

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ДАГЕСТАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

«УТВЕРЖДАЮ»

Ректор ДГУ

М.Х. Рабаданов

17 января 2025 г.

Программа
вступительных испытаний для поступающих в магистратуру
по направлению 49.04.01 Физическая культура

Махачкала - 2025

1. Пояснительная записка

Программа вступительного испытания в магистратуру по направлению подготовки 49.04.01 Физическая культура, направленность (профиль) «Управление системой подготовки спортсменов» разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования - магистратура по направлению подготовки 49.04.01 Физическая культура.

Вступительное испытание при поступлении на 1 курс магистратуры по направлению подготовки 49.04.01 Физическая культура проводятся в форме письменного экзамена.

Целью вступительных испытаний является установление степени профессиональной подготовленности абитуриента к использованию теоретических знаний и практических навыков профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта. Вместе с этим, важной составляющей вступительных испытаний является оценка уровня общего кругозора и профессионального интеллекта абитуриента.

В процессе проведения вступительных испытаний оценка готовности осуществляется по следующим критериям:

- владение понятийно-терминологическим аппаратом по выбранному направлению подготовки, а также всесторонность и глубину знаний по профилю подготовки;
- знания существующих в науке различных точек зрения по поставленным вопросам;
- понимание неразрывной связи между теоретическими концепциями, идеями, представлениями и практической деятельностью;
- понимание происходящих в России и мире процессов в соответствующей предметной области.

Письменный экзамен охватывает содержание образовательной программы подготовки бакалавров по дисциплинам: педагогика физической культуры; теория и методика физической культуры, теория и методика избранного вида спорта.

2. Содержание программы Педагогика физической культуры

Взаимосвязь физического воспитания с другими видами воспитания (умственным, нравственным, эстетическим, трудовым, патриотическим, экологическим). Структура, содержание и развивающие возможности физической культуры. Психолого-педагогические принципы формирования личности в физической культуре.

Взаимосвязь развития личности и коллектива. Воспитательные задачи, решаемые в физкультурно-оздоровительной деятельности в образовательных учреждениях. Требования к личности руководителя физкультурно-спортивного коллектива. Особенности управления физкультурно-спортивным коллективом.

Принцип сознательности и активности как принцип отношения к обучению. Сознательность как категория, отражающая способность человека осваивать и понимать объективные закономерности физического воспитания. Активность деятельности индивида как целенаправленное формирование его индивидуальной позиции в процессе освоения ценностей физической культуры. Единство и взаимосвязь сознательности и активности в процессе физического воспитания. Основные требования и условия, обеспечивающие успешную реализацию данного принципа.

Реализация принципа наглядности в процессе познания сущности изучаемых двигательных действий, биомеханических закономерностей их построения. Формирование точного чувственного образа техники двигательных действий по зрительным, двигательным и слуховым анализаторам. Основные формы чувственного познания в реализации принципа наглядности (ощущение, восприятие, представления).

Положения, предусматривающие определение стимулирующей меры трудности педагогических заданий в процессе физического воспитания, Правила в реализации принципа доступности.

Индивидуализация учебно-воспитательного процесса и дифференциация учебных заданий.

Особенности физического воспитания детей дошкольного и школьного возраста, студенческой молодежи.

Методы, средства и формы воспитания личности в физической культуре. Сущность, преимущества и недостатки методов обучения: объяснительно-иллюстративного, репродуктивного, метода проблемного изложения, частично-поискового, исследовательского. Особенности методов развивающего и проблемного обучения. Направления применения цифровых технологий в физической культуре и спорте. Элементы педагогической техники: техника речи, мимика, пантомимика, саморегуляция психической деятельности. Взаимосвязь элементов структуры педагогического мастерства спортивного педагога. Возможности интерактивного обучения. Примеры использования интерактивных технологий в физическом воспитании. Примеры использования инновационных технологий в физическом воспитании. Понятие авторских школ, их отличительные особенности.

Примеры авторских школ прошлого и современности.

Понятие педагогической деятельности в сфере физической культуры.

Цель и задачи педагогической деятельности в сфере физической культуры.

Компоненты педагогической деятельности в сфере физической культуры.

