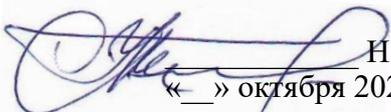


Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное
учреждение высшего образования
«Северо-Восточный федеральный университет имени М. К. Аммосова»
Институт физической культуры и спорта
Кафедра «Мас-рестлинг и национальные виды спорта»

Принято
Ученым советом ИФКиС
Протокол №1 от «20» октября 2023 г.


«Утверждаю»
Директор института
Физической культуры и спорта
СВФУ им. М.К. Аммосова


Н.Е. Гоголев
«__» октября 2023 г.

ПРОГРАММА

Вступительного испытания по научной специальности:

5.8.5. Теория и методика спорта
педагогические науки

Уровень высшего образования: подготовка кадров высшей квалификации

Тип образовательной программы: программа подготовки научных и научно-педагогических кадров в аспирантуре

Группа специальности: 5.8. Педагогика

Форма обучения: очная

Якутск, 2023

ПРОГРАММА
вступительного испытания по научной специальности
5.8.5. Теория и методика спорта

Пояснительная записка

Программа вступительного экзамена в аспирантуру по специальности 5.8.5. Теория и методика спорта предназначена для лиц, желающих пройти обучение в федеральном государственном автономном образовательном учреждении высшего образования «Северо-Восточный федеральный университет». В программу входят порядок проведения вступительного испытания, критерии оценивания, список вопросов программы, учебно-методическое обеспечение и информационное обеспечение программы.

Порядок проведения вступительного испытания

Вступительное испытание проводится в форме экзамена и реферата. Каждый экзаменационный билет содержит по 2 вопроса. Экзамен готовится письменно и представляется в устной форме с ответами на дополнительные вопросы. Подготовка к ответу составляет 1 академический час (60 минут) без перерыва с момента раздачи билетов. Задания экзамена и реферата оцениваются в сумме от 0 до 100 баллов в зависимости от полноты и правильности ответов и качества реферата. В случае проведения экзамена в дистанционном формате вступительное испытание проводится в режиме видеоконференцсвязи.

Критерии оценивания

Оценка поступающему за письменную работу выставляется в соответствии со следующими критериями:

Отлично (90-100 баллов). Поступающий в аспирантуру уверенно владеет материалом, приводит точные формулировки терминов и других определений, сопровождает их строгими и полными доказательствами, уверенно отвечает на дополнительные вопросы программы вступительного испытания.

Хорошо (60-89 баллов). Поступающий в аспирантуру владеет материалом, приводит точные формулировки терминов и других определений, сопровождает их доказательствами, в которых допускает отдельные неточности. Отвечает на большинство дополнительных вопросов по программе вступительного испытания.

Удовлетворительно (40-59 баллов). Поступающий в аспирантуру знаком с основным материалом программы, приводит формулировки терминов и других определений, но допускает некоторые неточности, сопровождает их доказательствами, в которых допускает погрешности либо описывает основную схему доказательств без указания деталей. Отвечает на дополнительные вопросы по программе вступительного испытания, допуская отдельные неточности.

Неудовлетворительно (менее 39 баллов). Поступающий в аспирантуру не владеет основным материалом программы, не знаком с основными понятиями, не способен приводить формулировки терминов и других определений, не умеет доказывать термины и другие определения, не знает схему доказательств. Не отвечает на большинство дополнительных вопросов по программе вступительного испытания.

5.8.5. Теория и методика спорта

1. Спорт как социальное явление

Основные понятия, относящиеся к спорту. Спорт в узком и широком смысле слова; подготовка спортсмена, система подготовки спортсмена, спортивная тренировка, спортивная деятельность, спортивное движение и др.

Спорт как исторически сложившаяся соревновательная деятельность. Спорт в структуре современного общества. Тенденции развития научных знаний в области спорта.

Спорт как фактор разностороннего развития, воспитания и подготовки спортсмена к жизненной практике. Место спорта в системе физического и всестороннего воспитания человека.

Оздоровительно-рекреационная функция спорта, его роль в оптимизации досуга различных слоёв населения Российской Федерации.

Эстетические свойства спорта. Спорт как зрелище. Взаимосвязь спорта и искусства.

