Гибкость (подвижность в суставах): определение понятия, формы проявления гибкости и факторы, влияющие на ее проявления. Методика развития гибкости: средства, методы. Возрастные периоды развития гибкости. Контрольные упражнения для определения уровня развития гибкости.

Ловкость (координационные способности): определение понятия, формы проявления ловкости и факторы, влияющие на ее проявление. Методика развития ловкости: задачи средства и методы. Возрастные особенности проявления. Контрольные упражнения для определения уровня развития ловкости.

Взаимосвязь физических качеств целостной двигательной деятельности.

Связь обучения двигательным действиям с развитием физических качеств.

8. Формы построения занятий в физическом воспитании.

Характеристика форм физического воспитания, разнообразие форм. Формы физического воспитания в семье, дошкольных учреждениях, в школе, в учреждениях дошкольного образования. Взаимосвязь формы и содержания занятий.

Динамика работоспособности на занятиях, характеристика структур занятий.

Урочные и неурочные формы. Урок - основная форма организации занятий, характеристика, требования к методике проведения урока. Виды уроков. Структура урока. Неурочные формы: индивидуальные и групповые самостоятельные занятия, игры и состязания.

9. Спорт в современном обществе, тенденции его развития.

Спорт как исторически сложившаяся специфическая человеческая деятельность. Спорт в структуре современного общества, спортивные объединения в мировой социально-политической системе Роль спорта в решении задач физического воспитания населения в широком возрастном диапазоне, учащихся и лиц, занятых трудовой деятельностью, находящихся на пенсии - в городе и на селе.

Виды спорта. Отличительный их признак - предметная основа соревновательной деятельности (бег, плавание, игры и т. п.). Разнообразие видов спорта в мире, в нашей стране.

Основные понятия, относящиеся к спорту. Классификация видов спорта. Система отбора и спортивной организации. Система соревнований. Система спортивной тренировки. Система факторов, повышающих эффективность функционирования системы соревнований и системы тренировки. Спортивные достижения и тенденции их развития. Факторы, влияющие на динамику спортивных достижений в спорте.

10. Сущность и функции спорта. Основные направления в развитии спортивного движения в современном мире.

Функции современного спорта. Гуманистическая направленность функции спорта.

Типы спорта, сложившиеся в мире. Спорт высших достижений. Установка на победу, рекорд, призовое место. Критерии эффективности - по итогам крупнейших соревнований. Наличие специального отбора лиц для занятий и участия в соревнованиях.

Массовый спорт (спорт для всех). Критерии эффективности по факту регулярных занятий и участия в соревнованиях, личных достижений. Главная черта - доступность для всех желающих, отсутствие специального отбора.

Детско-юношеский спорт. Два направления: первое - подготовка спортивных резервов, связь со спортом высших достижений; второе - использование средств и методов из спорта для эффективного решения задач физического воспитания подрастающего поколения, связь с массовым спортом. Критерии эффективности - массовость охвата занимающихся; подготовка резерва высококвалифицированным спортсменам.

Профессиональный спорт. В его основе лежит стремление спортсменов победить и получить вознаграждение. Источники существования - самоокупаемость, прибыль, реклама и пр. Характеристика спортсменов-профессионалов и профессиональных клубов.

11. Системное представление о подготовке спортсменов.

Требования к спортсмену в современном спорте и необходимость совершенствования подготовки спортсменов на основе системного подхода. Понятие «спортивная подготовка».

Многолетний характер подготовки спортсменов от начала специализированных занятий спортом в детском возрасте до прекращения активных выступлений в спорте высших достижений.

Структура системы подготовки спортсменов: подсистема целей и модельных показателей на весь многолетний период; подсистема обеспечения (отбор спортсменов, тренерские и др. кадры, материально-техническая оснащенность, формы организации, управление); подсистема реализации целей и достижения модельных уровней (тренировка, соревнования, профилактические и восстановительные мероприятия, формирование личности спортсмена).

12. Основы спортивной тренировки.

Цели и задачи спортивной тренировки. Методы спортивной тренировки.

Принципы спортивной тренировки. Спортивно-техническая подготовка. Критерии техники. Сбивающие факторы. Характер сбивающих факторов и причины возникающих нарушений, вызываемые ими процессы. Двигательные ошибки, возникающие в процессе технической подготовки. Спортивно-тактическая подготовка. Физическая подготовка. Общая и специальная физическая подготовка. Психическая подготовка. Тренировочные и соревновательные нагрузки. Классификация нагрузок и характеристика отдельных зон интенсивности.

