

**Вопросы кандидатского экзамена по направлению
49.06.01 Физическая культура и спорт
(научная специальность 5.8.4 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
И ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА)**

РАЗДЕЛ 1

1.1 Фундаментальные проблемы общей теории физической культуры

1. Физическая культура как «возделывание» природы человека, как вид культуры человека и общества. Механизмы возникновения и развития физической культуры. Понятие физической культуры.

2. Методология и общие закономерности развития, функционирования и совершенствования системы физической культуры.

3. История развития научных идей, концепций, теорий, терминологии и тезауруса в области физической культуры.

4. Понятийный аппарат физической культуры и спорта. Взаимосвязь понятия «физическая культура» с другими понятиями-«физическим воспитанием», «физической подготовкой», «спортом», «физической рекреацией», «двигательной реабилитацией», «адаптивной физической культурой» и др.

4. Историко-логические и теоретические исследования эволюции научных знаний в области физической культуры. Возникновение и формирование общей теории физической культуры. Предмет общей теории физической культуры.

5. Характеристика отдельных исследовательских подходов, применяемых в теории физической культуры и спорта - системного, структурно-функционального, комплексного, целостного, деятельностного и др.

6. Понятие о системе физической культуры в России: исторические аспекты становления и формирования отечественной системы физической культуры, ее структура, направления функционирования. Прогнозирование развития системы физической культуры в государстве и международном сообществе

7. Физическая культура как социальное явление, ее структура и функции. Содержание и направленность социокультурной деятельности в сфере физической культуры.

8. Обусловленность целей и задач, реализуемых в сфере физической культуры, общественными и личностными потребностями в оптимизации физического состояния и развития индивида, укреплении, сохранении и восстановлении дееспособности и здоровья, содействию общему развитию и социально направленному формированию личности.

9. Содержание и правила реализации наиболее общих принципов физического воспитания: всестороннего гармонического развития, связи физического воспитания с трудовой и оборонной практикой; оздоровительной направленности физического воспитания.

10. Содержание и правила реализации методических принципов физического воспитания: сознательности и активности, доступности и индивидуализации, наглядности, систематичности, динамичности.

11. Общая характеристика и правила реализации специфических принципов физического воспитания: непрерывности, чередования нагрузок и отдыха, прогрессирования тренирующих воздействий, цикличности, возрастной адекватности нагрузок

**1.2 Средства и методы, используемые для формирования
физической культуры человека.**

1. Понятие о средствах формирования физической культуры человека, их

классификационная характеристика, значение.

2. Физические упражнения как основное специфическое средство при решении задач в области физической культуры. Классификации физических упражнений. Эффект физических упражнений. Факторы, влияющие на эффективность физических упражнений. Прикладные эффекты использования физических упражнений.

3. Техника физических упражнений: основа, главное звено и детали техники. Критерии эффективности техники. Основные характеристики техники двигательных действий.

4. Исходные понятия: «метод», «методологический прием», «методика», «методическое направление», «методологический подход». Проблема классификации методов в теории физической культуры.

5. Анализ современных концепций воспитания, самовоспитания, перевоспитания личности в процессе физкультурных занятий.

6. Формирование физической культуры личности с использованием современных педагогических технологий в различных сферах физкультурной практики.

1.3 Общие закономерности развития физических качеств и двигательных навыков

1. Физические качества и способности, их классификация, основные закономерности и принципы развития.

2. Сущность и специфическое содержание процесса развития физических способностей. Компенсация и взаимокompенсация физических способностей. Проблема «критических» или «чувственных» (сенситивных) периодов онтогенетического развития физических способностей.

3. Сущность и специфика обучения двигательным действиям в процессе физкультурных занятий. Система целей и задач обучения в различных видовых компонентах физической культуры. Создание предпосылок готовности обучаемого к освоению действия как один из факторов успешности обучения. Закономерности управления и обучения движениям человека в обычных и экстремальных условиях.

4. Современные представления о сущности двигательных умений и навыках, их отличительные особенности. Роль знаний в формировании двигательных умений и навыков. Механизмы и закономерности формирования двигательных навыков.

5. Структура процесса обучения двигательным действиям, характеристика его этапов — цель, задачи и особенности, методики обучения на каждом этапе.

РАЗДЕЛ 2

Физическое воспитание в системе дошкольного, общего среднего, специального и высшего образования

1. Анализ сущностного содержания принципов, регламентирующих процесс физического воспитания.

