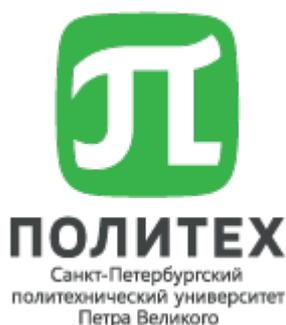


**федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого»**



**УТВЕРЖДАЮ**

**Проректор по научно-организационной  
деятельности**

**Ю.С. Ключков**

**«14» апрель 2022 г.**

**ПРОГРАММА**

**вступительного испытания  
по специальной дисциплине**

**для поступающих на обучение по программам подготовки  
научных и научно-педагогических кадров в аспирантуре**

**научная специальность  
5.8.5. Теория и методика спорта**

Санкт-Петербург

2022

Руководитель ОП

Кандидат педагогических наук, доцент

В.В. Бакаев

Составители:

Доктор педагогических наук, профессор

А.Э. Болотин

Кандидат педагогических наук, доцент

В.С. Васильева

Программа рассмотрена и рекомендована к изданию Научно-техническим советом (протокол № 5 от «21» марта 2022 г.).

## **1. Область применения и нормативные ссылки**

Программа вступительного испытания сформирована на основе федеральных государственных требований по программам подготовки научных и научно-педагогических кадров в аспирантуре и порядка приема на обучение по образовательным программам высшего образования - программам подготовки научных и научно-педагогических кадров в аспирантуре.

## **2. Структура вступительного экзамена**

Программа вступительного испытания сформирована на основе федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования по программам специалитета или магистратуры.

Программа содержит перечень тем (вопросов) по специальной дисциплине соответствующей научной специальности **5.8.5. -Теория и методика спорта.**

Вступительное испытание по специальной дисциплине состоит из двух блоков:

- теоретический экзамен, проводимый очно в письменной и/или устной форме (максимальный балл – 100);

- портфолио (максимальный балл – 100).

Минимальное количество баллов для теоретического экзамена составляет 50 баллов.

При получении по теоретическому экзамену результата ниже минимального балла, портфолио не рассматривается и не суммируется с результатом теоретического экзамена.

### **2.1.Оценка индивидуальных достижений. Структура портфолио**

Максимальная возможная оценка за индивидуальные достижения (портфолио) составляет 100 баллов.

Для участия в конкурсе оценки индивидуальных достижений (портфолио) абитуриент может представить следующие документы, подтверждающие его достижения:

а. Доклады на международных и российских конференциях, научных семинарах, научных школах и т.д. по направлению будущего диссертационного исследования. Подтверждается представлением программы конференции, диплома (сертификата) участника.

б. Опубликованные или принятые к публикации научные работы (статьи, доклады в сборниках докладов). Подтверждается представлением электронных копий подлинников, ссылкой на открытые источники, справкой из редакции о принятии к публикации с обязательным указанием номера журнала и страниц. Публикации должны относиться к тому же направлению, что и тема будущего диссертационного исследования.

с. Свидетельства о государственной регистрации программ и баз данных, патенты на изобретения, патенты на полезные модели, и проч.

д. Участие в научно-исследовательских проектах, академических грантах. Подтверждается данными проекта (название, номер гранта, фонд), контактными данными руководителя проекта и краткой аннотацией (не более 200 слов), разъясняющей суть работы абитуриента.

## Перечень достижений портфолио, учитываемых при приеме на обучение

№ п/п	Индивидуальное достижение	Подтверждающий документ	Количество баллов за каждое достижение
1.	Научные публикации (тематика публикации должна соответствовать научной специальности, по которой поступающий участвует в конкурсе):	Копия статьи с выходными данными журнала, DOI, URL	
	в журналах перечня ВАК;		10
	в журналах индексируемых в Scopus и (или) WoS (в том числе входящих в базу данных RSCI) Q1 или Q2;		25
	в журналах индексируемых в Scopus и (или) WoS (в том числе входящих в базу данных RSCI) Q3 или Q4.		15
2.	Гранты, проекты по выполнению научно-исследовательских и опытно-конструкторских работ, тематика которых соответствует направлению подготовки в конкурсе, по которому участвует поступающий, и в которых он являлся:	Копия подписанного соглашения с грантодателем	
	руководителем		10
	исполнителем		5
3.	Наличие документа, удостоверяющего авторство (соавторство) поступающего на достигнутый им научный (научно-методический, научно-технический, научно-творческий) результат интеллектуальной деятельности:	Копия патента или свидетельства	
	– патент на изобретение;		10
	– патент на полезную модель;		7
	– свидетельство о государственной регистрации программ для ЭВМ;		5
	– свидетельство о государственной регистрации базы данных;		5
	– свидетельство о государственной регистрации топологии интегральных микросхем.		5

