



**ҚАЗАҚ СПОРТ ЖӘНЕ ТУРИЗМ АКАДЕМИЯСЫ
КАЗАХСКАЯ АКАДЕМИЯ СПОРТА И ТУРИЗМА
KAZAKH ACADEMY OF SPORT AND TOURISM**

УТВЕРЖДЕНО

на заседании Ученого Совета

НАО Казахской академии спорта

и туризма

Протокол № 10 от « 29 » мая 2026 года

Председатель УС, Президент, профессор

К. К. Закирьянов



ПРОГРАММА

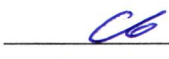
вступительного экзамена для поступающих
в докторантуру по образовательной программе
8D01401 – Физическая культура и спорт

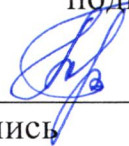
Алматы, 2026

Составители программы для поступающих в докторантуру по образовательной программе 8D01401 - «Физическая культура и спорт»:

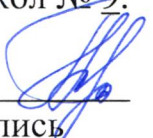
Д.п.н., проф.  И.Ф. Андрущишин
подпись Ф.И.О.

Д.п.н., проф.  А.С. Жуманова
подпись Ф.И.О.

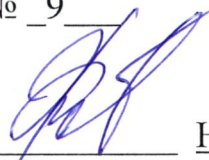
К.б.н., и.о. ассоц. проф.  Ж. С. Кисебаев
подпись Ф.И.О.

Доктор PhD  А.А. Белегова
подпись Ф.И.О.

Программа вступительного экзамена рассмотрена на заседаниях:
кафедры Теоретических основ физической культуры и спорта
от «18» __03__2026 г. протокол № 9.

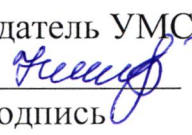
Заведующий кафедрой  А.А. Белегова
подпись Ф.И.О.

Программа рассмотрена на заседании УМБ ФОС, ФПСиЕ
от «21» __04__2026 г., протокол № 9

Председатель УМБ ФОС, ФПСиЕ  Н.Э. Кефер
факультет подпись Ф.И.О.

Программа рассмотрена на заседании УМС КазАСТ
от «23» __04__2026 г., протокол № 5

«Согласовано»  Проректор по НМСиПО Г.У. Кенжебекова
подпись Ф.И.О.

Председатель УМС КазАСТ
 к.п.н., профессор Д.К. Нурмуханбетова
подпись Ф.И.О.

Пояснительная записка

Программа составлена в соответствии с Приказом Министерства образования и науки Республики Казахстан от 31 октября 2018 года № 600 «Об утверждении Типовых правил приема на обучение в организации образования, реализующие образовательные программы высшего и послевузовского образования».

Вступительный экзамен в докторантуру состоит из трех блоков: собеседования, написания эссе и экзамена по профилю группы образовательных программ.

Виды теста	Баллы
Собеседование с поступающим, проводимое экзаменационной комиссией КазАСТ	30
Эссе	20
Экзамен по профилю группы образовательной программы	50
Всего/проходной	100/75

Претенденты, поступающие в докторантуру на группу образовательных программ D005 – «Физическая культура и спорт» пишут эссе, отражающее различные аспекты научного знания в предметной области. Объем эссе – не менее 250 слов.

Целью написания эссе является определение уровня аналитического мышления кандидата, его способность выделять причинно-следственные связи, аргументировать свое мнение, а также ясно формулировать мысли.

Тематика эссе

- 1 Межпредметная взаимосвязь теории и методики физической культуры и спорта со смежными науками при выполнении научных исследований.
- 2 Эксперимент, как основная часть научно-исследовательской работы в физической культуре и спорте.
- 3 Понятие и содержание научного аппарата в диссертационном исследовании в области физической культуры и спорта.
- 4 Планирование и этапы выполнения научного (диссертационного) исследования по физической культуре и спорту.
- 5 Методология подготовки научных публикаций в области физической культуры и спорта
- 6 Логика процесса научного исследования в области физической культуры и спорта.
- 7 Методология и методика исследований в области физической культуры и спорта.
- 8 Выбор методов исследования в области физической культуры и спорта.
- 9 Применение информационных технологий в научных исследованиях.
- 10 Роль и место научной и методической деятельности в сфере физической культуры.

Тематический план программы вступительного экзамена

№	Название темы
1.	Общие основы теории и методики физического воспитания
1.1	Проблемная область и методология исследований в теории физического воспитания
1.2	Концепция системы физического воспитания и условий ее функционирования в обществе
1.3	Характеристика традиционных и нетрадиционных средств и методов физического воспитания. Современные подходы в их классификации,

	систематике и совершенствовании
1.4	Анализ содержания принципов, регламентирующих физическое воспитание
1.5	Дидактическая проблематика теории и методики физического воспитания
1.6	Проблематика теории и методики воспитания физических качеств
1.7	Проблематика направленного формирования личности в процессе физического воспитания
1.8	Систематика форм построения занятий в физическом воспитании
1.9	Научно-практическая проблематика планирования и комплексного контроля в физическом воспитании
1.10	Проблемы формирования профессионализма деятельности специалистов физической культуры и спорта
1.11	Профилированные аспекты
2.	Теория и методика спорта и спортивной подготовки
2.1	Характеристика состояния понятийного аппарата теории спорта и современных подходов к его совершенствованию
2.2	Теория спортивных соревнований
2.3	Концептуальные представления о подготовке спортсмена
2.4	Проблематика спортивной ориентации и отбора
2.5	Обобщена характеристика основных закономерностей развертывания спортивной тренировки
2.6	Теория форм построения спортивной тренировки
2.7	Концепция этапов многолетней подготовки спортсмена
2.8	Проблематика программирования и контроля в подготовке спортсмена
2.9	Современные технологии управления подготовкой спортсмена на основе искусственного интеллекта
3.	Теория и методика оздоровительно-рекреативной и реабилитационной физической культуры
3.1	Соотношение общей и специально-оздоровительной направленности физической культуры
3.2	Сравнительная характеристика факторов физической культуры в аспекте их оздоровительной ценности
3.3	Научно-методические подходы к оптимизации специально-оздоровительных форм физической культуры
4	Теория и методика адаптивной физической культуры
4.1	Стратегическая цель АФК как самостоятельного направления общей физической культуры и её значение в системе социальной интеграции и реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья
4.2	Анализ содержания, структуры и основных задач АФК. Характеристика адаптивного физического воспитания как педагогического процесса, направленного на развитие двигательной активности, социализацию и повышение качества жизни лиц с ОВЗ
4.3	Научное обоснование классификации функций АФК. Взаимосвязь социальных, коррекционно-компенсаторных, образовательных, оздоровительных и реабилитационных функций АФК
4.4	Характеристика функции адаптивного спорта в контексте физического, психического и социального развития личности. Роль адаптивного спорта в процессах интеграции, самореализации и повышения жизненной активности лиц с инвалидностью
4.5	Понятие, сущность и функции адаптивной двигательной рекреации. Значение их в обеспечении активного досуга, восстановлении психофизического состояния и повышении уровня социальной адаптации лиц с ОВЗ
4.6	Функции физической реабилитации в системе АФК. Обоснование роли ФР в восстановлении нарушенных функций организма, профилактике вторичных

	отклонений и повышении адаптационных возможностей человека
4.7	Система общепедагогических, специальных и методических принципов АФК. Их значение в построении индивидуализированного и коррекционно-ориентированного процесса физического воспитания лиц с ОВЗ
4.8	Значение математической статистики, теории вероятностей и методов планирования эксперимента в научных исследованиях по АФК и спорту. Основная их роль в обработке экспериментальных данных, оценке достоверности результатов и повышении научной обоснованности исследований

1. ОБЩИЕ ОСНОВЫ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Тема 1.1 Проблемная область и методология исследований в теории физического воспитания

Логика формирования теории физического воспитания как одной из обобщающих наук, тенденции ее развития в единстве со становлением общей теории физической культуры. Связь с другими науками, образованием, воспитанием.

Интегрирующая роль теории и методики физической культуры, воспитания и спорта в подготовке научных работников в сфере физической культуры и спорта и в системе профилирующих дисциплин в профессиональном физкультурном образовании.

Анализ современного понятийного аппарата теории физической культуры, его познавательное и прикладное значение.

Обзорная характеристика актуальной проблематики обобщающих исследований в сфере физического воспитания. Определяющие черты методологии. Роль в ней общенаучных интегративных подходов (историко-логического, системного, теоретико-моделирующего и других). Сочетание в исследовании закономерностей физической культуры, спорта и физического воспитания логико-познавательных, экспериментальных, инструментальных, математических и других методов.

Требования к организации диссертационного исследования (актуальность темы; определение объекта и предмета исследования; разработка гипотезы; конкретизация цели; адекватность методов и организации; новизна исследования; теоретическая и практическая значимость; формулирование итоговых положений, выносимых на защиту).

