Министерство спорта и туризма Республики Беларусь
Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

УТВЕРЖДАЮ
Ректор университета,
председатель приемной комиссии
_____ С.Б.Репкин
_____31.03.2025_____

ПРОГРАММА
ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ В МАГИСТРАТУРУ

по учебной дисциплине
«Теория и методика физического воспитания»

для специальности
7-06-1012-01 «Физическая культура и спорт»

Минск 2025

СОСТАВИТЕЛИ:
М.П.Ступень, заведующий кафедрой теории и методики физического воспитания и спорта учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», кандидат педагогических наук, доцент;
А.В.Помозов, доцент кафедры теории и методики физического воспитания и спорта учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры»;
Н.П.Максименко, доцент кафедры теории и методики физического воспитания и спорта учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры»;
О.К.Новик, ведущий специалист кафедры теории и методики физического воспитания и спорта учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры»

РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ:
кафедрой теории и методики физического воспитания и спорта учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (протокол от 19.12.2024 № 7)

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа вступительного испытания в магистратуру по учебной дисциплине «Теория и методика физического воспитания» для специальности 7-06-1012-01 «Физическая культура и спорт» составлена с учетом требований к вступительным испытаниям, установленных Министерством образования Республики Беларусь.

Цель вступительного испытания:

определить соответствие уровня подготовленности абитуриента требованиям к освоению образовательной программы магистратуры.

Абитуриент должен:

знать:

– тенденции формирования теории физической культуры в системе научных знаний;
– основные понятия, характеризующие предметную область профессиональной деятельности;
– методы исследования в теории физической культуры;
– формы и функции физической культуры;
– основы и структуру системы физической культуры;
– средства и методы физического воспитания;
– закономерности и принципы физического воспитания;
– общие основы теории и методики обучения двигательным действиям;
– сущность двигательных способностей и общие основы методики их направленного развития;
– возрастные особенности физического воспитания;
– планирование в физическом воспитании;
– контроль и самоконтроль в физическом воспитании;
– основы безопасного проведения занятий физическими упражнениями;

уметь:

– системно представлять предметную область профессиональной деятельности и перспективы ее развития;
– организовывать научные исследования в сфере физической культуры и спорта;
– использовать средства и методы физического воспитания;
– реализовывать принципы физического воспитания в процессе практической деятельности;
– нормировать и контролировать физическую нагрузку;
– осуществлять направленное развитие двигательных способностей;
– формировать физическую культуру личности;
– планировать физическое воспитание школьников;

– контролировать эффективность физического воспитания;
– работать с научно-методической литературой, нормативными правовыми актами и другими документами;
– составлять методическую, планирующую и отчетную документацию по установленным формам;

владеть:

– понятийным аппаратом теории физической культуры;
– методами исследования в сфере физической культуры и спорта;
– средствами и методами физического воспитания;
– методикой нормирования физической нагрузки;
– методикой обучения двигательным действиям;
– методиками направленного развития двигательных способностей;
– методами контроля в физическом воспитании.

Программа вступительного испытания основана на содержании учебной дисциплины «Теория и методика физического воспитания» и включает в себя следующие разделы:

Раздел I. Общие основы теории физической культуры.

Раздел II. Общие основы теории и методики физического воспитания.

Раздел III. Возрастные основы физического воспитания.

Раздел IV. Основы физического воспитания в системе образования.

Список рекомендуемой литературы включает основные и дополнительные литературные источники: учебники, учебные пособия (отечественных и зарубежных авторов), нормативные правовые акты и другие документы.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

Раздел I. ОБЩИЕ ОСНОВЫ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Тема 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА И ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ ТЕОРИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Тенденции формирования общей теории в системе научных знаний о физической культуре и физическом воспитании. Теория и методика физического воспитания как научная и учебная дисциплина.

Система основных понятий. Физическая культура как органическая часть культуры общества и личности. Физическая культура личности как часть культуры, усвоенная человеком. Основные компоненты физической культуры личности (потребность в занятиях физической культурой или спортом; необходимые знания, умения, навыки; активная физкультурная или спортивная деятельность, направленная на физическое и связанное с ней духовное совершенствование).

Физическое воспитание как неотъемлемая часть воспитания, основной канал направленного использования физической культуры личностью и обществом. Физическое воспитание как педагогический процесс. Цель, задачи, основные стороны физического воспитания и их компоненты.

Физическая подготовка как педагогический процесс направленного развития двигательных способностей. Физическая подготовленность как результат физической подготовки. Показатели физической подготовленности.

Общее физкультурное образование как обучение и воспитание в интересах личности, общества и государства, направленное на усвоение знаний, умений, навыков, формирование гармоничной, разносторонне развитой личности.

Физическое развитие как естественный процесс. Факторы, влияющие на физическое развитие. Неравномерность физического развития. Возможности управления физическим развитием в физическом воспитании. Показатели физического развития.

Физическое совершенство. Эволюция представлений о физически совершенной личности. Физическое совершенство и его критерии: разносторонность развития, гармония форм и функций, единство духовного и физического и др.

Тема 2. МЕТОДЫ НАУЧНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ В ТЕОРИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Методология и методы познания в теории в теории физической культуры. Общелогические методы познания: анализ и синтез, абстрагирование, обобщение, аналогия, индукция и дедукция, моделирование.

Методы построения теоретического знания: мысленный эксперимент, идеализация и формализация, аксиоматический метод, восхождение от

абстрактного к конкретному (гипотетико-дедуктивный метод), метод математической гипотезы, исторический и логический методы.

Методы построения эмпирического знания: наблюдение, описание, измерение, эксперимент.

Частные методы: изучение литературы, опросные методы, антропометрия, педагогическое наблюдение, тестирование, педагогический эксперимент и другие методы смежных наук.

Педагогическое наблюдение как планомерное, целенаправленное и систематизированное познание изучаемых объектов. Виды педагогического наблюдения. Объекты педагогического наблюдения и способы фиксации его результатов. Достоинства и слабые стороны метода педагогического наблюдения.

Педагогический эксперимент как метод познания, позволяющий исследовать явления действительности в контролируемых и управляемых условиях. Классификации педагогических экспериментов: констатирующий и формирующий педагогические эксперименты; естественный и модельный педагогические эксперименты; сравнительные педагогические эксперименты (последовательный и параллельный). Организация педагогического эксперимента.

Тестирование как метод исследования, основанный на выполнении испытуемыми двигательных заданий в строго регламентированных условиях. Требования к тестам: информативность, надежность, стандартность, объективность, наличие системы оценок. Требования к проведению тестирования.

Тема 3. ФУНКЦИИ, ФОРМЫ И НАПРАВЛЕНИЯ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Функции физической культуры как объективно присущие ей свойства воздействовать на человека и человеческие отношения, удовлетворять и развивать определенные потребности личности и общества.

Общекультурные функции (эстетическая, нормативная, информационная, коммуникативная, воспитательная, социальной интеграции и др.).

Специфические функции физической культуры (образовательная, прикладная, спортивная, рекреативная, оздоровительно-реабилитационная).

Формы физической культуры. Базовая физическая культура, спорт, профессионально-прикладная физическая культура, фоновая физическая культура, оздоровительно-реабилитационная физическая культура.

Общеподготовительное направление использования физической культуры как обязательный курс физического воспитания, обеспечивающий необходимый для всех уровень всесторонней физической подготовленности. Формы базовой и фоновой физической культуры, характеризующие общеподготовительное направление использования физической культуры.

Базовая физическая культура и ее разновидности. Школьная физическая культура и пролонгирующие разновидности физической культуры. Фоновая

физическая культура и ее виды (гигиеническая, оздоровительно-рекреативная). Физическая рекреация (физкультурно-спортивные развлечения, туристические походы и т. п.). Значение физической рекреации в жизни современного человека.

Специализированное направление использования физической культуры (спорт, профессионально-прикладная физическая культура и оздоровительно-реабилитационная физическая культура).

Спорт как род культурной деятельности, сложившийся в форме соревнований и системы подготовки к ним. Факторы, влияющие на развитие спорта. Базовый (массовый) спорт и спорт высших достижений и их характеристики (уровень спортивных результатов, доступность, массовость, условия подготовки, материальное и информационное обеспечение).

Общая характеристика спорта как компонента специализированного направления использования физической культуры. Социальные функции спорта (эталонная, воспитательная, оздоровительная, эстетическая, зрелищная, коммуникативная, экономическая и др.).

