УТВЕРЖДЕНО

Протокол заседания кафедры ТиМФКиМвТ

28.02.2025 № 9

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ВОПРОСЫ

по дисциплине **«Теория и методика физического воспитания»**
для студентов **2 курса дневной** формы получения образования
специальности: 6-05-1012-04 Организация и управление физической культурой, спортом и туризмом, профилизация: Менеджмент в туризме
факультета физического воспитания

1. Основные понятия теории физического воспитания (физическая культура как органическая часть культуры общества; физическое воспитание как педагогический процесс).
2. Определение понятий «физическая подготовка», «физическая подготовленность». Показатели физической подготовленности. Физическое развитие. Факторы, влияющие на физическое развитие.
3. Теория и методика физического воспитания как научная и учебная дисциплина. Цель и предмет теории и методики физического воспитания.
4. Система физического воспитания в РБ. Закон «О физической культуре и спорте» – правовая основа деятельности специалиста физической культуры.
5. Методы научного исследования в теории и методике физического воспитания. Общие методы познания. Частные методики (педагогическое наблюдение, педагогический эксперимент, тестирование, метод экспертных оценок).
6. Составить программу проведения педагогического эксперимента по этапам.
7. Составить комплекс контрольно-педагогических тестов по оценке физического развития и уровня общей физической подготовленности для учащихся 7-х классов.
8. Общекультурные функции (эстетическая, информационная, коммуникативная, воспитательная и др.).
9. Специфические функции физической культуры (прикладная, спортивная, рекреативная и др.).
10. Основополагающие принципы системы физического воспитания (всестороннего гармоничного развития личности, оздоровительной направленности, прикладной направленности физического воспитания).
11. Принцип сознательности и активности. Требования к его реализации в системе физического воспитания.
12. Принцип наглядности. Требования к его реализации в системе физического воспитания.
13. Принцип доступности и индивидуализации. Требования к его реализации в системе физического воспитания.

14. Принципы непрерывности физического воспитания и системного чередования нагрузок и отдыха. Требования к их реализации.

15. Принцип систематичности. Требования к его реализации в системе физического воспитания.

16. Основные направления и формы построения занятий в физическом воспитании.

17. Физическое упражнение как основное специфическое средство физического воспитания. Содержание, форма и классификация физических упражнений.

18. Составить классификацию и подобрать физические упражнения по признаку их преимущественной направленности на отдельные физические качества.

19. Техника двигательных действий (основа, определяющее звено, детали техники).

20. Основные характеристики техники движений (пространственные, временные, пространственно-временные, динамические, ритмические).

21. Оздоровительные силы природы и гигиенические факторы как средства физического воспитания.

22. Неспецифические методы физического воспитания. Особенности применения методов словесного и наглядного воздействия.

23. Специфические методы в физическом воспитании (строго регламентированного упражнения, игровой, соревновательный).

24. Обосновать использование методов строго регламентированного упражнения при обучении двигательным действиям.

25. Методы строго регламентированного упражнения при направленном развитии физических качеств.

26. Нагрузка и отдых как специфические компоненты методов физического воспитания. Виды нагрузок и интервалов отдыха.

27. Метод круговой тренировки в физическом воспитании.

28. Разработать упражнения для круговой тренировки по методу интервального упражнения.

29. Двигательные умения и навыки как результат процесса обучения двигательным действиям, закономерности их формирования.

30. Предпосылки и структура процесса обучения двигательным действиям.

31. Разработать программу обучения двигательному действию (на примере обучения технике прыжка в длину с разбега).

32. Предложить эстафеты на развитие координационных способностей для учащихся 4-х классов.

33. Общая характеристика силовых способностей. Классификация силовых способностей и факторы, обусловливающие их проявление.

34. Средства и методы, используемые при направленном развитии силовых способностей.

35. Разработать комплекс упражнений для направленного развития силовых способностей у учащихся 7-х классов на уроках по учебному предмету «Физическая культура и здоровье».

36. Методика направленного развития собственно-силовых способностей.

37. Методика направленного развития скоростно-силовых способностей.

38. Разработать комплекс упражнений для направленного развития скоростно-силовых способностей у учащихся 8-х классов на уроках по учебному предмету «Физическая культура и здоровье».

39. Общая характеристика скоростных способностей. Классификация скоростных способностей и факторы, обусловливающие их проявление.

40. Средства и методы, используемые при направленном развитии скоростных способностей.

41. Методика развития быстроты двигательных реакций (простой и сложной двигательных реакций).

42. Разработать комплекс упражнений с преимущественной направленностью на развитие скоростных способностей у учащихся 6-х классов на уроках по учебному предмету «Физическая культура и здоровье».

43. Общая характеристика выносливости. Классификация выносливости и факторы, обусловливающие уровень ее развития.

44. Средства направленного развития выносливости. Методы, используемые при направленном развитии выносливости.

45. Методика направленного развития аэробной и анаэробной выносливости.

46. Составить комплекс контрольных упражнений (тестов) для определения уровня развития выносливости учащихся 9-х классов.

47. Общая характеристика координационных способностей. Классификация координационных способностей и факторы, обусловливающие их развитие.

48. Методика направленного развития координационных способностей (средства, методы, методические приемы).

49. Разработать комплекс упражнений с направленностью на развитие координационных способностей для учащихся 5-х классов.