Тема 1.2. Концепция системы физического воспитания и условий ее функционирования в обществе

Общие и специфические тенденции становления отечественной и зарубежных систем физического воспитания. Воздействие социальной системы физического воспитания на физкультурное и спортивное движение в обществе. Анализ соотношения системы физического воспитания и различных форм функционирования физической культуры в обществе.

Сравнительная характеристика обще-подготовительного и специализированных направлений в системе физического воспитания; их единство и отличительные особенности.

Оценка современного состояния идейно-теоретических, программно-нормативных и организационных основ отечественной системы физического воспитания. Перспективы ее совершенствования.

Общее представление о научно-прикладной проблематике организационно-управленческого, материально-технического и экономического обеспечения условий для качественного функционирования системы физического воспитания и развития физкультурного и спортивного движения в современный период социального преобразования Казахстана и стран СНГ. Новые требования к совершенствованию системы подготовки профессиональных физкультурных кадров высшей квалификации.

Тема 1.3 Характеристика традиционных и нетрадиционных средств и методов физического воспитания. Современные подходы в их классификации, систематике и совершенствовании

Проблематика оптимизации форм и содержания двигательной активности как важнейшего специфического фактора, направленного на развитие функциональных и морфофункциональных свойств организма в процессе физического воспитания, нормирования и управления динамикой нагрузок.

Пути увеличения действенности психомоторных и психорегулирующих факторов в физическом воспитании. Средства и методы интегрального воздействия на совершенствование двигательных действий и повышение уровня физических качеств.

Концепция использования в физическом воспитании факторов «Искусственной управляющей среды» (и в частности: тренажерных устройств, аппаратных приспособлений, специализированного оборудования), ее теоретическое и практическое значение в повышении эффективности физкультурно-спортивных занятий.

Представления о современных научных данных, раскрывающих значимость и способы эффективного использования гигиенических факторов естественной среды для реализации задач, преследуемых в физическом воспитании.

Тема 1.4 Анализ содержания принципов, регламентирующих физическое воспитание

Соотношение общих (общепедагогических) и специальных принципов, распространяемых на физическое воспитание. Отображение в специальных принципах основных закономерностей целостного построения системы занятий в процессе физического воспитания (его непрерывность и системность чередования нагрузок и отдыха, постепенность наращивания развивающе-тренирующих воздействий и адаптивное сбалансирование их динамики, цикличность, возрастная адекватность направлений в многолетнем аспекте). Проблематика дальнейшей научной разработки этих принципов.

Тема 1.5 Дидактическая проблематика теории и методики физического воспитания

Анализ процесса обучения двигательным действиям и процесса формирования двигательных умений и навыков. Проблемы совершенствования методики начального разучивания, углубленного разучивания и результирующей отработки двигательных действий (особенно в сложных формах двигательной деятельности). Внедрение в теорию и методику обучения движениям современных общедидактических и профилированных концепций и подходов (алгоритмическое программирование, акцентирование эвристических начал и самоактивности обучаемых, компьютеризация и расширенное использование технических средств обучения и т.д.).

Тема 1.6 Проблематика теории и методики воспитания физических качеств

Анализ возможностей направленного воздействия на физическое развитие человека и закономерностей оптимизации физических упражнений в процессе физического воспитания на развитие различных физических качеств, повышение уровня функциональных возможностей организма.

Современные тенденции в методике воспитания силы, быстроты, ловкости, выносливости, гибкости, а также и психомоторных способностей. Новые подходы к проблематике диагностики уровня их развития и направленного воздействия на их развитие.

Тема 1.7 Проблематика направленного формирования личности в процессе физического воспитания

Пути совершенствования нравственного, эстетического, умственного и трудового воспитания в процессе физического воспитания. Актуальные задачи по повышению действенности физической культуры и спорта во всестороннем формировании личности. Анализ современных подходов к проблемам воспитания, перевоспитания, социальной интеграции специальных контингентов ("трудных" подростков, инвалидов и т.д.).

Тема 1.8 Систематика форм построения занятий в физическом воспитании

Современная теория структуры уровня и других форм занятий физическими упражнениями. Проблемы оптимального построения целостной системы занятий в процессе физического воспитания.

Тема 1.9 Научно-практическая проблематика планирования и комплексного контроля в физическом воспитании

Возможности использования в этой области современных принципов и методов прогнозирования, оптимального планирования, математических и других методов.

Тема 1.10 Проблемы формирования профессионализма деятельности специалистов физической культуры и спорта

Общие закономерности становления профессионализма деятельности и их реализация в процессе профессионального физкультурного образования на довузовском, вузовском и послевузовском этапах. Актуальная проблематика повышения профессионализма в физкультурно-спортивной деятельности.

Тема 1.11 Профилированные аспекты

Проблематика физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста. Научно-прикладные аспекты совершенствования средств, форм и методов физического воспитания дошкольников.

Проблематика физического воспитания детей школьного возраста.

Основы задачи, средства и методы физического воспитания детей младшего, среднего и старшего школьных возрастов. Оценка концепций «сенситивных» («чувствительных») периодов физического развития в аспекте проблем физического воспитания детей школьного возраста.

Оценка содержания и путей совершенствования курса физического воспитания в школе. Проблемы комплексного построения системы урочных и внеурочных форм физкультурных занятий учащихся школьного возраста в условиях современной школьной реформы.

Современные подходы к профилированию физического воспитания в средних специальных учебных заведениях различного типа (в том числе и спецшколах спортивного типа).

Научно-прикладные проблемы совершенствования внеклассной и внешкольной работы по физическому воспитанию детей и молодежи школьного возраста. Пути оптимизации физической культуры в семье.

Основные направления и особенности использования факторов физической культуры в жизни взрослого населения.

Проблематика исследования физического воспитания различных контингентов взрослого населения, различных форм физической культуры в их жизни.

Идейно-теоретические и научно-прикладные проблемы современного глобального физкультурного движения (в том числе международного движения "спорт для всех" и т.п.).

Пути совершенствования содержания и форм физической культуры в структуре образа жизни взрослого населения. Анализ научно-прикладных проблем и основных путей внедрения физической культуры в повседневный быт народа.

Проблематика исследования путей совершенствования вузовского курса физического воспитания, усиления роли физической культуры и спорта в системе обучения и воспитания специалистов высшей квалификации в условиях современной реформы высшего образования.

Анализ особенностей профессионально-прикладной физической подготовки: тенденции совершенствования ее содержания и методики применительно к современным профессиям и в перспективе. Методические особенности специальной физической подготовки лиц, действующих в особых, в том числе экстремальных условиях (специальные программы).

Оценка опыта внедрения физической культуры в систему рациональной организации труда; научно-методические аспекты эффективного использования факторов физической культуры непосредственно в процессе производства и в режиме рабочего дня; усиление действенности производственной физической культуры как фактора профилактики заболеваний и сохранения здоровья.

Анализ особенностей содержания и построения физкультурных занятий в секциях "общей физической подготовки", "физкультурно-кондиционной тренировки" и аналогичных формах занятий, охватывающих взрослое население.

Проблематика оптимального использования факторов физической культуры в период возрастной инволюции организма; научно-методические аспекты рационального применения их в целях противодействия инволюционным процессам, оптимизации физического состояния организма и сохранения здоровья в период старения.

2. ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА СПОРТА И СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ

Тема 2.1 Характеристика состояния понятийного аппарата теории спорта и современных подходов к его совершенствованию

Общая концепция спорта и тенденций его развития. Современные концептуальные представления о генезисе спорта, его специфических и общекультурных функциях в обществе; дискуссионные стороны этих представлений.

Исследовательские данные об исторической динамике спортивных достижений, прогноз их в обозримом будущем, характеристика основных факторов их развития.

Определяющие черты разветвления и структурного формирования мирового спортивного движения.

Анализ тенденций спортивного движения в обществе. Характеристика отличительных черт общедоступного - массового спорта и спорта высших достижений, роль и место спорта в различных социальных сферах (в системе образования – воспитания, профессионально-прикладной подготовки, в сфере культуросозидательной деятельности, в сфере рекреации и реабилитации). Тенденция профессионализации спорта высших достижений, ее неоднозначность в коммерческом спорте (зрелищном спортивном бизнесе) и в, собственно, достиженческом спорте.

Проблематика углубленного исследования коренных закономерностей функционирования и развития спорта. Роль науки в утверждении гуманной сущности спорта как фактора человеческого развития, в частности, в устранении антигуманных средств искусственного форсирования спортивных результатов (допингов, анаболических стероидов и т.п.), в научно-методическом обеспечении спортивной реабилитации инвалидов контингентов.

Тема 2.2 Теория спортивных соревнований

Сущность спортивного соревнования. Анализ роли и многообразия соревнований в современном спорте. Современные подходы к построению теории спортивно-соревновательной деятельности, классификации спортивных соревнований и разработке рациональных оснований для формирования их системы.

