

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ОРЛОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ имени И.С. ТУРГЕНЕВА»

**ПРОГРАММА**  
**ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ**  
**СПОРТ**

Направление подготовки

49.04.03 Спорт

Профиль: Спорт высших достижений и система подготовки спортсменов

**Целью проведения вступительного испытания** по спорту по указанному направлению является проверка знаний базового учебного материала курсов по теории и методике спорта и системы физического воспитания.

**Задачи вступительного испытания:**

- проверить уровень знаний поступающего;
- определить склонности к научно-исследовательской деятельности;
- выяснить мотивы поступления в магистратуру;
- определить уровень научных интересов;
- определить уровень научно-технической эрудиции поступающего.

**Требования к уровню подготовки поступающих:**  
**Поступающий должен:**

**Знать** основные научные школы, особенности научного метода познания; цель, принципы, содержание, методы и технологии, формы организации, педагогического процесса; медико-биологические и психолого-педагогические аспекты физической культуры и спорта на современном уровне; общие основы теории спорта.

**Уметь** применить полученные знания для раскрытия основных положений физической культуры в общекультурной и профессиональной подготовке, медико-биологических и психолого-педагогических аспектов, организационно-структурных к проектированию социально-педагогических программ развития физической культуры и спорт.

**Владеть** навыками теоретического мышления для выработки системного, целостного взгляда на проблемы развития физической культуры и спорта; навыками владения специальной профессиональной терминологией и лексикой; навыками практического использования медико-биологических и психолого-педагогических аспектов в сфере физической культуры и спорта; навыками научного прогнозирования.

## **Форма проведения и продолжительность вступительного испытания**

Форма проведения вступительного испытания – тестирование.

Вступительное испытание проводится с использованием дистанционных технологий.

Продолжительность вступительного испытания – 1 час 30 минут.

## **Структура экзаменационных заданий**

1. Часть 1 - тестовые задания закрытого типа с выбором одного ответа из предложенных. Данная часть включает 60 тестовых заданий, на решение каждого из которых поступающему максимально выделена 1 минута времени. Общее максимальное время выполнения указанных заданий – 60 минут.

2. Часть 2 - тестовые задания закрытого типа с выбором множественного ответа. Данная часть включает 10 тестовых заданий, на решение каждого из которых поступающему максимально выделено 2 минуты времени. Общее максимальное время выполнения указанных заданий – 20 минут.

3. Часть 3 - тестовое задание открытого типа с развернутым ответом (полная запись ответа с обоснованием). Данная часть включает 1 задание, предполагающее развернутый ответ, на решение которого поступающему максимально выделено 10 минут времени.

## **Критерии оценки**

Максимально возможное количество баллов в сумме за решение тестовых заданий – 100.

Каждое правильно решенное тестовое задание 1 части оценивается в 1 балл, ошибочное решение или отсутствие ответа – 0 баллов, максимально возможная оценка за решение тестовых заданий 1 части – 60 баллов.

Каждое правильно решенное тестовое задание 2 части оценивается в 2 балла, частично или неполностью решенное задание – 1 балл, ошибочное решение или отсутствие ответа – 0 баллов, максимально возможная оценка за решение тестовых заданий 2 части – 20 баллов.

Решение задания 3 части (тестовое задание открытого типа с развернутым ответом) оценивается от 0 до 20 баллов по следующим критериям (таблица 1):

Таблица 1

## Критерии оценивания решения 3 части вступительного испытания

Критерии	Характеристика критерия	Баллы
1	2	3
Содержание	Содержание ответа полностью соответствует теме задания. В ответе отражены все основные проблемы вопроса. Продemonстрировано знание фактического материала, отсутствуют фактические ошибки. В ответе продемонстрировано знание основных источников и научных исследований по теме вопроса.	4-5
	Содержание ответа в целом соответствует теме задания. Большинство основных проблем вопроса отражены в ответе лишь частично или не отражены. Продemonстрировано удовлетворительное знание фактического материала, присутствуют фактические ошибки.	2-3
	Содержание ответа не соответствует теме задания или соответствует ему в очень малой степени; не раскрыты основные понятия, относящиеся к предмету вопроса экзаменационного билета. Продemonстрировано крайне низкое (отрывочное) знание фактического материала, много фактических ошибок – многие факты (данные) либо искажены, либо неверны.	0-1
Понимание	Продemonстрировано уверенное владение понятийно-терминологическим аппаратом дисциплины (уместность употребления, аббревиатуры, толкование и т.д.), отсутствуют ошибки в употреблении терминов. Формулировки терминов и явлений отличается четкость и лаконичность. Показано умелое использование категорий и терминов дисциплины в их ассоциативной взаимосвязи. Представлена собственная точка зрения (позиция, отношение) при раскрытии проблемы развития	4-5