13. Спортивная ориентация и отбор.

Понятие «спортивная ориентация». Выбор для каждого человека вида спорта, который соответствует его индивидуальным особенностям. Связь ориентации с детско-юношеским и массовым спортом.

Понятие «спортивный отбор». Выбор лиц, обладающих высоким уровнем способностей к определенному виду спорта. Место отбора в многолетней системе подготовки спортсменов. Связь со спортом высших достижений, массовым и детско-юношеским спортом.

Уровни отбора: первый - для занятий конкретным видом спорта; второй - для определения вида специализации в избранном виде спорта; третий - для зачисления молодых спортсменов в коллективы квалифицированных спортсменов в сфере спорта высших достижений; четвертый - для включения спортсменов в состав сборных команд (страны, региона и др.) и для участия в соревнованиях.

Организация отбора на всех уровнях. Методика отбора на всех уровнях.

14. Физическое воспитание детей дошкольного возраста.

Значение и задачи физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста (оздоровительные, образовательные, воспитательные). Возрастные особенности

физического развития и физической подготовленности детей раннего и дошкольного возраста. Особенности развития движений у детей грудного, раннего и дошкольного возраста. Средства физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста. Формы организации занятий физическими упражнениями с детьми раннего и дошкольного возраста. Методические особенности физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста.

15. Физическое воспитание детей школьного возраста.

Социально-педагогическое значение и задачи физического воспитания детей школьного возраста. Возрастные особенности физического развития и физической подготовленности детей школьного возраста. Характеристика средств физического воспитания детей школьного возраста. Гимнастика. Легкая атлетика. Ходьба на лыжах. Плавание. Игры. Физическое воспитание детей младшего школьного возраста. Особенности возрастного развития. Задачи физического воспитания. Средства физического воспитания. Особенности методики физического воспитания. Особенности методики физического воспитания детей младшего школьного возраста. Домашние задания. Физическое воспитание детей среднего школьного возраста. Особенности возрастного развития. Задачи физического воспитания в среднем школьном возрасте. Средства физического воспитания. Особенности методики физического воспитания детей в среднем школьном возрасте. Физическое воспитание детей старшего школьного возраста. Особенности возрастного развития. Задачи физического воспитания в старшем школьном возрасте. Характеристика средств физического воспитания. Особенности методики физического воспитания детей старшего школьного возраста.

16. Планирование учебной работы по физическому воспитанию в школе. Документы планирования.

Сущность и значение планирования. Характеристика основных документов планирования в физическом воспитании. Учебный план, учебная программа, план-график учебного процесса, рабочий (тематический) план, план-конспект урока. Педагогический контроль и учет в физическом воспитании. Предварительный контроль. Оперативный контроль. Текущий контроль. Этапный контроль. Итоговый контроль. Методы контроля. Требования к учету. Документы учета. Технология разработки документов планирования по физическому воспитанию. Педагогическая технология. Общий план работы по физическому воспитанию. Годовой план-график учебного процесса по физическому воспитанию. Поурочный рабочий (тематический) план на четверть. План-конспект урока.

17. Контроль и учет в физическом воспитании. Оценка успеваемости на уроках физической культуры.

Виды контроля — перспективный; текущий; оперативный. Требования к учету и контролю в физическом воспитании. Целевая направленность педагогического процесса. Всесторонность контроля задач педагогического процесса. Учет закономерностей физического воспитания. Конкретность планирования. Методическая последовательность контроля. Оценка успеваемости.

18. Физическое воспитание детей с ослабленным здоровьем.

Характеристика учащихся разных медицинских групп. Задачи физического воспитания учащихся специальной медицинской группы. Особенности проведения занятий в специальной медицинской группе. Организация физического воспитания детей, имеющих отклонения в развитии и обучающиеся в специализированных учреждениях.

Характеристика и классификация детей с отклонениями в развитии. Задачи физического воспитания детей с отклонениями в развитии. Формы организации и содержание занятий по физическому воспитанию в специализированных учреждениях.

19. Внеклассная работа по физическому воспитанию.

Значение и задачи внеклассной работы (ВР) в школе. Педагогическое руководство ВР. Формы организации ВР в школе. Задачи, организация, содержание и методика проведения занятий в кружках физической культуры, спортивных секциях. Задачи, организация и основы методики проведения занятий в группах ОФП. Значение и формы пропаганды физической культуры в школе. Проведение общешкольных физкультурно-массовых и спортивных мероприятий. Планирование работы по внеклассным формам занятий.