Тема 2.3 Концептуальные представления о подготовке спортсмена

Приоритетная роль отечественных специалистов в разработке системных представлений о подготовке спортсмена. Общая характеристика ее слагаемых, условий функционирования и соотношения в ней спортивной тренировки, соревнований, внутренировочных и внесоревновательных факторов подготовки.

Тема 2.4 Проблематика спортивной ориентации и отбора

Существующие теоретические и методические предпосылки решения проблем целесообразной спортивной ориентации, приобщаемых к спорту и отбор одаренных спортсменов, способных к высшим спортивным достижениям. Анализ сложившихся уровней спортивной ориентации и отбора, их организационных и методических основ. Направления дальнейшей разработки методологии, критериев и методов диагностики спортивной предрасположенности индивида, совершенствования спортивной ориентации и отбора.

Тема 2.5 Обобщенная характеристика основных закономерностей развертывания спортивной тренировки

Проблематика дальнейшего познания и отображения в принципах деятельности тренера и спортсмена.

Характеристика особенностей содержания и основных положений современной методики технической тактической, физической и психической подготовок спортсмена. Научно-прикладная проблематика совершенствования спортивной подготовки в этих избирательно направленных разделах и их интегративного сочетания.

Тема 2.6 Теория форм построения спортивной тренировки

Концепция структуры спортивно-тренировочного процесса как относительно устойчивого порядка его развертывания в рамках малых (микро) средних (мезо) и больших (макро) циклов. Представления о закономерностях, лежащих в основе циклической структуры спортивной тренировки. Типология тренировочных циклов. Научно-прикладная проблематика совершенствования форм построения спортивной тренировки в микро-, мезо- и макроциклах.

Конструктивные подходы в обеспечении единства тренировочной и соревновательной деятельности спортсмена. Совершенствование технологии управления процессом развития «спортивной формы» (состояния оптимальной готовности спортсмена к достижению) как одна из центральных проблем теории и практики построения системы тренировки и соревнований.

2.7 Концепция этапов многолетней подготовки спортсмена

Обобщенная характеристика сложившихся теоретико-методических представлений об основных стадиях, многолетней спортивной деятельности и особенностях спортивной подготовки в различных стадиях - в стадии базовой подготовки, стадии максимальной реализации спортивно-достиженческих возможностей, завершающей стадии. Проблематика дифференциации системы тренировки и соревнований в этих стадиях в зависимости от возраста спортсмена и его спортивно - достиженческих возможностей.

Особенности методики подготовки юных спортсменов и спортсменов-ветеранов.

Тема 2.8 Проблематика программирования и контроля в подготовке спортсмена

Современные подходы в прогнозировании индивидуальных спортивных результатов и соответствующих им параметрах подготовленности спортсмена. Проблематика разработки Единой спортивной классификации, совершенствования ее роли в целевой ориентации подготовки спортсменов и оценке достигаемых результатов. Характеристика модельно-целевого подхода в программировании подготовки спортсмена (с разработкой модели целевой соревновательной деятельности, модели намечаемого уровня подготовленности спортсмена, модельных параметров тренировочных нагрузок и других факторов подготовки, необходимых для достижения целевого результата). Проблематика совершенствования процедур перспективного, этапного и текущего планирования спортивной подготовки.

Принцип перманентной взаимосвязи планирования и контроля в подготовке спортсмена, условия его реализации.

Обобщающая характеристика методологии и методики комплексного контроля процесса подготовки и состояния спортсмена. Проблематика повышения уровня информативности используемых в нем контрольных показателей, совершенствования средств и способов контроля.

Опыт и перспективы компьютеризации процедур программирования и контроля в подготовке спортсмена.

Тема 2.9 Современные технологии управления подготовкой спортсмена на основе искусственного интеллекта

Методическая проблематика целесообразного использования тренажерных, программирующих, информационных, коррекционных, других аппаратных устройств и специализированного оборудования, позволяющих реализовать идею "управляющей среды", автоматизированный сбор, обработку и анализ данных, поддержку принятия тренерских решений,

моделирование тренировочного процесса и персонализацию подготовки спортсменов на основе технологий искусственного интеллекта.

Научно-методическая проблематика оптимального использования в подготовке спортсмена внутривоспитательных и внесоревновательных факторов (оптимизация общего образа жизни спортсмена применительно к его спортивной деятельности, специальные восстановительные, диетологические, гигиенические, естественно-средовые факторы и т.д.) с использованием цифрового мониторинга, интеллектуального анализа данных, прогнозирования функционального состояния, оценки риска травматизма и автоматизированной коррекции индивидуальных программ подготовки средствами искусственного интеллекта.

3. ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-РЕКРЕАТИВНОЙ И РЕАБИЛИТАЦИОННОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Тема 3.1 Соотношение общей и специально-оздоровительной направленности физической культуры

Связь физкультурно-оздоровительной проблематики с общесоциальной проблематикой формирования здорового образа жизни, воспитательной, гигиенической и лечебной проблематикой профилактики заболеваний и восстановления здоровья.

Значение теории индивидуального развития и теории адаптации для понимания оздоровительной действенности физической культуры.

Принцип оздоровительной направленности как один из фундаментальных принципов гуманной системы физического воспитания. Аналитическая характеристика значимости базовой, профессионально-прикладной и повседневно-бытовой физической культуры в оптимизации состояния здоровья основных контингентов народа.

Логика формирования понятий "Оздоровительно-реабилитационная физическая культура" ("физкультурная реабилитация") и "оздоровительно-рекреативная физическая культура" ("физкультурная рекреация"), анализ их сущности и границ применения.

Проблематика рационального сочетания обще профилирующих и избирательно-оздоровительных направлений физической культуры в различные возрастные периоды онтогенеза и в различных условиях жизнедеятельности. Современные пути и условия мотивации физкультурной деятельности, специально ориентированной в аспекте сохранения и упрочения здоровья различных возрастных и других категорий населения. Необходимость усиления оздоровительной действенности физической культуры в современных условиях обострения экологических угроз здоровью.

Характеристика практикуемых критериев и нормативов физического состояния индивида как показателей состояния здоровья. Перспективы их совершенствования и использования для конкретизации задач, подлежащих решению в физкультурных занятиях, имеющих специальную оздоровительную ориентацию. «Пограничные» состояния между нормой и патологией, возможности их нормализации путем использования факторов физической культуры.

Тема 3.2 Сравнительная характеристика факторов физической культуры в аспекте их оздоровительной ценности

Оценочная характеристика оздоровительной значимости видов физических упражнений, широко практикуемых в качестве средств физического воспитания (гимнастических, игровых, спортивных, силовых, скоростных, сложно-координационных упражнений, упражнений, требующих выносливости различного типа, упражнений "на осанку", в растягивании, расслаблении и т.д.). Обоснование рационального отношения к использованию в качестве средств оздоровительно-направленного воздействия комплексов упражнений, исторически возникших в восточных и других зарубежных странах (ушу, йога и т.д.). Профессиональная оценка модернизированных комплексов упражнений, возникших в последние десятилетия под эгидой физкультурно-оздоровительных течений ("тримм" в его разновидностях, гимнастическая и естественно-циклическая "аэробика", "шейпинг" и др.). Систематизационно-оценочный обзор групп физических упражнений, сложившихся преимущественно в сфере лечебной физической культуры с избирательной реабилитационной направленностью воздействий на органы и

функциональные системы организма (в частности, типов упражнений, используемых при угрозе сердечно-сосудистых заболеваний, нарушениях функций опорно-двигательного аппарата, борьбе с ожирением, при других предпатологических состояниях и заболеваниях).

Исследовательские данные, обосновывающие использование естественных и искусственных закаливающих факторов как средств оздоровления (солнечной радиации, свойств воздушной и водной среды, искусственного ультрафиолетового облучения, аппаратурной аэроионизации, термокамер, барокамер и т.д.). Современные данные, углубляющие представления об оздоровительном эффекте психомоторного тренинга и специализированных массажных процедур.

Тема 3.3 Научно-методические подходы к оптимизации специально-оздоровительных форм физической культуры

Соблюдение научно-прикладных принципов методики физического воспитания как важнейшая предпосылка оздоровительного эффекта физкультурной практики. Современные тенденции совершенствования методики применения физических упражнений и других факторов физической культуры в системе мер профилактического и оздоровительно-восстановительного характера. Используемые при этом подходы к оптимальной регламентации занятий физическими упражнениями в зависимости от особенностей состояния здоровья занимающихся (в частности, при пограничных состояниях между нормой и патологией и начальных патологических состояниях), нормированию и программированию режима нагрузок и отдыха (в недельных, месячных и более протяженных циклах), последовательному регулированию ближайших и долговременных эффектов занятий. Методическая проблематика дозирования воздействий внешне средовых факторов в соответствии с закономерностями закаливания и достижения оздоровительного эффекта. Проблематика совершенствования комплектного контроля за оздоровительным эффектом физкультурных занятий и обуславливающими его факторами. Компьютеризация диагностических и программирующих процедур как одна из перспективных тенденций совершенствования планирования и контроля занятий избирательно-оздоровительной направленности.

4. ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Тема 4.1. Стратегическая цель адаптивной физической культуры как самостоятельного направления общей физической культуры и её значение в системе социальной интеграции и реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья

Адаптивная физическая культура (АФК) представляет собой самостоятельное направление общей физической культуры, ориентированное на удовлетворение потребностей лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и инвалидностью в двигательной активности, физическом развитии, реабилитации и социальной интеграции.

Стратегическая цель АФК заключается в обеспечении максимально возможного уровня жизнеспособности, самостоятельности и социальной активности человека средствами физической культуры, спорта и двигательной деятельности.

Реализация стратегической цели АФК предполагает: коррекцию и компенсацию нарушенных функций организма; развитие физических и психомоторных качеств; профилактику вторичных отклонений; восстановление функциональных резервов организма; формирование позитивной мотивации к двигательной активности; создание условий для социальной интеграции и инклюзии.

Особое значение АФК имеет в системе социальной реабилитации лиц с инвалидностью. Посредством физической активности обеспечивается: развитие коммуникативных навыков; повышение уровня самостоятельности; формирование уверенности в себе; адаптация к образовательной и профессиональной деятельности; расширение возможностей участия в общественной жизни.

АФК в этой связи выступает важнейшим фактором гуманизации общества и реализации принципа равных возможностей.

Тема 4.2. Анализ содержания, структуры и основных задач АФК. Характеристика адаптивного физического воспитания как педагогического процесса, направленного на развитие двигательной активности, социализацию и повышение качества жизни лиц с ОВЗ

Содержание адаптивной физической культуры представляет собой комплекс педагогических, медицинских, психологических и социальных мероприятий, направленных на всестороннее развитие личности средствами физической культуры.

В структуру АФК входят: адаптивное физическое воспитание; адаптивный спорт; адаптивная двигательная рекреация; физическая реабилитация.

Основными задачами АФК являются:

- укрепление здоровья;
- развитие двигательных способностей;
- коррекция нарушенных функций;
- формирование двигательных навыков;
- профилактика гиподинамии;
- развитие способности к самообслуживанию;
- повышение качества жизни;
- социальная адаптация.

Адаптивное физическое воспитание рассматривается как специально организованный педагогический процесс, направленный на обучение двигательным действиям и развитие физических качеств лиц с ОВЗ.

Ключевыми особенностями адаптивного физического воспитания являются:

- индивидуализация учебного процесса;
- коррекционная направленность;
- доступность физических нагрузок;
- учет нозологических особенностей;
- комплексное воздействие на физическую, психическую и социальную сферы личности.

Эффективное адаптивное физическое воспитание способствует формированию устойчивой потребности в физической активности и интеграции личности в общество.

Тема 4.3. Научное обоснование классификации функций АФК. Взаимосвязь социальных, коррекционно-компенсаторных, образовательных, оздоровительных и реабилитационных функций АФК

Функции адаптивной физической культуры отражают её многоуровневое влияние на развитие личности и восстановление функциональных возможностей организма.

Классификация функций АФК основывается на педагогических, биологических, медицинских и социальных закономерностях развития человека.

Основные функции АФК:

1. Социальная функция

Обеспечивает интеграцию лиц с ОВЗ в общественную жизнь, формирование коммуникативных навыков и повышение социальной активности.

2. Коррекционно-компенсаторная функция

Направлена на коррекцию нарушенных функций организма и развитие компенсаторных механизмов.

3. Образовательная функция

Связана с формированием двигательных знаний, умений и навыков, необходимых для самостоятельной жизнедеятельности.

4. Оздоровительная функция

Способствует укреплению здоровья, повышению функциональных резервов организма и профилактике заболеваний.

5. Реабилитационная функция

Обеспечивает восстановление утраченных функций и адаптацию человека к повседневной жизни.

Все функции АФК находятся в тесной взаимосвязи и реализуются комплексно, обеспечивая гармоничное развитие личности и повышение качества жизни лиц с ОВЗ.

Тема 4.4. Характеристика функции адаптивного спорта в контексте физического, психического и социального развития личности. Роль адаптивного спорта в процессах интеграции, самореализации и повышения жизненной активности лиц с инвалидностью

Адаптивный спорт представляет собой особую форму спортивной деятельности, предназначенную для лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Функции адаптивного спорта включают:

Физическое развитие

- совершенствование двигательных способностей;
- развитие силы, выносливости и координации;
- повышение функциональных возможностей организма.

Психологическое развитие

- формирование уверенности в собственных возможностях;
- повышение самооценки;
- развитие мотивации к достижению целей;
- преодоление психологических барьеров.

Социальное развитие

- расширение круга общения;
- формирование навыков взаимодействия;
- включение в общественную и спортивную деятельность.

Адаптивный спорт играет важную роль в: социальной интеграции; профессиональной ориентации; развитии лидерских качеств; формировании активной жизненной позиции.

Особое значение имеют международные спортивные движения: паралимпийские игры; сурдлимпийские игры; специальная Олимпиада.

Тема 4.5. Понятие, сущность и функции адаптивной двигательной рекреации. Значение их в обеспечении активного досуга, восстановлении психофизического состояния и повышении уровня социальной адаптации лиц с ОВЗ

Адаптивная двигательная рекреация представляет собой систему двигательной деятельности, направленную на активный отдых, восстановление психофизического состояния и удовлетворение потребности в движении лиц с ОВЗ.

Основные функции адаптивной рекреации:

- оздоровительная;
- восстановительная;
- эмоционально-рекреативная;
- коммуникативная;
- социализирующая.

Основные задачи:

- профилактика гиподинамии;
- снижение эмоционального напряжения;
- поддержание физической активности;
- организация содержательного досуга;
- улучшение психоэмоционального состояния.

Средствами адаптивной двигательной рекреации являются:

- подвижные игры;
- плавание;
- лечебное плавание;
- туризм;
- фитнес-программы;
- прогулки и спортивные развлечения.

Адаптивная рекреация способствует социальной адаптации и повышению качества жизни лиц с ОВЗ.

Тема 4.6. Функции физической реабилитации в системе АФК. Обоснование роли ФР в восстановлении нарушенных функций организма, профилактике вторичных отклонений и повышении адаптационных возможностей человека

Физическая реабилитация является составной частью адаптивной физической культуры и представляет собой систему мероприятий, направленных на восстановление здоровья средствами физической культуры.

Основные функции физической реабилитации:

Восстановительная функция

Обеспечивает восстановление нарушенных двигательных и функциональных возможностей организма.

Компенсаторная функция

Формирует механизмы компенсации при стойких нарушениях.

Профилактическая функция

Предупреждает развитие осложнений и вторичных отклонений.

Адаптационная функция

Повышает способность организма адаптироваться к физическим и социальным нагрузкам.

Психологическая функция

Способствует эмоциональной стабилизации и повышению мотивации к восстановлению.

Основные средства физической реабилитации:

- лечебная физическая культура;
- массаж;
- механотерапия;
- дыхательная гимнастика;
- физиотерапия.

Физическая реабилитация играет ключевую роль в восстановлении жизнедеятельности и повышении уровня самостоятельности человека.

Тема 4.7. Система общепедагогических, специальных и методических принципов АФК. Их значение в построении индивидуализированного и коррекционно-ориентированного процесса физического воспитания лиц с ОВЗ

Принципы АФК являются теоретико-методологической основой организации занятий с лицами с ОВЗ.

Общепедагогические принципы:

- принцип сознательности и активности;
- принцип систематичности;
- принцип доступности;
- принцип наглядности;
- принцип прочности усвоения знаний и навыков.

Специальные принципы АФК:

- принцип коррекционной направленности;
- принцип компенсаторной направленности;
- принцип диагностического подхода;
- принцип индивидуализации;
- принцип социализации.

Методические принципы:

- постепенность увеличения нагрузки;
- вариативность упражнений;
- непрерывность процесса;
- безопасность занятий.

Реализация данных принципов обеспечивает: эффективность физического воспитания; профилактику осложнений; коррекцию нарушений; успешную адаптацию личности к условиям социальной среды.

Тема 4.8. Значение математической статистики, теории вероятностей и методов планирования эксперимента в научных исследованиях по АФК и спорту. Основная их роль в обработке экспериментальных данных, оценке достоверности результатов и повышении научной обоснованности исследований

Математическая статистика и теория вероятностей являются важнейшими инструментами научно-исследовательской деятельности в области адаптивной физической культуры и спорта.

Их использование необходимо для:

- объективной обработки экспериментальных данных;
- оценки эффективности методик;
- выявления закономерностей;
- анализа взаимосвязей между показателями;
- прогнозирования результатов исследований.

Основные статистические методы:

- вычисление средних величин;
- определение вариативности;
- корреляционный анализ;
- регрессионный анализ;
- дисперсионный анализ;
- критерии статистической значимости.