	<p>физической культуры и спорта, продемонстрировано умение аргументировано ее излагать. Видно уверенное владение освоенным материалом, изложение сопровождается адекватными иллюстрациями (примерами) из практики. Четко изложены причинно-следственные связи (ответ должен включать следующие позиции: причины и предпосылки, ход процесса, итоги, последствия), продемонстрировано понимание предметов медико-биологического и психолого-педагогического направлений</p>	
	<p>Продemonстрировано достаточное владение понятийно-терминологическим аппаратом дисциплины, есть ошибки в употреблении и трактовке терминов, расшифровке аббревиатур. Ошибки в использовании категорий и терминов дисциплины в их ассоциативной взаимосвязи. Нет собственной точки зрения, либо она слабо аргументирована. Примеры, приведенные в ответе в качестве практических занятий, в малой степени соответствуют изложенным теоретическим аспектам. Значительная часть смысловых единиц текста ответа не связана с тематикой вопроса.</p>	2-3
	<p>Продemonстрировано крайне слабое владение понятийно-терминологическим аппаратом дисциплины (неуместность употребления, неверные аббревиатуры, искаженное толкование и т.д.), присутствуют многочисленные ошибки в употреблении терминов. Показаны неверные ассоциативные взаимосвязи категорий и терминов дисциплины.</p>	0-1
Структура и логика	<p>Ответ четко структурирован и выстроен в заданной логике. Части ответа логически взаимосвязаны. Отражена логическая структура проблемы (задания): постановка проблемы - аргументация -</p>	4-5

	<p>выводы. Объем ответа укладывается в заданные рамки при сохранении смысла. Структурные элементы ответа прямо или косвенно связаны с освещаемой проблемой и не выходят за ее логические рамки.</p>	
	<p>Ответ плохо структурирован, нарушена заданная логика. Части ответа разорваны логически, нет связей между ними. Ошибки в представлении логической структуры проблемы (задания): постановка проблемы - аргументация - выводы. Малый объем ответа в существенной степени повлиял на его содержательную сторону.</p>	2-3
	<p>Ответ представляет собой сплошной текст без структурирования, нарушена заданная логика. Части ответа не взаимосвязаны логически. Нарушена логическая структура проблемы (задания): постановка проблемы - аргументация - выводы.</p>	0-1
Исполнение	<p>Высокая степень самостоятельности, оригинальность в представлении материала: стилистических оборотах, манере изложения, по словарному запасу. Отсутствуют стилистические, орфографические и пунктуационные ошибки в тексте.</p>	4-5
	<p>Достаточная степень самостоятельности, оригинальность в представлении материала. Встречаются мелкие и не искажающие смысла ошибки в стилистике, стилистические штампы. Есть единичные орфографические и пунктуационные ошибки.</p>	2-3
	<p>Текст ответа представляет полную кальку текста учебника/справочника. Стилистические ошибки приводят к существенному искажению смысла. Большое число орфографических ошибок в тексте, в терминах и именах собственных</p>	0-1

## **Минимальное количество баллов, подтверждающее успешное прохождение вступительного испытания**

Минимальное количество баллов, подтверждающее успешное прохождение вступительных испытаний, при приеме на обучение по программам магистратуры в ФГБОУ ВО «Орловский государственный университет имени И.С. Тургенева» в 2025 году составляет 51 балл.

### **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ «СПОРТ»**

#### **Раздел 1 Медико-биологические основы физической культуры**

**Тема 1.** Физическое развитие и функциональное состояние занимающихся физической культурой и спортом.

Понятие о физическом развитии. Влияние систематических занятий спортом и физической культурой на физическое развитие и функциональное состояние спортсмена. Методы исследования и оценки физического развития и функционального состояния. Особенности физического развития и телосложения спортсменов, занимающихся различными видами спорта.

