

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФГБОУ ВПО «ВОЛОГОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ»
ФАКУЛЬТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

УТВЕРЖДАЮ



"20" сентября 2011 г.

Рабочая программа дисциплины
ГОСУДАРСТВЕННОГО ЭКЗАМЕНА ПО ТЕОРИИ И МЕТОДИКЕ
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА

Специальность
050720 Физическая культура

Форма обучения

Заочная

Вологда
2011

Программа составлена в соответствии с требованиями ГОС ВПО по специальности 050720 Физическая культура от 31.01.2005

Автор (ы) к.п.н., проф.Елагина Н.Л., к.п.н. Мелентьева Н.Н., к.п.н. Куцова И.А.

Рецензент (ы) к.п.н.. доц.Седунова Е.В..

Программа одобрена на заседании методической комиссии факультета физической культуры
протокол № 1 от 20 сентября 2011 года.

Изменения рабочей программы дисциплины «Государственный экзамен по теории методике физического воспитания и спорта», утвержденные методической комиссией факультета физической культуры

[illegible]

1. Цель проведения Государственного экзамена по теории и методике физического воспитания и спорта

Государственный экзамен по теории и методике физического воспитания и спорта является квалификационным и предназначен для определения теоретической и практической подготовленности выпускника к выполнению профессиональных задач, установленных ГОС ВПО. Цель государственного экзамена по теории и методике физического воспитания и спорта - выявить уровень подготовки выпускников в сфере физической культуры, позволяющей целесообразно и эффективно строить собственную психолого-педагогическую деятельность в сфере образования.

2. Место Государственного экзамена в общей системе подготовки специалиста

Государственный экзамен по теории и методике физического воспитания и спорта относится к разделу учебного плана «Итоговая государственная аттестация». Программа Государственного экзамена по физической культуре полностью соответствует основной образовательной программе высшего профессионального образования, которую выпускник освоил за время обучения, Требованиям к государственным экзаменам специалиста (ГОС ВПО, раздел 7.2.3). Для сдачи государственного экзамена по физической культуре выпускникам необходимы знания, умения и владения в области теории и практики физической культуры, сформированные в ходе обучения в вузе.

Государственный экзамен по теории и методике физической культуры и спорта направлен на определение практической и теоретической подготовленности выпускника к выполнению профессиональных задач, установленных Государственным образовательным стандартом, и к продолжению образования в аспирантуре.

3. Требования к уровню профессиональной подготовленности специалиста

Выпускник должен

знать:

- Конституцию Российской Федерации;
- законы Российской Федерации, в том числе Закон Российской Федерации “Об образовании”, решения Правительства Российской Федерации и органов управления образованием по вопросам образования;
- Конвенцию о правах ребёнка;
- основы общих и специальных теоретических дисциплин в объёме, необходимом для решения типовых задач профессиональной деятельности;
- основные направления и перспективы развития образования и педагогической науки;
- школьные программы и учебники;
- средства обучения и их дидактические возможности;
- требования к оснащению и оборудованию учебных кабинетов и подсобных помещений;
- санитарные правила и нормы, правила техники безопасности и противопожарной защиты;
- государственный язык Российской Федерации – русский язык;
- свободно владеть языком, на котором ведется преподавание.

уметь:

▪ решать типовые задачи профессиональной деятельности, соответствующие его квалификации:

- в области учебно-воспитательной деятельности: осуществление процесса обучения физической культуре в соответствии с образовательной программой;
- в области социально – педагогической деятельности:
- в области культурно - просветительной деятельности:
- в области организационно – управленческой деятельности:
- в области физкультурно - спортивной деятельности:

- в области оздоровительно – рекреативной деятельности:

4. Содержание Государственного экзамена по педагогике и психологии

ИСТОРИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СТАНОВЛЕНИЯ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА, ЕЕ МЕСТО И ИНТЕГРИРУЮЩАЯ РОЛЬ В СИСТЕМЕ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Появление опыта направленного воздействия физического упражнений на человека. Появление систем физического воспитания.

Профессиональное физкультурное образование в условиях реформирования систем образования. Место дисциплины ТМФВС в государственных образовательных стандартах высшего профессионального образования по специальности 050720 – физическая культура.

Ведущая роль дисциплины ТМФВС в процессе интеграции профилирующих дисциплин в решении важной проблемы – формировании у студентов целостного представления и готовности к профессиональной деятельности специалиста по физической культуре и спорту.

Основные понятия теории и методики физического воспитания и спорта: физическая культура, физическое воспитание, спорт, спортивная подготовка, физическое развитие, физическая подготовленность, физкультурное образование, физическая активность, здоровый стиль жизни.

КУЛЬТУРА ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ФИЗИЧЕСКИ АКТИВНЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА

Двигательная деятельность как необходимый компонент существования и полноценной жизнедеятельности человека, как форма отношения к окружающему миру и способ его освоения. Роль двигательной деятельности, физической активности в жизни человека.

Физическая активность человека как мотивированная систематическая деятельность индивидуума по достижению физических кондиций, необходимых для обеспечения и поддержания оптимального уровня физического развития, физической подготовленности, состояния здоровья. Понятие физической активности как отражение активного отношения, понимания и участия личности в освоении ценностей физической культуры.

