

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма»
(ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСиТ»)

ПРИНЯТО
Решением Ученого совета
ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСиТ»
Протокол № 6
от «15» 01 2026 г.



УТВЕРЖДАЮ
Ректор ФГБОУ ВО
«Поволжский ГУФКСиТ»
Р.Т. Бурганов
«15» 01 2026 г.

Программа вступительного испытания
по специальной дисциплине 5.8.4. Физическая культура и
профессиональная физическая подготовка
(подготовка научных и научно-педагогических кадров в аспирантуре)

Казань, 2026

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Общие основы теории и методики физической культуры

Тема 1. Физическая культура как предмет научного познания

Методология исследований в области физической культуры и уровни ее реализации: философский, общенаучный, конкретно-научный и технологический уровень.

Объект, предмет и задачи научного исследования в области физической культуры.

Классификация научных исследований: теоретические, экспериментальные, фундаментальные и прикладные (поисково-прикладные, научно-исследовательская работа, опытно-педагогические разработки). Методы исследования в области физической культуры (общенаучные, теоретические, эмпирические), требования к их выбору.

Характеристика отдельных исследовательских подходов, применяемые в теории физической культуры: системного, эволюционного, синергетического, деятельностного и др.

Структура и логика научного исследования в области физической культуры.

Тема 2. Общая характеристика физической культуры как социальной системы

Физическая культура как вид культуры личности и общества. Социальная сущность физической культуры, механизмы ее возникновения и развития. Значение, взаимосвязи, потребности и деятельность во всестороннем развитии человека. Потребности личности и общества в культуре физической и социальные виды деятельности, удовлетворяющие эту потребность. Естественные и социальные потребности в движениях и двигательной деятельности и их роль во всестороннем физическом развитии людей различного возраста.

Социальные процессы и проблемы в сфере физической культуры. Физическая культура как социальная система, ее ведущая роль в рационализации физкультурной практики. Основы и определяющие черты отечественной системы физической культуры.

Концептуальные основы системы физической культуры.

Социальные процессы и проблемы в сфере физической культуры.

Системообразующий фактор, факторы и условия, определяющие построение и функционирование системы физической культуры в обществе.

Физкультурная деятельность как способ бытия человека и фактор его духовного и физического развития. Формирование физической культуры личности как основная цель функционирования системы физической культуры, ее обусловленность общественными потребностями и уровнем индивидуального культурного развития человека. Современные взгляды о понятии «физическая культура личности». Структурные модели физической культуры личности. Специфические особенности педагогического процесса при формировании физической культуры личности, его структурные компоненты. Основные подходы и концепции к формированию физической культуры личности. Соотношение физической и спортивной культур в современном обществе.

Задачи функционирования системы физической культуры. Характеристика задач, связанных с физкультурным образованием человека, с управлением его физическим развитием и направленным формированием личностных свойств и качеств в процессе занятий физическими упражнениями. Общие принципы формирования физической культуры личности: непрерывности развития; целостного развития; деятельностного подхода; вариативности и многообразия; оптимизации.

Структура физической культуры и методология ее определения. Виды и разновидности физической культуры, их соотношение друг с другом и связь с основными сферами жизнедеятельности человека.

Социальные функции физической культуры, их виды. Основные социальные факторы и условия развития физической культуры.

Основы теории адаптации и закономерности ее использования в физическом воспитании.

Научно-теоретические аспекты развития программно-нормативных основ отечественной системы физического воспитания.

Тема 3. Средства и методы формирования физической культуры личности

Содержание физического упражнения как совокупность составляющих действий, регуляторных и других процессов, определяющих его воздействие на занимающегося. Форма физического упражнения как способ его выполнения, характеризующейся внешней и внутренней структурой. Диалектика формы и содержания физического упражнения. Эффект физических упражнений (ближайший, отставленный, кумулятивный).

Зависимость эффекта физических упражнений от состояния занимающихся и различных условий их применения. Техника физических

упражнений. Понятия “техника физических упражнений” и “спортивная техника”. Эталон и стандарт техники движений.

Типовая и персональная индивидуализация техники. Стиль и манера техники исполнения физических упражнений. Классификация техники, её общая характеристика. Системно-структурный подход при анализе техники двигательных действий. Основа техники движений, её главное звено и детали. Кинематические, динамические и ритмические характеристики техники двигательных действий. Обобщенные (качественные) характеристики двигательных действий.

Соблюдение гигиенических норм и требований к рациональному режиму жизни и условиям занятий как факторы повышения работоспособности и оптимизации восстановительных процессов.