Профессионально-прикладная физическая культура как одна из форм физической культуры, направленная на формирование двигательных способностей, знаний, умений и навыков, необходимых людям в их трудовой деятельности. Виды профессионально-прикладной физической культуры: собственно профессионально-прикладная физическая подготовка, военно-прикладная физическая подготовка, производственная физическая культура.

Оздоровительно-реабилитационная физическая культура как форма физической культуры, направленная на лечение и восстановление функциональных возможностей организма человека. Виды оздоровительно-реабилитационной физической культуры: лечебная физическая культура, адаптивная физическая культура, спортивно-реабилитационная и др. Значение физической реабилитации в современном обществе.

Тема 4. СИСТЕМА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Система физической культуры в Республике Беларусь. Цель, структура системы физической культуры: подготовка кадров, материально-техническое, информационное обеспечение, врачебно-педагогический контроль и т. д.

Социальная практика физического воспитания: физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста, физическое воспитание учащихся, студентов, населения по месту работы, жительства и отдыха, лиц с отклонениями в физическом и психическом развитии и т. д.

Идейные, нормативные, научные, программные, организационные основы системы физической культуры.

Государственный физкультурно-оздоровительный комплекс Республики Беларусь – программная и нормативная основа общеподготовительного направления использования физической культуры.

Тема 5. СРЕДСТВА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Средства физического воспитания. Специфические и неспецифические (общепедагогические) средства физического воспитания.

Физическое упражнение как основное специфическое средство воздействия на физическое состояние человека в физическом воспитании. Содержание и форма физических упражнений. Свойства физических упражнений. Классификации физических упражнений.

Техника физических упражнений как наиболее рациональный способ выполнения двигательных действий для решения двигательной задачи. Основа, определяющее звено, детали техники.

Основные характеристики техники физических упражнений: пространственные (положение тела, траектория, направление и амплитуда движения), временные (длительность и темп движения), пространственно-временные (скорость и ускорение), динамические (внутренние и внешние силы), ритмическая.

Характеристика нагрузки и ее параметров. Воздействие физических упражнений на организм человека. Адаптация к физической нагрузке. Внешняя и внутренняя стороны нагрузки. Количественные и качественные критерии нагрузки. Объем и интенсивность нагрузки, их параметры в отдельном упражнении. Закономерности соотношения объема и интенсивности при выполнении физического упражнения.

Типы интервалов отдыха в зависимости от степени восстановления: в ходе занятия (ординарный, напряженный, «минимакс»-интервал), между занятиями (ординарный, жесткий, суперкомпенсаторный). Следовые процессы, связанные с нагрузкой. Отдых и его разновидности: активный и пассивный.

Факторы, влияющие на выбор направленности и оптимальной величины нагрузки. Основные результаты использования физических упражнений: овладение двигательными действиями, развитие двигательных способностей, изменение морфофункциональных свойств организма.

Перенос тренированности, его виды, разновидности и определяющие факторы.

Неспецифические средства физического воспитания. Средства словесного и наглядного воздействия.

Оздоровительные силы природы и гигиенические факторы как средства и условия физического воспитания. Воздействие оздоровительных сил природы и гигиенических факторов на результат выполнения физических упражнений. Оздоровительное воздействие физической нагрузки на организм. Условия, влияющие на оздоровительное воздействие упражнений.

Тема 6. МЕТОДЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Общая характеристика методов физического воспитания. Метод физического воспитания как способ использования физических упражнений. Специфические и неспецифические (общепедагогические) методы, используемые в физическом воспитании. Специфические методы физического

воспитания: метод строго регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы.

Использование метода строго регламентированного упражнения при обучении двигательным действиям, его разновидности (целостно-конструктивный и расчлененно-конструктивный) и особенности применения.

Использование метода строго регламентированного упражнения при направленном развитии двигательных способностей. Нормирование нагрузки и отдыха. Классификация методов строго регламентированного упражнения в зависимости от характера и соотношения параметров нагрузки и отдыха: метод стандартного упражнения, метод вариативного (переменного) упражнения, метод непрерывного упражнения, метод интервального упражнения, методы комбинированного упражнения.

Круговая тренировка – комплексная организационно-методическая форма проведения занятия. Круговая тренировка по методу непрерывного упражнения, интервального упражнения с ординарными и жесткими интервалами отдыха.

Игровой метод в физическом воспитании. Особенности, область применения, преимущества и недостатки игрового метода.

Соревновательный метод в физическом воспитании. Особенности, область применения, преимущества и недостатки соревновательного метода.

Неспецифические (общепедагогические) методы физического воспитания. Особенности применения методов словесного, идеомоторного и психо-регулирующего воздействия. Методы обеспечения наглядности.

Тема 7. ПРИНЦИПЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Принцип всестороннего гармонического развития личности как один из основополагающих принципов системы физической культуры. Требования к его реализации в физическом воспитании: связь физического воспитания с другими видами воспитания (нравственным, интеллектуальным, эстетическим); всесторонность и соразмерное развитие двигательных способностей; формирование широкого фонда двигательных умений и навыков.

Принцип прикладной направленности (принцип связи физической культуры с трудовой и оборонной практикой общества) как один из основополагающих принципов системы физической культуры. Требования к его реализации в физическом воспитании: формирование двигательных умений и навыков прикладного характера; приобретение возможно более широкого фонда двигательных умений и навыков; развитие двигательных способностей с учетом требований профессиональной деятельности.

Принцип оздоровительной направленности как один из основополагающих принципов системы физической культуры. Требования к его реализации в физическом воспитании: отбор средств и методов воздействия на физическое состояние и развитие организма; рациональное нормирование и регулирование функциональных нагрузок; дифференцированное использование видов физической культуры; обеспечение врачебного и педагогического

контроля; сочетание физкультурной двигательной активности с другими компонентами здорового образа жизни.

Принцип сознательности и активности как один из общеметодических принципов обучения и воспитания. Формирование у занимающихся интереса, осмысленного отношения и потребности к физкультурно-спортивной деятельности. Требования к его реализации в физическом воспитании: формирование осмысленного отношения и устойчивого интереса к цели и задачам физического воспитания; стимулирование анализа и самоконтроля; содействие развитию самостоятельности, инициативности и творческого подхода.

Принцип наглядности как один из общеметодических принципов обучения и воспитания. Требования к его реализации в физическом воспитании: использование наглядности как фактора адекватного разучивания двигательных действий; направленное воздействие на функции сенсорных систем, участвующих в управлении движениями; сочетание непосредственной и опосредованной наглядности.

Принцип доступности и индивидуализации как один из общеметодических принципов обучения и воспитания. Требования к его реализации в физическом воспитании: определение доступности физических упражнений возможностям занимающихся (уровень физической подготовленности и физического развития, функциональные возможности, обучаемость); обеспечение методических условий доступности (преемственность и постепенное усложнение требований).

Принцип систематичности как один из общеметодических принципов обучения и воспитания. Требования к его реализации в физическом воспитании: систематичное чередование нагрузок и отдыха; оптимальная последовательность и взаимосвязь между различными сторонами занятия.

Принципы непрерывности процесса физического воспитания и системного чередования нагрузок и отдыха как специфические принципы физического воспитания. Требования к их реализации в физическом воспитании: целостность учебно-воспитательного процесса; закономерности адаптации организма к физической нагрузке; основные варианты построения системы занятий в зависимости от динамики восстановления.

Принципы постепенного наращивания развивающе-тренирующих воздействий и адаптивного сбалансирования динамики нагрузок как специфические принципы физического воспитания. Требования к их реализации в физическом воспитании: обеспечение действенности физического воспитания на основе последовательной реализации усложняющихся двигательных задач; повышение двигательной активности; увеличение объема и интенсивности физических нагрузок; типичные формы динамики суммарной нагрузки в рамках этапов физического воспитания.

Принцип циклического построения системы занятий как один из специфических принципов физического воспитания. Требования к его реализации в физическом воспитании: закономерности структурного

упорядочения процесса физического воспитания; характеристика микро-, мезо- и макроциклов.

Принцип возрастной адекватности направлений многолетнего процесса физического воспитания как один из специфических принципов физического воспитания. Требования к его реализации в физическом воспитании: периоды возрастного физического развития (онтогенеза); доминирующая направленность процесса физического воспитания применительно к естественно сменяющимся периодам онтогенеза.

Взаимосвязь принципов физического воспитания.

