

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 «Теория физической культуры и спорта»

Принято  
Ученым советом ИФКиС  
Протокол №3 от «18» декабря 2024 г.



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

  
Н.Е. Гоголев  
«12» декабрь 2025 г.

### **Программа**

Вступительного испытания по научной специальности:

5.8.6. Оздоровительная и адаптивная физическая культура

Отрасль науки: 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, 2025

**ПРОГРАММА**  
**вступительного экзамена по научной специальности**  
**5.8.6. Оздоровительная и адаптивная физическая культура**

**Пояснительная записка**

Программа вступительного экзамена в аспирантуру по специальности 5.8.6 Оздоровительная и адаптивная физическая культура предназначена для лиц, желающих пройти обучение в Федеральном государственном автономном 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 устного экзамена на основе билетов и собеседования на основе подготовленного абитуриентом реферата.

Структура вступительного испытания:

Устный экзамен на основе билетов. Каждый билет экзамена содержит 2 вопроса. Экзамен проходит в устной форме. Подготовка к ответу составляет 1 академический час (60 минут) без перерыва с момента раздачи билетов. Ответ оценивается от 0 до 50 баллов согласно критериям.

Собеседование на основе подготовленного абитуриентом реферата по теме научной специальности 5.8.6. Оздоровительная и адаптивная физическая культура. Ответ оценивается от 0 до 50 баллов согласно критериям.

Итоговая оценка по вступительному испытанию определяется путем совещания членов экзаменационной комиссии, присутствующих на сдаче кандидатского экзамена, и выведения среднего балла из проставленных ими баллов за ответы.

В случае проведения экзамена в дистанционном формате вступительное испытание проводится в режиме видеоконференцсвязи.

**Критерии оценивания устного экзамена**

Оценка поступающему за ответ выставляется в соответствии со следующими критериями:

**Отлично (41-50 баллов).** Поступающий в аспирантуру уверенно владеет научным материалом из общей теории и методики оздоровительной и адаптивной физической культуры при решении поставленных в билете проблем, приводит точные формулировки терминов и других определений, уверенно отвечает на дополнительные вопросы программы вступительного испытания.

**Хорошо (31 -40 баллов).** Поступающий в аспирантуру в основном владеет базовым научным материалом из общей теории и методики оздоровительной и адаптивной физической культуры, приводит точные формулировки терминов и других определений, в которых допускает отдельные неточности. Отвечает на большинство дополнительных вопросов по программе вступительного испытания.

**Удовлетворительно (20-30 баллов).** Поступающий в аспирантуру знаком с базовым научным материалом из общей теории и методики оздоровительной и адаптивной физической культуры, приводит точные формулировки терминов и других определений, но допускает некоторые неточности. Отвечает на дополнительные вопросы по программе вступительного испытания, допуская отдельные неточности.

**Неудовлетворительно (0-19 баллов).** Поступающий в аспирантуру не владеет

базовым научным материалом из общей теории и методики оздоровительной и адаптивной физической культуры, не знаком с основными понятиями теории и методики спорта, не способен приводить правильные формулировки терминов и других определений. Не отвечает на большинство дополнительных вопросов по программе вступительного испытания.

### **Критерии оценивания собеседования**

На собеседование поступающий предоставляет реферат, подготовленный согласно требованиям, установленным данной программой. Кроме того, в ходе собеседования абитуриент представляет свой предыдущий опыт научно-исследовательской работы, а также планируемую тему научного исследования. Оценка поступающему за собеседование выставляется в соответствии со следующими критериями:

**Отлично (41-50 баллов).** Поступающим предоставлен научный реферат, полностью отвечающий предъявленным требованиям. Реферат содержит развернутый литературный обзор по теме исследования, описание степени исследованности научной проблемы, современных методов и подходов в данной области, постановку возможных задач для научного исследования, теоретическую и практическую значимость исследований в данной области. Поступающий имеет научные публикации по научной специальности 5.8.6. Оздоровительная и адаптивная физическая культура; участвовал в научных конференциях и других научных мероприятиях; имеет опыт работы по научным грантам и хоздоговорам; имеет некоторый задел по будущей научной теме диссертации; выбрана тема диссертации, сформулированы цель и задачи исследования, ожидаемые результаты.

**Хорошо (31-40 баллов).** Поступающим предоставлен научный реферат, полностью отвечающий предъявленным требованиям. Реферат содержит развернутый литературный обзор по теме исследования, описание степени исследованности научной проблемы, современных методов и подходов в данной области, постановку возможных задач для научного исследования, теоретическую и практическую значимость исследований в данной области.