Состав методов физических упражнений, их систематика и ведущая роль при формировании двигательных умений, двигательных навыков и повышении функциональных возможностей организма занимающихся.

Характеристика методов словесного, наглядного воздействия. Особенности использования методов идеомоторного и психорегулирующего упражнения.

Методы целостного и расчлененного упражнения, их назначение, разновидности и особенности применения.

Структурные основы методов физических упражнений (нагрузка и отдых как составляющие компоненты методов упражнения; способы регламентации двигательной деятельности и подходы к освоению движений).

Методы равномерного, переменного, повторного и интервального упражнения, их назначение и разновидности. Игровой и соревновательный методы, их специфические черты. Круговая тренировка как организационно-методическая форма занятий.

Методы организации учебно-воспитательной деятельности занимающихся физическими упражнениями.

Общие требования к выбору и применению методов: научная обоснованность; соответствие принципам и поставленным задачам обучения, воспитания и развития, специфике учебного материала, индивидуальным особенностям занимающихся, возможностям педагога, условиям занятий.

Тема 4. Обучение двигательным действиям

Двигательное (психомоторное) развитие человека в онтогенезе (сенситивные периоды, лабильные и инволюционные периоды угасания двигательной функции).

Двигательные действия как предмет обучения в процессе занятий физическими упражнениями.

Основные положения теории построения движений Н.А.Бернштейна и А.А. Ухтомского.

Формирование знаний, двигательных умений и навыков как процесс и результат обучения. Закономерности формирования двигательных умений и навыков как естественная основа построения процесса обучения двигательным действиям. Отличительные черты двигательных умений и навыков. Взаимодействие двигательных навыков, их типы.

Двигательные ошибки, их классификация, причины возникновения, способы предупреждения и исправления.

Структура процесса обучения двигательным действиям и логики его этапов.

Проблема создания предпосылок готовности к обучению двигательным действиям.

Тема 5. Развитие физических способностей

Общая характеристика физических способностей как вида способностей человека. Понятие о физических качествах, их виды. Взаимосвязь физических качеств и способностей. Общие закономерности развития физических качеств.

Развитие силовых способностей. Понятие о силовых способностях. Формы проявления силовых способностей. Факторы, определяющие уровень развития и проявления силовых способностей. Критерии и способы оценки силовых способностей.

Общие задачи по развитию силовых способностей и особенности их конкретизации в зависимости от возраста, пола, ведущего направления физического воспитания в различные периоды жизни и от других обстоятельств. Возрастные периоды, наиболее благоприятные для развития собственно силовых способностей.

Средства развития силовых способностей: типичные признаки упражнений, являющихся основными средствами развития силы; обобщенная характеристика их состава на различных этапах занятий физическими упражнениями. Дополнительные средства воздействия на развитие силы (общее представление об электростимуляционных, диетологических и других факторах).

Методы развития силовых способностей. Правила нормирования нагрузки и отдыха при использовании силовых упражнений в рамках отдельного занятия и серии занятий.

Развитие скоростных способностей. Понятие о скоростных способностях. Формы их проявления. Факторы, определяющие уровень развития и проявления скоростных способностей. Критерии и способы оценки различных скоростных способностей.

Задачи, типичные средства, отличительные черты методики развития быстроты простой и сложной двигательных реакций. Методика развития быстроты одиночного движения и частоты движений. Задачи, средства и методы развития скорости движений. Причины стабилизации скорости движений, пути его предупреждения и преодоления, особенности силовой и технической подготовки в связи с развитием быстроты движений. Развитие скоростно-силовых способностей. Отличительные черты скоростно-силовых способностей. Формы их проявления. Оценка скоростно-силовых способностей в физкультурной практике. Типичные особенности скоростно-силовых упражнений (“взрывные усилия” в динамическом и статическом режимах работы мышц, движения “ударного” характера и др.). Основные требования к упражнениям и условиям их выполнения. Методические подходы и методические приемы при развитии скоростно-силовых способностей. Правила регламентации и нормирования нагрузок в отдельном занятии и системе занятий, направленных на увеличение степени развития скоростно-силовых способностей и на поддержание достигнутого уровня их развития.

Развитие выносливости. Обобщенное понятие о выносливости как комплексе функциональных возможностей, определяющих способность человека противостоять утомлению в процессе двигательной деятельности. Главные факторы выносливости, их структура. Многообразие форм проявления и основные типы выносливости. Перенос выносливости. Факторы, определяющие уровень развития и проявления выносливости. Абсолютные и относительные показатели выносливости. Критерии и способы оценки выносливости. Задачи и состав средств развития выносливости. Возрастные периоды, наиболее благоприятные для развития выносливости.