Влияние систематических занятий физической культуры и спортом на морфофункциональное состояние сердечно-сосудистой и дыхательной систем, состояния желудочно-кишечного тракта и опорно-двигательного аппарата.

Методы исследования сердечно-сосудистой и дыхательной систем, опорно-двигательного аппарата.

Функциональное состояние нервной системы и нервно-мышечного аппарата лиц, занимающихся физической культурой и спортом.

Особенности функционального состояния внешнего дыхания у спортсменов.

Методы исследования внешнего дыхания.

**Тема 2.** методы оценки физического развития и функционального состояния занимающихся физической культурой и спортом.

Методика проведения и способы оценки результатов простейших функциональных проб с физической нагрузкой. Методы исследования общей физической работоспособности.

Соматоскопия и антропометрия. Методы индексов, центильный метод, метод стандартов и антропометрических профилей. Оценка функционального состояния центральной и вегетативной нервной системы дыхательной и сердечно-сосудистой систем, опорно-двигательного аппарата.

Причины развития патологических состояний при нерациональных занятиях физической культурой и спортом. Острое и хроническое физическое перенапряжение: клинические формы, признаки, меры профилактики.

Дистрофия миокарда, механизм развития, диагностика, двигательный режим, меры профилактики. Перетренированность, механизм развития, признаки, меры профилактики.

**Тема 3.** Физическая реабилитация и врачебный контроль занимающихся физической культурой и спортом.

Общие принципы использования средств регуляции восстановительных процессов в спорте. Медико-биологические средства восстановления и повышения спортивной работоспособности.

Понятие, структура индивидуального здоровья, характеристика компонентов; основы комплексной диагностики индивидуального здоровья.

Оздоровительный подход к развитию физических способностей. Основы оздоровительной тренировки: задачи, средства, методы, противопоказания, дозирование нагрузки. Врачебно-педагогический контроль в процессе физкультурно-оздоровительной тренировки: виды, задачи, содержание, учет возрастных особенностей. Особенности питания при занятиях физической культурой и спортом.

## **Раздел 2 Психолого-педагогические основы физической культуры**

**Тема 1.** Психологические основы возрастного и индивидуального развития

Понятие развития. Общие закономерности возрастного развития школьников. Возрастная периодизация. Наследственность и развитие. Влияние среды на развитие личности. Акселерация. Развитие и воспитание. Физическое развитие. Учет возрастных и индивидуальных особенностей личности школьника в процессе занятий физической культурой.

**Тема 2.** Взаимосвязь физического, психического и психомоторного развития

Понятие о психомоторике. Произвольность двигательных действий, ее развитие в детском возрасте. Двигательная память и двигательное воображение как компоненты психомоторики. Развитие психомоторики на уроках физической культуры. Развитие моторики у детей в процессе занятий спортом.

**Тема 3.** Активность учащихся на уроке физической культуры и факторы, ее обуславливающие

Виды активности учащихся на уроке физической культуры. Интерес к физической культуре как фактор повышения активности учащихся на уроке физической культуры. Мотивы занятий физической культурой. Психологические факторы снижения интереса к физическому воспитанию у старшеклассников. Причины пропусков учащимися уроков физической культуры. Способы повышения учебной активности школьников на уроках физической культуры.

**Тема 4.** Умственная работоспособность и физическая активность

Интеллектуальная сфера личности. Понятие интеллект. Познавательные психические процессы. Самосознание и самооценка. Развитие познавательных способностей в процессе физического воспитания. Условия положительного влияния занятий физическими упражнениями на умственную работоспособность и интеллектуальное развитие.

**Тема 5.** Эмоциональная сфера личности и физическое воспитание



Эмоциональная сфера личности. Эмоции и чувства. Возрастные особенности эмоциональной сферы личности школьников. Влияние физической подготовленности на устойчивость к эмоциональным стрессам. Снижение тревожности и агрессивности средствами физических упражнений. Обучение элементарным приемам психической регуляции на уроках физической культуры.

**Тема 6.** Формирование нравственных и волевых качеств у школьников в процессе занятий физической культурой

Понятие воли. Сила воли. Волевые качества личности. Возрастные особенности волевых проявлений. Развитие волевой сферы личности школьников в процессе физического воспитания. Условия формирования нравственности учащихся. Этапы формирования нравственного поведения. Развитие нравственных и волевых свойств личности средствами физического воспитания. Единство психологической и нравственной подготовки спортсменов.