№ п/п	Индивидуальное достижение	Подтверждающий документ	Количество баллов за каждое достижение
4.	<p>Публикация в материалах международных и всероссийских научно-технических конференций, включая публикации в выпусках научных журналов, публикующих статьи по итогам конференций (изданиях типа Conference series и(или) Proceedings), проводимых не ранее чем за 2 года, предшествующих приему.</p> <p>Тематика публикации должна соответствовать научной специальности, по которой поступающий участвует в конкурсе:</p> <p>за конференцию, индексируемую в базе данных Web of Science и (или) Scopus (индексация сборника или журнала с публикацией подтверждается ссылкой или скриншотом из базы данных).</p> <p>за прочие конференции.</p>	Копии материалов конференций (тезисов докладов) с приложением титульных листов, DOI, URL (при наличии)	
			5
			3
5.	Наличие дипломов победителей мероприятий международного и всероссийского значения, подтверждающие успехи в профессиональной подготовке кандидата для поступления в аспирантуру.	Копия диплома	3

Оценка индивидуальных достижений проводится на собеседовании.

## 2.2. Структура и процедура проведения теоретического экзамена

Максимальная возможная оценка за теоретический экзамен составляет 100 баллов. Собеседование состоит из двух частей.

1) Ответ на вопросы в соответствии с научной специальностью будущей научно-исследовательской работы (диссертации).

Абитуриент выбирает билет, содержащий два вопроса из представленных в программе собеседования тем.

Абитуриенту предоставляется 30 минут на подготовку. В ходе ответа комиссия может задавать уточняющие вопросы.

2) Беседа по планируемому направлению исследований. Абитуриенту необходимо раскрыть следующие вопросы: предполагаемая тема научно-исследовательской работы, формулировка проблемы, цели ее исследования, новизна. В ходе ответа комиссия может задавать уточняющие вопросы.

## 2.3. Перечень тем для теоретического экзамена

### 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. Пути повышения значимости спорта в

современном обществе. Научное обоснование структуры и содержания базовых компонентов спорта. Характеристика функций спорта: престижной, соревновательно-эталонной, эвристически-достиженческой, личностно-направленного воспитания, обучения и развития; оздоровительно-рекреативной, эмоционально-зрелищной, коммуникативной, экономической. Гуманистическая направленность функций спорта. Негативные явления в спорте. Типы и виды спорта, сложившиеся в мире и России: 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. Проблемы и перспективы развития современного международного олимпийского движения. Теоретические и прикладные аспекты кратковременной и долговременной адаптации к нагрузкам и закономерности её формирования у спортсменов.

## **2. Общая теория спортивной подготовки.**

Цель подготовки как представление о предполагаемом спортивном результате совместной деятельности тренера и спортсменов в конкретном соревновании или серии стартов. Содержание и направленность теоретической, технической, тактической и психологической подготовки спортсменов. Содержание и направленность физической подготовки спортсменов.

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).

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 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.

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. 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. Структура средних циклов тренировки (мезоциклов). Факторы и обстоятельства, влияющие на построение тренировки в рамках средних циклов. Типы средних циклов. Структура больших циклов тренировки (макроциклов): годовых, полугодовых и многолетних. Факторы и условия, влияющие на структуру макроциклов. Особенности построения тренировки в подготовительном, соревновательном и переходном периодах большого тренировочного цикла.

Спортивная тренировка как многолетний процесс. Стадии и этапы многолетнего пути спортивного совершенствования. Главные тенденции изменения структуры и содержания тренировки на этих этапах. Планирование, контроль и учет как одно из условий эффективности управления подготовкой спортсменов. Прогнозирование, моделирование в системе управления подготовкой спортсмена. Учет в процессе подготовки спортсмена, ее значение, формы, содержание и технология проведения. Основные документы учета.

