

Шифр специальности:

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

Формула специальности

Специальность 13.00.04 – «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» определяет методологию физической культуры, основные направления фундаментальных и прикладных исследований по научному обоснованию её содержания и методики, нормативной основы, специфики управления и особенностей организации. Результаты этих исследований позволят расширить базовую основу физического воспитания, спорта, оздоровительной и адаптивной физической культуры, усилить её профессионально-прикладную направленность.

Области исследований:

1. Фундаментальные проблемы общей теории физической культуры.

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

- пути усиления значимости физической культуры в современном обществе;
- научное обоснование структуры и содержания базовых компонентов системы физической культуры;
- физическая культура как часть общей культуры;
- физическая культура как социальное явление;
- историко-логические и теоретические исследования эволюции научных знаний в области физической культуры;
- прогнозирование развития системы физической культуры в государстве и международном сообществе;
- дидактические проблемы физической культуры;
- факторы, условия и закономерности направленного физического развития и совершенствования людей, входящих в различные социально-демографические и нозологические группы.

1.2. Управление в системе физической культуры:

- менеджмент в системе физической культуры;
- маркетинг в системе физической культуры;
- управление физкультурным движением;
- управление физкультурной организацией;
- управление физической культурой в государстве, регионе, республике, городе, области, районе, отдельном населенном пункте.

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

- средства и методы развития и совершенствования, корригирования и поддержания силовых, скоростных и координационных способностей (качеств),

гибкости, общей аэробной и специфической выносливости;

- закономерности формирования двигательных навыков и умений;
- содержание и методика формирования простых и сложных двигательных навыков и умений;
- взаимосвязь и интерференция, взаимодействие и взаимовлияние двигательных (физических) способностей (качеств) и двигательных навыков;
- общие и специфические закономерности переноса в формировании двигательных навыков и развитии двигательных (физических) способностей (качеств);
- динамика развития двигательных (физических) способностей (качеств);
- закономерности развития и совершенствования двигательных (физических) способностей (качеств), простых и сложных двигательных навыков в онтогенезе;
- сенситивные периоды в развитии двигательных (физических) способностей (качеств) и двигательных навыков.

1.4. 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.

1.5. Нормативная база физической культуры.

2. Теория и методика физического воспитания.

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

- дидактические проблемы базового физического воспитания;
- психолого-педагогические технологии в системе физического воспитания;
- методологические аспекты формирования нормативной основы физического воспитания;
- управление системой физического воспитания.

2.2. Физическое воспитание в системе дошкольного, среднего, средне-специального и высшего образования:

- 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;
- оптимизация профессиональной деятельности специалиста физической культуры в дошкольных, средних, средне-специальных и высших учебных заведениях;
- физическое воспитание как средство становления личности.

3. Теория и методика спорта.

3.1. Спорт как социальное явление:

- социальные, воспитательные и педагогические функции спорта;
- историко-логические тенденции эволюции и преобразования научных знаний в области спорта;

- международное олимпийское движение (закономерностей развития, функционирования и управления);
- история развития отдельного вида спорта.

### 3.2. Система подготовки спортсменов.

3.2.1. Методологические концепты построения общей теории подготовки спортсменов и ее реализация на практике:

- методологические аспекты построения теории подготовки спортсменов;
- научные направления совершенствования системы подготовки спортсменов.

3.2.2. Соревновательная деятельность в спорте:

- стратегия и тактика соревновательной деятельности;
- структура соревновательной деятельности;
- управление соревновательной деятельностью;
- соревновательная деятельность спортсменов военнослужащих.

3.2.3. Общие основы подготовки спортсменов:

- 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.

3.2.4. Техничко-тактическая и психологическая подготовка спортсменов:

- техническая подготовленность и техническая подготовка спортсменов;
- тактическая подготовленность и тактическая подготовка спортсменов;
- психологическая подготовка и психологическая подготовленность спортсменов.

3.2.5. Двигательные (физические) способности (качества) и физическая подготовка спортсменов.

- 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.

3.2.6. Макроструктура процесса подготовки спортсменов:

- структура, содержание и направленность многолетнего процесса подготовки спортсменов;
- структура, содержание и направленность подготовки спортсменов в годичном цикле тренировочного процесса.

3.2.7. Микро- и мезоструктура процесса подготовки спортсменов:

- построение программ микроциклов;

- построение программ мезоциклов.