Спорт как сфера социальных отношений. Спорт как средство социализации и социальной интеграции. Спорт и политика. Спорт, как средство укрепления международных связей.

Экономическое значение спорта. Спорт как фактор повышения производительности труда и как одна из сфер экономических отношений.

Спортивные результаты как специфический и интегральный процесс спортивной деятельности. Факторы, обуславливающие уровень результатов. Тенденции развития и современный уровень спортивных достижений в отдельных спортивных дисциплинах.

Спорт для инвалидов (адаптивный спорт). Проблемы социальной реабилитации и интеграции, лишенных возможности наравне со всеми в обычных условиях заниматься спортом.

Проблемы и перспективы развития современного международного олимпийского движения.

2. Общая теория спортивной подготовки

2.1. Система спортивных состязаний.

Функции спортивных состязаний, их виды и разновидности.

Особенности спортивных состязаний.

Объективная и субъективная значимость спортивных состязаний.

Система спортивных состязаний, как упорядоченная совокупность состязаний разного ранга.

Система и календарь спортивных состязаний.

Взаимосвязь системы состязаний и системы спортивной подготовки спортсмена.

Основные требования к построению системы спортивных состязаний.

2.2. Система спортивной тренировки.

Цель спортивной тренировки как представление о предполагаемом спортивном результате совместной деятельности тренера и спортсменов в конкретном соревновании или серии стартов.

Типы задач, детализирующих содержание главной цели спортивной тренировки. Характеристика задач в области физической, технической, тактической, психологической, интеллектуальной (теоретической) и интегральной подготовки.

Требования к формулировке и конкретизации целей и задач спортивной тренировки. Факторы, обуславливающие выполнение долгосрочных целей (на тренировочный год, отдельный микроцикл годичной подготовки). Критерии и разновидности классификации средств спортивной тренировки.

Критерии классификации методов спортивной тренировки: по виду подготовки, способу применения, характеру выполнения физической нагрузки и т. д. их содержание и характерные особенности.

Основные педагогические закономерности и принципы подготовки спортсменов. Соотношение закономерностей и принципов спортивной тренировки. Соответствие системы принципов целям и закономерностям тренировочного процесса.

Основания выделения принципов, их классификация. Принципы направленности к максимуму достижений, углубленной специализации и индивидуализации; единства общей и специальной подготовки спортсмена; непрерывности тренировочного процесса; единства постепенности увеличения нагрузок и тенденции к предельным нагрузкам; волнообразности и вариативности нагрузок; цикличности тренировочного процесса; единства и взаимосвязи структуры и соревновательной деятельности и структуры подготовленности. Характерные особенности и пути их реализации в практике спорта.

Основные компоненты и виды спортивной тренировки.

Физическая подготовка – основа спортивного мастерства. Понятие о физической подготовке спортсмена, ее виды и взаимосвязь. Основные задачи и содержание общей и специальной физической подготовки. Соотношение общей и специальной физической подготовки в зависимости от специфики вида спорта, возраста, квалификации спортсменов, этапов годичного и многолетнего циклов.

Значение технической подготовки в отдельных видах, ее виды и основные задачи. Техническая подготовка. Содержание понятий: техническая подготовка, спортивная техника, техническое мастерство. Объективные критерии оценки технического мастерства. Основы методики технической подготовки в процессе тренировки.

Тактическая подготовка как педагогический процесс, направленный на овладение рациональными (эффективными) способами ведения соревновательной борьбы спортсменом или командой. Содержание понятий спортивной тактики, спортивно-техническое мастерство, тактический замысел, тактический план. Особенности тактики в различных видах спорта.

Основа спортивно-технического мастерства - тактические знания, умения, навыки и качества тактического мышления. Задачи, содержание и методика тактической подготовки в различных видах спорта.

Психологическая подготовка спортсмена, ее содержание, виды и значение. Задачи, средства и методы общей и специальной психологической подготовки. Роль психодиагностики в процессе психологического обеспечения спортивной деятельности.

Интеллектуальная (теоретическая) подготовка спортсмена, ее значение и место в тренировке, связь с другими видами подготовки. Содержание, пути и формы интеллектуального образования и воспитания интеллектуальных способностей в процессе подготовки спортсменов.

