

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

**Ынтребэриле де экзаминаре
а курсулуй «Теория ши методика културый физиче»
СИМЕСТРУЛ – 4**

1. Теория ши методика културый физиче ка дисциplinэ штиинцификэ ши едукационалэ.
2. Метода де фолосире а кувынтулуй ши карактеристика.
3. Карактеристика ноциуниlor «едукация физикэ, «инструиря физикэ» асемэнэриле ши диференца лор.
4. Метода де перчепцие визуалэ ши карактеристика лор.
5. Структура прочесулуй де ынвэцаре, карактеристика ши етапеле спечияле, атырнэрь диферите.
6. Карактеристика ноциуниlor «дезволтаря физикэ», «старя физикэ» асемэнэриле ши диференца лор.
7. Рапортул динтре «култура физикэ» ши «спорт».
8. Метода де екзерчиций идеомоториче ши психорегларе.
9. Карактеристика женералэ а системелор интерне де културэ физикэ. (Скопул, сарчиниле, дирекциле, кондициле де функционаре).
10. Методеле де екзерчиций стрикт регламентат ши карактеристика лор.
11. Принчипале карактеристичь спечифиче ши форме де едукации физикэ модернэ.
12. Карактеризаря методей де жок ши компетиционалэ.
13. Карактеристика мижлоачелор културый физиче.
14. Черчетаря методелор дин теория методикэ а културый физиче ши спорт.
15. Екзерчициул физик ка ун мижлок. Ноциуня «активитатя физикэ, акциуне де мишкаре, мишкаре, екзерчициул физик». Орижиня екзерчициилор физиче.
16. Фаза инициалэ де ынвэцаре: сарчина, методе, анализа ши евалуаря.
17. Екзерчициул физик ка ун мижлок де а контрола дезволтаря физикэ: «ынкэркаря», «одихна».
18. Этапа ынвэцэрий апрофундате але акциуниlor: сарчина, методе, анализа ши евалуаря.
19. Калитатя де куноштинце. Черинцеле де базэ ла методеле де формаре а куноштинцелор.
20. Класификаря ынкэркэтуриlor: кантитативэ-калитативэ дупэ критерий ынкэркэрий.
21. Куноштинце ын прочесул де ынвэцаре а акциуниlor де мишкаре але сале, куноштинце де систем.
22. Принчипий де дезволтаре мултилатералэ а персоналитэций: карактеристика ши каля де реализаре.
23. Метода де предаре ын едукация физикэ: кончептул, класификаря, черинце, женерале де селекцие кэтре реалежеря методелор.
24. Акциуниле де прелукраре: сарчина, методе, анализа ши евалуаря.

25. Деприндериле ши причепериле ку диферит граде де акциунь ауто, ын функцие де конштиинцэ.
26. Принципий ку ындрептаре асанативэ, реализаря лор ын едукация физикэ.
27. Регуларитатя де формаре а деприндерилор ши причеперилор мотриче.
28. Карактеристика принчипилор конштиенць ши активь, реализаря лор ын едукация физикэ.
29. Типурь де ынкэркэрь: миниме, максиме, оптимэ тоталэ.
30. Карактеристика принчипилор, диспонибилъ (доступности) ши персонализаре (индивидуализации).
31. Релация динтре едукация физикэ ку алте типурь де едукацие.
32. Карактеристика принчипиулуй систематик, реализаря луй ын едукация физикэ.
33. Карактеристика етапелор де ынвэцаре ын едукация физикэ.
34. Карактеристика принчипиулуй визуал.
35. Капачитэциле де ауто - мишкаре: кончептул орижинал, карактеристика женералэ ши лежитэциле де дезволтаре.
36. Карактеристика принчипиулуй континуитэций а прочесулуй де едукацие физикэ ши систематизаря ку орындуиря ынкэркэрий ши одихней.
37. Грешала де мишкаре ын тимпул ынвэцэрий: класификаря, кауза, мэсуриле де превенире, регулиле ши модалитэциле де апэраре.
38. Карактеристика принчипиулуй де акумуларе трептатэ а формей де дезволтаре, балансаря ши адаптаря динамикэ.
39. Калитатя де путере: ноциуня, типуриле калитэций де путере, методеле де мэсураре, спечифик мижлоачелор де ынтребуенцаре ши базеле методиче де дезволтаре.
40. Карактеристика системулуй чиклик.
41. Калитатя де мишкаре резистенца: ноциуня, типуриле, методеле де мэсураре, ын спечиал апликынд мижлоачеле ши базеле методиче де дезволтаре.
42. Карактеристика принчипилор але ырстей адеквате ындрептате спре едуация физикэ.
43. Калитатя де мишкаре витеза: ноциуня, типуриле капачитэций де визезэ, методе де мэсураре, ын спечиал утилизаря де витезэ ши методоложиче базелор але дезволтэрий.
44. Класификаря екзерчицилор физиче.
45. Калитатя де мишкаре а ажилитэций: ноциуня, формеле де манифестаре, методеле де мэсураре, карактеристика де ынтребуенцаре а мижлоачелор, ырста ши базеле методиче де дезволтаре.
46. Екфектеле екзерчицилор пе корп (урженге, респинс, кумулатив).
47. Калитатя де мишкаре флексибилитатя: ноциуня, типуриле флесибилитэций, мижлоачиле де мэсураре, трэсэтура спечификэ де ынтребуенцаре а методелор, ырста ши базеле методиче де дезволтаре.
48. Факторий, каре детерминэ инфлуенца екзерчицилор физиче.
49. Активитатя физикэ, валоаря де вяцэ уманэ.
50. Карактеристика адмитерий де регуларе а ынкэркэрилор. Атырнаре диференциятэ.

ЛИТЕРАТУРА ДЕ БАЗЭ

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/teorija_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

ЛИТЕРАТУРА РЕКОМАНДАТЭ СУПЛЕМЕНТАРЭ

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. Зацюрский 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.

РЕСУРСЕ ДИН ИНТЕРНЕТ

1. http://www.twirpx.com/files/physical_training/sports/
2. <http://lib.sportedu.ru/Press/fkvot/>
3. <http://lib.sportedu.ru/Press/ТРФК/>
4. http://www.phido.ru/ViewHelpItem.aspx?HelpItem_ID=953
5. <http://www.fizkult-ura.ru/node/850>
6. <http://www.studzona.com/referats/view/36299>