### **Раздел 3 Теория физической культуры**

**Тема 1.** Система физической культуры РФ.

Понятие о системе физической культуры РФ. Виды основ системы и их краткая характеристика. Цель, задачи и общие социально-педагогические принципы системы физической культуры РФ.

**Тема 2.** Средства физического воспитания.

Понятие о средствах физического воспитания. Физические упражнения, оздоровительные силы природы и гигиенические факторы. Краткая характеристика и особенности применения. Физическое упражнение как основное средство физического воспитания. Разнообразие подходов к понятию физического упражнения. Факторы, влияющие на применение физических упражнений. Классификация физических упражнений. Форма и содержание физического упражнения.

**Тема 3.** Понятие и виды тренировочных эффектов.

Понятие о тренировочных эффектах и их значении для становления спортивной формы. Виды эффектов: ближайший, отложенный, кумулятивный. Фазы изменения тренировочных эффектов. Понятие о работоспособности и утомлении во время физической работы.

**Тема 4.** Понятие о технике физического упражнения.

Определения техники физического упражнения. Виды техники: индивидуальная и эталонная. Элементы техники и их краткая характеристика: основы техники, основное звено и детали техники.

**Тема 5.** Понятие о нагрузке и отдыхе.

Определение нагрузки и отдыха. Составляющие нагрузки: объем и интенсивность. Виды нагрузки: переменная, стандартная, интервальная и непрерывная. Виды отдыха: активный, пассивный, смешанный. Типы интервалов отдыха и их влияние на изменение тренировочных эффектов.

**Тема 6.** Методы обучения, применяемые в физическом воспитании.

Понятие о методе. Классификация методов обучения и их подробная характеристика. Методы строго регламентированного упражнения, игровой, соревновательный, слова и наглядности.

**Тема 7.** Технология воспитательной деятельности педагога по физической культуре.

Виды воспитания, осуществляемые в процессе физического воспитания. Понятие и сущность технологии воспитательной деятельности педагога по физической культуре. Краткая характеристика групп методов воспитания: традиционно-принятые, инновационно-деятельностные, неформально-межличностные, рефлексивные и т.д. Сущность и характеристика традиционно-принятых методов воспитания: убеждение, практическое приучение, поощрение, наказание, личный пример. Специфика видов воспитания, осуществляемых в процессе физического воспитания. Краткая характеристика интеллектуального, трудового, нравственного, эстетического, правового и патриотического воспитания.

**Тема 8.** Принципы обучения в физическом воспитании.

Понятие о принципе обучения. Краткая характеристика принципов обучения. Общепедагогические принципы: сознательности и активности, наглядности, доступности и индивидуализации.

Специфические принципы обучения: непрерывности, системного чередования нагрузок и отдыха, постепенного наращивания развивающе-тренировочных воздействий, адаптированного сбалансирования динамики нагрузок, цикличности и возрастной адекватности.

**Тема 9.** Компоненты и этапы деятельности педагога по физической культуре.

Структура деятельности педагога по физической культуре и спорту. Требования к деятельности современного специалиста. Понятие о профессиограмме. Профессиограмма педагога по физической культуре и спорту. Компоненты деятельности и их краткая характеристика (проективная, организаторская, коммуникативная, познавательная).

Этапы деятельности педагога: подготовительный этап, этап реализации, заключительный этап. Их краткая характеристика и содержание.

**Тема 10.** Структура процесса обучения двигательному действию.

Краткая характеристика этапов ознакомления и начального разучивания; углубленного разучивания; закрепления и дальнейшего совершенствования. Цели, задачи этапов и методические особенности обучения на данных этапах.

**Тема 11.** Характеристика двигательного умения и двигательного навыка.

Понятие о двигательном умении и навыке. Сходства, различия, краткая характеристика, признаки.

**Тема 12.** Понятие о физических способностях.

Сходства и различия между физическими способностями и качествами. Психомоторные задатки как предпосылки развития физических

способностей. Группы физических способностей и закономерности их развития (воспитания).

**Тема 13.** Характеристика и методика воспитания скоростных способностей.

Понятие о скоростных способностях и быстроте. Комплексные и элементарные формы проявления скоростных способностей. Факторы проявления и развития скоростных способностей. Сенситивные периоды. Средства, методы и методические приемы для развития скоростных способностей.

