

Министерство образования и науки Российской Федерации

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего профессионального образования
«Чувашский государственный педагогический
университет им. И.Я. Яковлева»**



Ректор

Б. Г. Миронов

2012 г.

ПРОГРАММА

кандидатского экзамена по специальности

**13.00.04 «Теория и методика физического воспитания,
спортивной тренировки, оздоровительной и
адаптивной физической культуры»**

по педагогическим наукам

Чебоксары 2012

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. ФУНДАМЕНТАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ОБЩЕЙ ТЕОРИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	4
1.1. Общие закономерности развития, функционирования и совершенствования системы физической культуры	4
1.2. Управление в системе физической культуры	5
1.3. Общие закономерности развития, функционирования и совершенствования двигательных (физических) способностей (качеств)	6
1.4. Средства и методы, используемые для формирования физической культуры человека	7
2. ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ	8
2.1. Теоретико-методологические и историко-логические проблемы физического воспитания	8
2.2. Физическое воспитание в системе дошкольного, общего среднего, специального и высшего образования.	8
3. ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА СПОРТА	10
3.1. Спорт как социальное и педагогическое явление	10
3.2. Система подготовки спортсменов.	11
3.3. Система подготовки юных спортсменов	14
3.4. Теория и организация массового спорта	14
3.5. Система подготовки спортсменов военнослужащих	15
3.6. Теория и методика подготовки спортсменов высшей квалификации	15
4. ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	15
4.1. Общие закономерности развития функционирования и совершенствования системы профессионально-прикладной физической культуры (ППФК) и физической подготовки военнослужащих	15
4.2. Содержательная и нормативно-критериальная основа системы профессионально-прикладной физической культуры и физической подготовки военнослужащих	16
5. ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	16
5.1. Методологические проблемы оздоровительной физической культуры	16
5.2. Оздоровительная физическая культура в процессе жизнедеятельности человека	17
5.3. Физкультурно-оздоровительные технологии	18
6. ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	18
6.1. Теоретико-методологические и методические проблемы адаптивной физической культуры:	18
6.2. Проблемы физического образования и воспитания инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья	19
6.3. Виды адаптивного спорта	19
6.4. Двигательная рекреация	20
6.5. Адаптивная физическая реабилитация	20

7. ПСИХОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	20
7.1. Психологические закономерности физического воспитания молодёжи	20
7.2. Психология личности и деятельности учителя физической культуры	21
7.3. Психологические аспекты спортивной ориентации и отбора в различные виды спорта	21
7.4. Психология детско-юношеского спорта	22
7.5. Психологические закономерности психического и физического совершенствования в процессе занятий массовым спортом	22
7.6. Психология соревнования в спорте высших достижений	22
7.7. Психология личности и деятельности тренера	22
7.8. Социально-психологические аспекты физической культуры	23

ВВЕДЕНИЕ

Настоящая программа разработана на основе утвержденного Министерством образования и науки Российской Федерации паспорта научной специальности 13.00.04.

Кандидатский экзамен по этой специальности направлен на выявление системы знаний у соискателей по комплексу профилированных отраслей теории и методики физической культуры, научной эрудиции, основной проблематики и методологии исследований в области базового физического воспитания, профессионально-прикладной физической подготовки, оздоровительно-рекреационной и адаптивной физической культуры и умений определять пути их решения в ходе экзамена.

Соискатель должен продемонстрировать знания отечественной и зарубежной научной литературы по проблемам теории физической культуры и смежным проблемам, истории возникновения и развития исследовательской проблемы, современного состояния и перспектив разработки, высказать свое аргументированное суждение по дискуссионным вопросам, проявить способности к творческому мышлению.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Фундаментальные проблемы общей теории физической культуры

1.1. Общие закономерности развития, функционирования и совершенствования системы физической культуры

Физическая культура как вид культуры человека и общества. Понятие физической культуры и многообразие его определений.

Физическая культура как «возделывание» природы человека. Механизмы возникновения и развития физической культуры.

Основные подходы к изучению физической культуры и их методология: деятельностный, аксеологический, результативный, творчески-атрибутивный, технологический, нормативный и др.

Взаимосвязь понятия «физическая культура» с другими понятиями – «физическим воспитанием», «спортом», «физической рекреацией», «двигательной реабилитацией», «адаптивной физической культурой» и др.

Физическая культура как социальное явление, ее структура и функции. Характеристика исторически сложившихся форм (компонентов) физической культуры, их соотношения друг с другом и связь с основными сферами жизнедеятельности человека, специфические общекультурные и другие социальные функции, связанные с использованием физической культуры в обществе.

Пути усиления значимости физической культуры в современном обществе.

Современные проблемы в разработке структуры и функций физической культуры и методология их определения. Дидактические проблемы физической культуры.

Становление и основные этапы развития обобщающих научных знаний о физической культуре. Возникновение и формирование общей теории физической культуры как интегративной научно-образовательной дисциплины – важнейшая тенденция развития современного научного знания о физической культуре.

Предмет и место общей теории физической культуры в системе наук, изучающих физическую культуру, ее компоненты и связанные с ней явления. Проблематика и перспективы развития общей теории физической культуры и пути их совершенствования.

Характеристика отдельных исследовательских подходов, применяемых в общей теории физической культуры – системного, комплексного, целостного, личностного, деятельностного и др.

Структура и логика научного исследования в общей теории физической культуры

Приоритетные научные направления в области физической культуры.