### **3. Развитие физических качеств.**

Физические качества и способности. Классификация физических способностей, основные закономерности и принципы их развития. Современные тенденции в теории и методике развития силовых, скоростных и координационных способностей, выносливости, гибкости, формировании осанки и совершенствовании свойств телосложения.

Собственно силовые качества и задачи по их развитию. Средства и основные черты методики. Дополнительные средства воздействия на развитие силовых качеств (внешние отягощения различного рода, тренажерные устройства и т.д.). Методические особенности использования силовых упражнений общего и локального воздействия, динамических, изометрических, комбинированных. Использование эффекта "переноса" силовых качеств в процессе их развития. Нормирование нагрузки и отдыха при выполнении собственно силовых упражнений в рамках отдельных занятий и серии занятий.

Скоростные качества и задачи по их развитию. Критерии и способы оценки скоростных качеств, используемые в практике физического воспитания. Возрастные периоды, наиболее благоприятные для развития скоростных качеств. Основные методы и методические приемы в развитии способности к простым и сложным двигательным реакциям. Особенности средств и методики развития двигательной быстроты. Особенности собственно скоростных упражнений, их формы, разновидности. Правила нормирования нагрузок и отдыха в системе упражнений, направленных на увеличение скорости и темпа движений. Правила сочетания собственно скоростных упражнений с упражнениями иного характера.

Выносливость как физическое качество и задачи по развитию выносливости в процессе физического воспитания. Многообразие форм проявления выносливости. Критерии и способы оценки выносливости в физическом воспитании. Средства развития выносливости. Отличительные черты упражнений, используемых в качестве основных средств развития выносливости различного типа. Дополнительные средства развития выносливости. Принципиальные основы сочетания различных методических направлений и подходов в многолетнем процессе развития выносливости.

Двигательная координация и задачи по ее развитию. Комплексный характер способностей, определяющих качество координации движений. Общие и частные критерии, используемые в практике физического воспитания для оценки данного комплекса качеств. Средства и основы методики развития координации движений. Пути развития способности точно соблюдать и регулировать пространственные параметры движений, способности к рациональному мышечному расслаблению, способности поддерживать равновесие.

Значение нормальной осанки: задачи по обеспечению ее формирования и оптимизации в физическом воспитании. Средства и основные черты методики укрепления осанки. Гибкость как одно из жизненно важных физических качеств: задачи по ее оптимизации в физическом воспитании. Критерии и способы оценки гибкости, используемые в физическом воспитании. Отличительные черты упражнений "в растягивании" упражнений "на гибкость", их разновидности (активные, пассивные, комбинированные; динамические и статические). Методические подходы, приемы и условия, способствующие увеличению "растягивающего" эффекта упражнений. Правила нормирования нагрузок в упражнениях, стимулирующих развитие гибкости.

#### **4. Теория и методика 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. Теоретико-методологические положения системы подготовки юных спортсменов. 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.

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.

#### **5. Теория и организация массового спорта.**

Определение понятия массового спорта. Виды и разновидности массового спорта в обществе. Основные закономерности и принципы построения подготовки спортсменов различной квалификации. Особенности системы подготовки в отдельных видах спорта:

школьном, профессионально-прикладном, физкультурно-кондиционном и оздоровительно-рекреативном спорте.

#### **6. Общие закономерности развития двигательных умений и навыков.**

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

Двигательные умения и навыки как предмет обучения в процессе физкультурной деятельности. Современные представления о сущности двигательных умений и навыках, их отличительные особенности. Роль знаний в формировании двигательных умений и навыков. Двигательные действия как предмет обучения. Предпосылки и дидактические основы построения процесса обучения двигательному действию. Последовательность этапов в процессе обучения двигательному действию, их соотношение со стадиями формирования двигательного навыка. Этап начального разучивания. Особенности средств и методов его начального разучивания. Пути первоначального практического освоения модели действия и облегчения его выполнения. Контроль и самоконтроль на этапе начального разучивания. Правила устранения ошибок. Этап углубленного разучивания. Задачи, решаемые на этапе углубленного разучивания двигательного действия. Особенности используемых для их решения средств и методов (основная тенденция изменения их состава по сравнению с первым этапом). Особенности контроля и самоконтроля на этапе углубленного разучивания. Перенос двигательных навыков, его виды и разновидности. Методы, используемые в процессе разучивания и совершенствования двигательных действий.