Раздел II. ОБЩИЕ ОСНОВЫ МЕТОДИКИ ОБУЧЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫМ ДЕЙСТВИЯМ И НАПРАВЛЕННОГО РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ

Тема 8. ОСНОВЫ МЕТОДИКИ ОБУЧЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫМ ДЕЙСТВИЯМ

Цель и задачи обучения двигательным действиям.

Двигательные умения и навыки как результат процесса обучения двигательным действиям. Уровни освоения движения: представление о движении, репродуктивный, трансформации, творческий. Отличительные черты (признаки) двигательного умения и двигательного навыка. Перенос двигательных навыков в процессе обучения, его значение при обучении, виды и разновидности.

Общая (типовая) структура процесса обучения двигательным действиям. Этапы обучения, логика их последовательности. Варианты структуры процесса обучения в зависимости от цели обучения, подготовленности занимающихся, избранного направления физического воспитания.

Предпосылки обучения двигательному действию (физическая подготовленность, наличие двигательного опыта, психическая готовность).

Этап начального разучивания двигательного действия: общие задачи обучения; частные задачи в зависимости от сложности техники действия и степени подготовленности обучающихся. Создание общего представления о двигательном действии и установки на его освоение. Методы непосредственного (практического) разучивания: разучивание действия в целом или по частям; их особенности, условия и правила использования. Регламентация объема заданий на отдельном занятии и в системе занятий. Особенности и правила использования методов словесного и наглядного воздействия. Основные причины ошибок на этапе начального разучивания. Контроль освоения техники двигательного действия.

Этап углубленного разучивания двигательного действия. Общие и частные задачи обучения. Повторное упражнение – ведущий метод формирования двигательного навыка. Регламентация объема заданий на отдельном занятии и в системе занятий. Особенности использования методов

словесного и наглядного воздействия. Контроль освоения техники двигательного действия.

Этап закрепления и совершенствования двигательного действия. Общие и частные задачи обучения. Методика обеспечения вариативности двигательного действия, его устойчивости к различным «сбивающим» факторам. Обеспечение устойчивости двигательного действия при значительных и предельных физических нагрузках. Регламентация объема заданий на отдельном занятии и в системе занятий. Контроль освоения техники двигательного действия.

Тема 9. ОСНОВНЫЕ ЗАКОНОМЕРНОСТИ РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ

Двигательные способности как комплекс приобретенных морфологических и психофизиологических свойств человека, отвечающих требованиям какого-либо вида мышечной деятельности и обеспечивающий эффективность её выполнения. Классификация и закономерности развития двигательных способностей. Этапность, неравномерность и гетерохронность развития двигательных способностей. Проблема «критических» («сенситивных») периодов развития двигательных способностей в онтогенезе. Перенос двигательных способностей.

Тема 10. СИЛОВЫЕ СПОСОБНОСТИ И МЕТОДИКА ИХ НАПРАВЛЕННОГО РАЗВИТИЯ

Понятие о двигательных способностях. Классификация двигательных способностей.

Общая характеристика силовых способностей. Значение силовых способностей в физическом воспитании. Абсолютная сила и относительная сила. Факторы, обусловливающие их проявление (физиологические, биохимические и биомеханические). Основные разновидности силовых способностей: собственно-силовые способности, скоростно-силовые способности и силовая выносливость. Режимы работы мышц при выполнении силовых упражнений (преодолевающий, уступающий, изометрический). Контроль уровня развития силовых способностей (тестирование, динамометрия и др.).

Собственно-силовые способности и методика их направленного развития в физическом воспитании. Физиологические, биохимические и биомеханические факторы, обусловливающие их проявление. Возрастные периоды, благоприятные для направленного развития собственно-силовых способностей. Средства направленного развития собственно-силовых способностей. Методы направленного развития собственно-силовых способностей: метод максимальных усилий, метод повторных усилий «до отказа», метод изометрических усилий, изокинетический метод, электростимуляция. Особенности их использования при направленном развитии собственно-силовых способностей (правила выбора величины сопротивления, количества

повторений, интервалов и характера отдыха, количества подходов). Контроль уровня развития собственно-силовых способностей.

Скоростно-силовые способности и методика их направленного развития в физическом воспитании. Физиологические, биохимические и биомеханические факторы, обусловливающие их проявление. Режимы работы мышц. Возрастные периоды, благоприятные для направленного развития скоростно-силовых способностей. Средства направленного развития скоростно-силовых способностей. Основные методы направленного развития скоростно-силовых способностей: метод динамических усилий и ударный метод. Особенности их использования при направленном развитии скоростно-силовых способностей (правила выбора величины сопротивления, количества повторений, интервалов и характера отдыха, количества подходов). Контроль уровня развития скоростно-силовых способностей.

Силовая выносливость и методика ее направленного развития в физическом воспитании. Физиологические, биохимические и биомеханические факторы, обусловливающие ее проявление. Режимы работы мышц. Возрастные периоды, благоприятные для направленного развития силовой выносливости. Средства направленного развития силовой выносливости. Основные методы направленного развития силовой выносливости: метод повторных усилий «до отказа», метод изометрических усилий. Особенности их использования при направленном развитии силовой выносливости (правила выбора величины сопротивления, количества повторений, интервалов и характера отдыха, количества подходов). Контроль уровня развития силовой выносливости.

Особенности использования метода строго регламентированного упражнения, игрового и соревновательного методов при направленном развитии силовых способностей.

Место силовых упражнений в отдельном занятии и в системе занятий.

Тема 11. СКОРОСТНЫЕ СПОСОБНОСТИ И МЕТОДИКА ИХ НАПРАВЛЕННОГО РАЗВИТИЯ

Общая характеристика скоростных способностей. Значение скоростных способностей в физическом воспитании. Основные разновидности скоростных способностей: элементарные (быстрота простой и сложных двигательных реакций, темп движений и скорость отдельных движений) и комплексные (способность к достижению высокого уровня дистанционной скорости, умение быстро набирать скорость на старте, способность быстро переключаться с одних двигательных действий на другие).

Быстрота простой двигательной реакции и методика ее направленного развития в физическом воспитании. Латентное время простой двигательной реакции. Психологические, физиологические, биохимические факторы, обусловливающие ее проявление. Возрастные периоды, благоприятные для направленного развития скоростных способностей. Средства и методы направленного развития быстроты простой двигательной реакции (сенсомоторный метод, метод аналитического подхода). Место скоростных

упражнений в отдельном занятии и системе занятий. Контроль уровня развития скоростных способностей.

Быстрота сложных двигательных реакций (реакция на движущийся объект, реакция выбора) и методика их направленного развития в физическом воспитании. Психологические, физиологические, биохимические факторы, обусловливающие их проявление. Возрастные периоды, благоприятные для направленного развития скоростных способностей. Средства и методы направленного развития быстроты сложных двигательных реакций. Место скоростных упражнений в отдельном занятии и системе занятий. Контроль уровня развития скоростных способностей.

Быстрота движений и методика ее направленного развития в физическом воспитании. Средства направленного развития быстроты движений. Особенности использования метода строго регламентированного упражнения, игрового и соревновательного методов при направленном развитии быстроты движений. Правила нормирования нагрузки и отдыха при повышении быстроты движений. Скоростной барьер и методические приемы борьбы с ним. Место скоростных упражнений в отдельном занятии и системе занятий. Контроль уровня развития скоростных способностей.

Тема 12. ВЫНОСЛИВОСТЬ И МЕТОДИКА ЕЕ НАПРАВЛЕННОГО РАЗВИТИЯ

Общая характеристика выносливости. Значение выносливости в физическом воспитании. Утомление и выносливость. Факторы, обусловливающие уровень развития выносливости (психологические, физиологические и биомеханические). Основные механизмы энергообеспечения мышечной работы. Различные классификации выносливости: общая и специальная; аэробная и анаэробная; силовая, скоростная, скоростно-силовая, координационная; динамическая и статическая. Контроль уровня развития выносливости (тестирование и лабораторные исследования).

Аэробная выносливость и методика ее направленного развития в физическом воспитании. Психологические, физиологические и биомеханические факторы, обусловливающие уровень развития аэробной выносливости. Основные биохимические механизмы энергообеспечения мышечной работы. Возрастные периоды, благоприятные для направленного развития аэробной выносливости. Средства направленного развития аэробной выносливости. Особенности использования метода строго регламентированного упражнения, игрового и соревновательного методов при направленном развитии аэробной выносливости. Основные компоненты нагрузки при направленном развитии аэробной выносливости в упражнениях, выполняемых в различных зонах мощности (нормирование нагрузки и отдыха). Дополнительные факторы направленного развития аэробной выносливости. Место упражнений на выносливость в отдельном занятии и системе занятий. Контроль уровня развития аэробной выносливости.