Физическая активность как интегрированное выражение осознанной, опирающейся на потребность, деятельности индивидуума по освоению знаний о методическом обеспечении процесс физического совершенствования и ориентации на личностную мотивацию физической тренировки; усиление акцента на активное понимание личностью общественной значимости его индивидуальной деятельности, направленной на физическое совершенствование и на инициативное участие в достижении этих общественно значимых целей; как общественно и индивидуально необходимая составная часть образа, стиля жизни человека.

Физические упражнения, двигательные действия, движения, методические знания и умения как главные компоненты физической активности, как основа достижения цели и решения задач физического воспитания всех слоев населения, каждого отдельного человека.

Биологическая и социальная основа физической активности.

НАПРАВЛЕННОЕ ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА

Возможности направленного воспитательного воздействия на основе специфики физического воспитания и спорта. Характеристика с этих позиций принципов, методов и форм организации воспитательной работы с учетом возрастно-половых и индивидуальных особенностей воспитуемых.

Деятельность в физическом воспитании и спорте как средство нравственного, умственного, трудового, эстетического воспитания, воспитания патриотизма, интернационализма и гуманизма, сознательной дисциплины, всестороннего формирования личности.

Личность учителя (тренера) как фактор воспитания.

Воспитание потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями; формирование физической активности, здорового образа жизни; самовоспитание.

Комплексное использование принципов, методов, форм и средств воспитания как системы – основное условие воспитания эффекта.

СРЕДСТВА И МЕТОДЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА

Характеристика средств физического воспитания. Физическое упражнение, естественные силы природы, гигиенические факторы. Особенности избирательного, комплексного и ситуационного использования средств.

Физическое упражнение как основное средство физического воспитания. Факторы, определяющие воздействие физических упражнений.

Техника двигательного действия. Двигательное действие как система. Образцовая (эталонная) техника, индивидуальная техника, фазы техники: подготовительная, основная (ведущая), заключительная (завершающая). Использование биомеханических характеристик двигательного действия в физическом воспитании. Критерии оценки эффективности техники.

Классификация физических упражнений: по их биомеханическим особенностям, направленности на развитие двигательных качеств или обучения двигательным действиям, спортивной техники и др.

Использование «искусственной управляющей средой» (тренажерных устройств, специального оборудования) для повышения эффективности физических упражнений.

Средства и методы интегрального воздействия на совершенствование двигательных действий и повышение уровня физических качеств в единственное (совмещено, сопряжено).

Характеристика методов обучения в физическом воспитании. Методы строго регламентированного упражнения; игровой и соревновательный методы; методы словесного воздействия, средства и методы обеспечения наглядности. Требования к методам.

Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты процесса упражнения, регламентация нагрузки и отдыха.

ДИДАКТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА

Формирование рациональных приемов познавательной деятельности как главная задача обучения. Формирование двигательных умений, навыков и специальных знаний – сущность обучения в физическом воспитании. Особенности решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач при обучении двигательным действиям, спортивной технике.

Реализация принципов обучения в физическом воспитании.

Принцип сознательности и активности: осмысление сущности двигательной активности и развития устойчивого интереса к ней; значение инициативности,

самостоятельности и творческого отношения в процессе физического воспитания и спорта; учет возрастных особенностей и уровня физической подготовленности занимающихся при реализации данного принципа.

Принцип наглядности: комплексный подход в использовании разнообразных форм наглядности; изменение удельного веса различных форм наглядности на различных этапах обучения; значение обратной связи.

Принцип систематичности: непрерывность процесса физического воспитания, спортивной подготовки и оптимальное чередование нагрузок с отдыхом.

Принцип последовательности и его связь с проблемой доступности; методические правила «от известного к неизвестному», «от легкого – к трудному»; связь закономерностей возрастного развития с принципом последовательности.

Принцип постепенности: реализация принципа путем расширения объема и увеличения интенсивности нагрузок; постепенность повышения требований к специальным знаниям на основе межпредметных связей; определение меры доступного.

Значение принципа прочности приобретаемых навыков, умений и специальных знаний.

Принцип индивидуализации: учет возрастных и индивидуальных особенностей при обучении, индивидуализация как необходимое условие для развития одаренности личности.

Понятие: метод, методические прием, методика. Классификация методов.

Использование слова в обучении: использование смысловой и эмоциональной функции слова, значение терминологии как словесного обозначения новых представлений и понятий, требования, предъявляемые к современной терминологии.

Виды наглядного восприятия и методика их применения.

Применение методов строго регламентированного упражнения и методов частично регламентированного упражнения.

Уровни владения двигательным действием в процессе обучения: двигательное умение, двигательный навык, двигательное умение высшего порядка (суперумение).