Понятие и особенности профессии спортивного педагога. Значение и соотношение понятий компетенции и компетентность. Виды деятельности спортивного педагога и профессиональные компетенции, определяющие ее содержание. Особенности тренерской деятельности, сходства и различия с деятельностью учителя физической культуры. Этапы осуществления профессиональной деятельности спортивного педагога: подготовительный, практической деятельности, этап контроля эффективности деятельности. Индивидуальные свойства личности спортивного педагога и конкретизирующие их качества: идейно-политические, нравственные, эмоционально-волевые, поведение в коллективе, отношение к работе, личностно-профессиональные качества.

Понятие «педагогическое мастерство». Профессионально значимые свойства личности спортивного педагога. Профессиональные компетенции спортивного педагога. Педагогическое творчество на уроке физической культуры и во внеурочной деятельности.

Теория и методика физической культуры

Понятия: физическая культура, физическое воспитание, физкультурное образование; спорт. Тенденции развития теории и методики физической культуры и спорта (ТиМФКиС) как системы научных знаний, её предмет, структура, источники развития. Ведущая роль курса ТиМФКиС в процессе интеграции профилирующих дисциплин в решении важной проблемы – формирования целостного представления о готовности к профессиональной деятельности.

Система физического воспитания как совокупность взаимосвязанных элементов, ориентированных на обеспечение физического совершенствования и укрепления здоровья всех слоев населения. Связь физического воспитания с образованием и воспитанием.

Структура системы физического воспитания, ее составные части и подсистемы: цель, задачи, принципы, направления, подготовка кадров (профессиональная ориентация в школе, отбор абитуриентов, подготовка в СУЗах и ВУЗах); материально-техническое обеспечение.

Представление о комплексе средств физического воспитания. Физическое упражнение – основное специфическое средство физического воспитания. Суть и основные признаки физических упражнений.

Понятие о содержании и форме физических упражнений. Понятие «техника физических упражнений». Эталон и стандарт техники движений. Основа техники движений, ее главное звено и детали. Кинематические, динамические и ритмические характеристики двигательных действий.

Классификация физических упражнений: по признаку исторически сложившихся систем физического воспитания; по анатомическому признаку; по преимущественной целевой направленности их использования; по преимущественному воздействию на развитие отдельных физических качеств; по преимущественному проявлению

определенных двигательных умений и навыков (акробатические, гимнастические, игровые, беговые и др.); по структуре движений (циклические, ациклические и смешанные).

Методы строго-регламентированного и частично регламентированного упражнения.

Взаимообусловленность и соотношение понятий: задатки, двигательные способности и физические качества; отличительные черты понятий: двигательные, физические, психомоторные качества. Общие закономерности развития физических качеств.

Основные понятия и факторы, лежащие в основе проявления силовых способностей. Средства и методы развития силовых способностей, с учетом особенностей возрастного развития человека. Критерии и способы оценки силовых способностей.

Основные понятия и факторы, лежащие в основе проявления скоростных способностей. Средства и методы развития скоростных способностей, с учетом особенностей возрастного развития человека.

Критерии и способы оценки скоростных способностей, используемые в практике физического воспитания.

Выносливость как физическое качество. Основные факторы выносливости. Общая и специальная выносливость. Возрастные периоды, наиболее благоприятные для направленного воздействия на развитие выносливости разного типа. Критерии и способы оценки выносливости, используемые в практике физического воспитания.

Гибкость как одно из жизненно важных физических качеств. Средства и методы развития. Сенситивные периоды развития. Критерии и способы оценки гибкости.

Характеристика двигательно-координационных способностей. Двигательно-координационные способности как основа ловкости. Отличительные признаки упражнений, используемых в качестве основных средств воспитания двигательно-координационных способностей. Средства и методы развития. Критерии и способы оценки.

Урок, как основная форма организации физического воспитания. Типы уроков физической культуры. Основные требования, предъявляемые к современному уроку физической культуры. Структура урока. Характеристика частей урока. Предметное содержание урока физической культуры. Требования к методике проведения современного урока физической культуры.

Многообразие форм физического воспитания. Понятие о формах физического воспитания. Основные урочные формы занятий и их отличительные черты. Представления о внеурочных формах физического воспитания и их отличительных чертах. Характеристика форм физического воспитания, используемые в структуре учебного дня.

Понятие «физическая нагрузка». Основные стороны физической нагрузки: внешняя и внутренняя. Дозирование нагрузки, ее оптимальность (регламентация, соотношение объема и интенсивности). Виды нагрузок по характеру мышечной работы (стандартная и переменная). Отдых, как неотъемлемая составляющая методики дозирования нагрузки.