Анаэробная выносливость и методика ее направленного развития в физическом воспитании. Психологические, физиологические и биомеханические факторы, обусловливающие уровень развития анаэробной выносливости. Основные биохимические механизмы энергообеспечения мышечной работы. Возрастные периоды, благоприятные для направленного развития анаэробной выносливости. Средства направленного развития анаэробной выносливости. Особенности использования метода строго регламентированного упражнения, игрового и соревновательного методов при направленном развитии анаэробной выносливости. Основные компоненты нагрузки при направленном развитии выносливости в упражнениях, выполняемых в различных зонах мощности (нормирование нагрузки и отдыха). Дополнительные факторы направленного развития анаэробной выносливости. Место упражнений на выносливость в отдельном занятии и системе занятий. Контроль уровня развития анаэробной выносливости.

Тема 13. КООРДИНАЦИОННЫЕ СПОСОБНОСТИ И МЕТОДИКА ИХ НАПРАВЛЕННОГО РАЗВИТИЯ

Общая характеристика координационных способностей (способности поддерживать динамическое и статическое равновесие, способности к рациональному мышечному расслаблению, способности соблюдать и регулировать пространственные параметры движений и др.). Значение координационных способностей в физическом воспитании. Факторы, обусловливающие уровень развития координационных способностей. Возрастные периоды, благоприятные для направленного развития координационных способностей.

Методика направленного развития координационных способностей. Средства направленного развития координационных способностей. Особенности использования метода строго регламентированного упражнения, игрового и соревновательного методов при направленном развитии координационных способностей. Нормирование нагрузки при направленном развитии координационных способностей. Методические приемы внесения вариативности в упражнения, направленные на развитие координационных способностей.

Методика направленного развития способности поддерживать динамическое и статическое равновесие, способности к рациональному мышечному расслаблению, способности соблюдать и регулировать пространственные параметры движений.

Место упражнений для развития координационных способностей в отдельном занятии и системе занятий.

Контроль уровня развития координационных способностей.

Тема 14. ГИБКОСТЬ И МЕТОДИКА ЕЕ НАПРАВЛЕННОГО РАЗВИТИЯ

Общая характеристика гибкости. Значение гибкости в физическом воспитании. Основные разновидности гибкости: активная и пассивная; динамическая и статическая; общая и специальная. Факторы, обусловливающие проявление гибкости (психологические, физиологические и биомеханические). Возрастные периоды, благоприятные для направленного развития гибкости. Контроль уровня развития гибкости (тестирование, гониометрия и др.).

Методика направленного развития гибкости. Специфика постановки задач при направленном развитии гибкости (развивающий и поддерживающий режимы). Средства направленного развития гибкости. Особенности использования методов физического воспитания при направленном развитии гибкости. Дополнительные методы направленного развития гибкости (метод биомеханической стимуляции мышц, методы психорегулирующей тренировки и др.) Нормирование нагрузки при направленном развитии гибкости.

Место упражнений для развития гибкости в отдельном занятии и системе занятий.

Контроль уровня развития гибкости.

Тема 15. ФОРМИРОВАНИЕ ОСАНКИ И РЕГУЛИРОВАНИЕ МАССЫ ТЕЛА В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ

Характеристика правильной осанки. Значение правильной осанки как компонента физического совершенства. Факторы, влияющие на осанку. Нарушения осанки. Профилактика нарушений осанки средствами физического воспитания. Задачи, средства и методика формирования правильной осанки. Основы методики коррекции нарушений осанки. Место физических упражнений, направленных на формирование осанки в отдельном занятии, системе занятий и многолетнем процессе физического воспитания.

Задачи регулирования массы тела в физическом воспитании. Факторы, определяющие массу тела. Критерии нормальной массы тела лиц различного телосложения, способы ее контроля. Основы методики регулирования массы тела.

Тема 16. ФОРМЫ ПОСТРОЕНИЯ ЗАНЯТИЙ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ

Формы занятий физическими упражнениями в физическом воспитании.

Урочные формы занятий, их отличительные черты. Типы урочных форм занятий в зависимости от решаемых задач. Общие основы методики проведения занятий. Организация начала занятия. Методы организации занимающихся на уроке (фронтальный, групповой, индивидуальный). Метод дополнительных упражнений. Правила выбора преподавателем места в спортивном зале (на площадке и др.) при различных методах организации занимающихся. Использование команд, распоряжений, указаний. Нормирование физической нагрузки на уроке физической культуры.

Индивидуализация образовательного процесса по учебному предмету «Физическая культура и здоровье». Основы методики построения и проведения подготовительной части занятия. Основы методики построения и проведения основной части занятия. Основы методики построения и проведения заключительной части занятия. Основные требования к заблаговременной и непосредственной подготовке преподавателя к занятию. Критерии качества проведения занятий урочного типа.

Научно-методические основы построения урока физической культуры (динамика работоспособности обучающихся, структура урока, содержание и продолжительность частей урока). Динамика работоспособности как основной фактор, определяющий структуру занятия. Части занятия и их взаимосвязь. Зависимость содержания и структуры занятия от различных факторов (задач занятия, подготовленности обучающихся, изменения работоспособности обучающихся в процессе занятия, метеорологических условий, материальных условий и др.). Основы методики построения и проведения частей занятия (подготовительной, основной, заключительной).

Неурочные формы занятий, их отличительные черты. Характеристика малых и крупных неурочных форм занятий. Малые формы занятий неурочного типа: утренняя гигиеническая зарядка, вводная гимнастика, физкультпаузы и физкультминутки. Типичные признаки малых форм занятий. Крупные формы занятий неурочного типа: самодеятельные тренировочные занятия (индивидуальные или групповые), физкультурно-рекреативные формы занятий, соревновательные формы организации занятий. Место неурочных форм занятий в физическом воспитании. Характеристика и методические особенности организованных и самостоятельных неурочных форм занятий (индивидуальных, групповых и массовых).

Тема 17. ПЛАНИРОВАНИЕ И КОНТРОЛЬ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ

Планирование как вид практической (конструктивной) деятельности педагогического работника. Факторы, обусловливающие эффективное планирование образовательного процесса в физическом воспитании (целевые ориентиры, особенности обучающихся, условия реализации планов, бюджет времени и т. д.).

Хронологическая масштабность планирования (оперативное, цикловое, этапное, перспективное). Требования к планированию: целенаправленность и перспективность, преемственность, научная обоснованность, реалистичность, конкретность, наглядность планов и др. Технология планирования: накопление предварительной информации; постановка задач и определение конечных результатов; последовательность операций при разработке планов; нормирование динамики нагрузок; оформление документов планирования.

Разновидности оформления документов планирования: текстовые, графические, сетевые. Вариативность форм и содержания планов.

Педагогический контроль, его объекты, виды, формы и организация в физическом воспитании. Сущность педагогического контроля в физическом воспитании. Значение контроля для управления эффектом занятия. Виды педагогического контроля: предварительный, текущий, этапный, итоговый контроль и самоконтроль. Содержание педагогического контроля (контроль знаний, техники выполнения физических упражнений и эффективности способов деятельности, уровня развития двигательных способностей). Уровни достижений, критерии и шкалы оценки. Требования, предъявляемые к тестам. Тесты, применяемые в образовательном процессе, и методика тестирования. Комплексная система оценки физического состояния обучающихся.

Предварительный контроль. Оперативный контроль, показатели оперативного контроля на занятии (объективные и субъективные). Текущий контроль, показатели текущего контроля. Этапный контроль, показатели этапного контроля; анализ результатов. Итоговый контроль.

Самоконтроль как один из видов контроля в физическом воспитании. Педагогический самоконтроль (самоконтроль преподавателя) и самоконтроль занимающихся. Методы педагогического самоконтроля (самонаблюдение, самоанализ поступков, сообщений, указаний и других действий, обращенных к обучающимся). Методы самоконтроля занимающихся (самонаблюдение, анализ и оценка своего состояния, поведения, реагирования и др.). Объективные и субъективные показатели самоконтроля. Дневник самоконтроля. Методика ведения дневника самоконтроля, анализ показателей самоконтроля. Единство педагогического, врачебного контроля и самоконтроля.