**Тема 14.** Характеристика и методика воспитания силовых способностей.

Понятие о силе и силовых способностях. Формы проявления силовых способностей. Факторы проявления и развития силовых способностей. Сенситивные периоды. Средства, методы и методические приемы для развития скоростных способностей.

**Тема 15.** Характеристика и методика воспитания координационных способностей.

Понятие о ловкости и координационных способностях. Формы проявления координационных способностей. Факторы проявления и развития координационных способностей. Сенситивные периоды. Средства, методы и методические приемы для развития координационных способностей.

**Тема 16.** Характеристика и методика воспитания гибкости.

Понятие о гибкости и подвижности в суставах. Виды гибкости. Факторы проявления и развития гибкости. Сенситивные периоды. Средства, методы и методические приемы для развития гибкости и подвижности в суставах.

**Тема 17.** Характеристика и методика воспитания выносливости.

Понятие о выносливости. Понятие об общей и специальной выносливости. Виды выносливости. Факторы проявления и развития выносливости. Сенситивные периоды. Средства, методы и методические приемы для развития различных видов выносливости.

#### **Раздел 4 Методика физического воспитания**

**Тема 1.** Возрастные особенности дошкольников: периодизация дошкольного возраста, особенности функционального развития ребенка; формирование опорно-двигательного аппарата. Задачи по укреплению здоровья, физическому развитию, повышению сопротивляемости организма ребенка к неблагоприятным факторам внешней среды. Задачи по развитию основных физических качеств и формированию двигательных умений и навыков. Средства и методы физического воспитания в соответствии с возрастной периодизацией дошкольников. Формы физического воспитания дошкольников (в яслях, в детском саду, семье, коммерческих организациях).

**Тема 2.** Основные задачи и особенности физического воспитания детей школьного возраста. Значение и задачи физического воспитания школьников.

Периодизация школьного возраста, значение учета возрастных периодов для повышения эффективности физического воспитания. Возрастные особенности физического развития и физической подготовленности детей школьного возраста. Физическое воспитание детей младшего, среднего и старшего школьного возраста. Задачи, средства, особенности методики.

**Тема 3.** Особенности физического воспитания учащихся ПТУ, школ-интернатов и детских домов. Специфика контингента. Особенности режима дня. Направленность и формы организации физического воспитания в сельских школах. Физическое воспитание во вспомогательных школах. Особенности задач, средств, методики в зависимости от состояния здоровья и дефектов развития. Формы построения занятий по физическому воспитанию.

**Тема 4.** Формы организации физического воспитания в школе: урок физической культуры, физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного и продленного дня, внеклассные формы занятий, общешкольные физкультурно-массовые и спортивные мероприятия. Школьный урок физического воспитания - основная форма учебной работы. Требования к уроку. Структура урока. Постановка задач. Построение и содержание уроков, обеспечивающие эффективность решения задач. Подготовка учителя к уроку. Организация, активизация и оценка деятельности учащихся на уроке. Дозирование нагрузки на уроке. Классификация фаз в зависимости от решаемых задач. Структура обучения двигательным умениям и навыкам. Структура обучения как этапность обучения отдельному двигательному действию. Характеристика связи формирования двигательного навыка и типов обучения. Первый этап - создание представления; задачи, средства, методы. Второй этап: разучивание (формирование умения): задачи, средства, методы. Ошибки, причины их возникновения, меры предупреждения и приемы исправления. Освоение двигательного действия на уровне умения, третий этап - закрепление и совершенствование: задачи, средства, методы, освоение двигательного действия на уровне навыка. Четвертый этап - интегральное совершенствование навыка и качеств: задачи, средства, методы. Умение применять комплекс двигательных действий в вариативных условиях на основе высокого уровня физических качеств и специальных знаний. Освоение двигательных действий на уровне умений высшего порядка (суперумение).

**Тема 5.** Физическое воспитание школьников с ослабленным здоровьем. Особенности организации физического воспитания детей с ослабленным здоровьем. Задачи, содержание, особенности методики занятий при нарушениях опорно-двигательного аппарата. Задачи, содержание, особенности методики занятий при заболевании миопией (нарушение зрительного анализатора). Задачи, содержание, особенности методики занятий при заболевании сердечнососудистой системы и внутренних органов. Внеклассная работа по физическому воспитанию. Цель, задачи, направленность, содержание различных форм физического воспитания в режиме учебного дня (гимнастика до занятий, физкультурные минутки и

физкультурные паузы, игры и физические упражнения на удлиненных переменах, спортивный час в группе продленного дня).