Теория вероятностей позволяет: оценивать вероятность наступления исследуемых событий; анализировать случайные процессы; строить математические модели в спорте и реабилитации.

Планирование эксперимента включает: формулирование гипотезы; определение объекта и предмета исследования; подбор экспериментальных и контрольных групп; выбор критериев оценки; определение методов статистической обработки.

Применение статистических методов обеспечивает научную достоверность, объективность и воспроизводимость результатов исследований в области АФК и спорта.

СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Основная литература:

1. Есіркепов, Ж.М. Дене тәрбиесінің теориясы мен әдістемесі: оқу құралы / Ж.М. Есіркепов.- Алматы: Адал кітап, 2022.- 289 б.
2. Сейсенбеков, Е.К. Дене шынықтыру және спорт теориясы мен әдістемесі: оқулық / Е.К. Сейсенбеков; пікір жаз. Х.Ф. Анаркулов; А.Ә. Жұмаділханов.- Астана: Гумилев атындағы ЕҰУ, 2019.- 433 б.
3. Абдиллаев, А.К. Дене шынықтыру және спорт білім беру бағдарламасы бойынша пәндерді оқыту әдістемесі: оқулық / А.К. Абдиллаев, Б.Ө. Ермаханов, Ш.Н. Қуатбеков.- Алматы: ADAL KİTAP, 2024.- 489 б.
4. Кубиева, С.С. Спорт негіздері мен кәсіптік-қолданбалы дене дайындығы: оқу құралы / С.С. Кубиева.- Ақтөбе: АМПИ, 2021.- 240 б.
5. Усин, Ж.А. Спорт теориясы: оқу құралы / Ж.А. Усин, А.М. Мамытов, С.Н. Асқапов.- Павлодар: ПМПИ, 2018.- 192 б.
6. Белегова, А.А. Бейімдік дене шынықтыру және спорт [Мәтін]: оқу құралы / А.А. Белегова, Н.Э. Кефер, Г.С. Ерданова.- Алматы: ҚазСТА, 2024.- 137 б.
7. Нарықбай Р.Т., Дайрабаев М.С., Қалиев Н.Қ., Абдукаримов Б.У. Волейбол ойынының әдістері. Оқу-әдістемелік құрал. – Түркістан. – 2016. – 196 б.
8. Бахтиярова С.Ж. Жеңіл атлетиканы оқыту әдістемесі. Оқу құралы. – Орал. – 2013. – 199 б.
9. Д.Н. Жүнісбек, Н.Э. Кефер, Б.З. Зауренбеков, Е.Т. Шанкулов, Р.Б. Абеков. Гандбол ойынын оқыту әдістемесі. – Алматы, ҚазСТА. – 2019. – 80 б.
10. Құсмиденов М.Е. Мектепте гимнастикалық жаттығуларды оқыту әдістемесі. Оқу құралы. – Алматы, New book. – 2019. – 112 б.

11. Мырзабек Л.Ә., Саламов Р.С., Райымбеков С.А. Шаңғы спорты және оқыту әдістемесі. Оқу құралы. – Жетісай, Сырдария университеті. – 2021. – 62 б.
12. Е.Қ. Уанбаев, Ф.Ж. Уанбаева. Дене мәдениеті және спорттың теориясы мен әдістемесі. Оқу құралы. – Өскемен, С. Аманжолов атындағы ШҚМУ баспасы. – 2006. – 267 б. Шотаев М. Тоғызқұмалақ есептері мен этюдтері. Кітап. Астана, Жасыл орда ЖШС баспаханасы. – 2014. – 104 б.
13. Джекенев, П.С. Жоғарғы оқу орындарындағы дене шынықтыру: оқулық / П.С. Джекенев, М.Н. Бекбергенова.- Алматы: Alash Book, 2024.- 186 б.
14. Омаров, Б.С. Дене шынықтыру: оқу құралы / Б.С. Омаров, Е.Е. Сейдахметов, М.Ш. Туякбаева.- Алматы: Адал кітап, 2022.- 203 б.
15. Уанбаев, Е.Қ. Дене мәдениеті және спорт теориясы мен әдіснамасы: оқулық / Е.Қ. Уанбаев; пікір жаз. Е.А. Алимханов; Б.М. Доскараев; А.К. Кульназаров; С.И. Касымбекова.- Алматы: Үш Қиян, 2022.- 368 б.
16. Сихымбаев, Қ.С. Жоғарғы оқу орнындағы дене тәрбиесі: оқулық / Қ.С. Сихымбаев, А.А. Килибаев.- Алматы: Лантар books, 2022.- 340б.
17. Хамзин, Е.С. Дене тәрбиесі теориясы мен әдістемесі бойынша практикум: оқу-әдістемелік құрал / Е.С. Хамзин.- Алматы: Alash Book, 2025.- 198 б.
18. Сабиева, А.С. Дене тәрбиесі теориясы мен әдістемесі: оқу-әдістемелік құрал / А.С. Сабиева, А.А. Муратбекова.- Алматы: Alash Book, 2024.- 133 б.
19. Ботағариев, Т.А. Дене шынықтыру және спорт теориясы мен әдістемесі: оқу құралы / Т.А. Ботағариев; рец. Е.А. Алимханов; С.И. Касымбекова; Н.А. Ахметов.- Ақтөбе: Қ. Жұбанов атындағы АМУ, 2017.- 240 б.
20. Огиенко Н.А. Менеджмент физической культуры и спорта: учебное пособие – Костанай, Костанайский государственный педагогический институт, 2018. – 361 с.
21. Починкин А.В. Менеджмент в сфере физической культуры и спорта: учебное пособие / А.В. Починкин. – М.: Спорт, 2017. – 384 с.
22. Мескон М. Х. Основы менеджмента классическое издание, [перевод с английского] / Майкл Х. Мескон, Майкл Альберт, Франклин Хедоури. — Москва, Санкт-Петербург : Диалектика, 2020 [т.е. 2019]. — 665 с. ил., табл.; 24. — ISBN 978-5-907144-89-7.
23. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте: общая теория и её практические приложения. — Киев: Олимпийская литература, 2004 (2-е изд. в 2 кн. — 2015).
24. Жидовинова А. В. Теория и методика физической культуры [Текст]: учебное пособие / А.В. Жидовинова, Д. К. Нурмуханбетова, Н.Э. Кефер.- Алматы, 2019.- 145 с.
25. Закирьянов К.К. Экспериментальные методы в педагогике, психологии и физической культуре [Текст]: учебное пособие / Кайрат Кайруллинович Закирьянов, Леонид Иванович Орехов.- Алматы, 2002.- 115с.
26. Иссурин В. Б. Блоковая периодизация спортивной тренировки. — М.: Советский спорт, 2010.
27. Основные направления научных исследований и тематика докторских диссертационных работ в сфере физической культуры и спорта [Текст] / авт.-сост. В.Н. Баранов. - М.: Советский спорт, 2015.- 92с.

Дополнительная литература:

1. Закон Республики Казахстан «О физической культуре и спорте» от 3 июля 2014 года № 228-V (с изменениями и дополнениями).
2. Концепция развития физической культуры и спорта Республики Казахстан на 2023–2029 годы.
3. Всемирный антидопинговый кодекс и Международные стандарты. — Монреаль: Всемирное антидопинговое агентство (ВАДА).
4. Олимпийская хартия. — Лозанна: Международный олимпийский комитет.
5. Бегидова, Т.П. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебное пособие / Тамара Павловна Бегидова.- 3-е изд., испр. и доп.- М.: Юрайт, 2024. – 181 с.