Структура обучения как этапность обучения отдельному двигательному действию. Характеристика связи формирования двигательного навыка и этапов обучения. Первый этап – создание представления: задачи, средства, методы. Второй этап – разучивание: задачи, средства, методы. Ошибки, причины их возникновения, меры предупреждения и приемы исправления. Освоение двигательного действия на уровне умения. Третий этап – закрепление и совершенствование: задачи, средства, методы. Освоение двигательного действия на уровне навыка. Четвертый этап – интегральное совершенствование навыков и качеств; задачи, средства, методы. Умение применять комплекс двигательных действий в вариативных условиях на основе высокого уровня физических качеств и специальных знаний. Освоение двигательных действий на уровне умений высшего порядка (суперумения).

Формирование специальных знаний в процессе обучения в физическом воспитании. Содержание знаний (сведения о физическом воспитании в целом, о закономерностях движения человеческого тела, о правилах разучивания двигательных действий и способах их выполнения, о влиянии занятий физическими упражнениями на организм человека и др. Источники знаний – жизненный опыт человека, наглядное и словесное восприятие действий учителя. Методика обучения специальным знаниям.

ТЕОРЕТИКО-ПРАКТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ (ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ)

Определение понятий «физические качества», «двигательные способности», их характеристика.

Сила: определение понятия, формы проявления. Методика развития силы: задачи, средства и методика. Возрастные периоды развития качеств силы. Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития силы.

Быстрота: определение понятия, формы проявления быстроты. Методика развития быстроты: задачи, средства и методы. Возрастные периоды развития быстроты. Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития быстроты.

Выносливость: определение понятия, формы проявления (устомление и выносливость), виды выносливости. Методика развития выносливости, задачи, средства и методы. Факторы, определяющие степень воздействия упражнений при развитии выносливости. Возрастные периоды развития выносливости.

Гибкость (подвижность в суставах): определение понятия, формы проявления гибкости и факторы, влияющие на ее проявление. Методика развития гибкости: задачи, средства и методы. Возрастные периоды развития гибкости. Контрольные упражнения для определения уровня развития гибкости.

Ловкость (координационные способности): определение понятия, формы проявления ловкости и факторы, влияющие на ее проявление. Методика развития ловкости: задачи, средства и методы. Возрастные особенности проявления. Контрольные упражнения для определения уровня развития ловкости.

Взаимосвязь физических качеств в целостной двигательной деятельности. Виды физических упражнений, обладающих комплексным (интегральным) воздействием при развитии физических качеств. Связь обучения двигательным действиям с развитием физических качеств.

ФОРМЫ ПОСТРОЕНИЯ ЗАНЯТИЙ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ И СПОРТЕ

Характеристика форм физического воспитания, обусловленность разнообразия форм многообразием задач. Формы физического воспитания в семье, дошкольных учреждениях, в школе, в учреждениях дополнительного образования. Взаимосвязь формы и содержания занятий. Динамика работоспособности на занятиях, характеристика структуры занятий.

Урочные и неурочные формы. Урок – основная форма организации занятий, характеристика, требования к методике проведения урока. Виды уроков. Структура урока. Тренировочные занятия, их характеристика. Неурочные формы: индивидуальные и групповые самостоятельные занятия, игры и состязания.

ПЛАНИРОВАНИЕ И КОНТРОЛЬ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ И СПОРТЕ. ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫХ ЗАНЯТИЙ.

Целевое планирование и контроль как функции управления. Процесс получения, передачи и переработки информации – сущность управления, обмен информацией между управляющей и управляемой системами как основа управления.

Планирование как определение деятельности на период времени, лежащий в будущем. Значение планирования. Требования к планированию. Цель, задачи, виды, формы и содержание планирования. Этапы планирования. Особенности планирования в различных организационных формах физического воспитания и спорта. Программы в системе планирования.

Контроль как способ получения информации о текущем состоянии процесса физического воспитания, спортивной подготовки и их составляющих. Задачи контроля. Основные виды контроля – предварительный, текущий, итоговый. Учет успеваемости.

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ РАННЕГО, ДОШКОЛЬНОГО И ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.

Возрастные особенности дошкольников: периодизация дошкольного возраста, особенности функционального развития ребенка; формирование опорно-двигательного аппарата.

Задачи по укреплению здоровья, физическому развитию, повышению сопротивляемости организма ребенка к неблагоприятным факторам внешней среды. Задачи по развитию основных физических качеств и формированию двигательных умений и навыков.

Средства и методы физического воспитания в соответствии с возрастной периодизацией дошкольников.

Формы физического воспитания дошкольников (в яслях, в дошкольном образовательном учреждении, в семье).

Значение и задачи физического воспитания школьников.

Периодизация школьного возраста, значение учета возрастных периодов для повышения эффективности физического воспитания. Возрастные особенности физического развития и физической подготовленности детей школьного возраста.

Физическое воспитание детей младшего, среднего, старшего школьного возраста. Задачи, средства, особенности методики.

Физическое воспитание детей с ослабленным здоровьем. Задачи, содержание, особенности методики в зависимости от уровня физического развития и характера заболевания.

Физическое воспитание во вспомогательных школах. Особенности задач, средств, методика в зависимости от состояния здоровья и дефектов развития. Адаптивная физическая культура.

Физическое воспитание в школах-интернатах и детских домах. Специфика контингента. Особенности режима дня. Направленность и формы организации физического воспитания.