Раздел III. ОБЩИЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ОНТОГЕНЕЗЕ

Тема 18. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ КАК МНОГОЛЕТНИЙ ПРОЦЕСС

Социально-биологические факторы, влияющие на физическое развитие и определяющие особенности физического воспитания человека в различные периоды жизни. Основные фазы и периоды возрастного развития. Возрастная структура населения Республики Беларусь и ее отражение в государственной системе физического воспитания. Общее физкультурное образование как основная форма направленного использования физической культуры в фазе поступательного развития детей и молодежи.

Тема 19. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В ДОШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ

Значение физического воспитания в грудном и раннем возрасте. Роль семьи в обеспечении физического воспитания детей грудного и раннего возраста. Периодизация возрастного развития детей грудного (до 1 года) и раннего (от 1 года до 3-х лет) возраста. Специфика постановки задач физического воспитания. Содержание и методика занятий физической

культурой с детьми грудного и раннего возраста. Формы направленного использования физической культуры. Методические требования к организации режима двигательной активности и физкультурных занятий с детьми грудного и раннего возраста.

Физическое воспитание детей дошкольного возраста (от 3-х до 6–7-ми лет). Задачи, содержание и организация работы по физическому воспитанию детей в условиях учреждений дошкольного образования (программные требования). Рациональный режим дня. Основные формы направленного использования физической культуры в системе воспитания детей дошкольного возраста.

Особенности методики обучения движениям и направленного развития двигательных способностей детей дошкольного возраста. Выбор адекватных средств и методов физического воспитания детей дошкольного возраста. Содержание и построение занятий физической культурой с детьми дошкольного возраста.

Контроль результатов физического воспитания детей дошкольного возраста.

Роль семьи в обеспечении физического воспитания детей дошкольного возраста.

Тема 20. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ И СТУДЕНТОВ

Возрастные особенности физического развития и физической подготовленности в школьном возрасте. Значение, цель и задачи физического воспитания в школьном возрасте. Содержание, организация и методика физического воспитания в школьном возрасте. Контроль результатов физического воспитания.

Возрастные особенности физического развития и физической подготовленности учащихся в системе профессионально-технического и среднего специального образования. Значение, цель и задачи физического воспитания учащихся. Содержание и организация физического воспитания. Контроль результатов физического воспитания учащихся в системе профессионально-технического и среднего специального образования.

Возрастные особенности физического развития и физической подготовленности студенческой молодежи. Значение, цель и задачи физического воспитания студентов. Содержание и организация физического воспитания студентов при реализации образовательных программ высшего образования. Контроль результатов физического воспитания.

Тема 21. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В МОЛОДОМ, СРЕДНЕМ, ПОЖИЛОМ И СТАРЧЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

Задачи и методика направленного использования физической культуры в основной период трудовой деятельности: молодой возраст (22–44 года), средний возраст (45–60 лет). Социальная значимость и задачи направленного

использования физической культуры в основной период трудовой деятельности.

Производственная физическая культура (формы организации и типичные черты методики). Физическая культура в свободное время по месту работы и жительства (организованные и самостоятельные формы физкультурно-оздоровительной работы). Спортивно-массовая работа с людьми в основной период трудовой деятельности. Контроль физической подготовленности людей молодого и среднего возраста.

Задачи и методика направленного использования физической культуры в пожилом (61–74 года) и старческом (75–90 лет) возрасте. Основные возрастные периоды старения организма. Социально-демографическая характеристика контингента людей пенсионного возраста в Республике Беларусь. Инволюционные изменения в организме и задачи направленного использования физической культуры.

Основные формы занятий физической культурой с общеподготовительной и рекреативной направленностью с людьми в пожилом и старческом возрасте. Средства и типичные черты методики направленного использования физической культуры.

Педагогический, врачебный контроль и самоконтроль в процессе физкультурно-оздоровительных занятий с людьми пожилого и старческого возраста.

Раздел IV. ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В СИСТЕМЕ ОБРАЗОВАНИЯ

Тема 22. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В СИСТЕМЕ ОБЩЕГО СРЕДНЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Значение физического воспитания учащихся в период обучения в учреждениях общего среднего образования. Общее физкультурное образование учащихся. Учебный предмет «Физическая культура и здоровье» как основная форма общего физкультурного образования. Уровни общего физкультурного образования на различных ступенях общего среднего образования. Особенности содержания, построения, методики обучения, воспитания и развития учащихся в процессе освоения учебного предмета. Физическое воспитание учащихся в семье. Общее физкультурное образование учащихся как фактор физического и духовного оздоровления нации средствами физической культуры. Особенности содержания, построения, методики обучения, воспитания и физического развития учащихся в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура и здоровье».

Особенности развития двигательных способностей учащихся на уроках по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» в учреждениях общего среднего образования. Сенситивные периоды развития двигательных способностей учащихся. Средства и методы развития двигательных способностей. Методические особенности обучения двигательным умениям и

навыкам на уроках по учебному предмету «Физическая культура и здоровье». Средства и методы обучения двигательным действиям.

Нормативные правовые акты, определяющие организацию физического воспитания: Кодекс Республики Беларусь об образовании; Государственный физкультурно-оздоровительный комплекс Республики Беларусь «Готов к труду и обороне»; образовательные стандарты общего среднего образования (цель, задачи, содержание образовательного процесса, требования к результатам освоения содержания образовательной программы по учебному предмету «Физическая культура и здоровье»).

Структура и содержание учебной программы по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» для учащихся 1–11 классов учреждений общего среднего образования (инвариантный и вариативный компоненты программы). Требования к учащимся, оканчивающим I, II, III ступени общего среднего образования. Умения и навыки, универсальные способы деятельности, подлежащие усвоению на I, II, III ступенях общего среднего образования. Направленность учебных программ на формирование компетенций, необходимых для самостоятельного использования средств физической культуры.

Тема 23. МЕТОДИКА ПЛАНИРОВАНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА В УЧРЕЖДЕНИЯХ ОБЩЕГО СРЕДНЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Планирование как исходный компонент управления физкультурным образованием учащихся. Предпосылки, определяющие эффективность технологии планирования физкультурного образования (личный опыт и знания учителя физической культуры, наличие программных и нормативных требований, учет климатических, экологических и материально-технических условий).

Планирование как вид практической (конструктивной) деятельности учителя физической культуры. Факторы, обусловливающие эффективность планирования образовательного процесса (целевые ориентиры, особенности учащихся, условия реализации планов, бюджет времени и т. д.). Хронологическая масштабность планирования (оперативное, текущее, этапное, перспективное). Требования к планированию (научность, непрерывность, последовательность и параллельность, согласованность компонентов и др.). Технология планирования: накопление предварительной информации; постановка задач и определение конечных результатов; последовательность операций при разработке планов; нормирование динамики нагрузок; оформление документов планирования.

Общая характеристика документов планирования образовательного процесса по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» в учреждениях общего среднего образования. Планирование как вид практической деятельности педагогического работника и процесс предвидения конечного результата. Временной фактор как основание, определяющее

степень конкретизации и глубину раскрытия содержания документов планирования образовательного процесса по учебному предмету «Физическая культура и здоровье». Разновидности документов планирования (годовой план-график распределения разделов учебной программы, поурочный календарно-тематический план-график на учебную четверть, план-конспект урока).

Технология разработки годового плана-графика распределения разделов учебной программы по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» и учебных занятий «Час здоровья и спорта» в учреждениях общего среднего образования. Назначение годового плана-графика. Структура годового плана-графика. Последовательность распределения содержания разделов «Основы физкультурных знаний», «Основы видов спорта», «Развитие двигательных способностей», «Тестирование», «Домашние задания». Условные обозначения, используемые при разработке годового плана-графика.

Технология разработки календарно-тематического плана-графика распределения учебного материала по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» и учебных занятий «Час здоровья и спорта» на четверть. Структура календарно-тематического плана-графика на четверть. Содержание подготовительной, основной и заключительной частей учебного занятия в календарно-тематическом плане-графике на четверть. Правила распределения учебного материала по учебным занятиям. Условные обозначения задач формирования знаний, обучения двигательным действиям, развития двигательных способностей, тестирования уровня физической подготовленности в графе «Номера уроков». Распределение времени на решение задач урока.