6. Теория и организация адаптивной физической культуры. Технологии адаптивного физического воспитания: учебник / Н.О. Рубцова, А.В. Рубцов. – Санкт-Петербург: Лань, 2024. – 208 с.
7. Pitts B. G., Stotlar D. K. Fundamentals of Sport Marketing. — Morgantown: Fitness Information Technology, 2007.
8. Bulatova M. Olympic games (1896-1972) [Текст]. Volume 1 / Maria Bulatova, Sergey Bubka, Vladimir Platonov. - Kyiv: Olympic Literature, 2013.- 496 p.
9. Bulatova M. Olympic games (1976–2012) [Текст]. Volume 2 / Maria Bulatova, Sergey Bubka, Vladimir Platonov. - Kyiv: Olympic Literature, 2013.- 512 p.
10. Doskarayev B.M. The history of physical culture in Kazakhstan [Текст] / B.M. Doskarayev. - Almaty, 2009.- 214 page.
11. Максименко А.М. Теория и методика физической культуры [Текст]: учебник для студентов высших учебных заведений физической культуры / Алексей Михайлович Максименко. - 2-е изд., испр. и доп.- М.: Физическая культура, 2009.- 496с.
12. Марков К.К. Научно-методические исследования по физической культуре и спорту в вузе [Текст]: учебное пособие / Константин Константинович Марков, Александр Васильевич Петров, Оксана Олеговна Николаева. - Иркутск: ИРНИТУ, 2018.- 139 с.
13. Платонов В. Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов: монография. - Киев: Олимпийская литература, 2017.- 656 с.: ил.
14. Парыгина О. В. Теория физической культуры и спорта: учебное пособие / О. В. Парыгина. — М.: Московская государственная академия водного транспорта, 2019. — 131 с. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/97326.html>.
15. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания) [Текст]: учебник для вузов физкультурного профиля. -Изд. 5-е, перер., стереотипное. – М.: Спорт, 2025. – 520 с.
16. Орехов Л.И. Прикладная статистика и эксперимент в педагогике, психологии и физической культуре [Текст]: учебное пособие / Леонид Иванович Орехов, Елена Леонидовна Караваева. - Алматы, 2007.- 228с.
17. Орехов Л.И. Управление, контроль, измерение, статистические и экспериментальные методы в педагогике, психологии и физической культуре [Текст]: учебное пособие / Леонид Иванович Орехов, Елена Леонидовна Караваева, Л.А. Асмолова. - Алматы: КазАСТ, 2004.- 169с.
18. Орлов А. И. Научно-методические основы педагогического контроля двигательных способностей [Текст]: учебное пособие / Александр Иванович Орлов, А. К. Есельбаева. - Алматы: Альманах, 2022.- 204 с.
19. Столяров В.И. Теория физической культуры (критический анализ современного состояния, технология и результаты модернизации) [Текст]: монография / Владислав Иванович Столяров, Сергей Германович Сейранов; под общ. ред. В.И. Столярова. - Малаховка: ФГБОУ ВО МГАФК, 2021.- 332 с.
20. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания) [Текст]: учебник для вузов физкультурного профиля. -Изд. 5-е, перер., стереотипное. – М.: Спорт, 2025. – 520 с.
21. Теория и организация адаптивной физической культуры: в 2 т. [Текст]. Т.2. Содержание и методики адаптивной физической культуры, и характеристика ее основных видов: учебник для институтов физической культуры / под ред. С.П.Евсеева.- М.: Физкультура и спорт, 2015.- 448с.:ил.
22. Теория физического воспитания [Текст]: учебное пособие для институтов физической культуры / под общ. ред. И.М.Коряковского.- М.: Физкультура и спорт, 2015.- 402с.
23. Управление физической культурой и спортом [Текст]: учебник для институтов физической культуры / Иван Иванович Переверзин, Николай Николаевич Бугров, Ян Романович Вилькин, Татьяна Михайловна Каневец. - М.: Физкультура и спорт, 2014.- 288с.:ил.
24. Управление физической культурой и спортом [Текст]: учебно-методические указания / сост. В.Е.Воинов.- Алматы, 2015.- 60с.

25. Близневский А.Ю. Физическая культура [Текст]: учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Александр Юрьевич Близневский, Светлана Кадамбаевна Рябинина.- 3-е изд., доп. и перераб.- Минск: Вышэйшая школа, 2011.- 352с.
26. Физическая культура [Текст]: учебник / Лариса Вячеславовна Захарова [и др.]; рец. В.В. Пономарев; Л.К. Сидоров.- Красноярск: СФУ, 2022.- 612 с.
27. Физическая культура [Текст]: учебное пособие / под ред. Е.Конеевой.- Ростов-на-Дону: Феникс, 2006.- 559с.
28. Теория и методика физического воспитания и спорта [Текст]: учебное пособие для студентов высших учебных заведений, обучающихся по специальности "Физическая культура" / Жорж Константинович Холодов, Василий Степанович Кузнецов.- 7-е изд., стереотип.- М.: Академия, 2014.- 480с.
29. Адаптивная физическая культура и спорт: учебное пособие / Н.Э. Кефер [и др.]. – Алматы: КазАСТ, 2024. – 120с.
30. Адаптивное физическое воспитание лиц с отклонениями в состоянии здоровья в условиях специальных дошкольных и школьных образовательных учреждений : учеб.-метод. пособие / О.А. Комачева, Т.М. Булкова, М.Г. Ситкина, Н.И. Федорова. – Москва: Советский спорт, 2022. – 187 с.
31. Мезенцева В.А.. Оздоровительная гимнастика для лиц с ограниченными возможностями здоровья :методические указания / Блинков С.Н., Башмак А.Ф.; Мезенцева В.А. – Кинель: ИБЦ Самарского ГАУ, 2021 . – 28 с.
32. Адаптивная и лечебная физическая культура. Плавание: учебное пособие для вузов / Н. Ж. Булгакова, С. Н. Морозов, О. И. Попов, Т. С. Морозова; под редакцией Н. Ж. Булгаковой. – 3-е изд., переработ. и доп. – Москва: Издательство Юрайт, 2020. – 401 с.
33. Бейімдік дене шынықтыру және спорт [Мәтін]: оқу құралы / құраст. У.С. Марчибаева; Д.Г. Тоқтарбаев; Е.С. Стоцкая; С.Ж. Сыздыкова; Р.В. Сидорова; Н.А. Моисеева; Л.С. Тұңғышмұратова.- Нұр-Сұлтан, 2019.- 408 б.- (Samruk-Kazyna Trust).

Примерный перечень вопросов для вступительных экзаменов в докторантуру

1. Физические упражнения, как основное средство физического воспитания и факторы, определяющие их воздействие.
2. Понятие и определение «физическая нагрузка», виды физической нагрузки.
3. Понятие «моды», «медианы», «процентили» и способы их вычисления.
4. Характеристика содержания и формы физических упражнений.
5. Срочная адаптация и ее закономерности.
6. Сущность кривой нормального распределения и ее понимание в физической культуре и спорте.
7. Сущность теории обучения двигательным действиям и пути ее развития.
8. Характеристика особенностей женского организма и отличительные черты силовой подготовки девочек и женщин.
9. Характеристика понятий «коэффициент вариации», «асимметрия», «эксцесс»
10. Характеристика этапов развития теории и методики физической культуры как науки.
11. Сущность потребности человека к занятиям физической культурой и спортом.
12. Значение понятий генеральной и выборочной совокупности в математической статистике.
13. Объект и предмет изучения теории и методики физического воспитания.
14. Характеристика принципов построения занятий в физическом воспитании.
15. Статистический параметр и его отличие от генеральной и выборочной совокупности.
16. Характеристика методических принципов занятий физическими упражнениями.
17. Пространственные, временные, пространственно-временные, силовые и ритмические характеристики двигательных действий.
18. Понятие «репрезентативности» и ее использование в физической культуре и спорте.
19. Факторы, влияющие на интенсивность нагрузки.

20. Характеристика понятий «метод», «методический прием», «методический подход», «методическое направление» и практические примеры их соотношения между собой.
21. Статистические оценки: несмещенность, состоятельность, эффективность и требования к их выбору.
22. Показатели, определяющие объем нагрузки.
23. Факторы и условия, определяющие выбор и применение конкретного метода.
24. Понятие вероятности и ее измерение.
25. Специфические особенности физического воспитания.
26. Характеристика взаимосвязей внешней и внутренней сторон нагрузки.
27. События: несовместимые, единственно возможные, равновозможные, сложные, независимые и их сущность.
28. Структура дисциплины теории и методики физической культуры.
29. Условия, при которых естественные силы природы и гигиенические факторы становятся средствами физического воспитания.
30. Корреляционный анализ и его разновидности. Линия регрессии.
31. Характеристика задач физического воспитания.
32. Автоматизированное управление движениями в процессе формирования двигательного навыка. Фазы формирования двигательного навыка.
33. Доверительная вероятность и уровень значимости.
34. Определение понятия «сила» как физического качества человека и разновидности наличия силовых качеств у человека.
35. Характеристика планирования в процессе занятий физическими упражнениями.
36. Определение частной и ранговой корреляции.
37. Факторы, обуславливающие возникновение и развитие физического воспитания.
38. Определение адаптации организма. Генотипическая и фенотипическая адаптация.
39. Сущность понятий «множественная корреляция» и «регрессия».
40. Принятые в теории и методике физической культуры и спорта режимы работы мышц.
41. Теоретическое обоснование структуры занятий в физическом воспитании.
42. Параметрические и непараметрические критерии различия, их сущность и различия между ними.
43. Виды планирования в зависимости от осуществления работы: общее и частное.
44. Определение координационных способностей и виды их проявлений.
45. Критерий Стьюдента и его применение в процессе статистического анализа.
46. Характеристика теории построения и управления движениями Н.А. Бернштейна.
47. Понятие и сущность накопительной адаптации.
48. Критерий Вилкоксона и возможность его применения при статистической обработке данных.
49. Сущность и содержание понятия «система спортивной подготовки».
50. Сущность свойств адаптации: специфичность, перекрестность, адекватность и их значение для практики физического воспитания.
51. Принцип и правила применения критерия Уайта.
52. Координационная сложность нагрузки.
53. Понятие «быстроты» как двигательного качества человека.
54. Критерий Ван дер Вардена и возможность его применения при статистической обработке данных.
55. Взаимосвязь фаз изменения работоспособности и структуры частей занятия.
56. Понятие управления в процессе физического воспитания.
57. Коэффициент корреляции Пирсона и адекватность его применения при выявлении взаимосвязей.
58. Основные способы чередования нагрузки и отдыха на этапе углубленного разучивания.
59. Характеристика понятий «общая выносливость», «скоростная выносливость», «силовая выносливость».

