

«УТВЕРЖДАЮ»
Зав. кафедрой «ГиМФВиС»
к.п.н., доцент Ковалева Р.Е.
на 2017-2018 учебный год.

**Вопросы к экзамену
по дисциплине «Теория и методика физической культуры»
4 СЕМЕСТР 2 курс (бакалавры)**

1. Теория и методика физической культуры как научная и учебная дисциплина: предмет изучения, объект, субъект, ведущий метод исследования, понятия.
2. Методы использования слова и их характеристика.
3. Характеристика понятий «физическое воспитание, физическое образование», их сходство и различие.
4. Методы наглядного восприятия и их характеристика.
5. Структура процесса обучения, характеристика и особенности этапов, различные подходы.
6. Характеристика понятий, «физическое развитие» и «физическое состояние», их сходство и различие.
7. Соотношение понятий «физическая культура» и «спорт».
8. Методы идеомоторного и психорегулирующего упражнения.
9. Общая характеристика отечественной системы физической культуры. (Цель, задачи, направления, условия функционирования).
10. Методы строго - регламентированного упражнения, их характеристика.
11. Основные специфические функции и формы современной физической культуры.
12. Характеристика игрового и соревновательного методов.
13. Характеристика средств физической культуры.
14. Методы исследования в теории методике физической культуры и спорта.
15. Физическое упражнение как основное средство. Понятия «двигательная деятельность, двигательное действие, движение, физическое упражнение». Происхождение физических упражнений.
16. Этап начального разучивания: задачи, методы, анализ и оценка.
17. Физическое упражнение как средство управления физическим развитием: «нагрузка», «отдых».
18. Этап углубленного разучивания действия: задачи, методы, анализ и оценка.
19. Уровни усвоения и качества знаний. Основные требования к методике формирования знаний.
20. Классификация нагрузок: количественно – качественные критерии нагрузок.
21. Знания как компонент физкультурного образования: источники знаний, использование знаний в обучении двигательным действиям, система знаний.
22. Принцип всестороннего развития личности: характеристика и пути реализации.
23. Методы обучения в физическом воспитании: понятия, классификация, общие требования к подбору методов.
24. Этап результирующей отработки действия: задачи, методы, анализ и оценка.
25. Умения и навыки как разные степени владения двигательным действиям, как функция сознания.
26. Принципы оздоровительной направленности, его реализация в физическом воспитании.
27. Закономерности формирования двигательных умений и навыков.
28. Характеристика принципов сознательности и активности, их реализация в физическом воспитании.

29. Виды нагрузок: минимальные, максимальные, оптимальные, суммарные.
30. Характеристика принципов доступности и индивидуализации.
31. Взаимосвязь физического воспитания с другими видами воспитания.
32. Характеристика принципа систематичности, его реализация в физическом воспитании.
33. Характеристика этапов обучения в физическом воспитании.
34. Характеристика принципа наглядности.
35. Двигательные качества: исходные понятия, общая характеристика и закономерности развития.
36. Характеристика принципа непрерывности процесса ФВ и систематичности чередования в нем нагрузки и отдыха.
37. Двигательные ошибки при обучении: классификация, причины появления, меры предупреждения, правила и способы исправления.
38. Характеристика принципа постепенного наращивания развивающе-тренировочных воздействий и адаптированного сбалансирования их динамики.
39. Двигательное качество сила: определение понятия, виды силовых способностей, способы измерений, особенности применяемых средств, методические основы развития.
40. Характеристика принципа циклического построения системы занятий.
41. Двигательное качество выносливость: определение понятия, виды, способы измерений, особенности применяемых средств и методические основы развития.
42. Характеристика принципа возрастной адекватности направлений физического воспитания.
43. Двигательное качество быстрота: определение понятия, виды скоростных способностей, способы измерения, особенности применяемых средств, возрастные и методологические основы развития.
44. Классификация физических упражнений.
45. Двигательное качество ловкость: определение понятия, формы проявления, способы измерения, особенности применяемых средств, возрастные и методические основы развития.
46. Эффекты воздействия физических упражнений на организм (срочный, отставленный, кумулятивный).
47. Двигательное качество гибкость: определение понятия, виды гибкости, способы измерения, особенности применяемых средств, возрастные и методические основы развития.
48. Факторы, определяющие воздействие физических упражнений.
49. Двигательная активность, значение ее в жизнедеятельности человека.
50. Характеристика приемов регулирования нагрузки. Дифференцированный подход.
51. Формы построения занятий физическими упражнениями: Классификация форм занятий Ф.У.
52. Урок, основная форма ФК. Цель, задачи, виды и структура урока ФК.
53. Неурочные формы ФК.
54. Планирование, контроль и учет в процессе занятий физическими упражнениями. Планирование как процесс, виды, методика планирования.
55. Виды педагогического контроля и учета в процессе занятий Ф.У. Самоконтроль. Дневник самоконтроля.
56. Особенности ФК в Дошкольном возрасте. ФК в системе воспитания детей дошкольного возраста
57. Формы занятий ФК в дошкольных учреждениях.
58. Возрастные особенности дошкольников.
59. Построение содержания физкультурных занятий.