Системы физической культуры в России – понятие о системе физической культуры и ее структуре. Факторы, формы и условия функционирования системы физической культуры в обществе. Исторические аспекты становления и формирования отечественной системы физической культуры. Типичные ее черты, общие принципы и направления функционирования.

Факторы, условия и закономерности направленного физического развития и совершенствования людей, входящих в различные социально-демографические и нозологические группы.

Состояние физической культуры в России в связи с социально-экономическими преобразованиями в стране в конце 20 века. Основные задачи развития физической культуры в современном обществе, предусмотренные в государственных установках социальной политики на ближайшую перспективу.

Прогнозирование развития системы физической культуры в нашей стране и в мире.

1.2. Управление в системе физической культуры

Управление физкультурным движением. Управление физкультурной организацией. Управление физической культурой в государстве, регионе, республике, городе, области, районе, отдельном населенном пункте.

Организационная структура управления физической культурой в России, основные ее иерархические уровни. Роль и место государственных, общественно-самодеятельных и других форм организации физической культуры в улучшении практики физкультурного движения. Пути повышения координации деятельности между различными органами, организациями и учреждениями по развитию физической культуры в стране.

Научное, программно-методическое, финансовое, правовое, организационное, кадровое, материально-техническое обеспечение физической культуры.

Кадровый менеджмент в организации работ физической культуре, типы «менеджеров», значение маркетинга в сфере физической культуры. Основные его функции. Содержание и специфика деятельности маркетолога. Реклама в маркетинге.

1.3. Общие закономерности развития, функционирования и совершенствования двигательных (физических) способностей (качеств)

Концепция о физических качествах и способностях. Классификация физических способностей, основные закономерности и принципы развития физических способностей.

Сущность и специфическое содержание педагогического процесса развития физических способностей. Нагрузка и отдых как структурные компоненты методов направленного развития физических способностей. Проблема типологии методов развития физических способностей, их специфические особенности.

Современные тенденции в теории и методике развития силовых, скоростных и координационных способностей, выносливости, гибкости, формировании осанки и совершенствовании свойств телосложения.

Направленное развитие физических процессов как единый педагогический процесс. Компенсация и взаимокompенсация физических способностей. Проблема «критических» или «чувственных» (сенситивных) периодов онтогенетического развития физических способностей.

Динамика развития двигательных (физических) способностей (качеств).

Закономерности развития и совершенствования двигательных (физических) способностей (качеств) в онтогенезе.

Средства и методы развития и совершенствования, корригирования и поддержания силовых, скоростных и координационных способностей (качеств), гибкости, общей аэробной и специфической выносливости.

Сущность и специфика обучения двигательным действиям в процессе физкультурных занятий. Система целей и задач обучения в различных видовых компонентах физической культуры.

Двигательные умения и навыки как предмет обучения в процессе физической деятельности. Современные представления о сущности двигательных умений и навыках, их отличительные особенности. Роль знаний в формировании двигательных умений и навыков.

Механизмы и закономерности формирования двигательных навыков. Характеристика некоторых теорий и концепций формирования двигательных навыков.

Взаимосвязь и интерференция, взаимодействие и взаимовлияние двигательных (физических) способностей (качеств) и двигательных навыков. Общие и специфические закономерности переноса в формировании двигательных навыков и развития двигательных (физических) способностей (качеств).

Проблема перестройки двигательного навыка.

Перенос двигательных навыков, его виды и разновидности.

Содержание и методика формирования простых и сложных двигательных навыков и умений.

Методы, используемые в процессе разучивания и совершенствования двигательных действий.

Причины возникновения ошибок в процессе разучивания движений. Классификация двигательных ошибок. Пути их предупреждения и устранения.

Создание предпосылок готовности обучаемого к освоению действия как один из факторов успешности обучения.

Структура процесса обучения двигательным действиям, характеристики его этапов – цель, задачи и особенности, методики обучения на каждом этапе.

1.4. Средства и методы, используемые для формирования физической культуры человека

Понятие о средствах, их классификационная характеристика.

Физические упражнения как основное специфическое средство при решении задач в области физической культуры. Суть и основные признаки физических упражнений. Классификация физических упражнений и ее значение. Характеристика наиболее распространенных классификаций. Эффект физических упражнений (ближайший, отсроченный, кумулятивный). Факторы, влияющие на эффективность физических упражнений.

Оздоровительные факторы природной среды и гигиенические условия как средство воздействия на физическое развитие, здоровье и работоспособность человека. Роль вербальных, сенсорных, материально-технических и других средств в педагогическом процессе.

Средства и методы физической культуры в целях профилактики вредных привычек, укрепления здоровья, закаливания организма, повышения устойчивости человека к неблагоприятным факторам природной среды и экстремальным условиям жизнедеятельности.

Техника физических упражнений – основа, главное звено и детали техники. Стиль и манера техники исполнения физических упражнений. Критерии эффективности техники. Проблема классификации техники движений.

Основные характеристики техники двигательных действий.

Исходные понятия: «метод», «методологический прием», «методика», «методическое направление», «методологический подъем». Проблема классификации методов в теории физической культуры.

Основные подходы к классификации методов, используемых при целенаправленном программировании физической культуры личности. Условия эффективного применения отдельных методов.

Анализ современных концепций воспитания, самовоспитания, перевоспитания личности занимающихся в процессе физкультурных занятий. Средства, методы и формы занятий физической культуры в решении задач социальной интеграции лиц с проблемами (дети с девиантным поведением, «трудные подростки»).

Формирование физической культуры личности с использованием современных педагогических технологий в различных сферах физкультурной практики.