60. Открытый и закрытый эксперимент, их особенности и различия.
61. Принципы, средства и методы взаимодействия педагогической и социальной подсистем на практике.
62. Факторы, обуславливающие проявления выносливости.
63. Последовательные и параллельные эксперименты: особенности их планирования и проведения.
64. Основные условия управления в физическом воспитании.
65. Характеристика типовой структуры урока.
66. Понятие зависимых и независимых переменных и экспериментальных факторов.
67. Особенности методики развития координационных способностей.
68. Характеристика приспособительных реакций кислородно-транспортной системы и ее влияние на уровень аэробной производительности организма.
69. Однофакторный эксперимент, его сущность, планирование и проведение.
70. Виды гибкости, их сущность и факторы, обуславливающие ее проявление.
71. Задачи и функции предварительного, оперативного, текущего, итогового и этапного контроля в системе физического воспитания.
72. Двухфакторный эксперимент, его специфика и отличие от однофакторного эксперимента
73. Содержание понятия программирования в физическом воспитании.
74. Требования к содержанию и методике проведения занятий урочного типа.
75. Преимущество проведения многофакторных экспериментов над однофакторными.
76. Этапы обучения двигательным действиям и их целенаправленность.
77. Описание классификации методов, связанных с нормированием и управлением нагрузкой в процессе выполнения упражнения.
78. Валидность и характеристика ее основных видов.
79. Изменения, происходящие в мышечных волокнах под воздействием нагрузок различной интенсивности.
80. Особенности занятий неурочного типа и классификация физических упражнений, используемых при этом.
81. Факторы, влияющие на внешнюю и внутреннюю валидность.
82. Основы методики обучения двигательным действиям на этапе углубленного разучивания.
83. Этапы и методы прогнозирования.
84. Необходимость проведения метрологической экспертизы при проведении эксперимента.
85. Коррекция программ занятий на основе данных цифрового мониторинга, аналитики и искусственного интеллекта.
86. Понимание принципов в теории физического воспитания.
87. Квазиэксперимент и особенности его проведения в сфере физической культуры.
88. Патриотическое, нравственное, правовое, умственное, трудовое и эстетическое воспитание в процессе занятий физической культурой.
89. Сущность контроля и учета в процессе физического воспитания.
90. Вычисление среднеарифметической величины, дисперсии и стандартного отклонения.
91. Объект и предмет изучения теории и методики физической культуры
92. Содержание понятий Теории и методики физической культуры: физическая культура, физическое воспитание, физическое здоровье, физическая подготовленность, физическое состояние, физические качества, физическая рекреация, физическая реабилитация, двигательная активность и ее норма.
93. Содержание понятия «фитнес»
94. Характеристика этапов развития Теории и методики физической культуры как науки
95. Структура дисциплины Теория и методика физической культуры
96. Характеристики основных методов исследования в Физической культуре и спорта
97. Факторы, обуславливающие возникновение и развитие физического воспитания

98. Мотивы человека заниматься специально организованной двигательной деятельностью
99. Сущность потребности человека к занятиям физической культурой и спортом
100. Что обуславливает деятельность человека в физической культуре и спорта
101. Основные направления функционирования физического воспитания в обществе
102. Сущность специфических признаков физического воспитания
103. Заключительная цель физического воспитания
104. Характеристика задач физического воспитания
105. Принципы физического воспитания и способы их реализации на практике
106. Сущность и содержание понятия «Система физического воспитания»
107. Принципы, средства и методы взаимодействия педагогической и социальной подсистем на практике.
108. Специфические особенности физического воспитания
109. Социальные принципы формирования физической культуры человека
110. Характеристика методических принципов занятий физическими упражнениями
111. Характеристика принципов построения занятий в физическом воспитании
112. Роль физической культуры в формировании личностных качеств
113. Патриотическое, нравственное, правовое и эстетическое воспитание в процессе занятий физической культурой
114. Профессиональная характеристика личности преподавателя физической культуры
115. Физические упражнения как основное средство физического воспитания
116. Факторы, определяющие воздействие физических упражнений
117. Основные классификации физических упражнений
118. Характеристика содержания и формы физических упражнений
119. Понятие техники физических упражнений
120. Пространственные, временные, пространственно-временные, силовые и ритмические характеристики двигательных действий
121. Условия, при которых естественные силы природы и гигиенические факторы становятся средствами физического воспитания
122. Понятие и определение «физическая нагрузка»
123. Виды физической нагрузки
124. Факторы, влияющие на интенсивность нагрузки
125. Показатели, определяющие объем нагрузки
126. Характеристика взаимосвязей внешней и внутренней сторон нагрузки
127. Разновидности отдыха в зависимости от его продолжительности
128. Характеристика понятий «метод», «методический прием», «методический подход», «методическое направление» и практические примеры их соотношения между собой
129. Факторы и условия, определяющие выбор и применение конкретного метода
130. Описание классификации методов, связанных с нормированием и управлением нагрузкой в процессе выполнения физического упражнения
131. Отличия игрового, соревновательного и кругового методов тренировки
132. Понятие надежности биологической системы
133. Охарактеризовать способность организма к гомеостазу и привести примеры
134. Понятие адаптации организма. Генотипическая и фенотипическая адаптация
135. Сущность свойств адаптации: специфичность, перекрестность, адекватность и их значение для практики физического воспитания
136. Срочная адаптация и ее закономерности
137. Понятие и сущность накопительной адаптации
138. Характеристика стадий долговременной адаптации
139. Обеспечение оздоровительного эффекта при систематических занятиях физическими упражнениями
140. Изменения, происходящие в мышечных волокнах под воздействием нагрузок различной интенсивности

141. Характеристика приспособительных реакций кислородно-транспортной системы и ее влияние на уровень аэробной производительности организма
142. Сущность теории обучения двигательным действиям и пути ее развития
143. Характеристика теории построения и управления движениями Н.А. Бернштейна
144. Характеристика двигательных умений
145. Автоматизированное управление движениями в процессе формирования двигательного навыка. Фазы формирования двигательного навыка
146. Этапы обучения двигательным действиям и их целенаправленность
147. Основы методики обучения двигательным действиям на этапе углубленного разучивания.
148. Методы, используемые в процессе обучения двигательным действиям: «идеомоторной тренировки», «имитационный», «сенсорного ориентирования»
149. Основные способы чередования нагрузки и отдыха на этапе углубленного разучивания
150. Особенности использования метода слова и показа на этапе углубленного разучивания
151. Цель и задачи этапа совершенствования двигательного действия
152. Роль срочной информации на этапе углубленного разучивания и совершенствования
153. Понятие «сила» как физическое качество человека, разновидности наличия силовых качеств у человека
154. Режимы работы мышц в занятиях физической культурой и спортом
155. Факторы, обуславливающие силовые возможности человека
156. Характеристика особенностей женского организма и отличительные черты силовой подготовки девочек и женщин
157. Типичные тесты и контрольные упражнения, используемые для контроля за развитием максимальной быстрой и взрывной силы
158. Понятие «быстрота» как физическое качество человека, формы проявления быстроты, факторы, обуславливающие скоростные возможности человека
159. Методика развития простой и сложной двигательной реакции, требования, необходимые для проведения контроля за развитием быстроты
160. Наиболее эффективные средства и методы воспитания «общей выносливости», «скоростной выносливости», «силовой выносливости»; тесты, используемые для контроля за развитием основных видов выносливости
161. Понятие «гибкости» как физического качества человека; виды гибкости и их сущность; факторы, обуславливающие проявления гибкости
162. Методические особенности развития гибкости в единстве с решением других педагогических задач в одном занятии; особенности методики развития гибкости в системе смежных занятий; типичные тесты, используемые для контроля за развитием гибкости
163. Понятие координационных способностей и виды их проявлений; факторы, обуславливающие проявления координационных способностей
164. Особенности методики развития координационных способностей; типичные тесты, используемые для контроля за развитием координационных способностей
165. Интегральная подготовка спортсмена
166. Формы организации занятий в физическом воспитании
167. Обоснование структуры занятий в физическом воспитании
168. Взаимосвязь фаз изменения работоспособности и структуры частей занятия
169. Характеристика типовой структуры урока.
170. Определение последовательности решения задач в основной части урока.
171. Методы организации деятельности занимающихся в процессе проведения урока.
172. Требования к содержанию и методике проведения занятий урочного типа.
173. Особенности занятий неурочного типа и классификация физических упражнений, используемых при этом.
174. Характеристика планирования в процессе занятий физическими упражнениями
175. Виды планирования в зависимости от осуществления работы: общее и частное.