Технология разработки плана-конспекта урока по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» в учреждениях общего среднего образования. Структура плана-конспекта урока. Формулировка задач урока, их количественный состав. Содержание подготовительной, основной и заключительной частей урока в плане-конспекте урока. Требования к записям в графах «Дозировка» и «Организационно-методические указания».

Тема 24. МЕТОДИКА ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ УЧЕБНОГО ЗАНЯТИЯ ПО УЧЕБНОМУ ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ЗДОРОВЬЕ» В УЧРЕЖДЕНИЯХ ОБЩЕГО СРЕДНЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Значение учебного занятия (урока) по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» в решении задач физкультурного образования учащихся.

Особенности организации образовательного процесса по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» (формирование учебных групп, обеспечение безопасности учебных занятий, места проведения и расписание уроков, форма одежды занимающихся).

Типы, виды, структура урока физической культуры и характеристика его частей.

Подготовка учителя физической культуры к проведению учебного занятия по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» (заблаговременная и непосредственная). Требования к проведению учебного занятия. Определение задач и организация учебного занятия по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» (формирование учебных групп, методы организации деятельности учащихся на уроке, распределение времени на решение задач урока).

Формирование учебных групп учащихся класса для проведения учебного занятия по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» в учреждениях общего среднего образования. Цель формирования. Формирование учебных групп по состоянию здоровья, половому признаку, уровню физической подготовленности, интересам.

Методы организации деятельности учащихся на учебных занятиях по учебному предмету «Физическая культура и здоровье»: фронтальный, групповой, индивидуальный, дополнительных упражнений.

Методика проведения подготовительной и заключительной частей урока по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» в учреждениях общего среднего образования. Цель (назначение) подготовительной и заключительной частей. Продолжительность, содержание частей и методы организации деятельности учащихся.

Методика проведения основной части урока по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» в учреждениях общего среднего образования. Задачи основной части урока и последовательность их решения. Продолжительность, содержание и методы организации деятельности учащихся, методы обучения двигательным действиям и развития двигательных способностей.

Руководство процессом физкультурного образования учащихся на уроке (стили руководства, требования к учащимся, инструктирование, приемы активизации учебной деятельности, предупреждение ошибок и др.).

Домашние задания по физической культуре (текущие и перспективные). Подготовка учащихся к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

Тема 25. ВНЕУРОЧНЫЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ И СПОРТИВНО-МАССОВЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ С УЧАЩИМИСЯ УЧРЕЖДЕНИЙ ОБЩЕГО СРЕДНЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Значение и предпосылки направленного использования физической культуры в режиме учебного дня в учреждениях общего среднего образования.

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

Задачи, содержание и организация физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с учащимися в учреждениях общего

среднего образования (занятия в объединениях по интересам физкультурно-спортивного профиля, в спортивных секциях, спортивные соревнования круглогодичной спартакиады, соревнования по программе физкультурно-спортивных многоборий Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь «Готов к труду и обороне», физкультурные праздники, ежемесячные дни здоровья и др.).

Организационно-методические основы физического воспитания учащихся в семье. Задачи, содержание, организация различных форм занятий (физическая культура в режиме дня, самостоятельные занятия физической культурой и спортом, выполнение домашних заданий по физической культуре и др.). Недельный двигательный режим учащихся и его временной объем в зависимости от возраста. Решение оздоровительных и воспитательных задач в физическом воспитании в семье.

Тема 26. ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ УЧАЩИХСЯ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ОБЩЕГО СРЕДНЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Педагогический контроль общего физкультурного образования. Объекты, виды, формы контроля в физическом воспитании. Педагогический контроль в физическом воспитании учащихся. Единство педагогического и врачебного контроля в процессе общего физкультурного образования. Функции педагогического контроля. Требования к педагогическому контролю (комплексность, объективность, непрерывность, полнота, дифференцированность). Методика педагогического контроля освоения учащимися содержания общего физкультурного образования.

Методика оценки результатов учебной деятельности учащихся по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» в учреждениях общего среднего образования: текущая аттестация учащихся по разделам «Основы физкультурных знаний» (оценка общих теоретических знаний), «Основы видов спорта» (оценка уровня освоения техники двигательного действия), «Уровень физической подготовленности» (оценка результатов, показанных при выполнении тестовых упражнений), «Домашнее задание» на I, II, III ступенях общего среднего образования.

Методика тестирования физической подготовленности на уроках по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» в учреждениях общего среднего образования. Цель и сроки проведения тестирования. Противопоказания к выполнению тестов. Тестовые упражнения для оценки гибкости, скоростных, силовых, скоростно-силовых, координационных способностей и выносливости. Правила выполнения тестовых упражнений и организация деятельности учащихся при проведении тестирования.

Предварительный контроль. Текущий поурочный и текущий тематический контроль освоения знаний, техники выполнения физических упражнений и способов деятельности. Тематический контроль. Этапный контроль. Итоговый контроль. Оперативный педагогический контроль.

Самоконтроль в физическом воспитании. Особенности контроля общего физкультурного образования. Педагогический контроль качества образовательного процесса. Технология пульсометрии, хронометрирования и педагогического анализа учебного занятия по физической культуре.

Хронометрирование урока физической культуры как метод получения данных об эффективности организации урока, о распределении времени на уроке на различные виды деятельности (объяснение и показ, выполнение упражнений, вспомогательные действия, пассивный отдых, простой). Технология проведения хронометрирования. Форма протокола хронометрирования урока и хронокарты плотности урока. Общая и моторная плотность урока. Формулы вычисления общей и моторной плотности урока. Показатели плотности урока.

Цель, задачи и содержание педагогического анализа урока по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» в учреждениях общего среднего образования. Конкретность и направленность задач урока. Соответствие задач в плане-конспекте урока записям в поурочном календарно-тематическом плане-графике на учебную четверть. Последовательность упражнений и дозировка нагрузки, распределение времени в каждой части урока, характер организационно-методических указаний и терминологическая грамотность записей. Анализ организационной, образовательной, оздоровительной и воспитательной сторон деятельности учителя в каждой части урока. Выводы о решении задач урока и предложения по устранению ошибок и совершенствованию организации и содержания урока.

Тема 27. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В СИСТЕМЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО, СРЕДНЕГО СПЕЦИАЛЬНОГО И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Значение физического воспитания для учащихся, осваивающих образовательные программы профессионально-технического образования и среднего специального образования.

Задачи, содержание и организация работы по физическому воспитанию с прикладной направленностью в системе профессионально-технического и среднего специального образования. Факторы, обусловливающие направленность профессионально-прикладной физической подготовки.

Физическое воспитание в системе высшего образования. Учебная дисциплина «Физическая культура» в учреждениях высшего образования. Общеобразовательная и профессионально-прикладная направленность физического воспитания студентов.

Задачи, содержание и организация образовательного процесса по учебной дисциплине «Физическая культура» студентов основных учебных групп. Контингент занимающихся, содержание теоретико-методического курса и практических занятий. Контроль в процессе занятий физическими упражнениями.

Задачи, содержание и организация образовательного процесса по учебной дисциплине «Физическая культура» студентов подготовительных учебных групп. Контингент занимающихся, содержание теоретико-методического курса и практических занятий. Контроль в процессе занятий физическими упражнениями.

Задачи, содержание и организация образовательного процесса по учебной дисциплине «Физическая культура» студентов специальных медицинских групп. Контингент занимающихся, содержание теоретико-методического курса и практических занятий. Комплектование групп по нозологическим нормам (группам заболеваний) – группы «А», «Б» и «В». Контроль в процессе занятий физическими упражнениями.

Задачи, содержание и организация образовательного процесса по учебной дисциплине «Физическая культура» студентов основных учебных групп для занятия видами спорта. Контингент занимающихся, содержание теоретико-методического курса и практических занятий. Контроль в процессе занятий физическими упражнениями.

Формы направленного использования физической культуры в режиме дня студентов (утренняя гигиеническая гимнастика, самостоятельные тренировочные занятия, Дни здоровья, физкультурные праздники и др.).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

для вступительного испытания в магистратуру
по учебной дисциплине «Теория и методика физического воспитания»
для специальности 7-06-1012-01 «Физическая культура и спорт»

Определение и сущность понятий «физическое воспитание», «физическое развитие», «физическая культура личности», «физическая культура», «спорт».

Система методов научного исследования в сфере физической культуры и спорта. Педагогическое наблюдение как метод исследования в сфере физической культуры и спорта. Тестирование как метод исследования в области физической культуры и спорта. Педагогический эксперимент как метод исследования в сфере физической культуры и спорта.