2. Теория и методика физического воспитания

2.1. Теоретико-методологические и историко-логические проблемы физического воспитания

Характеристика современных концептуальных подходов к построению и организации физического воспитания.

Проблемы организации физического воспитания в учебных образовательных учреждениях.

Дидактические проблемы базового физического воспитания.

Психолого-педагогические технологии в системе физического воспитания.

Методологические аспекты формирования нормативной основы физического воспитания.

Управление системой физического воспитания.

Состояние и пути совершенствования физического воспитания школьников, учащихся средних специальных заведений и студентов.

Современные тенденции физического воспитания взрослого населения. проблематика исследований различного контингента взрослого населения.

Проблема оптимального построения занятий физическими упражнениями. Современная теория структуры урока и других форм физкультурно-спортивных занятий.

Проблемы изучения и оптимального нормирования нагрузок и отдыха в физическом воспитании.

Научно-методическая проблематика планирования и комплексного контроля в физическом воспитании.

Проблемы формирования личности в процессе физического воспитания.

Проблемы формирования профессионализма деятельности специалистов по физической культуре.

Спортизация физического воспитания как перспективная форма стимуляции процесса возрастного развития двигательного потенциала человека.

Модульные технологии в процессе физического воспитания людей различного пола, возраста, состояния здоровья и подготовленности.

Проблема использования средств компьютерной техники в физическом воспитании.

2.2. Физическое воспитание в системе дошкольного, общего среднего, специального и высшего образования.

Физическое воспитание как средство становления личности.

Социально-педагогическое значение физического воспитания дошкольников.

Характеристика физического и психологического развития. Возрастная классификация детей дошкольного возраста. Цель, задачи, средства, особен-

ности методики и формы занятий физическими упражнениями в дошкольных учреждениях и в семье.

Подготовка к обучению в школе. Характеристика программ по физической культуре детей дошкольного возраста. Оценка здоровья дошкольников в процессе занятий физическими упражнениями.

Социально-педагогическое значение физической культуры детей школьного возраста.

Цель, задачи и направленность физической культуры детей школьного возраста.

Формы занятий в системе школьного воспитания.

Содержание и особенности преподавания предмета «физическая культура» в школе. Особенности содержания и структура программы по физической культуре в начальной, основной и средней (полной) школе. Проблемы разработки авторских программ по предмету «физическая культура».

Основы физического воспитания школьников с ослабленным здоровьем. Специальные медицинские группы.

Профессионально-прикладная подготовка школьников.

Технология разработки документов планирования по физическому воспитанию школьников.

Профессионально-педагогическая деятельность учителя физической культуры.

Физическое воспитание учащихся колледжей профессионального образования и средних специальных учебных заведений.

Физическое воспитание студенческой молодежи. Цель, задачи и формы организации физкультурного воспитания студентов. Структура и содержание учебных программ по физической культуре в вузах.

Методика занятий со студентами основного, специального отделений и отделения спортивного совершенствования.

Система контрольных и зачетных требований к студентам по семестрам и годам обучения.

Проблематика исследования физического воспитания в высших учебных заведениях. Пути повышения роли физической культуры в системе высшего профессионального образования в условиях его реформирования. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов.

Направленность, содержание и методика физического воспитания в системе дошкольного, среднего, средне-специального и высшего образования.

Особенности развития, функционирования и совершенствования двигательных (физических) способностей (качеств), формирование двигательных навыков и умений в системе дошкольного воспитания, среднего, средне-специального и высшего профессионального образования;

Физическое воспитание людей молодого и зрелого возраста. Возрастные границы молодежного и зрелого возраста. Особенности физического развития и физической подготовленности человека в этот период.

Значение и задачи физического воспитания в молодом и зрелом возрасте. Особенности использования форм физической культуры.

Характеристика основных направлений использования физической культуры в основной период трудовой деятельности – бытового физкультурно-гигиенического, оздоровительно-рекреативного, общеподготовительного, спортивного, профессионально-производственного, физкультурно-реабилитационного.

Физическое воспитание в жизни людей пожилого и старшего возраста. Задачи, особенности методики и формы занятий.

Врачебно-педагогический контроль на занятиях с людьми зрелого, пожилого и старшего возраста.

Оптимизация профессиональной деятельности специалиста физической культуры в дошкольных, средних, средне-специальных и высших учебных заведениях.

3. Теория и методика спорта

3.1. Спорт как социальное и педагогическое 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. Историко-логические тенденции эволюции и преобразования научных знаний в области спорта.

История развития избранного вида спорта.

Социальные, воспитательные и педагогические функции спорта.

Характеристика функций спорта: престижной, соревновательно-эталонной, эвристически-достиженческой, лично-направленного воспитания, обучения и развития; оздоровительно-рекреативной, эмоционально-зрелищной, коммуникативной, экономической и т.п. Гуманистическая направленность функций спорта. Негативные явления в спорте.

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

Типы и виды спорта, сложившиеся в мире, России: общедоступный (массовый) спорт (школьно-студенческий, профессионально-прикладной, физкультурно-кондиционный, оздоровительно-рекреативный, физкультурно-реабилитационный) и спорт высших достижений (супердостиженческий – любительский, профессиональный, профессионально-коммерческий – достиженческо-коммерческий, зрелищно-коммерческий).

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

Факторы и условия, повышающие эффективность функционирования спорта и системы тренировочно-соревновательной подготовки.

Международное олимпийское движение (закономерностей развития, функционирования и управления). Проблемы и перспективы развития современного международного олимпийского движения.