20. Внешкольная работа по физическому воспитанию.

Организация физического воспитания детей школьного возраста во внешкольных учреждениях различного типа. Занятия в физкультурно-оздоровительных центрах, в культурно-оздоровительных учреждениях, спортивных школах (СШ), детско-юношеских спортивных школах (ДЮСШ), специализированных детско-юношеских школах олимпийского резерва (СДЮШОР).

21. Методологические основы оздоровительной тренировки.

Оздоровительная направленность как важнейший принцип оздоровительной тренировки. Содержательные основы оздоровительной физической культуры. Основы построения оздоровительной тренировки. Характеристика средств специальной оздоровительной направленности.

Оценка состояния здоровья и физической подготовленности занимающихся оздоровительной физической культурой.

22. Педагогические исследования в физическом воспитании.

Подготовка к исследованию: выбор темы; тематический подбор литературы; определение задач исследования; разработка гипотезы; план исследования; подбор исследуемых; выбор методов исследования; общие требования к методам исследования.

Педагогический эксперимент: характерная черта и типовая схема эксперимента; классификация видов и их характеристики (преобразующий, констатирующий, естественный, модельный лабораторный, абсолютный и сравнительный эксперимент).

Педагогическое наблюдение: характерная черта; целесообразные случаи применения; частотный и оценочный способы регистрации единиц наблюдения; классификация видов наблюдения и их характеристики; подготовка к наблюдению; способы наблюдения.

Хронометрирование: определение понятия; сферы применения; техническое оснащение; методика хронометрирования урока (определение общей и моторной плотности урока).

Контрольные испытания: назначение; основные понятия; виды контрольных упражнений; достоверность тестирования; стандартизация тестов; методика оценки уровня развития двигательных качеств; методика оценки уровня общей физической подготовки.

23. Физическое воспитание взрослого населения.

Значение физического воспитания взрослого населения в связи с преобразованиями в экономической и культурной жизни страны.

Задачи физического воспитания взрослого населения, вытекающие из общей цели физического воспитания и отражающие особенности молодежной, средней и старшей возрастных групп.

Основы организации: ДСО как основная форма организации самодеятельного физкультурного движения; коллективы физической культуры предприятий, учреждений, учебных заведений как первичные организации ДСО.

24. Физическое воспитание студенческой молодежи.

Значение и задачи.

Формы занятий физическими упражнениями студентов.

Учебная работа: учебный план, учебная программа, оценка успеваемости, врачебный контроль, учебные отделения.

Физическое воспитание во внеурочное время.

Особенности физического воспитания студентов педагогических институтов.

Особенности физического воспитания студентов факультета физического культуры.

25. Тренировочные и соревновательные нагрузки. Физическая нагрузка, параметры нагрузки, объем и интенсивность. Виды отдыха, определение интенсивности, факторы обуславливающие объем и интенсивность в зависимости от вида спорта. «Внешние» и «внутренние» стороны нагрузки, параметры упражнений.

Указание. При оценке знаний руководствуются следующими критериями.

91-100 баллов: глубокое понимание сущности вопроса, логичность изложения, использование примеров из практики или своего личного опыта.

71-90 баллов: при признаках характерных для оценки «5», допустил несущественные отклонения и незначительные ошибки.

50-70 баллов: основная информация воспроизведена с нарушением логической последовательности и ее представления, имеются пробелы в знаниях, отсутствует аргументация излагаемого материала, ученик не умеет использовать примеры из практики.

Менее 50 баллов: не знает существа излагаемого материала, искажает факты, правила или информацию об основных моментах.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

К разделу I.

а) основная литература:

1. Анатомия и физиология человека: иллюстрированный учебник / И.В. Гайворонский [и др.]; под редакцией И.В. Гайворонского. – М.: ГОЭТАР-Медиа, 2022. – 672 с.
2. Брин, В.Б. Физиология человека в схемах и таблицах / В.Б. Брин. – М.: Лань, 2021. – 608 с.
3. Дробинская, А.О. Анатомия и физиология человека / А.О. Дробинская. – М.: Юрайт, 2019. – 414 с.
4. Капилевич, Л.В. Физиология человека. Спорт: учебное пособие для вузов / Л.В. Капилевич. – М.: Юрайт, 2022. – 141 с.
5. Корнева, И.Н. Учебно-методическое пособие по дисциплине «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» / И.Н. Корнева, Е.Е. Лутовина, П.П. Тиссен. – Оренбург: ОГПУ, 2021. – 112 с.
6. Любимова, З.В. Возрастная анатомия и физиология в 2 т. Т. 1 Организм человека, его регуляторные и интегративные системы: учебник для академического бакалавриата / З.В. Любимова, А.А. Никитина. - М.: Юрайт, 2022. – 447 с.
7. Любимова, З.В. Возрастная анатомия и физиология в 2 т. Т. 2 Опорно-двигательная и висцеральные системы: учебник для академического бакалавриата / З.В. Любимова, А.А. Никитина. - М.: Юрайт, 2022. – 372 с.
8. Сай, Ю.В. Анатомия и физиология человека. Словарь терминов и понятий / Ю.В. Сай, Н.М. Кузнецова. – М.: Лань, 2022. – 116 с.
9. Самусев, Р.П. Атлас анатомии и физиологии человека / Р.П. Самусев, Н.Н. Сентябрев. - М.: ГОЭТАР-Медиа, 2020. – 432 с.
10. Смольяникова, Н.В. Анатомия и физиология человека: учебник / Н.В. Смольяникова, Е.Ф. Фалина, В.А. Сагун. - М.: ГОЭТАР-Медиа, 2020. – 560 с.
11. Солодков, А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная / А.С. Солодков, Е.Б. Сологуб. – М.: Спорт, 2022. – 624 с.
12. Федюкович, Н.И. Анатомия и физиология человека / Н.И. Федюкович. – Ростов-на-Дону.: Феникс, 2022. – 573 с.

б) дополнительная литература:

1. Агаджанян, Н.А. Нормальная физиология / Н.А. Агаджанян [и др.]. – М.: Просвещение, 2022. - 544 с.
2. Киселев, С.Ю. Анатомия центральной нервной системы: учебное пособие для вузов / С.Ю. Киселев. – М.: Юрайт, 2022. – 65 с.
3. Нормальная физиология. Практикум: учебное пособие / В.А. Переверзев [и др.] : под ред. В.А. Переверзева. - Минск: БГМУ, 2022.– 240 с.
4. Нормальная физиология: Учебник / А.А. Семенович [и др.]; под ред. А.А. Семеновича и В.А. Переверзева. - Минск: Новое знание, 2021.– 520 с
5. Руководство к лабораторным занятиям по нормальной физиологии (интенсивный курс) / Laboratory manual for normal physiology (intensive course): учебно-методическое пособие / Д.А. Александров, В.А. Переверзев, Т.Г. Северина, О.С. Никитина, А.А. Анисимов; под ред. А.А. Александрова. – Минск: БГМУ, 2021. – 168 с.
6. Физиология с основами анатомии / Под ред. В.М. Смирнова, В.Г. Зилова, М.А. Медведева, Д.С. Свешникова. – М.: Медицинское информационное агентство, 2021.- 268 с.

в) периодическая литература:

Журналы: «Морфология (архив анатомии, гистологии и эмбриологии)», «Морфологические ведомости», «Наука и спорт», «Физиология человека», «Теория и практика физической культуры», «Физиология спорта».

з) интернет ресурсы:

1. <http://www.e-anatomy.ru> – виртуальный атлас по анатомии и физиологии человека;
2. <http://anatomius.ru> – материалы по возрастной анатомии и физиологии;
3. <http://anatomyonline.ru> – анатомический словарь on-line;
4. <http://meduniver.com/Medical/Anatom> – статьи и иллюстрации по нормальной анатомии человека;
5. <http://www.anatomus.ru> – анатомия человека в иллюстрациях;
6. <http://mwanatomy.info> – популярно о строении человеческого тела с иллюстрациями;
7. <http://miranatomy.ru> – материалы по анатомии и физиологии с иллюстрациями.
8. <http://www.e-anatomy.ru> – виртуальный атлас по анатомии и физиологии человека;
9. <http://www.fiziolog.isu.ru> – научно-популярный сайт восточно-сибирского центра медико-биологической информации;
10. <http://anatomius.ru> – материалы по возрастной анатомии и физиологии;
11. <http://anatomyonline.ru> – анатомический словарь онлайн;
12. <http://mwanatomy.info> – популярно о строении человеческого тела с иллюстрациями;
13. <http://miranatomy.ru> – материалы по анатомии и физиологии с иллюстрациями;
14. <http://fiziologia-vnd.ru> – статьи по физиологии человека.