Методические подходы и приемы, основанные на преимущественно избирательном и целостном воздействии на факторы, определяющие выносливость. Пути направленного воздействия на аэробные, анаэробные, силовые и другие “компоненты” выносливости. Особенности развития выносливости в аспекте общей и специальной подготовки.

Отличительные черты подбора и применения средств развития выносливости в процессе общей и прикладной физической подготовки. Проблема развития выносливости, адекватной особенностям различных

видов деятельности. Взаимосвязь развития выносливости с другими физическими качествами.

Развитие координационных способностей. Понятие о координационных способностях как комплексных психомоторных способностях человека и его связь с понятием “ловкость”. Многообразие форм проявления координационных способностей. Факторы, определяющие уровень развития и проявления координационных способностей. Критерии оценки координационных способностей. Общие задачи по развитию координационных способностей и их особенности в зависимости от возраста, пола и других условий. Возрастные периоды, наиболее благоприятные для развития координационных способностей. Типичные признаки упражнений, являющихся основными средствами развития координационных способностей; обобщенная характеристика их состава.

Регулярное расширение и обновление фонда двигательных умений и навыков как главная линия в развитии координационных способностей на первых стадиях занятий физическими упражнениями. Основные методические подходы, методы и приемы, используемые в процессе развития данных способностей.

Особенности режима занятий, нормирования нагрузки и отдыха при необходимости обеспечить ускоренное развитие или сохранение достигнутой степени развития координационных способностей.

Причины и формы излишней мышечной напряженности при выполнении физических упражнений. Упражнения на расслабление. Другие средства, методы и приемы преодоления нерациональной мышечной напряженности. Причины нарушения равновесия при выполнении физических упражнений. Упражнения на равновесие. Другие средства, методы и методические приемы повышения позо-статической и динамической устойчивости. Задачи, средства, методы и методические приемы совершенствования “чувства пространства”, “чувства времени”, пространственной и временной точности, ритма движений в процессе занятий физическими упражнениями.

Развитие гибкости. Обобщенное понятие о гибкости как об особом физическом качестве человека. Виды гибкости и факторы, определяющие уровень развития и проявления гибкости. Особенности развития гибкости в онтогенезе. Критерии и способы оценки гибкости. Возрастные этапы, наиболее благоприятные для направленного воздействия на развитие гибкости.

Задачи и средства развития гибкости. Типичные черты упражнений на растягивание, краткая характеристика их состава. Другие средства, используемые для направленного воздействия на развитие гибкости.

Основные правила использования упражнений на растягивание в рамках отдельного занятия и серии занятий; правила нормирования связанных с ними нагрузок при необходимости увеличения показателей гибкости и в случае сохранения достигнутой степени её развития.

Тема 6. Планирование, контроль и учет занятий физическими упражнениями

Планирование. Понятие о планировании. Специфические объекты планирования в физической культуре (конкретные выражения цели, задач в нормативах и тестах физической подготовленности, состав, порядок и способы использования основных средств, динамика физических нагрузок и т.д.). Виды планирования - перспективное, этапное (по этапам, четвертям, семестрам и т.п.) и оперативное.

Характеристика принципов планирования как отправных положений и объективной основы для обоснования и принятия решения: взаимосвязь различных форм организации занятий физическими упражнениями; систематичность процесса обучения; учет условий, в которых осуществляется процесс занятий физическими упражнениями (уровень подготовленности занимающихся, состояние здоровья, пол, возраст, материально-техническое обеспечение, климатогеографическое расположение и т.п.).

Технология планирования: основные операции и их последовательность. Текстовые, графические, математические и другие формы планирования.

Перспективный план, общая программа. Конкретизация официальных учебных планов и общей программы применительно к реальным условиям и особенностям контингента. Особенности разработки перспективного плана при отсутствии регламентирующих документов планирования. Основные показатели, подлежащие перспективному планированию, общие правила расчета показателей. Типовые и модифицированные формы перспективных планов. График годового (крупно циклового) плана. Основные правила распределения материала занятий, расчета параметров и динамики нагрузок, определения сроков выполнения контрольных задач. Формы годовых (крупно цикловых) графиков. Поэтапное планирование. Основные правила расчета количественных показателей этапных планов (четверть, период,

семестр и т.п.), распределения материала занятий, параметров и динамики нагрузки, контрольных сроков. Формы этапных планов.

