

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное автономное образовательное  
учреждение высшего образования  
НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ТОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

Факультет физической культуры



В.Г. Шилько


« 29 » января 2025г.

ПРОГРАММА

вступительного испытания по специальной дисциплине  
соответствующей научной специальности программы подготовки научных и  
научно-педагогических кадров в аспирантуре

5.8.4. Физическая культура и профессиональная физическая подготовка

**Авторы-разработчики:**

Загrevская А.И., док-р пед. наук, доцент, профессор кафедры теоретических основ и технологий физкультурно-спортивной деятельности .

Согласовано:

Руководитель ОП  В.Г. Шилько  
*подпись*

## **1. Общие положения**

**1.1.** Программа вступительного испытания по специальной дисциплине соответствующей научной специальности программы подготовки научных и научно-педагогических кадров в аспирантуре 5.8.4. Физическая культура и профессиональная физическая подготовка (далее – Программа), сформирована на основе требований федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования к программам магистратуры (специалитета) по соответствующим направлениям (специальностям) подготовки. Программа разработана для поступления на обучение в аспирантуру НИ ТГУ.

Программой устанавливается:

- форма, структура, процедура сдачи вступительного испытания;
- шкала оценивания;
- максимальное и минимальное количество баллов для успешного прохождения вступительного испытания;
- критерии оценки ответов.

Вступительное испытание проводится на русском языке или на английском языке для абитуриентов из стран дальнего зарубежья, поступающих на программу, реализуемую на английском языке.

Форма, процедура сдачи вступительного испытания, а также шкала оценивания и критерии оценки ответов экзаменуемого, установленные Программой, не зависят от языка проведения вступительного испытания.

**1.2.** Организация и проведение вступительного испытания осуществляется в соответствии с Правилами приема, утвержденными приказом ректора НИ ТГУ, действующими на текущий год поступления.

**1.3.** По результатам вступительного испытания, поступающий имеет право подать на апелляцию о нарушении, по мнению поступающего, установленного порядка проведения вступительного испытания и (или) о несогласии с полученной оценкой результатов вступительного испытания в порядке, установленном Правилами приема, действующими на текущий год поступления.

## **2. Форма, структура, процедура, программа вступительного испытания и шкала оценивания ответов**

**2.1.** Вступительное испытание по специальной дисциплине проводится в форме экзамена (письменно) в соответствии с перечнем тем и (или) вопросов, установленных данной Программой.

**Структура экзамена.** Экзамен проводится по билетам. Билеты формируются из перечня приводимых в данной программе вопросов. В билет включается три вопроса.

**2.2.** Процедура проведения экзамена представляет собой сдачу экзамена в очной форме и (или) с использованием дистанционных технологий (при условии идентификации поступающих при сдаче ими вступительных испытаний):

1) очно и дистанционно; 2) только дистанционно; 3) только очно.

Для дистанционных вступительных испытаний используются платформа «Среда электронного обучения iDO» и другие программы для организации видеоконференций. Для наблюдения за участниками экзамена и идентификации их личности в НИ ТГУ создана система прокторинга. Проктор (наблюдатель) перед началом каждого экзамена при помощи веб-камеры абитуриента проводит инструктаж и собеседование по вопросам организации и проведения экзамена, идентификацию личности путем сравнения фото в паспорте и лица сдающего (абитуриент показывает в веб-камеру свой паспорт в развернутом виде рядом со своим лицом).

Видео, транслируемое с веб-камеры участника экзаменов, доступно проктору для наблюдения и записывается на сервер для дальнейшего просмотра при возникновении спорных ситуаций.

**2.3.** Результаты проведения вступительного испытания оформляются протоколом, в котором фиксируются вопросы экзаменаторов к поступающему. На каждого поступающего ведется отдельный протокол.

#### **2.4. Программа экзамена**

Примерный перечень вопросов для подготовки к сдаче экзамена

1. Теории происхождения и первоначального развития физической культуры.
2. Теория и методика физической культуры как наука и учебная дисциплина.
3. Основные понятия теории и методики физической культуры (физическая культура; физическое воспитание; физическая подготовка; физическая подготовленность; физическое развитие; физкультурное движение; спорт).
4. Здоровье и здоровый образ жизни. Роль физической культуры в сохранении здоровья.
5. Основные черты социального института физической культуры и спорта.
6. Основные причины физкультурно-спортивной пассивности населения.
7. Система физического образования П.Ф. Лесгафта.
8. Понятие о системе физического воспитания и её структуре. Задачи физического воспитания. Социально-педагогические принципы системы физического воспитания.

9. Специфические функции физической культуры. Общекультурные функции физической культуры.
10. В.С. Пирусский – основатель физического воспитания в Сибири.
11. Понятие о формах физической культуры и их классификация.
12. Классификация физических упражнений. Содержание и форма физических упражнений.
13. Кинематические и динамические характеристики физических упражнений.
14. Понятие о технике физических упражнений.
15. Характеристика методов физического воспитания.
16. Характеристика принципов физического воспитания.
17. Двигательные умения и навыки как предмет обучения в физическом воспитании.
18. Физиологический механизм формирования двигательного действия и взаимодействие (перенос) навыков.
19. Структура процесса обучения и особенности его этапов.
20. Сила и основы методики её воспитания.
21. Скоростные способности и основы методики их воспитания.
22. Выносливость и методика её воспитания.
23. Гибкость и методика её совершенствования.
24. Ловкость и методика её развития.
25. Представление о содержании и форме занятий физическими упражнениями.
26. Классификация форм занятий в физическом воспитании.
27. Урочная форма занятий и ее особенности (признаки урочных форм занятий, понятие о структурном построении занятия).
28. Структура урока физической культуры.
29. Методы организации занимающихся на уроке.
30. Методы оценки эффективности урока физической культуры (хронометраж и пульсометрия).
31. Технология разработки документов планирования по физическому воспитанию.
32. Характеристика документов планирования по физическому воспитанию.
33. Педагогический контроль в физическом воспитании его виды и методы.
34. Оценка и учет успеваемости учащихся на уроке физической культуры (требование к учету и градация оценок).
35. Особенности физического воспитания людей пожилого возраста.
36. Особенности физического воспитания детей школьного возраста.
37. Физическая культура в системе воспитания детей раннего и дошкольного возраста.
38. Физическое воспитание в основной период трудовой деятельности.
39. Особенности физического воспитания студенческой молодежи.
40. Методика круговой тренировки.
41. Роль и место научной и методической деятельности в сфере физической культуры. Области исследований в сфере физической культуры и спорта.