#### **8. 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.

#### **9. 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.

#### **10. 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

### **11. Психология личности и деятельности тренера.**

Личность тренера как педагога, воспитателя и организатора спортивных соревнований. Способности тренера к педагогической деятельности. Спортивная команда как объект управленческой деятельности тренера. Тренер как руководитель спортивной команды. Стили руководства спортивной командой. Роль тренера в формировании психологического климата в спортивной команде. Лидерские роли и социально-психологические функции тренера в спортивной команде. Критерии профессионализма в деятельности тренера. Особенности взаимоотношений тренера и спортсменов на разных этапах подготовки

### **2.4. Перечень вопросов для теоретического экзамена**

1. Классификация физических упражнений.
2. Тренировочная нагрузка и ее показатели по объему и интенсивности.
3. Координация движений и основа ее развития.
4. Физиологический механизм двигательных умений и навыков.  
(Функциональная система П.К. Анохина).
5. Цель, задачи и основные стороны спортивной тренировки. Средства и методы спортивной тренировки.
6. Форма и содержание физического упражнения, их взаимосвязь и противоречия.
7. Общее понятие о спорте и его социальные функции. Классификация видов спорта.
8. Общее понятие о спортивной форме. Фазы развития спортивной формы.
9. Сущность двигательного умения и двигательного навыка и их основные черты.
10. Кинематическая, динамическая и ритмическая структуры движений и их компоненты.
11. Виды упражнений и основных методов для воспитания выносливости на различных этапах годового цикла. Компоненты нагрузки при воспитании выносливости.
12. Методы исследования в теории и методике физического воспитания.
13. Спортивная тренировка как многолетний процесс. Основные стадии подготовки.
14. Общие и специальные принципы спортивной тренировки.
15. Общее понятие о тактической подготовке спортсмена. Понятие о тактическом замысле, плане и элементах спортивной тактики.
16. Специфические средства и методы тактической подготовки. Особенности тактики в различных видах спорта.
17. Структура (состояние) психической готовности спортсмена к соревнованиям.
18. Особенности психической подготовки спортсменов в различных видах спорта.
19. Общее понятие о технической подготовке спортсмена. Критерии эффективности спортивной техники и частные показатели эффективности техники в

различных видах спорта.

20. Тактическая подготовка; содержание и место тактической подготовки в системе подготовки спортсмена.

21. Тенденции развития современного спорта (позитивные и негативные проявления).

22. Тенденция развития спорта высших достижений и направления совершенствования системы спортивной подготовки.

23. Основные факторы, средства, методы и условия, положительно воздействующие на психическое состояние спортсменов.

24. Общее понятие об общей и специальной психической подготовке спортсмена. Основные задачи и содержание.

25. Соревнование как средство и метод подготовки спортсмена. Правила соревнований.

26. Общая характеристика системы подготовки спортсмена (компоненты и формы спортивной подготовки, их роль, цели и задачи).

27. Средства и методы спортивной тренировки.

28. Характеристика специфических принципов спортивной подготовки.

29. Нагрузка и отдых в спортивной тренировке. Адаптация к нагрузке.

30. Основные стороны подготовки.

31. Спортивно-техническая подготовка спортсмена (задачи, средства и методы, критерии оценки).

32. Спортивно-тактическая подготовка спортсмена (задачи, средства и методы, критерии оценки).

33. Совершенствование физической подготовленности (силы, выносливости, быстроту, координации гибкости) в избранном виде спорта.

34. Спортивная форма и фазы ее развития.

35. Периодизация спортивной тренировки: подготовительный, соревновательный, переходный периоды, их назначение и особенности построения.

36. Микроциклы тренировочного процесса (характеристика, разновидности, структура и содержание).

37. Построение мезоциклов тренировочного процесса (характеристика, разновидности, цели и задачи, структура и содержание).

38. Построение макроциклов тренировки (характеристика, разновидности, цель и задачи, структура и содержание).

39. Подготовка спортсмена как многолетней процесс (характеристика, задачи и особенности всех стадий и этапов этого процесса).

40. Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки.

41. Планирование тренировочного процесса (перспективное, этапное и оперативное планирование; документы планирования).

42. Комплексный контроль в системе подготовки спортсмена.

43. Методы стандартного и переменного упражнения (разновидности, их назначение, содержание, методические особенности, конкретные примеры).