60. Планирование физкультурной работы у дошкольников.
61. ФК в системе воспитания детей школьного возраста.
62. Значение ФК в школьном возрасте.
63. Возрастные особенности школьников.
64. Формы занятий ф.у. школьников.
65. Возрастные особенности развития физических способностей школьников.
66. Система планирования педагогического процесса по ФК в школе. Проверка и оценивание успеваемости на уроках ФК
67. ФК в средних специальных и высших учебных заведениях: Особенности ФК студентов. Программно-нормативное обеспечение физкультурного образования студентов.
68. ФК в средних специальных и высших учебных заведениях: Деятельность преподавателя в ВУЗе. Деятельность кафедры ФВ и спортивного клуба ВУЗа. ФК в быту студентов.
69. Особенности ФК взрослых: неспециальное физкультурное образование взрослых, спорт и двигательная реабилитация населения; физическая рекреация населения.
70. Физическая культура как вид культуры. Определение понятия культура. Структура физической культуры. Функции физической культуры.
71. Система физической культуры Понятие о системе ФК. Общие принципы системы
72. Средства формирования физической культуры личности.
73. Принципы построения занятия физическими упражнениями
74. Техника физических упражнений. Структура техники физических упражнений.
75. Особенности организации и проведения внеклассной работы в школе.

Основная рекомендуемая литература

1. Боген, М.М. Физическое воспитание и спортивная тренировка: обучение двигательным действиям. Теория и методика / М.М. Боген; Предисл. П.Я. Гальперин. – М.: КД Либроком, 2013. – 226 с
2. Железняк Ю.Д., Минбулатов В.М. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура»: Учебное пособие. – М.: Академия, 2004. – 272 с. – [Электронный ресурс] – режим доступа: http://ksderbenceva.ucoz.ru/dokumenty/teoriya_i_metodika_obuchenija_predmetu_zizicheskaj.pdf
3. Журнал «Теория и практика физической культуры», 1999-2005 г.
4. Кузнецов В.С. Теория и методика физической культуры: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / В. С. Кузнецов. – М. : Издательский центр «Академия», 2012. – 416 с. – (Сер. Бакалавриат). ISBN 978-5-7695-8434-3 – [Электронный ресурс] – режим доступа: http://www.academia-moscow.ru/ftp_share/books/fragments/fragment_16113.pdf
5. Лукьяненко В.П. Физическая культура: основы знаний: Учебное пособие. – Ставрополь: Изд-во СГУ, 2001. – 224 с.
6. Матвеев Л.П. Введение в общую теорию физической культуры / Теория и методика физической культуры. – М., 2002. – Ч. 1.
7. Максименко А.М. Теория и методика физической культуры: Учебник. – М., 2009. – 544 с.
8. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. Учеб. пособие для студ. высш. учеб.заведений. -2-е изд.,исир.идоп. – М.: Издательский центр «Академия», 2003. – 480 с. ISBN 5-7695- 0853-1

Дополнительная рекомендуемая литература

1. Бальсевич В.К. Онтокинезиология человека. – М.: Теория и практика физической культуры, 2000. – Гл. IV-V
2. Гужаловский А.А. Развитие двигательных качеств у школьников. – Минск: Народная газета, 1978.
3. 1. Зациорский В.М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания. – М.: ФиС, 1966. – 200 с. – [Электронный ресурс] – режим доступа: http://www.studmed.ru/zaciorskiy-vm-fizicheskie-kachestva-sportsmena_4735581a262.html#
4. Кенеман А.В., Хухлаева Д.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста: Учеб. для студентов пед.ин-тов.-3-е изд. испр. и доп. – М.: Просвещение, 1985: – 271 с.
5. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: Учеб. пособие для студ. высш. пед. уч. заведений: – М.: Академия, 2001. – 368 с.