Особенности физического воспитания в сельской школе.

Формы организации физического воспитания в школе: урок физической культуры; физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного и продленного дня; внеклассные формы занятий, общешкольные физкультурно-массовые и спортивные мероприятия.

Формы организации физического воспитания в учреждениях дополнительного образования: школы высшего спортивного мастерства; СДЮШОР, ДЮСШ, ДЮКФП; спортивные секции и кружки домов школьника, стадионы, парков культуры и отдыха, спортивно-оздоровительные, трудовые, военно-спортивные, оздоровительные лагеря.

Формы физического воспитания в семье: мероприятия в режиме дня, самостоятельные занятия, прогулки, семейные походы.

Программы физического воспитания общеобразовательной школы как документы, способствующие установлению эффективного оздоровительного режима школы, содействующего нравственному воспитанию, трудовой и профессиональной подготовки учащихся.

Структура программ, направленность и содержание частей программы. Связь и взаимообусловленность разделов программы. Отражение в содержании программы прикладной подготовки (базовый компонент). Реализация содержания программы в зависимости от национальных и географических особенностей региона страны (вариативный компонент).

Школьный урок физической культуры – основная форма учебной работы. Требования к уроку. Структура урока. Постановка задач. Построение и содержание уроков, обеспечивающие эффективность решения поставленных задач. Подготовка учителя к уроку. Организация, активизация и оценка деятельности учащихся на уроке. Дозирование нагрузки на уроке. Классификация уроков в зависимости от решаемых задач.

Методика формирования навыка самостоятельно заниматься физическими упражнениями. Домашние задания по физическому воспитанию: цель, задачи, виды, направленность, формы организации, контроль и оценка выполнения.

Цель, задачи, направленность, содержание других форм физического воспитания в режиме учебного дня: гимнастика до занятий, физкультурные минуты (пауза), игры и физические упражнения на подвижной перемене, спортивный час в группах продленного дня.

Задачи внеклассной работы по физическому воспитанию. Разделы работы: агитационно-пропагандистская работа; физкультурно-оздоровительная работа; работа со спортивной и военно-патриотической направленностью.

Требования к организации внеклассной работы: обязанности директора школы, завуча по воспитательной работе; организатора внеклассной работы; учителя физкультуры; преподавателя основ безопасности жизнедеятельности; классного руководителя.

Формы и направленность содержания внеклассных физкультурных мероприятий: календарный план, положение о соревнованиях.

Значение и формы пропаганды физической культуры и спорта в школе.

Методика разработки документов планирования (общешкольный план физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий; годовой учебный план, план учебной работы на четверть, конспект урока).

Специфические особенности учета успеваемости, формы учета, этапы учета (предварительный, текущий, итоговый). Экзамен по физической культуре в школе.

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ВЗРОСЛОГО НАСЕЛЕНИЯ

Современные тенденции физического воспитания взрослого населения страны. Возрастные группы, характерные черты направленности их физического воспитания.

Физическое воспитание студенческой молодежи. Цель, задачи. Учебные отделения: специальные, основные и спортивные. Содержание учебной программы для высших учебных заведений. Оценка успеваемости. Формы физического воспитания во внеурочное время: занятия в спортивных секциях, внутривузовские соревнования, физкультурно-массовые мероприятия, физкультурно-оздоровительная работа в студенческих общежитиях, оздоровительно-спортивных лагерях.

Физическое воспитание в основной период трудовой деятельности, пожилом и старшем возрасте. Научно-технический прогресс и его влияние на жизнедеятельность человека (интенсификация темпа жизни, отрицательные эмоции, режим питания, гиподинамия, акселерация). Роль физической культуры в научно организации труда и отдыха (утомление и восстановление, средства физической культуры в режиме трудового дня). Самостоятельные занятия в свободное время для укрепления здоровья. Методические особенности отдельных направлений: физкультурно-гигиенические и оздоровительно-рекреационные; общеподготовительные; спортивное и профессионально-прикладное.

Задачи индивидуально направленного физического воспитания в старшем возрасте, содержание и организационно-методические особенности занятий.

Профессиональная физическая подготовка. Теоретические аспекты. Профессиональная физическая подготовка как средство и метод прогнозирования и развития способностей к трудовой деятельности. Особенности методики.

ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛИЗМА ПЕДАГОГА, СПЕЦИАЛИСТА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

Сущность профессионализма. Акмеология – наука о наивысшем уровне развития человека (акме-вершина) и закономерностях становления в связи с этим профессионализма. Формы проявления профессионализма физкультурно-спортивной деятельности: профессиональный и олимпийский спорт; подготовка специалистов по физической культуре и спорту (педагога, преподавателя, тренера); физкультурно-спортивное самосовершенствование личности. Структура профессиональной деятельности специалиста по физической культуре и спорту.

ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ КАК СИСТЕМЕ

Система физического воспитания как совокупность взаимосвязанных элементов, ориентированных на обеспечении физического совершенствования и укрепления здоровья всех слоев населения, формирование здорового образа, стиля жизни. Связь физического воспитания с образованием и воспитанием.