44. Комбинированные методы упражнения. Круговая тренировка как организационно-методическая форма занятий (характеристика, разновидности, применение, методические особенности, конкретные примеры).

45. Игровой и соревновательный методы, их значение, особенности

использования, достоинства и недостатки.

46. Двигательные умения и навыки как результат обучения в физическом воспитании (определение понятий "умение", "навык", их характерные черты; закономерности формирования двигательного навыка);

47. Силовые способности (понятие; формы и режимы проявления силы; критерии и способы оценки силовых способностей, факторы, определяющие уровень развития и проявления, основные направления в методике воспитания силовых способностей).

48. Основные направления в методике воспитания силовых способностей: использование непредельных отягощений с предельным числом повторений; использование предельных и околопредельных отягощений; использование изометрических напряжений (направленность метода и решаемые задачи, применение, величина отягощений, количество подходов и повторений).

49. Скоростные способности. Методика воспитания быстроты простых и сложных двигательных реакций, быстроты одиночного движения и частоты движений: задачи, требования к составу скоростных упражнений, основные методы и методические приемы.

50. Физиологические, биохимические и морфологические основы быстроты.

51. Методика развития комплексных форм проявления скоростных способностей: задачи, требования к составу скоростных упражнений, основные методы и методические приемы, предупреждение и преодоление "скоростного барьера".

52. Методика развития скоростно-силовых способностей (определение, задачи и критерии оценки; средства и методика воспитания скоростно-силовых способностей).

53. Выносливость (понятие, формы проявления, факторы, определяющие уровень развития и проявления, критерии и способы оценки, средства воспитания выносливости).

54. Методика развития различных видов выносливости (определение, задачи и критерии оценки; методы и средства, интенсивность и продолжительность нагрузки и интервалов отдыха, число повторений).

55. Координационные способности (понятие, формы проявления, факторы, определяющие уровень развития; задачи по их воспитанию, методы и методические приемы, структура нагрузок и отдыха, критерии оценки и контроля развития). Методика воспитания координационных способностей.

56. Гибкость (понятие, формы и режимы проявления, факторы, определяющие уровень развития и проявления, контроль и оценка развития гибкости). Развитие гибкости: задачи, средства, методы и методические приемы развития гибкости; использование упражнений на растягивание в отдельном занятии и в серии смежных занятий.

57. Характеристика оптимальной осанки; средства и методы формирования, закрепления и коррекции осанки; контроль за осанкой.

58. Особенности методики обучения и воспитания юных спортсменов в разделах их спортивной подготовки.

59. Особенности нормирования нагрузок в тренировке юных спортсменов.

60. Особенности современного этапа развития спорта.

61. Особенности соревновательной практики юных спортсменов (соревновательная практика юных спортсменов по этапам их многолетней спортивной деятельности).

## 2.5. Критерии оценки теоретического экзамена

Оценка знаний поступающего в аспирантуру производится по сто бальной шкале.

**100 баллов** выставляется экзаменационной комиссией за обстоятельный и обоснованный ответ на все вопросы экзаменационного билета и дополнительные вопросы членов экзаменационной комиссии. Поступающий в аспирантуру в процессе ответа на вопросы экзаменационного билета правильно определяет основные понятия, свободно ориентируется в теоретическом и практическом материале по предложенной тематике.

**75 баллов** выставляется поступающему в аспирантуру за правильные и достаточно полные ответы на вопросы экзаменационного билета, которые не содержат грубых ошибок и неточностей в трактовке основных понятий и категорий, но в процессе ответа возникли определенные затруднения при ответе на дополнительные вопросы членов экзаменационной комиссии.

**50 баллов** выставляется поступающему в аспирантуру при недостаточно полном и обоснованном ответе на вопросы экзаменационного билета и при возникновении серьезных затруднений при ответе на дополнительные вопросы членов экзаменационной комиссии.

**0 баллов** выставляется в случае отсутствия необходимых для ответа на вопросы экзаменационного билета теоретических и практических знаний.