**Тема 6.** Задачи внеклассной работы по физическому воспитанию. Разделы работы: агитационно-пропагандистская; физкультурно-оздоровительная; работа со спортивной и спортивно-патриотической направленностью. Требования к организации внеклассной работы: обязанности директора школы, завуча по внеклассной работе, завуча по воспитательной работе, учителя физкультуры, преподавателя основ безопасности жизнедеятельности, классного руководителя. Формы и направленность содержания внеклассных физкультурных мероприятий: календарный план, положения о соревнованиях. Значение и формы пропаганды физической культуры в школе. Внешкольная работа по физическому воспитанию. Цели, задачи, направленность внешкольной работы по физическому воспитанию.

**Тема 7.** Формы организации физического воспитания в учреждениях дополнительного образования: школы высшего спортивного мастерства, СДЮСШОР, ДЮСШ, спортивные секции и кружки домов школьника, стадионов, парков культуры; спортивно-оздоровительные, трудовые, военно-спортивные, оздоровительные лагеря.

**Тема 8.** Контроль как способ получения информации о текущем состоянии процесса физического воспитания и его составляющих. Задачи контроля. Основные виды контроля - предварительный, текущий, итоговый. Учет успеваемости.

**Тема 9.** Школьные программы. Программы физического воспитания общеобразовательной школы как документы, способствующие установлению единого физкультурно-оздоровительного режима школы, содействующего нравственному воспитанию, трудовой и профессиональной подготовки учащихся. Структура альтернативных программ. Направленность и содержание частей программы прикладной подготовки (базовый компонент). Реализация содержания программы в зависимости от национальных и географических особенностей региона страны (вариативный компонент).

**Тема 10.** Планирование и контроль физического воспитания. Целевое планирование и контроль как функция управления. Процесс получения, передачи и переработки информации - сущность управления, обмен информацией между управляющей и управляемой системами как основа управления. Планирование как определение деятельности на период времени, лежащий в будущем. Значение планирования. Требования к планированию. Цели, задачи, виды, формы и содержание планирования. Этапы планирования. Особенности планирования в различных организационных формах физического воспитания. Программы в системе планирования. Методика разработки документов планирования (общешкольный план физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий).

## **Раздел 5 Общие основы теории спорта**

**Тема 1.** Средства и методы спортивной тренировки. Методика развития физических качеств в избранном виде спорта.

**Тема 2.** Спортивно-техническое мастерство и критерии его оценки. Основы методики технической подготовки спортсменов в избранном виде спорта. Тактическая подготовка: структура тактической подготовленности в различных видах спорта, факторы влияющие на тактику соревновательной деятельности, средства и методы овладения тактическими действиями в избранном виде спорта.

**Тема 3.** Понятие «спортивная форма» этапы ее становления. Основы планирования спортивной подготовки: многолетнее планирование, круглогодичное планирование. Содержание планирования (программирования): определение целей и задач подготовки; прогнозирование и моделирование; учет специфики вида спорта, структуры соревновательной деятельности; программирование тренировочной деятельности; продолжительность подготовки для достижения наивысших результатов; оптимальный возраст для достижения наивысших результатов (зоны); оптимальный возраст для начала специализированных занятий видом спорта.

**Тема 4.** Концепции и технологии построения больших тренировочных циклов. Основные технологические подходы к построению средних циклов подготовки (мезоциклов). Основные технологические подходы к построению тренировочных микроциклов.

**Тема 5.** Структура управления процессом совершенствования спортивного мастерства. Роль управления и его основных функций - планирования и контроля в достижении цели и системной подготовке спортсменов. Основные виды контроля - этапный, текущий и оперативный. Основные формы контроля - педагогический, медико-биологический, психологический и т.д. Методы контроля.

## **Раздел 6 Основы научно-методической деятельности**

**Тема 1.** Сущность научно-методической деятельности. Условия формирования научно-методических компетенций специалиста по физической культуре и спорту

**Тема 2.** Основные направления инновационного поиска и факторы, обуславливающие содержание и технологию научно-методической деятельности специалиста в области физической культуры и спорта.