Структура процесса обучения двигательному действию.

Характеристика взаимосвязи формирования двигательного навыка и этапов процесса обучения.

Понятие «двигательные ошибки». Классификация двигательных ошибок. Причины возникновения ошибок. Меры, предупреждающие возникновение и устранение ошибок. Пути и приемы исправления ошибок.

Виды планирования в сфере физической культуры: перспективное, этапное, оперативное. Цель, задачи, содержание, этапы планирования. Технология разработки документов планирования: основные операции и их последовательность. Особенности планирования физического воспитания в различных типах учреждений.

Первостепенная роль физической культуры в развитии и воспитании детей дошкольного возраста. Формы физического воспитания дошкольников. Физическая культура в семейных и общественных формах воспитания дошкольников.

Особенности физического воспитания в младшем, среднем и старшем школьном возрасте. Основные особенности направленного развития физических качеств в возрастном аспекте. Принципы распределения занимающихся физическими упражнениями на медицинские группы. Характеристика основной, подготовительной и специальной медицинских групп. Современное состояние внеклассной работы по физическому воспитанию. Организационно-методические особенности внеклассной

работы. Основные документы учета и отчетности по внеклассной работе. Методика организации и проведения внеклассных мероприятий (на примере спортивных соревнований).

Значение, цель и основные задачи физического воспитания студентов. Формы организации физического воспитания. Учебные и внеучебные занятия, их особенности и методическая направленность. Типовое содержание программы по физическому воспитанию студентов, ее нормативные основы.

Теория и методика избранного вида спорта

Основные понятия спорта. Классификации видов спорта, основанные на различных признаках: особенности предмета состязания и характер двигательной активности соревнующихся (по Л.П. Матвееву); структурный признак двигательной активности (по В.С. Фарфелю); способ определения соревновательного результата (по В.С. Келлеру). Социальные функции спорта. Основные направления в развитии спортивного движения. Значение спортивных соревнований. Соревнования как полигон демонстрации спортивных результатов.

Подготовка спортсмена как многокомпонентный процесс. Сущность спортивной тренировки, ее место в системе подготовки спортсменов. Цели, задачи и условия спортивной тренировки. Основные виды подготовки спортсмена.

Принцип углубленной специализации и индивидуализации. Принцип единства общей и специальной подготовки. Принцип непрерывности тренировочного процесса. Принцип постепенности и предельности наращивания тренировочных нагрузок. Принцип волнообразности динамики тренировочных нагрузок.

Круговая тренировка как организационно-методическая форма занятия, назначение и методические особенности. Равномерный метод, как метод стандартной непрерывной нагрузки. Переменный метод как метод вариативно-непрерывного упражнения. Повторный метод как метод прерывного воздействия. Интервальный метод как метод прерывного воздействия, назначение, характерные особенности, задачи и содержание.

Понятие о физической подготовке спортсмена. Понятие о технической подготовке спортсмена. Понятие о тактической подготовке спортсменов, направленность тактической подготовки. Понятие о психологической подготовке спортсмена. Интегральная подготовка как важнейший фактор приобретения и совершенствования спортивного мастерства.

Спортивная форма. Фазовый характер развития спортивной формы, как естественная основа периодизации спортивной тренировки. Подготовительный, соревновательный, переходный периоды подготовки спортсмена.

Структура многолетней подготовки спортсменов. Этапы многолетней подготовки спортсменов и их соответствие группам обучения в ДЮСШ, СДЮШОР и ШВСМ.

Комплекс организационных мероприятий по проведению соревнований (календарь и положение о соревнованиях). Особенности организации и проведения спортивных соревнований в образовательных учреждениях.

Контроль, его значение и содержание. Методы контроля. Виды контроля.

3. Рекомендуемая литература

Основная:

1. Никитушкин, В. Г. Спорт высших достижений: теория и методика: учебное пособие / В.Г. Никитушкин, Ф.П. Суслов. - Москва : Спорт, 2017. - 320 с.: табл.
2. Манжелей, И. В. Педагогика физического воспитания: учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / И. В. Манжелей. – 2-е изд., перераб. и доп. – М: Изд-во Юрайт, 2019. – 182 с.
3. Педагогика физической культуры: учебник / Коллектив авторов ; под общ. ред. В. И. Криличевского, А. Г. Семёнова, С. Н. Бекасовой. – М. : КНОРУС, 2016. – 320 с.
4. Холодов, Ж. К., Кузнецов, В. С. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник для студ. учреждений выс. проф. образования / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - 15-е изд., стер. М.: Издательский центр «Академия», 2018. – 496 с.