176. Характеристика планирования в зависимости от сроков действия.
177. Значение и сущность контроля и учета в процессе физического воспитания; понятие управления в процессе физического воспитания и его сущность.
178. Основные признаки сложных кибернетических, динамических, вероятностных и саморегулирующихся систем.
179. Особенности системы «учитель-ученик» («тренер-спортсмен»)
180. Понятия «модель», «моделирование» и возможности моделирования в процессе физического воспитания.
181. Прогнозирование, моделирование, программирование, контроль и учет с применением технологии искусственного интеллекта в подготовке спортсмена.
182. Задачи и функции предварительного, оперативного, текущего, итогового и этапного контроля в системе физического воспитания.
183. Использование педагогического контроля для повышения мотивации учащихся к занятиям по физической культуре.
184. Содержание понятия программирования в физическом воспитании; алгоритм программирования занятий. Технология коррекции программ занятий в физическом воспитании.
185. Механизмы взаимосвязи двигательной активности и функциональных возможностей развивающегося организма.
186. Основные возрастные периоды развития человека до достижения зрелого возраста.
187. Характеристика возрастных особенностей развития детей от рождения до 7 лет.
188. Значение режима дня для здоровья и физического развития детей.
189. Основные принципы и содержание методики закаливания детей.
190. Особенности методики гимнастики и массажа детей грудного возраста.
191. Формы занятий физическими упражнениями с детьми дошкольного возраста.
192. Цель и значение врачебно-педагогического контроля в занятиях с дошкольниками.
193. Особенности методики физкультурно-оздоровительных занятий с детьми дошкольного возраста.
194. Социально-педагогическое значение направленного использования средств физической культуры в школьном возрасте
195. Цель и задачи физического воспитания в школьные годы.
196. Факторы, определяющие специфику уроков физической культуры в школе.
197. Основная направленность физического воспитания в общеобразовательной школе.
198. Факторы, определяющие выбор методов обучения двигательным действиям на каждом этапе учебного процесса физического воспитания в школе.
199. Особенности методики физического воспитания учащихся младшего, среднего и старшего школьного возраста
200. Чем объясняются особенности методики воспитания физических качеств школьном возрасте.
201. Определение понятий «моторная» и «общая» плотность урока
202. Содержание и сущность процесса подготовки педагога к уроку физической культуры.
203. Документы планирования учебной работы по физическому воспитанию в общеобразовательной школе.
204. Виды контроля, используемые на уроках физической культуры
205. Определение причин, цели и задач дифференцированного подхода в физическом воспитании.
206. Характеристики основной детей, подростков и юношей, подготовительной и специальной медицинских групп.
207. Задачи и особенности средств физического воспитания детей с ослабленным здоровьем, механизмы их оздоровительного действия
208. Особенности дозирования физической нагрузки в физическом воспитании

детей с ослабленным здоровьем (характеристика способов, диапазоны интенсивности, двигательные режимы).

209. Особенности методики физкультурно-оздоровительных занятий в специальной медицинской группе.

210. Особенности методики физкультурно-оздоровительных занятий в подготовительной группе.

211. Сущность и характеристика особенностей методики физкультурно-оздоровительных занятий при функциональных нарушениях основных физиологических систем организма.

212. Сущность структуры занятий физической культурой студентов

213. Взаимосвязь базового физкультурного образования и региональных программ по физическому воспитанию.

214. Основное содержание базовой учебной программы по физическому воспитанию студентов.

215. Основы реализации теоретического и практического раздела базовой программы по физическому воспитанию студентов.

215. Критерий Вилкоксона и возможность его применения при статистической обработке данных.

216. Критерий Уайта и возможность его применения при статистической обработке данных.

217. Критерий Ван дер Вардена и возможность его применения при статистической обработке данных.

218. Коэффициент корреляции Пирсона и адекватность его применения при выявлении взаимосвязей.

219. Открытый и закрытый эксперимент, их особенности и различия

220. Последовательные и параллельные эксперименты, особенности их планирования и проведения.

221. Физическая культура как важный элемент образа жизни современного человека. Понятие «физическая культура», «адаптивная физическая культура».

222. Цель и приоритетные задачи адаптивной физической культуры

223. Характеристика объекта и субъекта педагогической деятельности в области адаптивной физической культуры

224. Средства и формы адаптивной физической культуры. Компоненты (виды) адаптивной физической культуры.

225. Основные понятия и термины адаптивной физической культуры: здоровье и его компоненты (соматическое, психическое, социальное), здоровая жизнедеятельность, инвалидность, реабилитация, социализация, социальная интеграция.

226. Педагогические функции адаптивной физической культуры.

227. Социальные функции адаптивной физической культуры.

228. Принципы адаптивной физической культуры.

229. Формы организации адаптивной физической культуры: урочные и неурочные.

230. Категория «целостность организма» и её значение в теории и практике адаптивной физической культуры.

231. Категория «структура и функция» и её значение в теории и практике адаптивной физической культуры.

232. Категория «реактивность» и её значение в теории и практике адаптивной физической культуры.

233. Категория «причинно-следственная связь» и её значение в теории и практике адаптивной физической культуры.

234. Категория «адаптация» и её значение в теории и практике адаптивной физической культуры.

235. Категория «компенсация» и её значение в теории и практике адаптивной физической культуры.

236. Характеристика патологий развития и отклонений в состоянии здоровья человека. Медицинские показания и противопоказания к занятиям адаптивной физической культурой.
237. Понятия норма, аномалия и порок развития.
238. Основы врачебно-педагогического контроля для лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
239. Медицинские противопоказания к занятиям физической культурой и спортом лиц с нарушением зрения, слуха, ПОДА, психическими отклонениями.
240. Термин реабилитация. Виды реабилитации
241. Причины возникновения врожденных пороков развития.
242. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре. Этапы обучения двигательным действиям.
243. Характеристика методов: дистанционного управления, упражнения по применению знаний, наглядности, стимулирования двигательной активности, расчлененного и целостного обучения.
244. Тренажерные устройства (классификация, способы воздействия технических средств на учащихся).
245. Характеристика физических качеств и особенности их развития у детей с ОВЗ. Основные закономерности развития физических способностей.
246. Развитие физических качеств у детей школьного возраста с ОВЗ различных нозологических групп (с нарушением слуха, речи, с психическими отклонениями, НОДА).
247. Характеристика здоровья, двигательных нарушений и физического развития детей с умственной отсталостью.
248. Характеристика психических нарушений и отклонений в интеллектуальном развитии. Особенности организации физкультурной деятельности с людьми, имеющими психические нарушения.
249. Характеристика поражений опорно-двигательного аппарата. Двигательные расстройства, характерные для людей с двигательными нарушениями.
250. Характеристика детского церебрального паралича. Двигательные и физиологические расстройства при детском церебральном параличе.
251. Принципы развития физических способностей. Развитие и совершенствование силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости у инвалидов и лиц с нарушениями в развитии сенсорных систем, интеллекта, опорно-двигательного аппарата, речи, других органов и систем.
252. Методы развития физических способностей. Приоритетная роль игрового метода в коррекции двигательных нарушений.
253. Проведение занятий коррекционной направленности для лиц с нарушением слуха. Подвижные игры для лиц с нарушением слуха.
254. Проведение занятий коррекционной направленности для лиц с нарушением речи. Подвижные игры для лиц с нарушением речи.
255. Проведение занятий коррекционной направленности для лиц с нарушением зрения. Подвижные игры для лиц с нарушением зрения.
256. Проведение занятий коррекционной направленности для лиц с ПОДА. Подвижные игры для лиц с НОДА.
257. Проведение занятий коррекционной направленности для лиц с интеллектуальными нарушениями. Подвижные игры для лиц с умственной отсталостью.
258. Проведение фитбол- гимнастики для лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата.
259. Стретчинг. Аквааэробика
260. Проведение лого ритмических упражнений.
261. Проведение фонетической ритмики для лиц с нарушениями речи.
262. Понятие структуры и функции организма человека. Его роль в объяснении закономерностей адаптивной физической культуры.
263. Роль реактивности организма при занятиях физическими упражнениями

264. Причинно-следственная связь как основа планирования занятий адаптивной физической культурой.

265. Адаптация и компенсация в теории физической культуры для лиц с ОВЗ.

266. Основная направленность рекреативно-оздоровительного спорта и спорта высших достижений.

267. Абсолютные и относительные противопоказания к занятиям адаптивным спортом.

268. Реализация дифференцированного и индивидуализированного подхода в спортивной тренировке при НОДА.

269. Коррекционная и компенсаторная функции АФК.

270. Методы активизации речевой и познавательной деятельности глухих и слабослышащих школьников. Специфика использования вербальных и невербальных методов.