## 2.6. Список рекомендуемой литературы

1. Абдуллин А. Г. Здоровье как ценность: формирование установки на здоровый образ жизни у студентов вузов педагогических специальностей / А. Г. Абдуллин, Д. Г. Абдуллина. - Изд-во Магнитогорского гос. ун-та, 2008. - 147 с.
2. Авдеева М. С. Физическая культура студентов вуза: учебное пособие / М. С. Авдеева [и др.] - Киров: Изд-во Вятского гос. гуманитарного ун-та, 2012.- 148 с.
3. Актуальные вопросы развития физической культуры и студенческого спорта: /Под ред. Рапопорт Л.А.- Екатеринбург: Изд-во Уральского ун-та, 2013. – 450 с.
4. Ашмарин Б.А., Курамшин Ю.Ф. Педагогика физической культуры: Учебное пособие. - СПб.: ЛГОУ, 1999. - 352с.
5. Бернштейн Н.А. О ловкости и ее развитии. - М.: ФиС, 1991. - 288с.
6. Боген М.М. Обучение двигательным действиям. - М: ФиС, 1986
7. Бондарчук, А. П. Управление тренировочным процессом спортсменов высокого класса; Федер. агентство по физ. культуре и спорту, Моск. регион. центр развития легкой атлетики ИААФ. - М.: Олимпия PRESS, 2007. - 271 с.
8. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. - М.: ФиС, 1980. - 127с.
9. Булгакова, Н. Ж. Теория и методика плавания: учеб. для высш. проф. образования. - Москва: Академия, 2014. - 318 с.
10. Верхошанский Ю.Ф. Основы специальной физической подготовки спортсменов. - М: ФиС, 1988.-331с.
11. Верхошанский Ю.Ф. Программирование и организация тренировочного процесса. - М.: ФиС, 1985. - 176с.
12. Верхошанский, Ю. В. Основы специальной силовой подготовки в спорте. - Москва: Сов. спорт, 2013. – 215 с.
13. Виленский М.Я. и др. Физическая культура и здоровый образ жизни студента: учебное пособие /М.Я. Виленский, А.Г. Горшков. — М.: КНОРУС, 2013. — 240 с.
14. Врублевский, Е. П. Индивидуализация тренировочного процесса спортсменов в скоростно-силовых видах легкой атлетики. - М.: Сов. спорт, 2009. - 231, с.

15. Выдрин В.М. Теория и методика физической культуры (культуроведческий аспект): Учебное пособие. - Л.: ГДОИФК, 1988. - С.45.
16. Годик М.А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок. - М.: ФиС, 1980.-136с.
17. Горелов А.А., Кузнецов И.А., Боцман О.С., Обвинцев А.А. и др. Средства для поддержания физического состояния лиц старшего и пожилого возраста: Учебно-методическое пособие//Под общ. ред. профессора А.А. Обвинцева. – СПб: ВИФК, 2013. – 213 с.
18. Гришина Ю. И. Общая физическая подготовка: знать и уметь. Учебное пособие / Ю. И. Гришина. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2013.- 248 с.
19. Грязева Е. Д. Оценка качества физического развития и актуальные задачи физического воспитания студентов: монография / Е. Д. Грязева [и др.]. - Москва: Флинта: Наука, 2013.- 165 с.
20. Губа, В. П. Теория и практика спортивного отбора и ранней ориентации в виды спорта. - М.: Сов. спорт, 2008. - 303 с.
21. Губа, В. П. Основы спортивной подготовки: методы оценки и прогнозирования (морфобиомеханический подход): научно-методич. пособие / В. П. Губа. - Москва: Советский спорт, 2012. - 384 с.
22. Дмитриев СВ. Дидактические основы ценностно-смыслового и биомеханического моделирования двигательных действий спортсмена. - Н. Новгород, 1995.- 150с.
23. Донской Д.Д. Законы движений в спорте. - М.: ФиС, 1968. - 175с.
24. Душанин С.А. Тренировочные программы для здоровья / Душанин С.А., Иващенко Л.Я., Пирогов Е.А. - Киев: Здоровье, 1985. - 32с.
25. Железняк, Ю. Д. Методика обучения физической культуре: учеб. для учреждений высш. образования/ Ю. Д. Железняк, И. В. Кулишенко, Е. В. Крякина; под ред. Ю. Д. Железняка. - 2-е изд., стер. - Москва: Академия, 2014. - 254, с.
26. Зациорский В.М. Физические качества спортсмена. - М.: ФиС, 1970. -199с.
27. Зациорский, В. М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания. - [3-е изд.]. - М.: Сов. спорт, 2009. - 200 с
28. Зеличенко В.Б., Никитушкин В.Г., Губа В.П. Легкая атлетика: критерии отбора. - М.: Terra-спорт, 2000. - 240с.
29. Иссурин, В. Б. Блоковая периодизация спортивной тренировки. - М.: Сов. спорт, 2010. - 282, с.
30. Капилевич, Л. В. Физиология человека. Спорт: учеб. пособие для прикладного бакалавриата/ Л. В. Капилевич; Нац. исслед. Том. политехн. ун-т. - Москва: Юрайт, 2019. - 141 с.
31. Комплексный контроль и управление подготовкой спортсменов высокой квалификации в игровых видах спорта: методические указания. - М.: ТВТ Дивизион, 2010. - 128 с
32. Курамшин Ю.Ф. Высшие спортивные достижения как объект системного анализа: монография. - СПб.: РГПУ им. А.И.Герцена, 2002. - 148с.
33. Курамшин Ю.Ф. Методы обучения двигательным действиям и развитие физических качеств: теория и технология применения / СПбГАФК им. П.Ф.Лесгафта. - СПб, 1998. - 76с.
34. Лубышева Л.И. Культурные трансформации современного спорта в аспекте социологического анализа //Т и П ФК. - 2013.- № 6.–С. 8- 11.