Интегральная подготовка как процесс обеспечения слаженности комплексных проявлений всех сторон подготовленности в соревновательной деятельности. Задачи,

средства и методы интегральной подготовки.

Структура тренировочного процесса как основа его ценностной упорядоченности. Структура отдельных тренировочных занятий, тренировочных дней и малых циклов тренировки (микроциклов). Факторы и условия, влияющие на их структуру. Типы микроциклов.

Структура средних циклов тренировки (мезоциклов). Факторы и обстоятельства, влияющие на построение тренировки в рамках средних циклов. Типы средних циклов.

Структура больших циклов тренировки (макроциклов) типа годовых, полугодовых и многолетних. Факторы и условия, влияющие на структуру макроциклов. Особенности построения тренировки в подготовительном, соревновательном и переходном периодах большого тренировочного цикла.

Спортивная тренировка как многолетний процесс. Стадии и этапы многолетнего пути спортивного совершенствования. Главные тенденции изменения структуры и содержания тренировки на этих этапах.

Планирование, контроль и учет как одно из условий эффективности управления подготовкой спортсменов. Прогнозирование, моделирование в системе управления подготовкой спортсмена.

Содержание и технология перспективного, текущего и оперативного планирования подготовки спортсменов. Образцы документов планирования.

Комплексный контроль и учет в подготовке спортсмена. Разновидность контроля: оперативный, текущий, этапный. Их содержание и направленность.

Назначение, содержание и технология контроля за соревновательными и тренировочными воздействиями, состоянием подготовленности спортсмена и факторами внешней среды.

Учет в процессе подготовки спортсмена, ее значение, формы, содержание и технология проведения. Основные документы учета.

3. Теория и методика подготовки юных спортсменов

Теория и методика юношеского спорта как один из самостоятельных разделов теории спорта, ее значение в системе образования специалистов по физической культуре и спорту.

Теоретико-методологические положения системы подготовки юных спортсменов.

Организационные и программно-нормативные основы юношеского спорта.

Система реализации принципов спортивной тренировки в процессе подготовки юных спортсменов.

Спортивная ориентация и отбор юных спортсменов. Понятия «спортивная ориентация» и «спортивный отбор». Место отбора в системе многолетней подготовки. Ступени, задачи ориентации и отбора на различных этапах многолетней подготовки.

Цель, задачи и функции спортивной ориентации и отбора. Спортивные способности и задатки. Критерии, методика и организация ориентации и отбора на этапе начальной, предварительной и углубленной спортивной специализации, максимальной реализации индивидуальных спортивных возможностей и сохранения достижений.

Основы построения тренировки юных спортсменов. Теоретические и прикладные аспекты построения учебного процесса в спортивных школах олимпийского резерва,

школах-интернатах спортивного профиля, училищах олимпийского резерва.

Система тренировочных и соревновательных нагрузок юных спортсменов. Общие подходы к нормированию нагрузок юных спортсменов. Параметры и структура тренировочных и соревновательных нагрузок в годичном цикле.

Планирование, контроль и учет в подготовке юных спортсменов. Нормативные требования в системе многолетней подготовки юных спортсменов.

Воспитательная работа с юными спортсменами.

4. Теория и методика подготовки спортсменов высшей квалификации

Тенденции развития спорта высших достижений и направления совершенствования системы подготовки.

Эволюция междисциплинарных научных знаний о спортивных высших достижениях.

Спортивные высшие достижения как предмет аксиологического познания.

Морфология спортивных высших достижений.

Динамика и современный уровень рекордных достижений.

Прогнозирование роста мировых рекордов и олимпийских достижений. Факторы, влияющие на точность прогнозируемых спортивных высших результатов. Проблема разработки моделей сильнейших спортсменов в отдельных видах спорта.

Типичные варианты многолетней подготовки сильнейших спортсменов мира при достижении высших рекордных достижений.

Современные концепции построения тренировки сильнейших спортсменов в годичном макроцикле.

Построение этапа непосредственной предсоревновательной подготовки высококвалифицированных спортсменов к главным соревнованиям сезона.