3.2.8. Отбор, ориентация, управление и контроль в системе подготовки спортсменов:

- отбор и ориентация спортсменов в системе многолетней подготовки;
- управление в системе подготовки спортсменов;
- контроль в спортивной тренировке.

3.2.9. Моделирование и прогнозирование в системе подготовки спортсменов:

- моделирование в спорте;
- прогнозирование в спорте.

3.2.10. 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.

3.2.11. 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:

- методология юношеского спорта;
- научные и методические основы управления процессом подготовки юных спортсменов;
- программирование тренировочного процесса юных спортсменов;
- содержание, методика и направленность тренировочного процесса юных спортсменов в отдельном виде спорта;
- теоретические и прикладные аспекты построения учебного и тренировочного процесса в училищах олимпийского резерва и общеобразовательных школах-интернатах спортивного профиля.

3.4. Теория и организация массового спорта:

- содержание, методы и организация массового спорта;
- управление системой массового спорта;
- факторы, принципы и пути усиления действенности массового спорта в обществе.

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.

4. Теория и методика профессионально-прикладной физической культуры и физической подготовки военнослужащих.

4.1. Общие закономерности развития, функционирования и совершенствования системы профессионально-прикладной физической культуры и физической подготовки военнослужащих:

- средства и методы профессионально-прикладной физической культуры и физической подготовки для повышения устойчивости организма человека к неблагоприятным и отрицательным факторам профессиональной деятельности;
- педагогические технологии в системе профессионально-прикладной физической культуры и физической подготовке военнослужащих;
- история развития и становления профессионально-прикладной физической культуры и физической подготовки военнослужащих.

4.2. Содержательная и нормативная основа системы профессионально-прикладной физической культуры и физической подготовки военнослужащих:

- средства и методы развития, функционирования и совершенствования профессионально важных физических качеств и формирования прикладных двигательных навыков представителей различных, в том числе и воинских профессий;
- взаимосвязь общефизических и профессионально-важных физических качеств;
- перенос специальной физической тренированности;
- этапность и периодизация развития, функционирования и совершенствования профессионально важных физических качеств и прикладных двигательных навыков;
- периодизация профессионально-прикладной физической культуры и физической подготовки военнослужащих;
- управление процессом профессионально-прикладной физической культуры и физической подготовки военнослужащих.

5. Теория и методика оздоровительной физической культуры.

5.1. Методология оздоровительной физической культуры:

- дидактические основы оздоровительной физической культуры;
- организационно-методические основы оздоровительной физической культуры;
- управление системой оздоровительной физической культуры;
- системные механизмы обеспечения различных слоев населения и возрастных групп оптимальными двигательными режимами в оздоровительных целях.

5.2. Оздоровительная физическая культура в процессе жизнедеятельности человека:

- средства, формы и методы оздоровительной физической культуры;
- содержание и методика оздоровительной физической культуры различных слоев населения и возрастных групп;
- оздоровительная физическая культура в профилактике различных заболеваний.

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:

- цель, задачи, принципы и функции адаптивной физической культуры;
- средства, методы и организационные формы адаптивной физической культуры;
- программно-нормативные основы адаптивной физической культуры;
- национально-этнические и религиозные особенности адаптивной физической культуры.

### 6.2. Проблемы физического образования и воспитания инвалидов и лиц с отклонением состояния здоровья всех социально-демографических и нозологических групп.

### 6.3. Виды адаптивного спорта, входящие в программы Олимпийских игр, игр специальной олимпиады и Всемирных игр глухих («тихих игр»), а также научное обоснование содержания и направленности новых видов спорта инвалидов.

### 6.4. Двигательная реакция, интегрированные программы, объединяющие определенный вид адаптивной физической культуры с искусством и творческой деятельностью инвалидов и лиц с отклонением состояния здоровья всех социально-демографических и нозологических групп.

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

## 7. Психология физической культуры.

### 7.1. Психологические закономерности физического воспитания молодежи.

### 7.2. Психология личности и деятельность учителя физической культуры.

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

### 7.4. Психология детского и юношеского спорта.

### 7.5. Психологические закономерности психического и физического совершенствования в процессе занятий массовым спортом (мотивация, формирование навыков, развитие физических, психических и нравственных качеств).

### 7.6. Психология соревнования в спорте высших достижений.

### 7.7. Психология личности и деятельности тренера.

### 7.8. Социально-психологические аспекты физической культуры.

Отрасль наук:

педагогические науки

психологические науки