К разделу II (Педагогика)

а) основная литература:

1. Бермус, А.Г. Теоретическая педагогика : учебное пособие для вузов / А.Г. Бермус. - 2-е изд. – М.: Юрайт, 2022. - 159 с.
2. Бермус, А.Г. Практическая педагогика: учебное пособие для вузов / А.Г. Бермус. - 2-е изд. – М.: Юрайт, 2022. - 127 с.
3. Голованова, Н.Ф. Педагогика: учебник и практикум для вузов / Н.Ф. Голованова. - 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Юрайт, 2022. - 377 с.
4. Кузнецов, В.В. Общая и профессиональная педагогика: учебник и практикум для вузов / В.В. Кузнецов. - 2-е изд., испр. и доп. – М.: Юрайт, 2022. - 156 с.
5. Милорадова, Н.Г. Педагогика: учебное пособие для вузов / Н.Г. Милорадова. – М.: Юрайт, 2022. - 119 с.
6. Савенков, А.И. Педагогика. Исследовательский подход в 2 ч. Часть 1: учебник и практикум для вузов / А.И. Савенков. - 2-е изд., испр. и доп. – М.: Юрайт, 2022. - 232 с.
7. Савенков, А.И. Педагогика. Исследовательский подход. В 2 ч. Часть 2: учебник и практикум для вузов / А.И. Савенков. - 2-е изд., испр. и доп. – М.: Юрайт, 2022. - 187 с.
8. Щуркова, Н. Е. Педагогика. Воспитательная деятельность педагога: учебное пособие для вузов / Н. Е. Щуркова. - 2-е изд. – М.: Юрайт, 2022. - 319 с.
9. Юркина, Л.В. Педагогика. Практикум: учебное пособие для вузов / Л.В. Юркина. - М.: Издательство Юрайт, 2022. - 136 с.
10. Подласый, И.П. Педагогика в 2 т. Том 1. Теоретическая педагогика в 2 книгах. Книга 1: учебник для вузов / И. П. Подласый. - 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Юрайт, 2022. - 404 с.

11. Подласый, И.П. Педагогика в 2 т. Том 1. Теоретическая педагогика в 2 книгах. Книга 2: учебник для вузов / И.П. Подласый. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Издательство Юрайт, 2022. - 386 с.

12. Подласый, И.П. Педагогика в 2 т. Том 2. Практическая педагогика в 2 книгах. Книга 1: учебник для вузов / И.П. Подласый. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Юрайт, 2022. - 491 с.

13. Подласый, И.П. Педагогика в 2 т. Том 2. Практическая педагогика в 2 книгах. Книга 2: учебник для вузов / И.П. Подласый. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Юрайт, 2022. - 318 с.

б) дополнительная литература:

1. Бордовская, Н.В. Педагогика / Н.В. Бордовская, Е.А. Кошкина.- М.: Кнорус, 2022. – 456 с.

2. Бороздина, Г.В. Основы психологии и педагогики / Г.В. Бороздина. – М.: Высшая школа, 2022. – 415 с.

3. Власова, Т.И. Педагогическая конфликтология: содержание конфликтов и технологии их разрешения: учебник / Т.И. Власова. – М.: Директ-Медиа, 2022. – 232 с.

4. Градусова, Л.В. Гендерная педагогика: учебное пособие / Л.В. Градусова. – М.: ФЛИНТА, 2021. – 176 с.

5. Ляпунцова, Е.В. Традиции и инновации высшего образования в Российской Федерации. Стратегическая роль преподавателя / Е.В. Ляпунцова, Ю.М. Белозерова, И.И. Дроздова. – М.: Кнорус, 2022. – 166 с.

6. Мардахаев, Л.В. Социальная педагогика: основы воспитания: учебник / Л. В. Мардахаев. – М.: Директ-Медиа, 2022. – 412 с.

7. Самойлов, В.Д. Педагогика и психология высшей школы: учебник / В.Д. Самойлов. – М.: Вологда: Инфра-Инженерия, 2021. – 248 с.

8. Хуторской, А.В. Педагогика / А.В. Хуторской. – СПб.: Питер, 2022. – 608 с.

9. Яковлева, И.В. Современные технологии в инклюзивном образовательном пространстве: учебное пособие / И.В. Яковлева, О.А. Подольская. – М.: Директ-Медиа, 2022. – 92 с.