3.2. Система подготовки спортсменов.

Методологические аспекты построения теории подготовки спортсменов.

Научные направления совершенствования системы подготовки спортсменов.

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

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

Требования к формулировке и конкретизации целей и задач подготовки.

Факторы, обуславливающие выполнение долгосрочных целей (на тренировочный год, отдельный микроцикл годичной подготовки).

Адаптация в спорте и закономерности её формирования у спортсменов. Адаптация основных функциональных систем организма к специфическим нагрузкам отдельных видов спорта. Энергообеспечение двигательной деятельности в спортивной тренировке. Нагрузки в спорте и их влияние на организм спортсменов. Утомление и восстановление в системе подготовки спортсменов. Формирование долговременных адаптационных реакций в многолетней и годичной подготовке. Основы управления произвольными движениями.

Средства, методы и принципы спортивной подготовки.

Критерии и разновидности классификации средств спортивной подготовки. Соревновательные, специально-подготовительные и общеподготовительные упражнения как основные специфические средства подготовки. Характеристика общеподготовительных и других средств подготовки спортсменов.

Критерии классификации методов спортивной подготовки: 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 подготовки. 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 varia-

тивности нагрузок; цикличности тренировочного процесса; единства и взаимосвязи структуры и соревновательной деятельности и структуры подготовленности. Характерные особенности и пути их реализации в практике спорта.

Стратегия и тактика соревновательной деятельности. Структура соревновательной деятельности. Управление соревновательной деятельностью. Соревновательная деятельность спортсменов военнослужащих Основные разделы и стороны (виды) подготовки спортсмена в процессе 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.

Скоростные способности, методика их развития и совершенствования. Силовые способности и силовая подготовка. Координационные способности, методика их развития и совершенствования. Гибкость, методика ее развития и совершенствования. Выносливость, методика ее развития и совершенствования

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. Построение программ микроциклов.

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

Структура больших циклов тренировки (макроциклов) типа годовых, полугодовых и многолетних. Структура, содержание и направленность подготовки спортсменов в годовом цикле тренировочного процесса.

Факторы и условия, влияющие на структуру макроциклов. Особенности построения тренировки в подготовительном, соревновательном и переходном периодах большого тренировочного цикла.

Спортивная тренировка как многолетний процесс. Структура, содержание и направленность многолетнего процесса подготовки спортсменов. Стадии и этапы многолетнего пути спортивного совершенствования. Главные тенденции изменения структуры и содержания тренировки на этих этапах.

Управление в системе подготовки спортсменов. 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.

Отбор и ориентация спортсменов в системе многолетней подготовки. 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.

Экстремальные условия в системе подготовки и соревновательной деятельности спортсменов: среднегорье, высокогорье и искусственная гипоксия в системе подготовки спортсменов; спортивная подготовка и соревнования в условиях высоких и низких температур; десинхронизация и ресинхронизация циркадных ритмов у спортсменов; психолого-педагогические аспекты профилактики спортивного травматизма.

Внетренировочные и внесоревновательные факторы в системе подготовки и соревновательной деятельности спортсменов: средства восстановления работоспособности спортсменов после напряженной соревновательной деятельности; тренажеры в системе спортивной тренировки; деятельность по борьбе с распространением допинга в спорте.

3.3. Система 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.

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.

Теоретико-методологические положения системы подготовки юных спортсменов. Основы построения тренировки юных спортсменов. Программирование тренировочного процесса 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.

Содержание, методика и направленность тренировочного процесса юных спортсменов в избранном виде спорта.

3.4. Теория и организация массового спорта

Определение понятия. Виды и разновидности «массового» спорта в обществе. Содержание, методы и организация массового спорта. Управление системой массового спорта.

Основные закономерности и принципы построения подготовки спортсменов «массовых» разрядов. Факторы, принципы и пути усиления действенности массового спорта в обществе.

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

3.5. Система подготовки спортсменов военнослужащих

Методология военного спорта. Управление системой подготовки спортсменов военнослужащих. Теоретические и прикладные аспекты построения процесса спортивной подготовки в силовых ведомствах.

3.6. 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.

4. Теория и методика профессионально-прикладной физической культуры

4.1. Общие закономерности развития функционирования и совершенствования системы профессионально-прикладной физической культуры (ППФК) и физической подготовки военнослужащих

Роль и место профессионально-прикладной физической культуры и физической подготовки военнослужащих, ее виды и разновидности.

История развития и становления профессионально-прикладной физической культуры и ее видов. Факторы, обуславливающие внедрение ППФК в систему образования и сферу профессионального труда.

Требования к физической подготовленности в различных сферах современного профессионального труда и тенденции их изменения. Значение профессиограммы в выявлении специфики требований, предъявляемых профессией к физическим и психологическим качествам.

Основные задачи и средства профессионально-прикладной физической культуры и физической подготовки военнослужащих, критерии подбора средств. Средства и методы профессионально-прикладной физической куль-

туры и физической подготовки для повышения устойчивости организма человека к неблагоприятным и отрицательным факторам профессиональной деятельности.

Методические принципы профессионально-прикладной физической культуры и физической подготовки военнослужащих.

Основные черты методики занятий в профессионально-прикладной физической культуре и физической подготовки военнослужащих .

Педагогические технологии в системе профессионально-прикладной физической культуры и физической подготовки военнослужащих.

4.2. Содержательная и нормативно-критериальная основа системы профессионально-прикладной физической культуры и физической подготовки военнослужащих

Взаимосвязь общефизических и профессионально-важных физических качеств. Перенос специальной физической тренированности.