Функции физической культуры (общекультурные, специфические).

Общая характеристика общеподготовительного и специализированного направлений использования физической культуры. Общая характеристика профессионально-прикладной физической культуры (собственно профессионально-прикладная физическая культура, военно-прикладная физическая культура). Общая характеристика оздоровительно-реабилитационной физической культуры (лечебная физическая культура, адаптивная физическая культура, спортивно-реабилитационная и др.). Общеподготовительное направление использования физической культуры (базовая и фоновая физическая культура). Специализированное направление использования физической культуры (спорт, профессионально-прикладная физическая культура, оздоровительно-реабилитационная физическая культура и др.). Общая характеристика спорта как компонента специализированного направления физической культуры. Характеристика спорта высших достижений и массового спорта.

Физическое упражнение как основное специфическое средство физического воспитания. Свойства физических упражнений. Классификации физических упражнений. Техника физических упражнений (основа, определяющее звено, детали техники, фазы двигательного действия). Основные характеристики техники физических упражнений (пространственные, временные, пространственно-временные, динамические, ритмическая).

Характеристика физической нагрузки и ее параметров (объема и интенсивности) в физическом воспитании. Характеристика интервалов отдыха как компонентов физической нагрузки. Активный и пассивный отдых.

Оздоровительные силы природы и гигиенические факторы как средства физического воспитания.

Общая характеристика методов физического воспитания. Характеристика методов строго регламентированного упражнения. Методы строго регламентированного упражнения при обучении двигательным действиям («целостно-конструктивный» и «расчлененно-конструктивный»). Методы строго регламентированного упражнения при направленном развитии двигательных способностей (стандартный, вариативный, непрерывный, интервальный и т.д.). Круговая тренировка – комплексная организационно-методическая форма проведения занятия (привести пример использования круговой тренировки по методу интервального упражнения с ординарными интервалами отдыха). Игровой метод в физическом воспитании (преимущества и недостатки при практическом использовании на уроках по учебному предмету «Физическая культура и здоровье»). Соревновательный метод в физическом воспитании (привести пример использования соревновательного метода на уроках по учебному предмету «Физическая культура и здоровье»).

Принципы всестороннего гармонического развития личности. Требования к его реализации в системе физической культуры. Принцип прикладной направленности. Требования к его реализации в системе физической культуры. Принцип оздоровительной направленности. Требования к его реализации в системе физической культуры.

Общая характеристика общепедагогических и специфических принципов физического воспитания. Принцип сознательности и активности. Требования к его реализации в физическом воспитании. Принцип наглядности. Требования к его реализации в физическом воспитании. Принцип доступности и индивидуализации. Требования к его реализации в физическом воспитании. Принцип систематичности. Требования к его реализации в физическом воспитании.

Принцип постепенного наращивания развивающе-тренирующих воздействий и адаптивного сбалансирования динамики нагрузок. Требования к их реализации в физическом воспитании. Принцип непрерывности процесса физического воспитания и системного чередования нагрузок и отдыха. Требования к их реализации в физическом воспитании. Принцип циклического построения системы занятий как один из специфических принципов физического воспитания. Требования к его реализации в физическом воспитании. Принцип возрастной адекватности направлений многолетнего процесса физического воспитания. Требования к его реализации в физическом воспитании.

Двигательные умения и навыки как результат процесса обучения двигательным действиям. Перенос навыков (привести примеры переноса навыков на уроках по учебному предмету «Физическая культура и здоровье»). Этап начального разучивания двигательного действия в физическом воспитании (цель, задачи и особенности методики обучения на примере разучивания техники физического упражнения из раздела «Основы видов спорта» учебной программы по учебному предмету «Физическая культура и здоровье»). Этап углубленного разучивания двигательного действия в

физическом воспитании (цель, задачи и особенности методики). Этап закрепления и совершенствования двигательного действия в физическом воспитании (цель, задачи и особенности методики обучения на примере закрепления техники физического упражнения из раздела «Основы видов спорта» учебной программы по учебному предмету «Физическая культура и здоровье»). Предпосылки обучения двигательному действию (психологическая, физическая, координационная готовность).

Аэробная выносливость и методика ее направленного развития в физическом воспитании (привести примеры физических упражнений, направленных на развитие аэробной выносливости у учащихся разного школьного возраста). Анаэробная выносливость и методика ее направленного развития в физическом воспитании. Основные биохимические механизмы энергообеспечения мышечной работы. Силовая выносливость и методика ее направленного развития в физическом воспитании учащихся. Собственно-силовые способности и методика их направленного развития в физическом воспитании. Скоростно-силовые способности и методика их направленного развития на уроках по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» в учреждениях общего среднего образования. Быстрота простой и сложной двигательных реакций и методика их направленного развития в физическом воспитании. Быстрота движений и методика ее направленного развития в физическом воспитании (привести примеры скоростных упражнений, используемых на уроках «Физическая культура и здоровье»). Координационные способности и методика их направленного развития на уроках по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» в учреждениях общего среднего образования. Гибкость и методика ее направленного развития в физическом воспитании (привести примеры физических упражнений для развития гибкости). Характеристика правильной осанки и методика ее формирования в процессе физического воспитания (привести примеры физических упражнений, используемых для формирования правильной осанки).

Система физической культуры в Республике Беларусь (цель, задачи, структура системы физической культуры).

Научно-методические основы построения урока физической культуры (динамика работоспособности занимающихся, структура урока, содержание и продолжительность частей урока).

Урочные формы занятий физическими упражнениями, их отличительные черты. Типы урочных форм занятий в зависимости от решаемых задач.

Неурочные формы занятий, их отличительные черты. Характеристика малых и крупных неурочных форм занятий.

Методика проведения подготовительной, основной и заключительной частей урока по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» в учреждениях общего среднего образования. Подготовка учителя физической культуры к уроку (заблаговременная и непосредственная). Методы

организации деятельности учащихся на уроках по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» в учреждениях общего среднего образования (привести примеры их использования в разных частях урока).

Общая характеристика документов планирования образовательного процесса по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» в учреждениях общего среднего образования (разновидности документов планирования, требования к планированию). Технология разработки плана-конспекта урока по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» в учреждениях общего среднего образования (структура, содержание, последовательность решения задач, оформление). Технология разработки годового плана-графика, распределения разделов учебной программы по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» и учебных занятий «Час здоровья и спорта» в учреждениях общего среднего образования (структура, содержание, оформление).

Педагогический контроль. Его объекты, виды, формы и организация в физическом воспитании.

Самоконтроль как один из видов контроля в процессе физического воспитания. Объективные и субъективные показатели самоконтроля.

Методика тестирования физической подготовленности на уроках по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» в учреждениях общего среднего образования.

Особенности развития двигательных способностей у учащихся различного возраста на уроках по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» в учреждениях общего среднего образования.

Методика оценки результатов учебной деятельности учащихся на уроках по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» в учреждениях общего среднего образования (привести пример порядка определения отметки за четверть на I, II, III ступенях получения общего среднего образования).

Цель, задачи и содержание педагогического анализа урока по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» в учреждениях общего среднего образования.

Плотность урока физической культуры и методика ее определения. Зависимость плотности урока от методов организации деятельности учащихся и содержания урока. Факторы, влияющие на плотность урока (технология проведения и расчета показателей).

Организационно-методические основы физического воспитания учащихся в семье (привести примеры физических упражнений из комплекса утренней гигиенической гимнастики).

Задачи, содержание и организация физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с учащимися в учреждениях общего среднего образования (привести примеры соревнований, входящих в

программу круглогодичной спартакиады учреждений общего среднего образования).

Физкультурно-оздоровительные мероприятия и их организация в режиме учебного дня учреждений общего среднего образования (привести пример упражнений физкультминутки для учащихся младшего школьного возраста).

Цель, задачи, содержание и организация работы по физическому воспитанию с прикладной направленностью в учреждениях профессионально-технического и среднего специального образования.

Цель, задачи, содержание и организация работы по физическому воспитанию в учреждениях высшего образования. Цель, задачи, содержание и организация занятий по учебной дисциплине «Физическая культура» студентов основных учебных групп в учреждениях высшего образования. Цель, задачи, содержание и организация занятий по учебной дисциплине «Физическая культура» студентов основных учебных групп для занятий видами спорта в учреждениях высшего образования. Цель, задачи, содержание и организация занятий по учебной дисциплине «Физическая культура» студентов специальных учебных групп в учреждениях высшего образования.