Особенности соревновательной подготовки спортсменов высокой квалификации при установлении рекордных достижений.

Системы управления подготовкой высококвалифицированных спортсменов.

5. Теория и организация массового (общедоступного) спорта

Определение понятия. Виды и разновидности «массового» спорта в обществе.

Основные закономерности и принципы построения подготовки спортсменов «массовых» разрядов.

Особенности системы подготовки в отдельных массовых видах спорта: школьном, профессионально-прикладном, физкультурно-кондиционном и оздоровительно-рекреативном спорте.

Примерный перечень вопросов для подготовки к вступительному испытанию по специальности

5.8.5. Теория и методика спорта

Раздел 1. Общие вопросы теории спорта.

1. Спорт как социальное и педагогическое явление.

2. Особенности и тенденции развития спорта на современном этапе.
3. Структура современного спортивного движения в мире. Общедоступный спорт, спорт высших достижений, их особенности и различия.
4. Факторы, обеспечивающие развитие спортивных достижений в мире.
5. Профессионализация и коммерциализация спорта высших достижений и их последствия.
6. Социальные, воспитательные и педагогические функции спорта.
7. Историко-логическое и теоретическое исследование тенденций формирования эволюции и преобразования научных знаний в области спорта.
8. Международное олимпийское движение (исследование закономерностей его развития, функционирования и управления).
9. История развития отдельного вида спорта, на примере одного из видов.
10. Общие закономерности спортивной тренировки.
11. Функции спортивной тренировки.
12. Принципы спортивной тренировки.
13. Закономерности построения многолетнего процесса спортивной тренировки в отдельном виде спорта, на примере одного из видов.
14. Системные исследования в области спортивной тренировки.
15. Управление процессом спортивной тренировки.
16. Теория и организация массового спорта.
17. Содержание, методы и организация массового спорта.
18. Управление системой массового спорта.
19. Факторы, принципы и пути усиления действенности массового спорта в обществе.
20. Физические качества спортсменов (силовые, скоростные, выносливость, координация, гибкость) и закономерности их развития.
21. Теория и методика спорта высших достижений.
22. Теория и методика детско-юношеского спорта.
23. Теория и методика студенческого спорта.
24. Цель, задачи, принципы, методы: и содержание спортивной тренировки в избранном виде спорта.
25. Цель, задачи, принципы, методы и содержание физической подготовки (общей и специальной) в системе спортивной тренировки в избранном виде спорта.
26. Цель, задачи, принципы, методы и содержание тактико-технической подготовки в системе спортивной тренировки в избранном виде спорта.
27. Цель, задачи, принципы, методы и содержание интеллектуальной подготовки в системе спортивной тренировки в избранном виде спорта.
28. Цель, задачи, принципы, методы и содержание психологической подготовки в системе спортивной тренировки в избранном виде спорта.

Раздел 2. «Теория и методика подготовки спортсменов различной квалификации»

29. Научные и организационно-методические основы юношеского спорта.
30. Научные и организационно-методические основы управления процессом подготовки юных спортсменов.
31. Прогнозирование, программирование и организация процесса спортивной тренировки

детей различных возрастов.

32. Содержание, методика и направленность многолетнего тренировочного процесса юных спортсменов.
33. Нормативно-критериальные основы детско-юношеского спорта.
34. Теоретические и прикладные аспекты построения учебного и тренировочного процесса в спортивных школах олимпийского резерва и общеобразовательных школах-интернатах спортивного профиля.
35. Теория и методика подготовки спортсменов высшей квалификации.
36. Организационно-методические основы спорта высших достижений.
37. Методология и технология управления подготовкой спортсменов высшей квалификации.
38. Основы прогнозирования и программирования спортивных результатов.
39. Содержание, методы, организация и технология подготовки спортсменов высшей квалификации по видам спорта.
40. Соревновательная деятельность в спорте.
41. Содержание и направленность технической подготовки спортсменов.
42. Содержание и направленность тактической подготовки спортсменов.
43. Содержание и направленность физической подготовки спортсменов.
44. Содержание и структура многолетнего процесса спортивного совершенствования.
45. Проблемы периодизации подготовки спортсменов в микро-, мезо- и макроциклах тренировочного процесса.
46. Управление подготовкой спортсменов (планирование, моделирование, в том числе компьютерное, информационное, математическое, имитационное; прогнозирование, программирование, контроль; научно-методическое обеспечение тренировочного процесса; разрядные нормативы и квалификационные требования).
47. Биомеханика спортивных движений в различных условиях тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов.
48. Внешние средовые факторы, влияющие на процессы тренировочной и соревновательной деятельности.
49. Проблемы утомления, переутомления, перенапряжения в спорте и технологии ускорения восстановительных процессов, повышения и сохранения на должном уровне физической работоспособности и функциональной тренированности спортсмена.
50. Спортивный отбор в процессе многолетней спортивной тренировки. Этапы отбора, их характеристика.