Варианты сочетания общей и специальной прикладной физической подготовки при формировании и совершенствовании профессионально-важных качеств и двигательных навыков в той или иной профессиональной деятельности.

Средства и методы развития, функционирования и совершенствования профессионально важных физических качеств и формирования прикладных двигательных навыков представителей различных, в том числе и воинских профессий.

Этапность и периодизация развития, функционирования и совершенствования профессионально важных физических качеств и прикладных двигательных навыков.

Значимость отдельных видов спорта для воспитания профессионально важных физических способностей, формирования и совершенствования двигательных навыков, воспитании волевых сенсомоторных качеств, повышения устойчивости организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды.

Учет закономерностей переноса тренированности при построении занятий профессионально-прикладной физической культурой и физической подготовки военнослужащих. Этапность и периодизация развития профессионально важных физических качеств и прикладных двигательных навыков.

Проверка и оценка специальной физической подготовленности в процессе профессионально-прикладной физической подготовки и физической подготовки военнослужащих.

Управление процессом профессионально-прикладной физической культуры и физической подготовкой военнослужащих

5. Теория и методика оздоровительной физической культуры

5.1. Методологические проблемы оздоровительной физической культуры

Общие представления о механизме оздоровительного воздействия физических упражнений на организм человека. Системные механизмы обеспе-

чения различных слоев населения и возрастных групп оптимальными двигательными режимами в оздоровительных целях.

Социально-педагогические аспекты оздоровительной физической культуры. Факторы, обуславливающие формирование здоровой личности в процессе физкультурных занятий.

Нормы двигательной активности, необходимые для нормальной жизнедеятельности организма человека.

Методические принципы физкультурных занятий с оздоровительной направленностью.

Критерии дифференциации занимающихся по уровню здоровья в процессе физкультурных занятий.

Основные направления в оздоровительной физической культуре: оздоровительно-рекреативное, оздоровительно-реабилитационное, спортивно-реабилитационное, гигиеническое.

Дидактические основы оздоровительной физической культуры. Характеристика средств оздоровительной направленности. Оздоровительный эффект физических нагрузок. Способы дозирования нагрузок в оздоровительной физической культуре. Дозирование объема и интенсивности оздоровительных нагрузок. Частота занятий в неделю при проведении физкультурно-оздоровительных занятий. Принципы повышения нагрузки.

Организационно-методические основы оздоровительной физической культуры. Формы занятий оздоровительной физической культурой, их типология.

Педагогический и врачебный контроль в оздоровительной физической культуре.

Управление системой оздоровительной физической культуры. Тенденции в развитии оздоровительной физической культуры в различных странах. Создание материальных стимулов и условий для занятий оздоровительной физической культурой, воспитание потребностей и мотивации к физкультурно-оздоровительным занятиям.

5.2. Оздоровительная физическая культура в процессе жизнедеятельности человека

Понятие о физкультурно-оздоровительных технологиях, их классификация.

Международные физкультурно-оздоровительные организации.

Структура и содержание физкультурно-оздоровительных занятий (фитнесс-программ).

Характеристика физкультурно-оздоровительных методик и систем, основанных на видах двигательной активности различной направленности – аэробной, силовой, на растягивание и расслабление мышц, коррекции фигуры и т.п. (аэробики, калланетики, бодибилдинга, шейпинга, стретчинга и т.д.).

Средства, формы и методы оздоровительной физической культуры.

Особенности методики оздоровительной физической культуры для здоровых людей в различных возрастно-половых группах – в грудном возрасте, у дошкольников, младших, средних и старших школьников, в зрелом, пожилом и старческом возрастах. Варианты индивидуальных программ физкультурно-оздоровительных занятий. Управление оздоровительным эффектом, контроль и коррекция оздоровительных воздействий.

Особенности методики оздоровительной физической культуры у людей с избыточным весом (ожирением).

Особенности оздоровительной физической культуры у людей с нарушением осанки, остеохондрозом, плоскостопием.

Особенности методики оздоровительной физической культуры в профилактике заболеваний органов дыхания, сердечно-сосудистой системы, органов пищеварения, нервной системы, зрения и др.

Компьютерные фитнес-программы, их виды.

Особенности профессиональной деятельности специалистов по физкультурно-оздоровительным технологиям (оздоровительному фитнесу).

5.3. Физкультурно-оздоровительные технологии

Содержание и направленность физкультурно-оздоровительных технологий. Системные механизмы конструирования физкультурно-оздоровительных технологий.

6. Теория и методика адаптивной физической культуры

6.1. Теоретико-методологические и методические проблемы адаптивной физической культуры

Основные понятия и термины адаптивной физической культуры: «культура», «физическая культура», «адаптивная физическая культура», «реабилитация», «социальная интеграция», «образ жизни».

Отличия предмета, цели адаптивной физической культуры от предмета и цели физической культуры.

Приоритетные задачи адаптивной физической культуры – коррекционные, компенсаторные, профилактические, решаемые в контексте традиционных задач физической культуры – образовательных, оздоровительных, воспитательных.

Основные опорные концепции теории физической культуры.

Педагогические и социальные функции, социальные общеметодические и специально-методические принципы адаптивной физической культуры.

Классификация физических упражнений по целевой направленности, по преимущественному воздействию на развитие тех или иных физических качеств, по лечебному воздействию, по степени самостоятельности выполнения упражнений, по интеграции междисциплинарных связей, по другим классификационным признакам.