35. Лубышева Л.И. Социология физической культуры и спорта: учебное пособие / Л. И. Лубышева. - Москва: Академия, 2010. – 270 с.
36. Матвеев Л.П. Общая теория спорта. Учебная книга для завершающих уровней высшего физкультурного образования. - М.: 4-й филиал Воениздата, 1997.-304с.
37. 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. - М.: ФиС, 1991. - 543с.
38. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. Введение в предмет: учебник для высших специальных физкультурных учебных заведений. 3-е изд. - СПб.: издательство «Лань», 2003. - 160с.
39. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник для завершающего уровня высшего физкультурного образования. - 4-е изд., испр. и доп. - СПб.; Москва; Краснодар: Лань, 2005. - 378 с.
40. Никитушкин, В. Г. Теория и методика юношеского спорта: учебник / В. Г. Никитушкин. - М: Физическая культура, 2010.
41. Новиков, А. А. Основы спортивного мастерства. - Москва: Сов. спорт, 2012. - 255 с.
42. Основы управления подготовкой юных спортсменов / Под. ред. М.Я. Накатников. - М.: ФиС, 1982. - 280с.
43. Очерки по теории физической культуры / сост. и общ. ред. Матвеев Л.П. -М.: ФиС, 1984.- 248 с.
44. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в Олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения. - М. Советский спорт, 2005. – 820 с.
45. Платонов В.А. Подготовка квалифицированных спортсменов. - М.: ФиС, 1986. - 286 с.
46. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. - К.: Олимпийская литература, 1997. - 584с.
47. Платонов, В.Н. Спорт высших достижений и подготовка национальных команд к Олимпийским играм. Отечественный и зарубежный опыт. История и современность / В. Н. Платонов. - М: Советский спорт, 2010
48. Половников П.В. Физическая культура и спорт. Социально-биологические основы: Учебное пособие. – 2-е изд. исп. и доп. - СПб.: СПбГПУ, 2013. – 178 с.
49. Ростовцев, В. Л. Современные технологии спортивных достижений. - М.: ВНИИФК, 2007. - 199 с.
50. Селуянов В.Н., Шестаков М.П. Определение одаренности и поиск талантов в спорте. - М.: СпортАкадем Пресс, 2000. - 112с.
51. Сергиенко, Л. П. Спортивный отбор. Теория и практика. - Москва: Сов. спорт, 2013. - 1048 с.
52. Серова, Л. К. Профессиональный отбор в спорте: учеб. пособие для вузов физ. культуры. - СПб.: Человек, 2011. - 160 с.
53. Система подготовки спортивного резерва. - М.: ВИИФК, 1993.-319с.
54. Современная система спортивной подготовки/ Под общ. ред. В.Л. Сыча, А.С. Хоменкова, Б.Н. Шустика. - М: СААМ, 1994. - 446с.
55. Столов, И. И. Спортивный резерв: состояние, проблемы, пути решения (организационный компонент. - М.: Сов. спорт, 2008. - 131 с.
56. Теоретическая подготовка юных спортсменов: Пособие для тренеров ДЮСШ/Под ред. Ю.Ф. Буйлина, Ю.Ф. Курамшина. - М.: ФиС, 1981.- 192с.