Дополнительная:

1. Бакшева, Т. В. Основы научно-методической деятельности: Учебное пособие / Т. В. Бакшева, А. В. Кушакова. – Ставрополь: Изд-во СКФУ, 2014. – 139 с.
2. Барчуков, И. С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебник. – М.: КНОРУС, 2011. – 365 с.
3. Верхошанский, Ю. В. Основы специальной силовой подготовки в спорте. Электронный ресурс / Ю. В. Верхошанский. - Основы специальной силовой подготовки в спорте - Москва: Советский спорт, 2013. - 216 с.
4. Виленский, М. Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента : учебное пособие / Виленский М.Я., А. Г. Горшков. - М.: КНОРУС, 2012. – 240 с.
5. Гимнастика: учебник / В. М. Баршай, В. Н. Курьсь, И. Б. Павлова. – М.: КНОРУС, 2013. – 312 с.
6. Гимнастика : учебник для студ. высш. пед. учеб. заведений / Под ред. М. Л. Журавина, Н. К. Меншикова. - 6-е изд., стереотип. – М.: Академия, 2009. – 446 с.
7. Голощапов, Б. Р. История физической культуры и спорта : учебник / Б. Р. Голощапов. – 8-е изд., перераб. – М. : Академия, 2011. - 312 с.
8. Гомельский, Е.Я. Основные направления подготовки спортивного резерва в баскетболе: методическое пособие / Е. Я. Гомельский. – М.: 2017. – 270 с.
9. Гордон, С. М. Спортивная тренировка: научно-методическое пособие / С. М. Гордон. – М.: Физическая культура, 2008. – 256 с.
10. Деркач А. А. Тренерское искусство: монография / А. А. Деркач, В. В. Маркелов, Ю.Ф. Подлипняк. – М.: РЕГЕНС, 2013. 540 с.
11. Железняк, Ю. Д. Методика обучения физической культуре: учебник для вузов / Ю. Д. Железняк, И. В. Кулишенко, Е. В. Карякина; под ред. Ю. Д. Железняка. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 254 с.
12. Железняк, Ю. Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте / [Ю. Д. Железняк](#), [П. К. Петров](#). – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 288 с.
13. Зациорский, В. М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания / В. М. Зациорский. – М.: Советский спорт, 2009. – 200 с.
14. Компьютерные технологии контроля в физической культуре: учеб. пособие : авт.-сост. А. И. Яцынин. - Ставрополь: Изд-во СГУ, 2011. - 84 с.
15. Корепанова М. В. Основы педагогического мастерства: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / М. В. Корепанова, О. В. Гончарова, И. А. Лавринцев. – М.: Издательский центр «Академия», 2010. – 240 с.
16. Легкая атлетика: учебник / под общ. ред.: Н. Н. Чеснокова, В. Г. Никитушкина. - М. : Физическая культура, 2010. – 440 с.
17. Лубышева, Л. И. Инновационные технологии в профессиональной подготовке спортивного педагога: учебное пособие / Л. И. Лубышева, В. А. Магин. - М.: Теория и практика физической культуры, 2005. – 191 с.
18. Лукьяненко, В. П. Физическая культура: основы знаний: Учебное пособие / В. П. Лукьяненко. - Ставрополь: Изд-во СГУ. – 2007. – 224 с.
19. Магин, В. А. Медико-биологические и психолого-педагогические особенности спортивной деятельности: учебное пособие / В. А. Магин, В. В. Вучева, О. Н. Мещерякова. – Ставрополь: АГРУС, 2010. – 204 с.
20. Масалова, О. Ю. Физическая культура: педагогические основы ценностного отношения к здоровью: учебное пособие / О. Ю. Масалова. - М. : КНОРУС, 2012. – 184 с.
21. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник для вузов физической культуры / Л. П. Матвеев. – М.: Советский спорт, 2010. – 340 с.
22. Методы психолого-педагогической диагностики: учебное пособие / О. А. Ахвердова [и др.]; М-во образования и науки РФ, ФГБОУ ВПО «Ставроп. гос. ун-т». - Ставрополь: Изд-во СГУ, 2012. – 236 с.
23. Неверкович С. Д. Педагогика физической культуры и спорта:

учебник для вузов / [С.Д. Неверкович, Т.В. Аронова, А.Р. Баймурзин и др.]; под ред. С. Д. Неверковича. – 2-е изд., перераб. и доп. М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 361 с.