**Учебно-методическое обеспечение и информационное обеспечение программы
вступительного испытания в аспирантуру по специальности**

5.8.5. Теория и методика спорта

Основная литература:

1. Верхошанский, Ю.В. Основы специальной силовой подготовки в спорте. 4-е изд. - М.: Торговый дом «Советский спорт», 2019. - 216 с.

2. Губа, В. П. Основы спортивной подготовки: методы оценки и прогнозирования (морфобиомеханический подход): научно-методич. пособие / В. П. Губа. - Москва: Советский спорт, 2012. - 384 с.
3. Зациорский, В. М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания. - [3-е изд.]. - М.: Сов. спорт, 2009. - 200 с.
4. Курамшин Ю.Ф. Планирование, контроль и учет в процессе спортивной подготовки / Ю.Ф. Курамшин, А.Н. Дитятин. – СПб.: [б.и.], 2007. - 43 с.
5. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник для завершающего уровня высшего физкультурного образования. - 4-е изд., испр. и доп. - СПб.; Москва; Краснодар: Лань, 2005. - 378 с.
6. Мельникова Н.Ю. История физической культуры и спорта: учебник/ Н.Ю. Мельникова, А.В. Трескин. - М.: Спорт, 2017. - 432 с.
7. Никитушкин, В. Г. Теория и методика детско-юношеского спорта: Учебник для вузов. - М.: Спорт, 2021. - 328 с.
8. Солодков, А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная / А.С. Солодков, Е.Б. Сологуб. – Москва : Terra-Спорт: Олимпия Пресс, 2001. – 520 с.
9. Платонов, В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В.Н. Платонов. – Москва: Советский спорт, 2005. – 820 с.

а) дополнительная литература:

1. Горелов, А.А. Теоретические основы физической культуры: Курс лекций / А.А. Горелов, О.Г. Румба, В.Л. Кондаков. – Белгород: ЛитКараВан, 2009. – 124 с.
2. Олимпийское образование: история и развитие Международного олимпийского движения: учебное пособие. -Ставрополь: СКФУ. 2014. 124 с.
3. Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: Учебник/Л.П. Матвеев. - М.: Советский спорт, 2010. - 340 с.
4. Николаев, Ю.М. Теория физической культуры: современные подходы: Учебно-методическое пособие / Ю.М. Николаев. - СПб.: Олимп-СПб, 2010. - 120 с.
5. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. –12-е изд., испр. - М: Издательский центр «Академия», 2014. – 480 с.

Составители программы:

Горелов А.А., доктор педагогических наук, профессор, главный научный сотрудник - заведующий Учебно-научного центра кинезиологических исследований и оздоровительных технологий СВФУ, alegor5@mail.ru.

Никифоров Н.В., кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедры «Теория и методика спорта, спортивной кинезиологии, оздоровительной и адаптивной физической культуры» Института физической культуры и спорта СВФУ, nv.nikiforov@s-vfu.ru, nikita-nikiforow@yandex.ru.

Румба О.Г., доктор педагогических наук, профессор, профессор кафедры «Теория и методика спорта, спортивной кинезиологии, оздоровительной и адаптивной физической культуры» Института физической культуры и спорта СВФУ, og.rumba@s-vfu.ru, rumbaolga@yandex.ru.

Программа рекомендована на заседании кафедры «Теория и методика спорта, спортивной кинезиологии, оздоровительной и адаптивной физической культуры» от 5 сентября 2023 г. протокол №15.