Структура системы физического воспитания, ее составные части или подсистемы: цели, задачи (образовательные, воспитательные, оздоровительные); основы (идеологические, научные, методические, программные, нормативные, управленческие); принципы (гармоничного развития личности, связь с трудовой и военной практикой, оздоровительной направленности); направления (общая физическая подготовка, профессиональная физическая подготовка; спортивная подготовка, реабилитационно-лечебная физкультура); организационные формы, (дошкольные учреждения; учебные заведения; внешкольные учреждения; спортивные клубы и объединения на предприятиях, в учреждениях, по месту жительства; спортивные сооружения; структурные подразделения подготовки спортсменов высших разрядов и спортивных резервов; структуры на условиях оплаты); подготовка и повышение квалификации кадров профессиональное ориентирование в школе, отбор абитуриентов, подготовка в высших и средних физкультурных учебных заведениях; после окончания учебного заведения); материально-техническое обеспечение (закрытые и плоскостные сооружения, современное оснащение различных видов физкультурно-спортивных занятий, методические комплексы – программы, учебники, учебные пособия для обучающихся и обучаемых, научное оборудование, современные информационные технологии).

СПОРТ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ, ТЕНДЕНЦИИ ЕГО РАЗВИТИЯ

Спорт как исторически сложившаяся специфическая деятельность, спорт как специфическая форма физической культуры. Спорт в структуре современного общества, спортивные объединения в мировой социально-политической системе. Вид спорта, спортивная дисциплина, вид соревнований. Отличительные признаки – предметная основа соревновательной деятельности (бег, плавание, игры ит.п.). Разнообразие видов спорта в мире, в нашей стране. Классификации видов спорта (Матвеева Л.П., Платонова, Келлера).

Социальные функции спорта: специфические (эвристически-достиженческая, соревновательно-эталонная) и общие (воспитательная, оздоровительно-рекреационная, экономическая, эмоционально-зрелищная, социально интеграция, социализация личности, коммуникативная, подготовительная).

Основные направления в развитии спортивного движения. Спортивное движение. Общедоступный спорт (массовый). Критерии эффективности по факту регулярных занятий и участия в соревнованиях, личных достижений. Главная черта – доступность для всех желающих, отсутствие специального отбора.

Школьно-студенческий. Два направления: первое – подготовка спортивного резерва, связь со спортом высших достижений; второе – использование средств и методов из

спорта для эффективного решения задач физического воспитания подрастающего поколения, критерии эффективности – массовость охвата занимающихся; подготовка резерва высококвалифицированным спортсменам. Профессионально-прикладной, оздоровительно-рекреативный, кондиционный спорт, спорт инвалидов.

Спорт высших достижений. Установка на победу, рекорд, призовое место. Критерии эффективности – по итогам крупнейших соревнований. Наличие специального отбора лиц для занятий и участия в соревнованиях. Супердостиженческий спорт (любительский).

Профессиональный спорт. В основе его лежит стремление спортсмена победить, получить вознаграждение. Источники существования – самоокупаемость, прибыль, реклама и т.д. Характеристика спортсменов – профессионалов и профессиональных клубов. Профессионально-коммерческий спорт (достиженчески-коммерческий, зрелищно-коммерческий).

ХАРАКТЕРИСТИКА СИСТЕМЫ СПОРТВИНОЙ ПОДГОТОВКИ

Требования к спортсмену в современном спорте и необходимость Совершенствования подготовки спортсменов на основе системного подхода. Понятие «спортивная подготовка».

Спортивные достижения и тенденция их развития. Факторы влияющие на динамику спортивных достижений в спорте. Особенности определения спортивного результата.

Система соревнований – основа существования спорта. Цель, задачи и функции систем соревнований. Содержание и особенности соревновательной деятельности. Моделирование соревновательной деятельности. Моделирование соревновательной деятельности. Классификация соревнований. Календарный план соревнований. Структура общей и индивидуальной системы соревнований (перманентная, локальная, смешанная структура). Особенности индивидуальной системы соревнований в связи с профессионализацией спорта.

Система факторов, повышающих эффективность тренировочной и соревновательной деятельности (подготовка кадров, отбор спортсменов, научно-методическое и информационное обеспечение, медико-биологическое, материально-техническое обеспечение, финансирование, организационно-управленческие факторы, факторы внешней среды).

СИСТЕМА СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ

Спортивная тренировка – основная форма подготовки спортсмена. Задачи спортивной тренировки. Основные направления современного развития спортивной тренировки.

Средства спортивной тренировки. Избранные соревновательные упражнения (моноструктурные, полиструктурные, комплексные). Специально-подготовительные упражнения (имитационные, воссоздающие форму движений, упражнения из родственных видов спорта). Общеподготовительные упражнения – средства общей подготовки спортсмена. Упражнения с закономерностями положительного и отрицательного «переноса» различных физических качеств и двигательных навыков.

Метод спортивной тренировки – способ применения основных средств тренировки. Общепедагогические (словесные и наглядные), общепсихологические, практические. Строго регламентированные, частично регламентированные (игровой и соревновательный), комплексного воздействия (круговой). Методы обучения (целостно-конструктивный, расчленено-конструктивный, сопряженный), методы совершенствования двигательных качеств (непрерывные, интервально-интенсивные, интервально-экстенсивные, равномерный, восходящий, нисходящий, вариативный).