в) периодическая литература:

Журналы: «Педагогика», «Народное образование», «Школьные технологии», «Классное руководство и воспитание школьников», «Воспитание школьников», «Классный руководитель», «Учитель».

Газеты: «Учительская газета».

г) интернет ресурсы:

1. <http://www.gnpbu.ru> – научная педагогическая библиотека им. К.Д. Ушинского

2. <http://www.gumer.info> Библиотека Гумер - гуманитарные науки

3. // <http://www.gumfak.ru/> электронная гуманитарная библиотека

4. <http://www.humanities.edu.ru/> Федеральный образовательный портал «Социально-гуманитарное и политологическое образование»

5. <http://soc.lib.ru/> Электронная библиотека Soc.Lib.ru («Социология, Психология, Управление»)

6. <http://www.sciencedirect.com>: база данных мультидисциплинарного характера включает журналы по гуманитарным, социальным наукам, математике, медицине (всего 21 дисциплина).

К разделу II (Психология)

а) основная литература:

1. Абрамова, Г.С. Общая психология: учебное пособие / Г.С. Абрамова. – М.: Инфра-М, 2020. – 495 с.
2. Возрастная и педагогическая психология: учебник для вузов / Б. А. Сосновский [и др.]; под редакцией Б.А. Сосновского. – М.: Юрайт, 2021. – 359 с.
3. Еромасова, А.А. Общая психология. Методы активного обучения: учебное пособие для вузов / А.А. Еромасова. – М.: Юрайт, 2022. - 182 с.
4. Иванников, В.А. Общая психология: учебник для вузов / В.А. Иванников. – М.: Юрайт, 2022. - 480 с.
5. Нуркова, В.В. Общая психология: учебник для вузов / В.В. Нуркова, Н.Б. Березанская. – М.: Юрайт, 2022. - 524 с.
6. Общая психология. Введение в общую психологию: учебное пособие для вузов / Д.А. Донцов, Л.В. Сенкевич, З.В. Луковцева, И.В. Огарь; под научной редакцией Д.А. Донцова, З.В. Луковцева. – М.: Юрайт, 2022. - 178 с.
7. Общая психология. Хрестоматия: В 5 т. / сост. В.А. Мазиллов, В.Д. Шадриков. – М.: РИД РосНОУ, 2020 . – 509 с.
8. Общая психология: введение в общую психологию, психология познавательных процессов: учебное пособие / Б.Н. Рыжов, Д.А. Донцов, М.В. Донцова, Л.В. Сенкевич; под общ. науч. ред. Б.Н. Рыжова, Д.А. Донцова; отв. ред. Д.А. Донцов. – М.: ФЛИНТА, 2021. – 400 с.
9. Педагогическая психология: учебное пособие / И.А. Баева [и др.]. – СПб.: Питер, Прогресс книга, 2020. – 496 с.
10. Силина, Е.А. Психология человека: самостоятельная работа студентов: учебно-методическое пособие / Е.А. Силина, Л.Л. Баландина; Под ред.: Е.А. Силиной. – М.: ФЛИНТА, 2019. - 111 с.
11. Сухов, А.Н. Социальная психология: учебное пособие / А.Н. Сухов, М.Г. Гераськина. – М.: ЮНИТИ, 2020. – 367 с.
12. Чекина, Л.Ф. Психология развития: учебное пособие для вузов / Л.Ф. Чекина. – СПб.: Лань, 2022. - 208 с.

б) дополнительная литература:

1. Белкина, В.Н. Психология раннего и дошкольного детства: учебное пособие для вузов / В.Н. Белкина. – 2-е изд. – М.: Юрайт, 2021. – 170 с.
2. Бобченко, Т.Г. Психологические тренинги. Основы тренинговой работы. Учебное пособие / Т.Г. Бобченко. - М.: Юрайт, 2020. - 132 с.
3. Болотова, А.К. Прикладная психология. Основы консультативной психологии. Учебник и практикум / А.К. Болотова. - М.: Юрайт, 2019. - 340 с.
4. Выготский, Л.С. Психология развития. Избранные работы / Л.С. Выготский. – М.: Юрайт, 2021. – 281 с.
5. Гиппенрейтер, Ю.Б. Введение в общую психологию: Курс лекций / Ю.Б. Гиппенрейтер. – М.: АСТ, 2019, – 352 с.
6. Еромасова, А.А. Общая психология. Методы активного обучения. Учебное пособие для вузов / А.А. Еромасова. - М.: Юрайт. 2019. - 182 с.
7. Константинов, В. В. Методологические основы психологии. Учебное пособие для академического бакалавриата/ В.В. Константинов. - М.: Юрайт. 2019. - 200 с.
8. Коржова, Е. Психология личности. Учебное пособие. Стандарт третьего поколения / Е. Коржова. - СПб.: Питер, 2020. 544 с.
9. Корнилова, Т.В. Экспериментальная психология. Учебник для академического бакалавриата. В 2-х частях. Часть 2 / Т.В. Корнилова. - М.: Юрайт, 2019. - 174 с.