50. Составить комплекс упражнений для совершенствования способности сохранять статическое и динамическое равновесие у учащихся 5-х классов на уроках «Физическая культура и здоровье».

51. Общая характеристика гибкости. Виды гибкости и факторы, обусловливающие проявление гибкости.

52. Составить комплекс упражнений для развития гибкости у учащихся 6-х классов на уроках «Физической культуры и здоровья».

53. Характеристика правильной осанки. Значение правильной осанки как компонента физического совершенства. Факторы, влияющие на осанку.

54. Цель, задачи и формы организации физического воспитания учащихся.

55. Учебный предмет «Физическая культура и здоровье» как основная форма общего физкультурного образования.

56. Разработать план-конспект учебных занятий «Час здоровья и спорта» для учащихся 7-х классов.

57. Составить комплекс профессиональных качеств и способностей преподавателя физической культуры.

58. Разработать структуру плана-конспекта урока по предмету «Физическая культура и здоровье».

59. Обосновать методику проведения подготовительной и заключительной частей урока по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» в учреждениях общего среднего образования (раскрыть задачи, продолжительность, содержание, методы организации).

60. Подготовка преподавателя к уроку, организационное обеспечение урока.

61. Особенности проведения занятий по физическому воспитанию с учащимися специальных медицинских групп.

62. Физкультурно-оздоровительные мероприятия и их организация в режиме учебного дня в учреждениях общего среднего образования (гимнастика до уроков, физкультминутка, подвижная перемена, спортивный час). Задачи, содержание и методика их проведения.

63. Задачи, содержание и организация физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с учащимися в учреждениях общего среднего образования (кружки физической культуры, спортивные секции, спортивные соревнования, физкультурные праздники, дни здоровья и др.).

64. Физическое воспитание учащихся в семье (задачи, содержание, организация различных форм занятий).

65. Задачи и организационно-методические основы физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы с учащимися в учреждениях дополнительного образования.

66. Составить план физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий в учреждениях общего среднего образования.

67. Разработать положение о круглогодичной спартакиаде учащихся государственного учреждения образования.

68. Разработать положение о проведении соревнований по баскетболу для учащихся 8 класса.

69. Составить комплекс упражнений для формирования правильной осанки у школьников 5-х классов.

70. Составить комплекс основных требований по обеспечению безопасности занятий физическими упражнениями и спортом с учащимися.

71. Физическое воспитание детей раннего возраста (значение, задачи, особенности средств и методов).

72. Физическое воспитание детей дошкольного возраста. Характеристика основных форм занятий в физическом воспитании дошкольников.

73. Разработать рациональный двигательный режим детей дошкольного возраста (5-6 лет).

74. Цели и задачи формирования мировоззрения, нравственно-эстетического воспитания и гражданской культуры личности.

75. Анализ компонентов здорового образа жизни студенческой молодежи.

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ
ЛИТЕРАТУРА

Основная:

1. Теория и методика физического воспитания : учеб. пособие / А. Г. Фурманов, М. М. Круталевич, Л. И. Кузьмина [и др.] ; под ред. А. Г.\ Фурманова, М. М. Круталевича. – Минск : Респ. ин-т высш. шк., 2021. – 492 с.

Дополнительная:

1. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учеб. пособие / Г. Н. Германов. – 2-е изд., перераб. и доп. – М. : Юрайт, 2021. – 224 с.

2. Зациорский, В. М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания / В. М. Зациорский. – М. : Спорт, 2020. – 200 с.

3. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры : введ. в теорию физ. культуры : общ. теория и методика физ. воспитания : учебник / Л. П. Матвеев. – М. : Спорт, 2021. – 520 с.

4. О Государственном физкультурно-оздоровительном комплексе Республики Беларусь «Готов к труду и обороне» : постановление М-ва спорта и туризма Респ. Беларусь от 27 февр. 2023 г. № 10 // ilex : информ. правовая система (дата обращения: 17.02.2025).

5. Об изменении Кодекса Республики Беларусь об образовании : Закон Респ. Беларусь от 14 янв. 2022 г. № 154-З : принят Палатой представителей от 21 дек. 2021 г. : одобр. Советом Респ. от 22 дек. 2021 г. // ilex : информ. правовая система (дата обращения: 17.02.2025).

6. Теория и методика физического воспитания : учеб. пособие / под общ. ред. А. Г. Фурманова, М. М. Круталевича. – Минск : Белорус. гос. пед. ун-т, 2014. – 404 с. – URL: http://elib.bspu.by/handle/doc/3596 (дата обращения: 17.02.2025).

7. Теория и методика физической культуры : учеб. для студентов вузов / Ю. Ф. Курамшин, В. И. Григорьев, Н. Е. Латышева [и др.] ; под ред. Ю. Ф. Курамшина. – М. : Совет. спорт, 2010. – 320 с.

8. Учебная программа по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» для I–XI классов учреждений образования, реализующих образовательные программы общего среднего образования с русским языком обучения и воспитания : утв. постановлением М-ва образования Респ. Беларусь от 19 июля 2023 г. № 199 // ilex : информ. правовая система (дата обращения: 17.02.2025).

9. Холодов, Ж. К. Теория и методика физической культуры и спорта : учеб. для студентов вузов / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – М. : Академия, 2018. – 494 с.

10. Шебеко, В. Н. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : учебник / В. Н. Шебеко. – Минск : Выш. шк., 2021. – 278 с.