Принципы спортивной тренировки – важнейшие теоретико-методические положения. Общепедагогические принципы, социальные принципы. Направленность на максимально возможные достижения, углубленная специализация и индивидуализация. Единство общей и специальной подготовки. Непрерывность тренировочного процесса (ближний тренировочный эффект, следовой тренировочный эффект, кумулятивный тренировочный эффект). Единство постепенности и предельности в наращивании тренировочных нагрузок. Волнообразность тренировочных нагрузок (большие, средние и малые волны, эффект «запаздывающей трансформации»). Цикличность тренировочного процесса. Единство и взаимосвязь структуры соревновательной деятельности и структуры подготовленности спортсмена. Возрастная адекватность многолетней спортивной деятельности.

ВИДЫ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ

Спортивно-техническая подготовка. Техническая подготовка – степень освоения спортсменом системы движений. Результативность техники, эффективность, стабильность, вариативность, экономичность, минимальная тактическая информативность. Задачи и разделы технической подготовки спортсменов. Этапы технической подготовки. Особенности методики формирования двигательных навыков. Программированное обучение спортивной техники. Структура технической подготовки в макроцикле и в многолетнем процессе спортивной подготовки.

Спортивно-тактическая подготовка. Тактика, виды тактики (активная, пассивная, тактика спуртов, командная, групповая, индивидуальная, тактика нападения и тактика защиты). Особенности тактики и тактической подготовки в различных видах спорта. Факторы, влияющие на тактику соревновательной деятельности спортсменов. Структура тактической подготовки в макроцикле и в многолетнем процессе спортивной подготовки.

Физическая подготовка – основной вид подготовки спортсменов. Общая и специальная физическая подготовка. Структура физической подготовки в макроцикле и в многолетнем процессе спортивной подготовки.

Психическая подготовка спортсмена – процесс усиления его потенциальных психических возможностей. Мотивация соревновательной и тренировочной деятельности. Классификация средств и методов психической подготовки: по цели, по содержанию, по сфере воздействия, по адресу, по времени применения, по характеру применения. Виды спортивной тренировки, применяемые при психической подготовке.

ПОСТРОЕНИЕ ПРОЦЕССА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ.

Спортивная подготовка как многолетний процесс и ее структура. Стадии многолетнего процесса спортивной подготовки: базовой подготовки, максимальной реализации индивидуальных возможностей, спортивного долголетия. Этапы многолетнего процесса спортивной подготовки: предварительной подготовки, начальной специализации, углубленной специализации, спортивного совершенствования, высших достижений, сохранение спортивных достижений, поддержания тренированности. Основные направления построения подготовки юных спортсменов. Нормативные основы подготовки юных спортсменов. Построение тренировки в многолетних циклах на этапе высших достижений (олимпийский цикл).

Построение тренировки в больших циклах (макроциклах) подготовки. Построение тренировки в годичных циклах. Факторы, определяющие структуру годичного цикла. Типы макроцикла (одноцикловые, двухцикловые, трехцикловые, сдвоенные, строенные). Характеристика подготовительного периода (общеподготовительные и специально-подготовительные этапы). Характеристика соревновательного периода

(предсоревновательный этап, этап подготовки к главному старту). Характеристика переходного периода.

Построение тренировки в средних циклах (мезоциклах). Характеристика мезоциклов и факторы, влияющие на их структуру. Типы мезоциклов (втягивающие, базовые, контрольно-подготовительные, предсоревновательные, восстановительные, соревновательные). Особенности построения мезоцикла в тренировке женщин.

Построение тренировки в малых циклах (микроциклах). Характеристика микроциклов и факторы, влияющие на их структуру. Типы микроциклов (втягивающие, базовые, контрольно-подготовительные, подводящие, восстановительные, соревновательные). Динамика тренировочных нагрузок в микроциклах.

СПОРТИВНЫЙ ОТБОР И ОРИЕНТАЦИЯ В ПРОЦЕССЕ МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ

Понятие «спортивная ориентация». Выбор для каждого человека вида спорта, который соответствует его индивидуальным особенностям. Связь ориентации с детско-юношеским и массовым спортом.

Понятие «спортивный отбор». Выбор лиц, обладающих высоким уровнем способностей к определенному виду спорта. Место отбора в многолетней системе подготовки спортсменов. Связь со спортом высших достижений, массовым спортом.

Этапы отбора. Организация отбора на всех уровнях. Методика отбора на всех уровнях.

5. Учебно-методическое обеспечение дисциплины

а) основная литература:

1. Холодов Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для вузов по специальности «Физическая культура»/ Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов.-7-е изд., стер.-М.: Академия, 2009.- 480 с.