10. Леонтьева В.Л. Психология. Учебное пособие для СПО / В.Л. Леонтьева. — М.: Юрайт, 2019. - 152 с.
11. Либин, А. В. Дифференциальная психология. Учебник / А.В. Либин. - М.: Юрайт, 2020. - 442 с.
12. Маклаков, А.Г. Общая психология / А.Г. Маклаков. – СПб.: Питер, 2022. – 592 с.
13. Мандель, Б.Р. Возрастная психология: учебное пособие / Б.Р. Мандель. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: ИНФРА-М, 2021. – 350 с.
14. Медведская, Е.И. Экспериментальная психология: учебно-методический комплекс / Е.И. Медведская. – Брест: БрГУ, 2020. – 209 с.
15. Немов, Р. С. Общая психология в 3 т. Том III в 2 кн. Книга 2. Свойства личности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / Р. С. Немов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 395 с. — (Профессиональное образование). —
16. Общая психология: введение в общую психологию, психология познавательных процессов: учебное пособие / Д.А. Донцов, Б.Н. Рыжов, М.В. Донцова, Л.В. Сенкевич; под редакцией Б. Н. Рыжова, Д.А. Донцова. – М.: ФЛИНТА, 2020. - 362 с.
17. Холодная, М.А. Психология интеллекта. Парадоксы исследования: Учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / М.А. Холодная. – М.: Юрайт, 2019 . – 334 с.

в) периодическая литература:

Журналы: «Вопросы психологии», «Психологический журнал», «Психологическая наука и образование», «Психология обучения».

Газеты: «Психологическая газета».

г) интернет ресурсы:

<http://www.gnpbu.ru> – научная педагогическая библиотека им. К.Д. Ушинского

<http://www.go—psy.ru> – «Психологическая помощь и консультирование»

<http://www.gumer.info> - Библиотека Гумер - гуманитарные науки

<http://www.imaton> – Институт практической психологии

<http://www.koob.ru> - электронная библиотека

<http://www.psyonline> - «Психотерапия и консультирование»

<http://www.vorpsy.ru> - электронный ресурс: журнал «Вопросы психологии»

К разделу III (Теория и методика физического воспитания и спорта)

а) основная литература:

1. Ануров, В.Л. Элективная дисциплина по физической культуре и спорту «Атлетическая гимнастика» / В.Л. Ануров, Н.Ю. Фокина, С.В. Скрыгин. – М.: Кнорус, 2022. – 198 с.
2. Барчуков, И.С. Теория и методика физического воспитания и спорта / И.С. Барчуков. - М.: Кнорус, 2022. - 366 с.
3. Булгакова, Н.Ж. Плавание / Н.Ж. Булгакова, С.М. Никитина, Т.Н. Павлова. – М.: Высшее образование, 2022. – 290 с.
4. Верхошанский, Ю.В. Физиологические основы и методические принципы тренировки в беге на выносливость / Ю.В. Верхошанский. – М.: Советский спорт, 2020. – 80 с.
5. Витман, Д.Ю. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Спортивные игры (баскетбол) - краткосрочный курс / Д.Ю. Витман, Ю.Н. Эртман. – М.: Лань, 2022. - 188 с.