Методы формирования знаний, методы обучения двигательным действиям, методы развития физических качеств и способностей; методы воспитания личности.

Формы организации адаптивной физической культуры – урочные, неурочные, внешкольные;

Программно-нормативные основы адаптивной физической культуры.

Национально-этнические виды адаптивного спорта и их представительство в программах Паралимпийских, Сурдлимпийских и Специальных Олимпийских игр. Проблемы равенства, справедливости, терпимости, милосердия и др. в различных религиозных воззрениях.

6.2. Проблемы физического образования и воспитания инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья

Физическое образование лиц с ограниченными возможностями в учреждениях «раннего вмешательства», дошкольных и школьных специальных (коррекционных) образовательных учреждениях.

Физическое воспитание в системе общего образования, начального, среднего и высшего профессионального образования с контингентом специальных медицинских групп.

Обучение инвалидов в вузах физической культуры.

Методы воспитывающей среды и воспитывающей деятельности, методы осмысления человеком себя в реальной жизни в работе с инвалидами.

Методы педагогического воздействия в адаптивной физической культуре.

Аксиологические концепции отношения общества к лицам с ограниченными возможностями: «инвалидизма», «социальной полезности».

«Личностно-ориентированная гуманистическая»; личностно-ориентированная концепция – основа выстраивания отношений между педагогом и занимающимися в адаптивной физической культуре).

6.3. Виды адаптивного спорта

Виды адаптивного спорта, входящие в программы Олимпийских игр, игр специальной олимпиады и Всемирных игр глухих («тихих игр»).

Содержание и направленность новых видов спорта инвалидов.

Характеристика паралимпийского, сурдлимпийского и специального олимпийского движений, их сходства и различия, тенденции дифференциации и интеграции.

Понятия спортивной и спортивно-медицинской классификации их сходства и различия.

Материально-техническое обеспечение адаптивного спорта.

История участия российских спортсменов в различных международных движениях адаптивного спорта.

Адаптивный спорт как один из важнейших видов адаптивной физической культуры в деле решения задач социализации и интеграции лиц с ограниченными возможностями в общество, повышения их реабилитационного потенциала и качества жизни.

Представительство видов адаптивного спорта в Единой Всероссийской спортивной классификации и Всероссийском календаре спортивно-массовых мероприятий.

Научное обоснование новых видов спорта инвалидов – радиальный баскетбол в колясках, радиальный баскетбол сидя и др.

Перспективы разработки и внедрения новых видов адаптивного спорта.

6.4. Двигательная рекреация

Двигательная рекреация, интегрированные программы, объединяющие определенный вид адаптивной физической культуры с искусством и творческой деятельностью инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья всех социально-демографических и нозологических групп.

Виды адаптивной физической культуры, направленные на удовлетворение преимущественно потребностей личности людей с ограниченными возможностями: адаптивная двигательная рекреация, креативные (художественно-музыкальные) телесноориентированные и экстремальные виды двигательной активности; сказкотерапия, игротерапия, антистрессовая пластическая гимнастика, двигательная пластика, психогимнастика и другие разновидности креативных телесноориентированных способов двигательной деятельности.

Спартианская программа интеграции «мягких» моделей соревновательной деятельности и искусства, спартианский клуб и его деятельность.

Экстремальные виды двигательной активности на воде, суше (земле), в воздухе для лиц с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов; адаптивный туризм в различных видах адаптивной физической культуры).

6.5. Адаптивная физическая реабилитация

Адаптивная физическая реабилитация, восстановление и совершенствование физического, психологического и социального здоровья инвалидов.

Комплексная реабилитация, социальная интеграция, приобщение к образу жизни здоровых людей, повышение качества жизни инвалидов и лиц с ограниченными возможностями.

Индивидуальная программа здравоохранения в системе образования, системе физической культуры и спорта.

Понятия физической терапии и эрготерапии.

Содержания деятельности физического терапевта и эрготерапевта, их сходства и отличия от должностей врача лечебной физической культуры, инструктора и инструктора-методиста лечебной физической культуры.

7. Психология физической культуры

7.1. Психологические закономерности физического воспитания молодежи

Человек в мире физической культуры и спорта. Понятие о психике, психических процессах и состояниях человека. Психология физической культуры как отражение в сознании и в жизненном опыте людей знаний, умений и навыков двигательного поведения и психомоторной деятельности.

Взаимосвязь психики и двигательной активности человека. Роль органов чувств в формировании психомышечных двигательных ощущений. Влияние двигательной активности на развитие психических процессов и сознания человека. Значение занятий физическими упражнениями для

формирования физических качеств и двигательных чувств: равновесия тела, точности, координации, быстроты, ловкости, силы движений, выносливости. Особенности восприятия двигательных действий: двигательный образ и его роль в организации поведения школьников на занятиях физической культурой и спортом. Закономерности двигательной памяти. Психомоторика и идеомоторика как психические механизмы организации двигательной деятельности учащихся на уроках физкультуры. Особенности внимания и педагогические приёмы поддержания его устойчивости у школьников на уроках физической культуры. Использование двигательных представлений и памяти в обучении школьников физкультурным знаниям, двигательным умениям и навыкам.