б) дополнительная литература:

1. Теория и методика физической культуры: учеб. для вузов по направлению 521900 «Физическая культура» и специальность 022300 – «Физическая культура и спорт»/ под ред. Ю.Ф.Курамшина.-М.:Советский спорт, 2010. – 464 с.
2. Максименко А.М. Теория и методика физической культуры/ А.М.Максименко. – 2-у изд, испр. И доп.- М.:Физическая культура, 2009. – 496 с.
3. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. – 3-у изд., Перераб. И доп. – М.: Физическая культура и спорт, СпортАкадемияпресс, 2008-544 с
4. Чермит К.Д. Теория и методика физической культуры: опорные схемы: учебное пособие для вузов по спец. 033100 – «Физическая культура»/ К. Д. Чермит.- М.: Советский спорт, 2005.-272с.

Федеральные законы и законодательные акты

1. Конвенция ООН о правах ребенка.
2. Конституция РФ
3. Концепция долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации до 2020 года (утверждена постановлением Правительства Российской Федерации от 17 ноября 2008 г. № 1662-р).
4. Национальная доктрина образования в РФ.
5. Семейный кодекс РФ.

6. Стратегия развития образования в Вологодской области до 2020 года (утверждена Постановлением Правительства области от 03 марта 2009 № 398).
7. Федеральная программа развития образования (2005-2010 гг.).
8. Федеральная целевая программа развития образования на 2011-2015 годы.
9. Федеральные законы о внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации по вопросам общего образования.
10. Федеральный закон «О высшем и послевузовском профессиональном образовании» от 22 августа 1996 г.
11. Федеральный закон «Об образовании» от 10 июня 1992 г.
12. Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ» от 24 июля 1998 г.
13. ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (29.12.2012)
14. ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних».
15. ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ».

Образовательные сайты

1. Департамент образования Вологодской области // <http://www.edu35.ru>
2. Законодательство об образовании / Консультант плюс // <http://www.consultant.ru>
3. Министерство образования и науки // <http://mon.gov.ru>
4. Президент России // <http://www.kremlin.ru>
5. Федеральный правовой портал «Юридическая Россия» // <http://www.law.edu.ru>
6. Федеральный центр образовательного законодательства // <http://www.lexed.ru>
7. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России // <http://standart.edu.ru/>
8. Примерные программы по учебным предметам // <http://standart.edu.ru/>
9. Фундаментальное ядро содержания общего образования // <http://standart.edu.ru/>
10. ФГОС среднего (полного) общего образования // <http://standart.edu.ru/>
11. <http://forum.yarcom.ru>
12. <http://www.fizkult-ura.ru>
- <http://www.znaikak.ru>

6. Организация и проведение Государственного экзамена

Государственный экзамен проводится в день, определенный расписанием ИГА с 9 часов утра.

Государственный экзамен проводится в форме итогового экзамена по билетам, утвержденным методической комиссией факультета физической культуры. Каждый билет включает в себя два вопроса по теории и методике физического воспитания и спорта.

7. Оценочные средства итоговой аттестации

7.1 Требования к ответу на государственном экзамене

Ориентируясь на программу, по каждой теме необходимо выделить:

- базовые понятия;
- сущность и структуру физкультурных процессов и явлений;
- генезис, историю становления и развития понятий;
- основные положения теорий, концепций;
- различные точки зрения на проблемы физической культуры и спорта с их аргументацией;
- классификации объектов с указанием их оснований;
- характеристики явлений;

- необходимые факты для иллюстрации теоретических положений;
- условия применения теоретических моделей в реальной педагогической практике;
- свою позицию, личное отношение, оценку излагаемых фактов, теорий, технологий и т.п.

В ответе на вопрос экзаменационного билета следует изложить основное содержание темы, кратко раскрывая всё выше обозначенное, и подробнее остановиться на одном-двух аспектах темы, проблемы, одной-двух теориях, технологиях и т.п. необходимо активно использовать в ответе современные данные науки и практики.

При ответе высоко оценивается аргументированное изложение собственных взглядов, синтезировавших в себе теоретические знания и практический опыт.

7.2 Критерии оценивания

Ответ по экзаменационному билету оценивается по четырехбалльной системе: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

Оценка *«отлично»* выставляется, если студент:

- дает полный правильный ответ на вопросы билета;
- знает суть основных понятий в области физической культуры и спорта и свободно оперирует ими;
- убедительно раскрывает сущность педагогических проблем;
- показывает причинно-следственные связи явлений в области физической культуры и спорта и проблем, широко используя фактологический материал и убедительные обоснования;
- активно использует многочисленный арсенал мыслительных операций, дает свои оценочные суждения, умело строит умозаключения, четко их аргументируя;
- свободно ориентируется в литературе;
- основательно продумал план ответа и выстроил его логично, четко, структурировано, системно, используя схемы, таблицы.

Оценка *«хорошо»* выставляется, если студент:

- дает достаточно полный ответ на вопросы билета;
- активно использует специальную терминологию, но иногда испытывает затруднения при объяснении некоторых понятий;
- сущность проблем раскрывает, но допускает несущественные ошибки, видит причинно-следственные связи освещаемых в ответе проблем и явлений, но объясняет их несколько поверхностно, испытывает некоторые затруднения при ответе на дополнительные вопросы, что свидетельствует о недостаточной глубине усвоения материала;
- при наличии неплохих фактологических знаний проявляет способность размышлять, рассуждать, но суждения и умозаключения не всегда достаточно аргументированы;
- ориентируясь в специальной литературе, испытывает незначительные затруднения;
- дает выстроенную систему ответа, но допускает некоторые логические нарушения.

