

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Сочинский государственный университет»

ПРОГРАММА ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ
«ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»
Аспирантура

2026 г.

1. Содержание

1.1. Программа

№	Раздел / Тема	Содержание
I	Теория физической культуры	<p>Сущность и причины возникновения физической культуры в обществе. Значимость теории физической культуры для профессиональной деятельности. Методы научного исследования в теории физической культуры. Цели и задачи, достигаемые в сфере физической культуры. Обусловленность целей и задач в сфере физической культуры. Многообразие задач физкультурной деятельности. характеристика типичных в различных разделах и направлениях физкультурной практики Основные разделы физической культуры в обществе. Разделы (виды и разновидности) физической культуры. Физические упражнения и другие факторы физической культуры Причины ускоренного прогресса физической культуры в современном мире. Роль и место физической культуры в воспитании и формировании личности. Взаимосвязь различных сторон воспитания в процессе физического воспитания. Физическая культура как социально-педагогическая система. Система физического воспитания в Российской Федерации. Понятие о системе физической культуры как социальной конструкции. Отечественная система физической культуры как исторически прогрессивное явление. Принципы системы физического воспитания в РФ. Общее представление о научно-прикладных, программно-нормативных и методических основах, государственных и общественных формах организации отечественной системы физической культуры. Характеристика специфических функций физической культуры. Общекультурные функции и функциональные связи физической культуры с другими сторонами культуры и социальной практики. Структурные компоненты физической культуры в обществе. Актуальные проблемы обеспечения процесса физической культуры на современном этапе развития российского общества. Физическая культура в системе воспитания детей раннего</p>

№	Раздел / Тема	Содержание
		<p>возраста Физическая культура системе воспитании детей дошкольного возраста. Основы системы физического воспитания детей и молодежи школьного возраста. Физическая культура в системе, начального, среднего и высшего профессионального образования. Профессионально прикладная физическая подготовка. Основы военно-прикладной физической культуры. Физическая культура в системе рациональной организации труда (производственная физическая культура). Научные основы внедрения физической культуры в организацию труд. Рекреативно-оздоровительное направления физической культуры трудящихся. Особенности направленного использования факторов физической культуры в жизни людей пожилого и старшего возраста.</p>
II	<p>Теория и методика физического воспитания</p>	<p>Общие основы теории и методики физического воспитания. Целенаправленность и основные стороны процесса физического воспитания. Специфические задачи физического воспитания: образовательные, воспитательные, оздоровительные. Нормативы физической подготовленности. Средства и методы в физическом воспитания. Физические упражнения как основные средства физического воспитания. Содержание и форма физического упражнения. Техники физического упражнения. Ближайший, следовой, кумулятивный эффекты упражнения. Нагрузка при выполнении физических упражнений. Роль и типы интервалов отдыха в процессе выполнения физических упражнений. Методы строго регламентированного упражнения. Игровой метод. Соревновательный метод. Формы построения занятий в физическом воспитании. Соотношение формы и содержания занятия. Закономерности динамики оперативной работоспособности как одна из основ структуры занятия. Особенности занятий урочного типа. Типы уроков в физическом воспитании. Особенности постановки и реализации задач в урочных занятиях. Правила нормирования и регулирования нагрузки в урочных занятиях.</p>

№	Раздел / Тема	Содержание
		<p>Педагогический анализ урока. Особенности занятий неурочного типа. Отличительные черты неурочных занятий в физическом воспитании. Планирование и контроль в физическом воспитании. Общая характеристика планирования и контроля. Взаимобусловленность планирования и контроля, их единство. Сущность, объективные основы и аспекты планирования. Планирование как предвидение реального процесса физического воспитания. Масштабы планирования во времени: перспективное, этапное (по этапам, четвертям, семестрам и т. п.), краткосрочное (оперативно-текущее) планирование. Основные операции и формы планирования. Единство педагогического, врачебного контроля и самоконтроля в физическом воспитании. Особенности текущего и поэтапного контроля. Самоконтроль.</p>

2. Список рекомендованной литературы

1. Барчуков И.С. Физическая культура: учеб. для учреждений ВУСШ. проф. образования И.С. Барчуков, – М.; Академия, 2012. – 525 с.
2. Железняк Ю.Д. Методика обучения физической культуре: учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования, обучающихся по направлению подготовки [ед. образование] профиль «Физ. культура» К.Д. Железняк, И.В. Кулишенко, Е.В. Карякина; под ред. Ю, Д, Железняка. М.: Академия, 2013. – 256 с.