6. Гавердовский, Ю.К. Теория и методика спортивной гимнастики в 2 т.: учебник / Ю.К. Гавердовский. – М.: Советский спорт, 2021. – 368 с.
7. Дворкин, Л.С. Тяжелая атлетика в 2 т.: учебник для вузов / Л.С. Дворкин. – М.: Юрайт, 2022. – 496 с.
8. Жданкина, Е.Ф. Физическая культура. Лыжная подготовка: учебное пособие для вузов / Е.Ф. Жданкина, И.М. Добрынин; под общей редакцией С.В. Новаковского. – М.: Юрайт, 2022. – 125 с.
9. Иорданская, Ф.А. Функциональная подготовленность волейболистов / Ф.А. Иорданская. – М.: Спорт, 2020. – 176 с.
10. Карасев, А.В. Спринтерский и барьерный бег / А.В. Карасев, Л.А. Черенева. – М.: Советский спорт, 2020. – 112 с.
11. Каунсилмен, Джеймс Е. Спортивное плавание / Джеймс Е. Каунсилмен. – М.: RUGRAM, 2022. – 268 с.
12. Ми халенок, Е.В. Лыжный спорт и методика преподавания / Е.В. Михаленгок, И.Л. Александрович. – М.: Лань, 2022. – 84 с.
13. Никитушкин, В.Г. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии: учебное пособие для среднего профессионального образования / В.Г. Никитушкин, Н.Н. Чесноков, Е.Н. Чернышева. – М.: Юрайт, 2019. – 246 с.
14. Никулин, И.Н. Силовые способности в армрестлинге: основные тенденции, оценка, особенности проявления / И.Н. Никулин, А.В.Посохов, И.А. Матюшенко. – М.: Советский спорт, 2022. – 120 с.
15. Психологическое сопровождение детско-юношеского спорта: учебное пособие для вузов / В.А. Родионов [и др.]; под общей редакцией В.А. Родионова. – М.: Юрайт, 2022. – 211 с.
16. Санькова, И.Ю. Теория и методика обучения баскетболу / И.Ю. Санькова. – Барнаул: ФГБОУ ВО АГУ, 2017. – 218 с.
17. Семёнова, Г.И. Спортивная ориентация и отбор: учебное пособие для вузов / Г.И. Семёнова; под научной редакцией И.В. Еркомашвили. – М.: Юрайт, 2022. – 105 с.
18. Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: учебное пособие для вузов / Г.А. Ямалетдинова; под научной редакцией И.В. Еркомашвили. – М.: Юрайт, 2022. – 244 с.

б) дополнительная литература:

1. Баскетбол: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных спортивных школ. – М.: Советский спорт, 2012. – 100 с.
2. Бокс: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных спортивных школ олимпийского резерва. – М.: Советский спорт, 2012. – 72 с.
3. Борьба вольная Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных спортивных школ и училищ олимпийского резерва. – М.: Советский спорт, 2009. – 216 с.
4. Бурухин, С.Ф. Методика обучения физической культуре. Гимнастика / С.Ф. Бурухин. – М.: Юрайт, 2019. – 174 с.
5. Виленский, М.Я. Физическая культура. Учебник / М.Я. Виленский, А.Г. Горшков. – М.: КноРус, 2020. – 216 с.
6. Германов, Г. Н. Корольков А. Н., Сабирова И. А. Теория и история физической культуры и спорта. Учебное пособие для СПО. В 3-х тома / Г.Н. Германов, А. Н. Корольков, И. А. Сабирова. – М.: Юрайт, 2019. – 794 с.
7. Волейбол / Под ред. А.В. Беляева, М.В. Савина. – М., 2020. – 142 с.

8. Легкая атлетика. Барьерный бег: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных спортивных школ. – М.: Советский спорт, 2004. – 152 с.

9. Озолин, Э.С. Спринтерский бег. – М.: Человек, 2010. – 176 с.

10. Смирнов, В.М. Физиология физического воспитания и спорта / В.М. Смирнов, В.И. Дубровский. – М.: Терра – спорт, 2019. – 268 с.

11. Теория и методика обучения предмету "физическая культура". Водные виды спорта. Учебное пособие / под ред. Булгакова Н. Ж. М.: Юрайт, 2019. - 304 с.

12. Чернов, И.В. Организация учебно-тренировочного процесса по физической культуре в высшем учебном заведении (на примере тяжелой атлетики) / И.В. Чернов, Р.В. Ревунов. - М.: Лань, 2019. - 104 с.

в) периодическая литература:

Журналы: «Физкультура в школе», «Теории и практика физического воспитания и спорта», «Легкая атлетика», «Баскетбол», «Советский спорт».

г) интернет ресурсы:

1. www.skisport.ru – база данных.
2. www.fizkult-ura.ru – база данных.
3. ru.wikipedia.org – база данных.
4. <http://sport-manyu.ru> – база данных.
5. www.rusathletics.com
6. ru.wikipedia.org
7. www.fizkult-ura.ru
8. www.I-athetike.ru
9. www.runners.ru
10. www.iaaf.org
11. www.sport.ru/others/athletics
12. www.nastart.org
13. www.flabo.ru