42. Методы и методология научного исследования. Наиболее распространенные методы исследований в области физической культуры.
43. Педагогический эксперимент (разновидности, методика проведения, требования к формированию экспериментальной выборки). Планирование эксперимента.
44. Тестирование в исследованиях по физической культуре. Понятие об оценке и оценивании. Шкалы оценок, их типы и разновидности. Инструментальные методы исследования, применяемые в области физической культуры.

### 2.5. Шкала оценивания ответов на экзамене:

<b>неудовлетворительно</b>	<b>удовлетворительно</b>	<b>хорошо</b>	<b>отлично</b>
до 59 баллов	60 – 75 баллов	76 – 84 баллов	85 – 100 баллов

Общая продолжительность экзамена составляет 45 минут.

Максимальное количество баллов за экзамен – 100. Минимальное количество баллов для успешного прохождения экзамена – 60. Поступающий, набравший менее 60 баллов за экзамен, не может быть зачислен в аспирантуру.

### Таблица критериев оценки устных и письменных ответов (при наличии)

<b>Вид деятельности</b>		
<b>Оценка</b>	<b>Балл</b>	<b>Уровень владения темой</b>
<b>неудовлетворительно</b>	до 59	Неполный объем ответов, наличие значимых ошибок и существенных пробелов в знаниях.
<b>удовлетворительно</b>	60-75	Недостаточно полный объем ответа, наличие ошибок и некоторых пробелов в знаниях.
<b>хорошо</b>	76-84	Правильный и достаточно полный, не содержащий существенных ошибок ответ. Оценка может быть снижена за отдельные несущественные ошибки.
<b>отлично</b>	85-100	Полный безошибочный ответ с правильным применением понятий и определений

Вступительное испытание проводится экзаменационной комиссией, действующей на основании приказа ректора.

Итоговая оценка за экзамен определяется как средний балл, выставленный всеми членами экзаменационной комиссии.

## Рекомендуемая литература

### а) основная:

1. Лукьяненко В. П. Теория физической культуры и спорта. Практические занятия. Учебное пособие для вузов. М.: Лань, 2024. 116 с.
2. Никитушкин В. Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта: Учебное пособие для вузов / В.Г. Никитушкин. М. : Юрайт, 2022. 232 с. (Высшее образование). URL: <https://urait.ru/bcode/492454>. URL: <https://urait.ru/book/cover/4393A4F4-38FF-426D-900B-1BCBE8D7BCD5>
3. Полиевский С. А. Профессиональная и военно-прикладная физическая подготовка на основе экстремальных видов спорта : Монография / С.А. Полиевский, Р.Т. Раевский, Г.А. Ямалетдинова; под науч. ред. Полиевского С. А., Ямалетдиновой Г.А. М. : Юрайт, 2022. 378 с. URL: <https://urait.ru/bcode/498997>. URL: <https://urait.ru/book/cover/A3AEB777-EC7C-4A6C-8B31-0DABBA0F902D>
4. Журнал «Теория и практика физической культуры» <http://teoriya.ru/ru>
5. Журнал «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка» <http://teoriya.ru/ru>

### б) дополнительная:

1. Воронин С. М. Профессионально-прикладная физическая подготовка: Учебное пособие для вузов / под ред. Воронова Н.А. М.: Юрайт, 2022. 140 с. (Высшее образование). URL: <https://urait.ru/bcode/496125>. URL: <https://urait.ru/book/cover/A61320B4-4F23-408F-A533-E9C8B6BABA012>
2. Манжелей И. В. Организация физкультурно-спортивной досуговой деятельности населения. Учебное пособие для вузов. М.: Лань, 2023. 192 с.
3. Муллер А. Б. Физическая культура : Учебник и практикум для вузов / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. М. : Юрайт, 2022. 424 с. (Высшее образование). URL: <https://urait.ru/bcode/488898>. URL: <https://urait.ru/book/cover/B46241F9-EC9A-4FFD-B031-ED7AF1124D32>
4. Сосуновский В.С., Шилько В.Г., Заглевская А.И. Физическое и психомоторное развитие дошкольников 5-6 лет на основе кинезиологической образовательной технологии. Монография. Томск: Изд-во Том. ун-та, 2021. 128 с.
5. Филиппова Ю. Физическая культура : Учебно-методическая литература / Новосибирский государственный педагогический университет. М. : ООО "Научно-издательский центр ИНФРА-М", 2021. 197 с. URL: <http://znanium.com/catalog/document?id=377108>.
6. Эммерт М. С. Общая физическая подготовка в рамках самостоятельных занятий студентов : Учебное пособие для вузов / М. С. Эммерт, О. О. Фадинова,

И. Н. Шевелева, О. А. Мельникова. М. : Юрайт, 2022. 110 с. (Высшее образование).  
URL: <https://urait.ru/bcode/495814>.