Оперативное планирование. Целесообразная степень детализации показателей этапного плана на неделю (микроцикл) и отдельное занятие. Общие правила разработки недельного плана и плана-конспекта занятия; их формы. Непрерывная оперативная корректировка планов на основе результатов контроля.

Контроль. Понятие контроля в процессе занятий физическими упражнениями. Объекты педагогического контроля: исходные данные, необходимые для планирования и рационального построения занятий; данные о характере, объеме и интенсивности воздействий, осуществляемых в процессе занятий физическими упражнениями; данные о ближайших, отставленных и кумулятивных эффектах занятий.

Текущий (оперативный) контроль. Основные показатели текущего контроля на протяжении занятия и при определении готовности к очередному занятию. Критерии, методы и приемы их регистрации и анализа. Текущая оценка успеваемости. Инструментально-аппаратурные средства текущего контроля.

Этапный контроль. Основные показатели этапного контроля, методы их регистрации и учета. Оптимальная периодичность этапного контроля; основные условия, влияющие на содержание этапного контроля и его периодичность.

Самоконтроль. Основные показатели самоконтроля, методика их регистрации и анализа. Единство педагогического, врачебного и самоконтроля в процессе занятий физическими упражнениями.

Учет. Понятие об учете в процессе занятий физическими упражнениями. Объекты учета. Текущий (оперативный) и этапный учет. Методы и приемы регистрации показателей учета. Формы текущего и этапного учета.

Тема 7. Методика физического воспитания в различных возрастных группах

Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста. Социально-педагогическое значение физического воспитания. Особенности разных возрастных периодов дошкольников. Содержание и методика занятий по физической культуре с детьми дошкольного возраста. Инновационные методики физического воспитания детей дошкольного возраста

Физическая культура в системе общего образования детей школьного возраста. Социально-педагогическое значение и задачи физического

воспитания детей школьного возраста. Содержание и особенности преподавания предмета «Физическая культура» в школе.

Критерии дифференциации школьников по уровню здоровья в процессе физического воспитания. Особенности физического воспитания детей с ослабленным здоровьем. Особенности методики занятий со специальными медицинскими группами. Инновационные методики физического воспитания детей школьного возраста.

Физическое воспитание студенческой молодежи.

Значение и задачи физического воспитания студентов. Структура и особенности содержания действующей базовой программы с физической культурой. Система оценки знаний, умений и умений студентов по дисциплине «Физическая культура». Особенности методики занятий по физическому воспитанию в различных учебных отделениях. Основные направления деятельности кафедры физического воспитания, спортивного клуба и спортивно-оздоровительного комплекса. Инновационные методики физического воспитания студентов.

Физическое воспитание в основной период трудовой деятельности.

Социальное значение и задачи физического воспитания взрослого населения, занятого трудовой деятельностью. Возрастные особенности разных периодов взрослой жизни. Факторы, влияющие на здоровье взрослых. Содержание различных видов занятий физической культурой. Варианты индивидуальных программ занятий по физической культуре. Рациональное питание как фактор здорового образа жизни. Медико-педагогический контроль за здоровьем и физической подготовленностью занимающихся физическими упражнениями.

Физическая культура в жизни людей пожилого и старшего возраста.

Старение и задачи направленного использования физической культуры в пожилом и старшем возрасте. Содержание и организационно-методические основы занятий физическими упражнениями.

Тема 8. Профессионально-прикладная физическая подготовка

Теории и концепции профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП). Назначение и задачи профессионально-прикладной физической подготовки. Построение и основы методики ППФП. Теория и закономерности развития, функционирования и совершенствования профессионально-важных физических качеств, формирования прикладных двигательных умений и навыков представителей различных профессий (в том числе специалистов силовых ведомств), деятельность которых

сопряжена с физическими нагрузками и характеризуется проявлением сложных двигательных актов.

Содержание, направленность, методы, методики и технологии профессионально-прикладной физической подготовки в организациях среднего профессионального образования и высшего образования.

Содержание, направленность, методы, методики и технологии профессионально-прикладной и служебно-прикладной физической подготовки в силовых ведомствах.

Тема 9. Управление, менеджмент и маркетинг в системе физической культуры

Система физической культуры и ее элементы. Основы системного подхода к управлению. Виды и характеристики систем управления в области физической культуры. Системный анализ субъектов и объектов управления в сфере физической культуры. Принципы управления системой. Система управления сферой физической культуры в РФ.