24. Педагогика профессионального образования: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Е. П. Белозерцев, А. Д. Гонеев, А. Г. Пашков и др.; Под ред. В. А. Сластенина. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 368 с.

25. Педагогика физической культуры и спорта: учебное пособие / В. А. Магин, И. В. Кострулева, И. Ю. Соколова, Ю. В. Сорокопуд, Н. А. Сиволобова, Н. И. Подгребельная. – Ставрополь: СГУ, 2009. – 224 с.

26. Попков В. А., Коржуев А. В. Теория и практика высшего профессионального образования: учебное пособие для высшей школы. – М.: Академический проект, 2004. – 428 с.

27. Правовые основы в сфере физической культуры и спорта : учеб.метод. комплекс / М-во образования и науки РФ, ГОУ ВПО «Ставроп. гос. ун-т» ; авт.-сост.: Т. В. Воротилина, А. В. Диреганова, Н. Р. Черниенко. - Ставрополь: Изд-во СГУ, 2010. – 76 с.

28. Психология детско-юношеского спорта: учебник / А. В. Родионов, В.А. Родионов. – М.: Физическая культура, 2013. – 277 с.

29. Семенов, Л. А. Определение спортивной пригодности детей и подростков: биологические и психолого-педагогические аспекты: учебно-методическое пособие / Л. А. Семенов. – М.: Советский спорт, 2005. – 142 с.

30. Спортивные игры: учебник / Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов. – М. : Академия, 2010. – 519 с.

31. Теория и методика спортивной подготовки (гимнастика): учебное пособие / А. И. Яцынин, Е. В. Титаренко, О. В. Горбатов, Д. Н. Безлепкин, Н. Н. Грудницкая. – Ставрополь: Ставролит, 2010. – 284 с.

32. Физическая культура: [учебник] / под ред. М. Я. Виленского. – М.: КНОРУС, 2012. – 424 с.

33. Холодов, Ж. К. Теория и методика физической культуры и спорта : учебник для студ. учреждений выс. проф. образования / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – 11-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 480 с.

34. Янсон, Ю. А. Физическая культура в школе. Научно- исследовательский аспект. Изд. 2-е, дополнен. и перераб. / Ю. А. Янсон. – Ростов н/Дону: «Феникс», 2009. – 635 с.

Интернет ресурсы:

1. eLIBRARY.RU [Электронный ресурс]: электронная библиотека / Науч. электрон. б-ка. — Москва, 1999 – . Режим доступа: <http://elibrary.ru/defaultx.asp> – Яз. рус., англ.<http://lib.sportedu.ru/> Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту.

2. Электронный каталог НБ ДГУ [Электронный ресурс]: база данных содержит сведения о всех видах лит, поступающих в фонд НБ ДГУ/Дагестанский гос. ун-т. – Махачкала, 2010 – Режим доступа: <http://elib.dgu.ru>, свободный.

3. http://sflaspb.ru/sites/default/files/the_iaaf_antidoping_athletes_guide.pdf Руководство для спортсменов по антидопинговой программе ИААФ июнь, 2013.

4. <http://www.fizkulturavshkole.ru/default.htm> Журнал «Физическая культура в школе»

5. <http://www.rsl.ru/ru/s97/s339> Российская Государственная библиотека.

6. <http://www.rusada.ru/> Твой олимпийский учебник. [Электронный ресурс] — Электрон.дан. – М.: Советский спорт, 2014. - 224 с. - Режим доступа: <http://e.lanbook.com/book/69818>

7. <http://www.teoriya.ru/> Научный портал «Теория.ру».

8. www.schoolpress.ru/ Журнал «Физическая культура в школе»

9. Сайт журнала «Спорт в школе». Режим доступа: <https://spo.1september.ru/>

10. Сайт журнала «Теория и практика физической культуры». Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/>

11. Сайт журнала «Физическая культура: образование, воспитание, тренировка». Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/>