7.2. Психология личности и деятельности учителя физической культуры

Личность учителя как субъекта учения. Отношение учителя физкультуры к своей профессии. Психолого-педагогические требования к личностным и спортивно-важным качествам учителя физкультуры. Восприятие школьниками личности учителя физкультуры. Образ идеального учителя физкультуры. Профессиональное мастерство учителя физкультуры с акмеологических позиций. Влияние личностных и профессио-нально-важных качеств учителя физкультуры на его отношение к своему педагогическому труду и учащимся на занятиях физической культурой. Личность учителя физкультуры как пример для подражания школьникам. Функции педагогической оценки учителя физкультуры в формировании личности школьников в процессе их физического воспитания.

7.3. Психологические аспекты спортивной ориентации и отбора в различные виды спорта

Психологическая классификация видов спорта по критерию контактов с соперниками. Психологические особенности видов спорта и требования к личностным и спортивно-важным качествам спортсменов, занимающихся: 1) видами спорта с прямым физическим контактом соперников (бокс, единоборства, борьба, спортивные игры без сетки и пр.); 2) видами спорта без прямого физического контакта с соперниками (легкоатлетические упражнения, спортивное плавание, лыжные гонки, спортивная стрельба и пр.); Психолого-педагогические принципы спортивной ориентации школьной молодёжи на избранный вид спорта с учетом требований вида спорта. Психоспортограмма и модельные характеристики личности юного спортсмена. Влияние социального окружения, семьи, примеров для подражания, средств массовой информации на формирование спортивных интересов и спортивных ориентаций учащейся молодёжи. Психологические критерии отбора новичков для занятий в спортивных секциях: мотивы выбора подростком вида спорта, желание соревноваться, мотивация достижения успеха в соревнованиях. Психодиагностические методы и методики в спортивном отборе.

7.4. Психология детско-юношеского спорта

Психологические особенности детей раннего школьного и подросткового возраста. Потребности в двигательном общении и соперничестве со сверстниками. Признаки и показатели проявления спортивной одаренности и спортивных способностей в детском и подростковом возрасте. Спорт как средство социализации развивающейся личности. Учет возрастных и половых особенностей детей и подростков в организации групповых занятий спортом в ДЮСШ. Психология индивидуального подхода к детям в период начальных занятий спортом.

Гендерная психология детско-юношеского спорта. Задачи психологической помощи детям, их родителям и тренерам при занятиях спортом.

7.5. Психологические закономерности психического и физического совершенствования в процессе занятий массовым спортом

Влияние спортивной тренировки, двигательных умений и навыков на умственную активность людей. Мотивация оздоровительных занятий спортом. Мотивы участия в массовых соревнованиях. Потребности в массовых занятиях физической культурой и спортом у разных категорий населения. Массовый спорт как средство физического, эстетического, нравственного совершенствования личности. Спорт и сохранение здоровья народа. Олимпийские идеалы спорта и их отражение в массовом сознании молодёжи. Приобщение к рекреационному спорту молодежи посредством модных видов спорта и спортивной рекламы. Массовый спорт как средство борьбы с вредными привычками населения: курение, алкоголизм, наркомания, экранная зависимость и пр.

7.6. Психология соревнования в спорте высших достижений

Психология взаимоотношений и соревнований в спорте высших достижений (соперничество, противоборство, конфликт). Самосознание высококвалифицированного спортсмена («Я-образ», «Я-концепция» спортсмена). Мотивация спортивных высших достижений. Мотивы: идеальные, материальные, личные, социальные, патриотические и пр. Психология карьеры в спорте как профессиональной деятельности. Психология спортивного рекорда. Психология победы и поражения в спорте высших достижений. Ценности спорта высших достижений и их отражение в сознании спортсменов, тренеров, спортивной публики. Психологические требования к личности спортсмена экстракласса. Модельные характеристики личности выдающихся спортсменов-олимпийцев. Методы психологической подготовки спортсменов к ответственным соревнованиям. Психология судейства в спорте высших достижений. Психологические и психогигиенические методы и средства восстановления спортсменов после тренировочных и соревновательных нагрузок. Психология антидопинговой пропаганды и отношений высококвалифицированных спортсменов к своему здоровью.

7.7. Психология личности и деятельности тренера

Личность тренера как педагога, воспитателя и организатора спортивных соревнований. Способности тренера к педагогической деятельно-

11. Выдрин, В. М. Современные проблемы теории физической культуры как вида культуры : учебное пособие / В. М. Выдрин. – СПб. : СПбГАФК им. П. Ф. Лесгафта, 2001. – 76 с.
12. Выдрин, В. М. Теория и методика физической культуры (культурологический аспект) : учебное пособие / В. М. Выдрин. – Л. : ГДОИФК, 1988.
13. Годик, М. А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок / М. А. Годик. – М. : Физкультура и спорт, 1980. – 136 с.
14. Гуревич И.А. 300 соревновательных игровых заданий по физическому воспитанию. – Минск : Высшая школа, 1994. – 319 с.
15. Гуревич, И. А. 1500 упражнений для круговой тренировки / И. А. Гуревич. – Минск : Высшая школа, 1976. – 304 с.
16. Дмитриев, С. В. Дидактические основы ценностно-смыслового и биомеханического моделирования двигательных действий спортсмена / С. В. Дмитриев. – Н. Новгород, 1995. – 150 с.
17. Донской, Д. Д. Законы движений в спорте / Д. Д. Донской. – М.: Физкультура и спорт, 1968. – 175 с.
18. Зациорский, В. М. Физические качества спортсмена / В. М. Зациорский. – М.: Физкультура и спорт, 1970. – 199 с.
19. Ильин, Е. П. Психофизиология физического воспитания (факторы, влияющие на эффективность спортивной деятельности) / Е. П. Ильин. – М.: Просвещение, 1983. – 223 с.
20. Курамшин, Ю. Ф. Высшие спортивные достижения как объект системного анализа : монография / Ю. Ф. Курамшин. – СПб.: РГПУ им. А. И. Герцена, 2002. – 148 с.
21. Лубышева, Л. И. Концепция формирования физической культуры человека / Л. И. Лубышева. – М.: ГЦОЛИФК, 1992. – 120 с.
22. Максименко, А. М. Основы теории и методики физической культуры : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / А. М. Максименко. – М. : 4-й филиал Воениздата, 2001. – 319 с.
23. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта. Учебная книга для завершающих уровней высшего физкультурного образования / Л. П. Матвеев. – М.: 4-й филиал Воениздата, 1997. – 304 с.
24. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания; теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): Учебник для институтов физической культуры / Л. П. Матвеев. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.
25. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры. Введение в предмет: учебник для высших специальных физкультурных учебных заведений / Л. П. Матвеев. – СПб.: Издательство «Лань», 2003. – 160 с.
26. Настольная книга учителя физической культуры / Под ред. Л. Б. Кофмана; авт.-сост. Г. И. Погадаев; предисловие В. В. Кузина, Н. Д. Никандрова. – М. : Физкультура и спорт, 1998. – 496 с.