Оценка *«удовлетворительно»* выставляется, если студент:

- излагает теоретический материал недостаточно полно;
- к специальной терминологии обращается редко, хотя при вопросе экзаменатора может дать разъяснение отдельных терминов, даже не употребленных в самостоятельном ответе;

- дает поверхностное раскрытие сущности теоретических и методических проблем в области физической культуры и спорта, допускает существенные ошибки, может назвать причинно-следственные связи педагогических проблем, явлений, но только с помощью наводящих вопросов экзаменатора;

- испытывает затруднения в мыслительном процессе, только при наводящих вопросах экзаменатора начинает прибегать к различным мыслительным операциям и усиливает аргументацию своих суждений и умозаключений;

- слабо ориентируется в литературе по теории и методике физической культуры;

- проявляет попытку выстроить систему своего ответа, но испытывает большие затруднения в ее реализации.

Оценка «*неудовлетворительно*» выставляется, если студент:

- теоретический материал излагает очень кратко, скупо;

- почти не использует специальную терминологию и испытывает затруднения при раскрытии основных понятий;

- обнаруживает незнание или непонимание большей или наиболее существенной части содержания теоретического материала;

- не может показать причинно-следственные связи явлений и проблем в области физической культуры и спорта, допускает серьезные ошибки, которые затрудняется исправить даже с помощью наводящих вопросов экзаменатора;

- скупо использует многообразие мыслительных операций, дает простой пересказ отдельных фактов, не высказывая своих оценочных суждений и умозаключений;

- не ориентируется в профессиональной литературе;

- не обращается к современной теории и практике образования;

- не продумал план ответа и вместо логичного изложения дает набор отдельных фраз, зачастую не связанных между собою, а порою даже противоречащих по смыслу.

7.3 Перечень вопросов Государственного экзамена по теории и методике физической культуре и спорта

1. Теория и методика физического воспитания как научная дисциплина.

Связь ее с другими дисциплинами. Основные понятия.

2. Принципы физической культуры.

3. Функции физической культуры.

4. Цель и задачи физического воспитания в стране.

5. Средства формирования физической культуры личности.

6. Физические упражнения. Понятия, факторы, определяющие их воздействие, классификации.

7. Техника физических упражнений. Понятия, виды, части, фазы, характеристики.

8. Принципы обучения. Особенности их реализации в процессе физического воспитания.

9. Сила и методика ее развития.

10. Быстрота и методика ее развития.

11. Выносливость и методика ее развития.

12. Двигательно-координационные способности.

13. Гибкость и методика ее развития.

14. Структура обучения двигательным действиям. Этапы, их цели, задачи, методы

15. Двигательные умения. Характерные признаки, педагогическое значение.

16. Двигательный навык. Характерные признаки, педагогическое значение.

17. Умение высшего порядка. Характерные признаки, педагогическое значение.

18. Неспецифические методы обучения в физическом воспитании.

Классификация

и особенности их использования на уроке физической культуры.

19. Специфические методы обучения в физическом воспитании.

Классификация и

особенности их использования.

20. Разновидности средств физического воспитания как цельная система воздействия на занимающегося.

21. Физическое воспитание учащихся с ослабленным здоровьем.

22. Планирование учебной работы по физическому воспитанию в школе.

23. Физическое воспитание в семье.

24. Урок как основная форма организации обучения. Типы уроков физической культуры в школе. Основные требования к уроку в школе.

25. Особенности развития младших школьников, их учет в процессе физического

воспитания.

26. Особенности развития школьников среднего возраста и их учет в процессе физического воспитания.

27. Особенности развития старших школьников и их учет в процессе физического

воспитания.

28. Планирование учебной работы. Сущность и значение, формы, этапы, требования к составлению планов.

29. Физическое воспитание дошкольников.

30. Формы организации занятий физической культурой в школе.

31. Наблюдения и анализ урока физической культуры в школе.

32. Учет успеваемости на уроках физической культуры в школе.

33. Физическое воспитание в вузах.

34. Физическое воспитание взрослого населения.

35. Спортивная ориентация и отбор в спорте. Этапы отбора.

36. Построение тренировочно-соревновательного процесса в годичном цикле.

37. Принципы спортивной тренировки. Их реализация в процессе спортивной деятельности.

38. Спортивно-техническая подготовка спортсменов.

39. Спортивно-тактическая подготовка спортсменов.

40. Психологическая подготовка спортсменов.

41. Физическая подготовка.

42. Система спортивной подготовки.

43. Классификации видов спорта.

44. Основные направления в развитии спортивного движения.

45. Средства и методы спортивной тренировки.

46. Спортивная подготовка как многолетний процесс и ее структура.

47. Построение тренировки в малых циклах.

48. Построение тренировки в средних циклах.

49. Социальные функции спорта.

50. Классификация физических упражнений.