**Тема 3.** Современные представления о теоретико-методологических концепциях предметной области научного познания: понятие методологии, методологические принципы, методы науки, структура и проблематика исследований в сфере ФК и спорта.

**Тема 4.** Алгоритм традиционного педагогического исследования предметной области адаптивной физической культуры: общая логика и этапы исследования, обработка, интерпретация и внедрение результатов исследования.

**Тема 5.** Системный подход к психолого-педагогическим исследованиям.

Проблематика, теоретические основы, методологические аспекты и практические вопросы комплексных исследований предметной области физической культуры и спорта.

**Тема 6.** Формы представления научных и методических продуктов и критерии оценки результатов научно-методической деятельности специалиста по физической культуре и спорта.

## Основная литература

1. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты / Л.П.Матвеев. – М.: Издательство Спорт, 2020. – 342с.
2. Никитушкин В.Г., Суслов Ф.П. Спорт высших достижений: теория и методика. Учебное пособие / В.Г.Никитушкин, Ф.П. Суслов – М.: Издательство Спорт, 2018. – 320с.
3. Попов Г.И. Научно-методическая деятельность в спорте: учебник для студ. учреждений высш. образования / Г.И.Попов. – М.: Издательский центр «Академия», 2015. – 192с.
4. Холодов Ж.К. , Кузнецов В.С. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник для студ. учреждений высш. образования / Ж.К. Холодов, В.С., Кузнецов . – М.: Издательский центр «Академия», 2018. – 496с.

## Дополнительная литература

1. Алексеев С.В. Правовые основы профессиональной деятельности в спорте. Учебник /С.В. Алексеев. – М.: Издательство Спорт, 2017. – 672с.
2. Вершанский Ю. В. Программирование и организация тренировочного процесса / Ю.В. Вершанский. – М.: Издательство Спорт, 2020. – 194с.
3. Голощапов Б.Р. История физической культуры: учебник для студ. учреждений высш. образования / Б.Р.Голощапов. – М.: Издательский центр «Академия», 2017. – 320с.
4. Горбунов Г.Д. , Гогунев Е.Н. Психология физической культуры и спорта: учебник для студ. учреждений высш. образования / Г.Д. Горбунов , Е.Н. Гогунев. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 272с.
5. Дмитриев А.В., Гунина Л.М. Спортивная нутрициология / А.В. Дмитриев, Л.М. Гунина. – М.: Издательство Спорт, 2020. – 640с.
6. Зациорский В.М. Физические качества спортсмена. Основы теории и методики воспитания/ В.М.Зациорский. – М.: Издательство Спорт, 2020. – 200с.
7. Иссурин В.Б., Лях В.И. Спортивная нутрициология / В.Б.Иссурин, Лях В.И. – М.: Издательство Спорт, 2020. – 176с.
8. Караулова Л.К. , Красноперова Н.А. , Расулов М.М. Физиология физического воспитания и спорта: учебник для студ. учреждений высш. образования / Л.К. Караулова Н.А. Красноперова Н.А., М.М. Расулов. – М.: Издательский центр «Академия», 2016. – 314с.
9. Петров П.К.. Информационные технологии в физической культуре и спорте: учебник для студ. учреждений высш. образования / П.К.Петров. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 288с.



10. Полиевский С.А. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности: учебник для студ. учреждений высш. образования / С.А.Полиевский. – М.: Издательский центр «Академия», 2015. – 272с.
11. Полиевский С.А. Спортивная диетология: учебник для студ. учреждений высш. образования / С.А.Полиевский. – М.: Издательский центр «Академия», 2015. – 208с.
12. Фудин Н.А., Хадарцев А.А., Орлов В.А. Медико-биологические технологии в физической культуре и спорте. Монография / Н.А.Фудин, А.А.Хадарцев, В.А.Орлов. – М.: Издательство Спорт, 2018. – 320с.
13. Холодов Ж.К. , Кузнецов В.С. Практикум по теории и методике физической культуры и спорта: учеб. пособие для студ. учреждений высш.образования / Ж.К. Холодов, В.С., Кузнецов . – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 208с.
14. Ямалетдинова, Г. А. Педагогика физической культуры и спорта : учебное пособие для вузов / Г. А. Ямалетдинова. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 244 с.