27. Николаев Ю.М. Теоретико-методологические основы физической культуры в преддверии XXI века. – СПб., 1998. – 217с.
28. Основы управления подготовкой юных спортсменов / Под. ред. М. Я. Набатникова. – М.: Физкультура и спорт, 1982. – 280 с.
29. Очерки по теории физической культуры / сост. и общ. ред. Матвеев Л. П. – М. : Физкультура и спорт, 1984. – 248 с.
30. Платонов, В. А. Подготовка квалифицированных спортсменов / В. А. Платонов. – М. : Физкультура и спорт, 1986. – 286 с.
31. Платонов, В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В. Н. Платонов. – Киев : Олимпийская литература, 1997. – 584 с.
32. Пономарев, Н. И. Физическая культура как элемент культуры общества и человека / Н. И. Пономарев. – СПб. : СПбГАФК им. П.Ф.Лесгафта, 1996. – 284 с.
33. Раевский, Р. Т. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов технических вузов / Р. Т. Раевский. – Минск, 1985. – 138 с.
34. Селуянов, В. Н. Определение одаренности и поиск талантов в спорте / В. Н. Селуянов, М. П. Шестаков. – М. : СпортАкадем Пресс, 2000. – 112 с.
35. Сирис, П. З. Профессионально-прикладная направленность физического воспитания школьников : кн. для учителя / П. З. Сирис, В. А. Кабачков. – М. : Просвещение, 1988. – 160 с.
36. Современная система спортивной подготовки / Под общ. ред. В. Л. Сыча, А. С. Хоменкова, Б. Н. Шустина. – М. : СААМ, 1994. – 446 с.
37. Теоретическая подготовка юных спортсменов : Пособие для тренеров ДЮСШ / под ред. Ю. Ф. Булкина и Ю. Ф. Курамшина. – М. : Физкультура и спорт, 1981. – 192 с.
38. Теория и методика физического воспитания / Под ред. Л. П. Матвеева и А. Д. Новикова. – М. : Физкультура и спорт, 1976, - Т.1-2.
39. Теория и методика физического воспитания : учебник в 2 томах / Под ред. Т. Ю. Круцевич. – Киев: Олимпийская литература. – 423 с.; 319 с.
40. Теория и методика физического воспитания : Учебник для студ. фак. физ. культуры пед. ин-тов по специальности 0303 «Физическая культура» / Под ред. Б. А. Ашмарина. – М. : Просвещение, 1990. – 360 с.
41. Теория и методика физической культуры (Курс лекций) : Учебное пособие / Под ред. Ю. Ф. Курамшина и В. П. Попова. – СПб. : СПбГАФК им. П. Ф. Лесгафта, 1999. – 324 с.
42. Теория и методика физической культуры : учебник / Под ред. проф. Ю. Ф. Курамшина. – М. : Советский спорт, 2003. – 464 с.
43. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник в 2-х томах / Под ред. проф. С. П. Евсеева. – М. : Советский спорт, 2002. – 448 с.
44. Теория спорта / Под ред. В. Н. Платонова. – Киев : Виша школа, 1987. – 424 с.
45. Филин, В. П. Теория и методика юношеского спорта : учебное пособие / В. П. Филин. – М. : Физкультура и спорт, 1987. – 128 с.

46. Фомин, Н. А. На пути к спортивному мастерству (адаптация юных спортсменов к физическим нагрузкам) Н. А. Фомин, В. П. Филин. – М. : Физкультура и спорт, 1986. – 169 с.

47. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 480 с.

48. Хрестоматия по физической культуре : учебное пособие / Под ред. Ю. Ф. Курамшина, Н. И. Пономарева, В. И. Григорьева. – СПб.: Изд-во СПбГУЭФ, 2001. – 254 с.

49. Шварц, В.Б. Медико-биологические аспекты спортивной ориентации и отбора / В. Б. Шварц, С. В. Хрушев. – М. : Физкультура и спорт, 1984. – 151 с.

Составитель: доктор педагогических наук, профессор Драндров Г.Л.

Программа обсуждена на заседании кафедры спортивных дисциплин 08 июня 2012 г. (протокол № 10).

Заведующий кафедрой
д-р пед. наук, профессор



Г.Л. Драндров