**Удовлетворительно (20-30 баллов).** Поступающим предоставлен научный реферат, полностью отвечающий предъявленным требованиям.

**Неудовлетворительно (0-19 баллов).** Поступающим не предоставлен научный реферат, полностью отвечающий предъявленным требованиям.

### **Вопросы программы вступительного экзамена в аспирантуру по специальности Оздоровительная и адаптивная физическая культура**

1. Педагогические принципы лечебно-восстановительной тренировки.
2. Периоды лечебной физической культуры и соответствующие им режимы двигательной активности.
3. Принципы оздоровительной и реабилитационной физической культуры.
4. Содержание физкультурно-оздоровительной работы в дошкольных образовательных учреждениях.
5. Технологии оздоровительной физической культуры.
6. Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях различных систем организма.
7. Оздоровительная физическая культура лиц пожилого и старческого возраста.

8. Методика и организация физкультурно-оздоровительной деятельности студенческой молодежи.
9. Формы физкультурно-оздоровительной работы с населением.
10. Оздоровительно-рекреативная физическая культура.
11. Основные направления модернизации физического воспитания школьников с отклонениями в состоянии здоровья.
12. Диагностика состояния занимающихся оздоровительно-реабилитационной физической культурой.
13. Частные методики лечебной физической культуры.
14. Основы кинезиологии.
15. Основы физкультурно-оздоровительной работы в образовательных учреждениях.
16. Адаптационные дисциплины для обеспечения инклюзивного образования.
17. Адаптивная физическая культура - составная часть комплексной реабилитации инвалидов.
18. Адаптивная физическая культура в системе профессионального образования. Повышение квалификации и переподготовка кадров по адаптивной физической культуре.
19. Адаптивная физическая культура в социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
20. Адаптивный туризм как средство и метод двигательной рекреации и оздоровления инвалидов.
21. Виды адаптивной двигательной рекреации, основанные на взаимодействии человека с животными.
22. Воспитание личности в процессе занятий адаптивной физической культурой.
23. Врачебно-медицинский контроль, организация, планирование адаптивной физической культуры.
24. История адаптивного физического воспитания и адаптивного спорта для лиц с поражением интеллекта.
25. История адаптивного физического воспитания и адаптивного спорта для лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата.
26. История адаптивного физического воспитания и адаптивного спорта для лиц с поражением зрения.
27. История адаптивного физического воспитания и адаптивного спорта для лиц с поражением слуха.
28. Конкретизация цели и задач адаптивного физического воспитания, его ведущих функций и принципов.
29. Конкретизация цели и задач адаптивной двигательной рекреации, её ведущих функций и принципов.
30. Методы и формы организации адаптивной физической культуры.
31. Методы организации адаптивной физической культуры (метод формирования знаний, обучения двигательным действиям, развития физических качеств, воспитания личности).
32. Модели соревновательной деятельности, применяемые в адаптивном спорте.
33. Направленное воздействие в процессе физического воспитания на осанку и некоторые свойства (компоненты) телосложения (осанка, задачи, средства и

- особенности методики; регулирование мышечной и «пассивной» массы тела)
38. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре.
  39. Организационные основы врачебно-медицинского и педагогического контроля лиц с ограниченными функциональными возможностями.
  40. Основные закономерности и принципы развития физических способностей.
  41. Основные компоненты (виды) адаптивной физической культуры.
  42. Основные опорные концепции теории адаптивной физической культуры.
  43. Основные понятия и термины адаптивной физической культуры (предмет, цель, приоритетные задачи; понятия «культура», «физическая культура», «адаптивная физическая культура», «реабилитация», «социальная интеграция», «образ жизни» и др.).
  44. Основные понятия и термины адаптивной физической культуры: «физическая культура», «адаптивная физическая культура», «реабилитация», «социальная интеграция», «образ жизни».
  45. Основные средства и отличительные черты методики экстремальных видов адаптивной физической культуры.
  46. Особенности занятий физическими упражнениями в группах здоровья и в специальных медицинских группах.
  47. Особенности этапов обучения (решаемые задачи; типичные средства и методы; определяющие черты методики; проблема перестройки двигательного навыка).
  48. Паралимпийское движение в мировой практике.
  49. Педагогические задачи и средства адаптивной физической культуры.
  50. Предмет, цель, приоритетные задачи адаптивной физической культуры, её роль и место в реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов
  51. Принципы адаптивной физической культуры (социальные принципы, обще методические принципы, специально-методические принципы).
  52. Принципы адаптивной физической культуры (социальные принципы, обще методические принципы, специально-методические принципы).
  53. Принципы физической и медицинской реабилитации. Составление реабилитационных программ.
  54. Развитие физических способностей в адаптивной физической культуре.
  55. Содержание и особенности деятельности специалиста по адаптивной физической культуре.
  56. Содержание и особенности деятельности специалиста по адаптивной физической культуре.
  57. Теория и организация адаптивной физической культуры как интегративная наука, учебная дисциплина и важная область социальной практики.
  58. Характеристика объекта и субъекта педагогической деятельности в адаптивной физической культуре.
  59. Характеристика содержания занятий по адаптивному физическому воспитанию.
  60. Роль, место и значение лечебной физической культуры в физкультурно-оздоровительном и спортивном движении инвалидов с поражениями опорно-двигательного аппарата.
  61. Отличительные черты методики обучения двигательным действиям и развития физических качеств и способностей.