3. Проблема оптимального построения занятий физическими упражнениями. Современная теория структуры урока и других форм физкультурно-спортивных занятий.

4. Проблемы изучения и оптимального нормирования нагрузок и отдыха в физическом воспитании.

5. Профессионально-педагогическая деятельность учителя физической культуры. Проблемы формирования профессионализма деятельности специалистов по физической культуре.

6. Двигательное (психомоторное) развитие человека в онтогенезе (сенситивные периоды, лабильные и инволюционные периоды угасания двигательной функции).

7. Возрастная классификация, характеристика физического и психологического развития детей дошкольного возраста. Социально-педагогическое значение физического воспитания дошкольников.

8. Социально-педагогическое значение физической культуры детей школьного возраста. Цель, задачи и направленность физической культуры детей школьного возраста. Формы занятий физической культурой в системе школьного воспитания.

9. Содержание и особенности преподавания предмета «физическая культура» в школе. Особенности содержания и структура программы по физической культуре в начальной, основной и средней школе. Проблемы разработки авторских программ по предмету «физическая культура».

10. Основы физического воспитания школьников с ослабленным здоровьем. Специальные медицинские группы.

11. Научно-практическая проблематика планирования и комплексного контроля в физическом воспитании (технология разработки документов планирования по физическому воспитанию школьников).

12. Физическое воспитание учащихся колледжей профессионального образования и средних специальных учебных заведений. Содержание, направленность и методы физического воспитания учащихся ССУЗов.

13. Физическое воспитание студенческой молодежи. Цель, задачи и формы организации физкультурного воспитания студентов. Структура и содержание учебных программ по физической культуре в вузах. Методика занятий со студентами по отделениям.

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

15. Физическое воспитание людей молодого и зрелого возраста.

16. Характеристика основных направлений использования физической культуры в основной период трудовой деятельности — бытового физкультурно-гигиенического, спортивного, оздоровительно-рекреативного, общеподготовительного, профессионально-производственного, физкультурно-реабилитационного.

17. Характеристика основных направлений использования физической культуры в жизни людей пожилого и старшего возраста.

18. Содержание, направленность, методы, методики и технологии двигательной активности взрослого населения на различных предприятиях, санаториях, профилакториях, домах отдыха, в фитнес клубах, по месту жительства, в семье и быту.

19. Оздоровительный и рекреационный туризм в системе физического воспитания.

РАЗДЕЛ 3 Теория и методика профессиональной физической подготовки

1. Факторы, условия и закономерности направленного двигательного развития и совершенствования людей, входящих в различные социально-демографические группы.

2. Значение физической культуры в профессиональной деятельности. Факторы, обуславливающие внедрение профессионально-прикладной физической культуры в систему образования и сферу профессионального труда.

3. Управление, менеджмент и маркетинг в системе физической культуры.

4. Характеристика профессионально-прикладной физической культуры. Виды и разновидности профессионально-прикладной физической культуры.

Основные средства профессионально-прикладной физической подготовки, критерии подбора средств.

4. Методические принципы профессионально-прикладной физической культуры. Основные черты методики занятий в профессионально-прикладной физической культуре.

5. Этапность и периодизация развития профессионально важных физических качеств и прикладных двигательных навыков.
6. Роль физической культуры в научной организации труда. Производственная физическая культура.
7. Теория и закономерности развития, функционирования и совершенствования профессионально-важных физических качеств, формирования прикладных двигательных умений и навыков представителей различных профессий (в том числе специалистов силовых ведомств), деятельность которых сопряжена с физическими нагрузками и характеризуется проявлением сложных двигательных актов.
8. Содержание, направленность, методы, методики и технологии профессионально-прикладной физической подготовки в организациях среднего профессионального образования и высшего образования.
9. Содержание, направленность, методы, методики и технологии профессионально-прикладной и служебно-прикладной физической подготовки в силовых ведомствах.
10. Производственная физическая культура: виды, формы, критерии подбора упражнений.
- 11 Особенности выбора форм, методов и средств физической культуры и спорта в рабочее и свободное время специалистов. Дополнительные средства повышения общей и профессиональной работоспособности специалистов.
12. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.
- 13 Оценка специальной физической подготовленности в процессе профессионально-прикладной физической подготовки.
14. Влияние индивидуальных особенностей, географо-климатических условий и других факторов на содержание физической культуры трудового населения
15. Зависимость содержания производственной физической культуры от состояния здоровья и возрастных особенностей трудящихся.