Понятие менеджмента и его составляющие. Базовые функции менеджмента. Специальные функции менеджмента. Взаимосвязь функций менеджмента в физкультурной организации. Принципы менеджмента и их реализация в организациях сферы физической культуры.

Целеполагание как начальный этап процесса управления в сфере физической культуры. Планирование и ее элементы. Организационное построение в области физической культуры. Основы формирования мотивационного механизма в системе физической культуры. Принципы построения эффективного контроля в системе физической культуры.

Маркетинг как функция специализации менеджмента. Применение маркетинговых технологий в области физической культуры. Управление маркетингом в физкультурных организациях. Маркетинговая деятельность на рынке физкультурных товаров и услуг.

**Примерный перечень вопросов
для подготовки к вступительному испытанию по специальной
дисциплине**

**5.8.4. Физическая культура и профессиональная физическая
подготовка**

1. Методология исследований в области физической культуры и уровни ее реализации: философский, общенаучный, конкретно-научный и технологический уровень.

2. Характеристика отдельных исследовательских подходов, применяемые в теории физической культуры: эволюционного, системного, синергетического, деятельностного и др.

3. Физическая культура как вид культуры личности и общества. Потребности личности и общества в культуре физической и социальные виды деятельности, удовлетворяющие эту потребность.

4. Социальные процессы и проблемы в сфере физической культуры.

5. Формирование физической культуры личности как основная цель функционирования системы физической культуры. Основные подходы и концепции к формированию физической культуры личности. Соотношение физической и спортивной культур в современном обществе.

6. Социальные функции физической культуры, их виды. Основные социальные факторы и условия развития физической культуры.

7. Научно-теоретические аспекты развития программно-нормативных основ отечественной системы физического воспитания.

8. Основы теории адаптации и закономерности ее использования в физическом воспитании.

9. Основные положения теории построения движений Н.А. Бернштейна и А.А. Ухтомского.

10. Современная теория обучения двигательным действиям.

11. Двигательное (психомоторное) развитие человека в онтогенезе (сенситивные периоды, лабильные и инволюционные периоды угасания двигательной функции).

12. Зарубежные концепции формирования знаний и двигательных умений.

13. Методические основы учета закономерностей формирования двигательного навыка в физическом воспитании.

14. Проблема эффективности традиционных для отечественной системы физического воспитания средств и методов.

15. Содержание физического упражнения как совокупность составляющих действий, регуляторных и других процессов, определяющих его воздействие на занимающегося. Содержание, форма и эффект физических упражнений (ближайший, отставленный, кумулятивный). Научно-методические аспекты аккультурации заимствованных систем физических упражнений.

16. Структурные основы методов физических упражнений (нагрузка и отдых как составляющие компоненты методов упражнения; способы регламентации двигательной деятельности и подходы к освоению движений).

17. Выносливость (сущность, показатели, типы, средства и отличительные черты методики воспитания).

18. Двигательно-координационные способности (формы их проявления, средства и отличительные черты методики воспитания).

19. Силовые способности (сущность, показатели, средства и определяющие черты методики воспитания собственно-силовых способностей).

20. Скоростные способности (сущность, показатели, определяющие черты методики воспитания).

21. Гибкость и особенности методики ее воспитания.

22. Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста. Содержание и методика занятий по физической культуре с детьми дошкольного возраста.

23. Физическая культура в системе общего образования детей школьного возраста. Особенности физического воспитания детей с разным уровнем здоровья. Инновационные методики физического воспитания детей школьного возраста.

24. Физическое воспитание студенческой молодежи. Особенности методики занятий по физическому воспитанию в различных учебных отделениях. Инновационные методики физического воспитания студентов.

25. Физическое воспитание в основной период трудовой деятельности. Содержание различных видов занятий физической культурой.

26. Физическая культура в жизни людей пожилого и старшего возраста. Содержание и организационно-методические основы занятий физическими упражнениями.

27. Теории и концепции профессионально-прикладной физической подготовки.

28. Содержание, направленность, методы, методики и технологии профессионально-прикладной физической подготовки в организациях среднего профессионального образования и высшего образования.

29. Содержание, направленность, методы, методики и технологии профессионально-прикладной и служебно-прикладной физической подготовки в силовых ведомствах.

30. Научная организация труда. Физическая культура лиц занятых трудовой деятельностью с учетом групп профессий. Объективные показатели эффективности занятий производственной физической культурой.