**Учебно-методическое обеспечение и информационное обеспечение программы  
вступительного экзамена в аспирантуру по специальности  
5.8.6. Оздоровительная и адаптивная физическая культура**

**Обязательная литература**

1. Адаптивная физическая культура: учебник для вузов / под общ. ред. С. П. Евсеева. – 2-е изд., стер. – Москва: Спорт, 2020. – 616 с. – (Адаптивная физическая культура и спорт). – ISBN 978-5-907225-56-5.
2. Частные методики адаптивной физической культуры: учебник / под ред. Л. В. Шапковой. – Москва: Советский спорт, 2007. – 608 с. – (Физическая культура и спорт инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья). – ISBN 978-5-9718-0116-0.
3. Евсеев, С. П. Адаптивная физическая культура: учебное пособие для высших и средних профессиональных учебных заведений / С. П. Евсеев, Л. В. Шапкова. – Москва: Советский спорт, 2000. – 240 с. – ISBN 5-85009-586-X.
4. Епифанов, В. А. Лечебная физическая культура: учебник / В. А. Епифанов. – 3-е изд., перераб. и доп. – Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2021. – 576 с. – ISBN 978-5-9704-5902-5.
5. Третьякова, Н. В. Теория и методика оздоровительной физической культуры: учебное пособие / Н. В. Третьякова, Т. В. Андрюхина, Е. В. Кетриш. – Москва: Спорт, 2016. – 280 с. – ISBN 978-5-906839-87-7.
6. Горелов, А. А. Физкультурно-оздоровительные технологии: учебное пособие для вузов / А. А. Горелов, В. Л. Кондаков, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. – Москва: Юрайт, 2021. – 334 с. – ISBN 978-5-534-13028-5.
7. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания: учебное пособие / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва: Юрайт, 2019. – 246 с. – ISBN 978-5-534-10274-9.
8. Никитушкин, В. Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта: учебник для вузов / В. Г. Никитушкин. – 2-е изд. – Москва: Юрайт, 2018. – 280 с. – ISBN 978-5-534-08057-3.

**Дополнительная литература**

1. Маллаев, Д. М. Адаптивная физическая культура в системе специального и инклюзивного образования / Д. М. Маллаев, Г. А. Магомедов. – Известия Дагестанского государственного педагогического университета. Психолого-педагогические науки, 2017.
2. Столяров, В. И. Теория и методология современного физического воспитания: состояние разработки и авторская концепция / В. И. Столяров. – Киев: Олимпийская литература, 2015. – 704 с. – ISBN 978-966-8708-90-5.
3. Холодов, Ж. К. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – 13-е изд., испр. – Москва: Академия, 2020. – 480 с. – ISBN 978-5-4468-8380-6.
4. Педагогика физической культуры: учебник / под общ. ред. В. И. Криличевского, А. Г. Семёнова, С. И. Бекасовой. – Москва: КНОРУС, 2016. – 320 с. – ISBN 978-5-406-04776-8.
5. Аспиранты России: отбор, подготовка к самостоятельной научной и педагогической деятельности: монография / С. Д. Резник, С. И. Макарова, Е. С. Джевицкая; под общ.

ред. С. Д. Резника. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва: ИНФРА-М, 2017. – 236 с. – ISBN 978-5-16-012376-9.

Составитель программы:

Никифоров Никита Васильевич, кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедры «Теория физической культуры и спорта», Института физической культуры и спорта Северо-Восточного федерального университета им. М.К. Аммосова, эл. почта [nikita-nikiforow@vandex.ru](mailto:nikita-nikiforow@vandex.ru).

Программа рекомендована на заседании кафедры «Теория физической культуры и спорта» от 10 декабря 2024 г. протокол №14.