57. Теория и методика избранного вида спорта: учеб. пособие для вузов. под ред. С. Е. Шивринской. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва: Юрайт, 2018. 247 с.
58. Теория и методика физической культуры: Учебник / Под ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. - М.: Советский спорт, 2003. - 464с.
59. Теория спорта / Под ред. В.Н. Платонова. - Киев: Виша школа, 1987. -424с.
60. Филин, В. П. Теория и методика юношеского спорта: учеб. пособие для институтов и техникумов физ. культ. — М.: Физкультура и спорт, 1987. — 128 с.
61. Фискалов В. Д. Теоретико-методические аспекты практики спорта. Учебное пособие / В. Д. Фискалов — «Спорт», 2016. – 330 с.
62. Фискалов, В. Д. Спорт и система подготовки спортсменов: учебник. - М.: Сов. спорт, 2010. - 391 с.
63. Фомин Н.А., Филин В.П. На пути к спортивному мастерству (адаптация юных спортсменов к физическим нагрузкам). - М.: ФиС, 1986. - 169с.
64. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. - М.: издательский центр «Академия», 2000. -480с.
65. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. Пособие для студ. высш. учеб. Заведений / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Академия, 2014. – 480 с.
66. Хрестоматия по физической культуре: Учебное пособие/Под ред. Ю.Ф. Курамшина, Н.И. Пономарева, В.И. Григорьева. - СПб.: изд-во СПбГУЭФ, 2001.-254с.

## Приложение

### Сведения об достижениях портфолио кандидата для поступления по программам подготовки научных и научно-педагогических кадров в аспирантуре СПбПУ

(Ф.И.О. кандидата для поступления в аспирантуру)			
(научная специальность)			
№ п/п	Индивидуальное достижение	Количество баллов за каждое достижение	Рейтинговая оценка показателя, общий балл
1.	Научные публикации (тематика публикации должна соответствовать научной специальности, по которой поступающий участвует в конкурсе): в журналах перечня ВАК;	10	
	в журналах индексируемых в Scopus и (или) WoS (в том числе входящих в базу данных RSCI) Q1 или Q2;	25	
	в журналах индексируемых в Scopus и (или) WoS (в том числе входящих в базу данных RSCI) Q3 или Q4.	15	
2.	Гранты, проекты по выполнению научно-исследовательских и опытно-конструкторских работ, тематика которых соответствует направлению подготовки в конкурсе, по которому участвует поступающий, и в которых он являлся:		
	руководителем,	10	
	исполнителем.	5	
3.	Наличие документа, удостоверяющего авторство (соавторство) поступающего на достигнутый им научный (научно-методический, научно-технический, научно-творческий) результат интеллектуальной деятельности:		
	– патент на изобретение;	10	
	– патент на полезную модель;	7	
	– свидетельство о государственной регистрации программ для ЭВМ;	5	
	– свидетельство о государственной регистрации базы данных;	5	
	– свидетельство о государственной регистрации топологии интегральных микросхем.	5	
4.	Публикация в материалах международных и всероссийских научно-технических конференций, включая публикации в выпусках научных журналов, публикующих статьи по итогам конференций (изданиях типа Conference series и(или) Proceedings), проводимых не ранее чем за 2 года, предшествующих приему (тематика публикации должна соответствовать научной специальности, по которой поступающий участвует в конкурсе): за конференцию, индексируемую в базе данных Web of Science и (или) Scopus (индексация сборника или журнала с публикацией подтверждается ссылкой или скриншотом из базы данных);	5	
	за прочие конференции.	3	
5.	Наличие дипломов победителей мероприятий международного и всероссийского значения, подтверждающие успехи в профессиональной подготовке кандидата для поступления в аспирантуру	3	
<b>Суммарный рейтинговый балл</b>			

Кандидат в аспирантуру

\_\_\_\_\_

(подпись)

\_\_\_\_\_

(Ф.И.О).

Предполагаемый научный руководитель

\_\_\_\_\_

(подпись)

\_\_\_\_\_

(Ф.И.О).

Руководитель образовательных программ по аспирантуре института

\_\_\_\_\_

(подпись)

\_\_\_\_\_

(Ф.И.О).