31. Понятие о планировании. Специфические объекты планирования в физической культуре. Технология перспективного, текущего и оперативного планирования: основные операции и их последовательность.

32. Научно-теоретические основы построения физического воспитания как многолетнего процесса.

33. Двигательная активность человека в свете эволюционного подхода и закономерности развития двигательного потенциала индивида

34. Мотивация двигательной деятельности человека.

35. Система физической культуры и ее элементы. Виды и характеристики систем управления в области физической культуры.

36. Основы системного подхода к управлению. Системный анализ субъектов и объектов управления в сфере физической культуры.

37. Базовые и специальные функции менеджмента. Взаимосвязь функций менеджмента в физкультурной организации.

38. Целеполагание, планирование и прогнозирование в сфере физической культуры. Эффективный контроль выполнения планов.

39. Принципы организационного построения физкультурных организаций. Классификация организационных структур.

40. Применение маркетинговых технологий в области физической культуры. Маркетинговая деятельность на рынке физкультурных товаров и услуг.

Рекомендуемая литература и информационное обеспечение для подготовки к вступительному испытанию

Основная литература

1. Буров А.Э Физическая культура и спорт в современных профессиях : учебное пособие / А. Э. Буров, И.А. Лакейкина, М.Х. Бегметова [и др.]. – Чебоксары: ИД «Среда», 2019. – 296 с.
2. Боген М.М. Физическое воспитание и спортивная тренировка: обучение двигательным действиям: Теория и методика /М.М. Боген. Либроком, 2020.-226 с
3. Теория и методика физической культуры : учебник / под ред. Проф. Ю. Ф. Курамшина. – 4-е изд., стереотип. – М. : Советский спорт, 2010. – 464 с.
4. 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.
5. Починкин, А. В. Менеджмент в сфере физической культуры и спорта:: учебное пособие / А. В. Починкин. — Москва : Спорт-Человек, 2017.- 384 с
6. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 224 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04492-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492669> (дата обращения: 12.04.2022).
7. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания) : учебник / Л. П. Матвеев. — 4-е изд. — Москва : Спорт-Человек, 2021. — 520 с. — ISBN 978-5-907225-59-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/165158> (дата обращения: 12.04.2022).
8. Платонов, В. Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсмена : монография / В. Н. Платонов. — Москва : Спорт-Человек, 2019. — 656 с. — ISBN 978-5-9500183-3-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/114613> (дата обращения: 12.04.2022).
9. Рубин, В. С. Разделы теории и методики физической культуры : учебное пособие / В. С. Рубин. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2020. — 104 с. — ISBN 978-5-8114-4976-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/136171> (дата обращения: 12.04.2022).
10. Теоретические основы физической культуры : учебное пособие для вузов / А. А. Горелов, О. Г. Румба, В. Л. Кондаков, Е. Н. Копейкина. — 2-е

изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 194 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14341-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/496822> (дата обращения: 12.04.2022).

Дополнительная литература

1. Завьялова, Т. П. Основы теории и методики физического воспитания дошкольников : учебно-методическое пособие / Т. П. Завьялова, И. В. Стародубцева. — Тюмень : ТюмГУ, 2016. — 352 с. — ISBN 978-5-400-01344-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/110073> (дата обращения: 12.04.2022).

2. Столяров, В. И. Теория физической культуры (критический анализ современного состояния, технологии и результаты модернизации) : монография / В. И. Столяров, С.Г. Сейранов. - Малаховка : Московская государственная академия физической культуры, 2021. - ISBN 978-5-00063-044-0 . - Текст : электронный. // Электронный каталог библиотеки ПГАФКСиТ. – URL: <https://lib.sportacadem.ru>.

3. Теоретические основы физической культуры : учебное пособие для вузов / А. А. Горелов, О. Г. Румба, В. Л. Кондаков, Е. Н. Копейкина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 194 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14341-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/496822> (дата обращения: 12.04.2022).

4. Физиология физического воспитания и спорта : учебно-методическое пособие / составитель С. Ю. Махов. — Орел : МАБИВ, 2020. — 121 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/176389> (дата обращения: 12.04.2022).

Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. Электронно-библиотечная система «Лань» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://e.lanbook.com>.
2. Электронно-библиотечная система «ЮРАЙТ» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://urait.ru/>.
3. Научная электронная библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://elibrary.ru/defaultx.asp> 13.02.2015

Автор (ы) программы:

Зотова Ф.Р., д.п.н., профессор, профессор кафедры физической культуры и спорта