Физическое воспитание детей дошкольного возраста (задачи, содержание, формы занятий).

Цель, задачи и методика направленного использования физической культуры в основной период трудовой деятельности (привести примеры средств и форм занятий).

Задачи и методика направленного использования физической культуры в пожилом и старческом возрасте (привести примеры средств и форм занятий).

СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

ОСНОВНАЯ

1. Коледа, В. А. Основы физической культуры [Электронный ресурс] : учеб. пособие / В. А. Коледа, В. Н. Дворак. – Минск : БГУ, 2016. – 191 с.

2. Максименко, А. М. Теория и методика физической культуры : учеб. для студентов высш. учеб. заведений / А. М. Максименко. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Физическая культура, 2009. – 496 с.

3. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры: учеб. по направлению подгот. бакалавриата 49.03.01 и магистратуры 49.04.01 – «Физ. культура», 49.04.03 – «Спорт»; по направлению подгот. науч.-пед. кадров в аспирантуре 49.06.01 – «Физ. культура» / Л. П. Матвеев. – 4-е изд. – М. : СПОРТ, 2021. – 517 с.

4. Физическая культура и здоровье учащихся : пособие : в 3 ч. / М. Е. Кобринский [и др.] ; под общ. ред. М. Е. Кобринского, А. Г. Фурманова. – Минск : МЕТ, 2011. – Ч. 1. Основы знаний. – 342 с.

5. Физическая культура и здоровье: подвижные и спортивные игры: пособие для учителей учреждений общ. сред. образования / А. Г. Фурманов [и др.]; под общ. ред. М. Е. Кобринского, А. Г. Фурманова. – Минск : Аверсэв, 2016. – 476 с.

6. Физическая культура и здоровье: циклические и сложнокоординационные виды спорта: пособие для учителей учреждений общ. сред. образования / Г. П. Косяченко [и др.]; под общ. ред. М. Е. Кобринского, А. Г. Фурманова. – Минск : Аверсэв, 2016. – 446 с.

7. Холодов, Ж. К. Теория и методика физической культуры и спорта : учеб. для студентов учр. высш. проф. образования / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – 12-е изд., испр. – М. : Академия, 2014. – 478 с.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

8. Вайнбаум, Я. С. Гигиена физ. воспитания и спорта: учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений / Я. С. Вайнбаум, В. И. Коваль, Т. А. Радионова. – М.: Академия, 2002. – 240 с.

9. Гужаловский, А. А. Развитие двигательных качеств у школьников : [пособие] / А. А. Гужаловский. – Минск : Народная асвета, 1978. – 88 с.

10. Ермолаев, Ю. А. Возрастная физиология: учеб. пособие для студентов / Ю. А. Ермолаев. – М.: СпортАкадемПресс, 2001. – 444 с.

11. Железняк, Ю. Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура»: учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений / Ю. Д. Железняк, В. М. Минбулатов. – М. : Академия, 2004. – 272 с.

12. Канищев, А. Д. О порядке организации и проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня : метод. рекомендации / А. Д. Канищев, В. С. Овчаров. – Минск, 2002. – 43 с.

13. Канищев, А. Д. Организация спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий с учащимися : метод. рекомендации / А. Д. Канищев, В. С. Овчаров. – Минск, 2002. – 54 с.

14. Кобринский, М. Е. Белорусский олимпийский учебник: учеб. пособие / М. Е. Кобринский, Л. Г. Тригубович. – Минск : Белорусская олимпийская академия, 2005. – 240 с.

15. Краж, У. М. Беларускія народныя гульні ў школе: вучэб.-метад. дапам. / У. М. Краж, В. В. Трубчык. – Мінск : Выд. А. Ванін, 1993. – 112 с.

16. Круцевич, Т. Ю. Контроль в физическом воспитании детей, подростков и юношей: учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений физического воспитания и спорта / Т. Ю. Круцевич, М. И. Воробьев. – Киев : Полиграф-Експресс, 2005. – 195 с.

17. Кряж, В. Н. Гуманизация физического воспитания : [монография] / В. Н. Кряж, З. С. Кряж ; М-во образования Респ. Беларусь, Белорус. гос. акад. физ. культуры. – Минск : НИО, 2001. – 179 с.

18. Кряж, В. Н. Круговая тренировка в физическом воспитании студентов / В. Н. Кряж. – Минск : Вышэйшая школа, 1982. – 120 с.

19. Кряж, В. Н. Примерные нормы оценки результатов учебной деятельности учащихся по физической культуре / В. Н. Кряж, З. С. Кряж // Десятибалльная система оценки результатов учебной деятельности учащихся: инструктивно-методические материалы под науч. ред. О. Е. Лисейчикова. – Минск : НИО, 2002. – С. 358–387.

20. Лукьяненко, В. П. Физическая культура: основы знаний : учеб. пособие / В. П. Лукьяненко. – М. : Советский спорт, 2003. – 224 с.

21. Максименко, А. М. Педагогическая практика студентов по физическому воспитанию в школе / А. М. Максименко. – М.: Физическая культура, 2006. – 128 с.

22. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры. Введение в предмет : учеб. / Л. П. Матвеев. – 4-е изд., стер. – М. : Омега-Л ; СПб. : Лань, 2004. – 160 с.

23. Об организации в 2024/2025 учебном году образовательного процесса при изучении учебных предметов и проведении факультативных занятий при реализации образовательных программ общего среднего образования : Инструктивно-методическое письмо Министерства образования Республики Беларусь // Национальный образовательный портал [Электронный ресурс]. – URL: https://adu.by/images/2024/08/imp-2024-25-obshch-chast-1.docx (дата обращения: 09.01.2025).

24. Об организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в учреждениях общего среднего образования в 2024/2025 учебном году : Инструктивно-методическое письмо Министерства образования Республики Беларусь // Национальный образовательный портал [Электронный ресурс]. – URL: https://adu.by/images/2024/08/imp-fizkult-ozdorov-sport-mass-meropr.pdf (дата обращения: 09.01.2025).

25. Овчаров, В. С. Настольная книга учителя физической культуры : метод. пособие / В. С. Овчаров. – Минск: Сэр-Вит, 2008. – 200 с.

26. Основы теории и методики физической культуры: учебник для техникумов физ. культуры / В. М. Выдрин [и др.]; под ред. А. А. Гужаловского. – М. : Физкультура и спорт, 1986. – 387 с.

27. Правила безопасности при организации образовательного процесса по учебному предмету (учебной дисциплине) «Физическая культура и здоровье», занятий «Час здоровья и спорта», проведении факультативных занятий спортивной направленности, в объединениях по интересам физкультурно-спортивного профиля, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий в учреждениях общего среднего, профессионально-технического, среднего специального и дополнительного образования детей и молодежи Республики Беларусь // Национальный образовательный портал [Электронный ресурс]. – URL: https://adu.by/images/2023/fiz/pravila-bezopasnosti-fiz-kultura.pdf (дата обращения: 09.01.2025).

28. Примерная учебная программа по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» примерных учебных планов по специальностям для реализации образовательных программ профессионально-технического и среднего специального образования [Электронный ресурс] : // Республиканский институт профессионального образования. – URL: https://ripo.by/assets/ripo_new/files_2024/9/5783 Физическая культура и здор.pdf (дата обращения: 09.01.2025).

29. Рубин, В.С. Разделы теории и методики физической культуры : учеб.пособие / В.С. Рубин. – 2-е изд., стер. – Санкт-Петербург : Лань, 2020. – 104 с.

30. Спортивная физиология : учеб. для ин-тов физ. культуры / под ред. Я. М. Коца. – М.: Физкультура и спорт, 1986. – 240 с.

31. Теория и методика физического воспитания : учеб. для студентов вузов : в 2 т. / под ред. Т. Ю. Круцевич. – Киев : Олимпийская литература, 2003. – Т. 1 : Общие основы теории и методики физического воспитания. – 424 с.

32. Теория и методика физического воспитания : учеб. для студентов вузов : в 2 т. / под ред. Т. Ю. Круцевич. – Киев : Олимпийская литература, 2003. – Т. 2 : Методика физического воспитания различных групп населения. – 392 с.

33. Теория и методика физической культуры : учеб. / под ред. Ю. Ф. Курамшина. – 3-е изд., стер. – М. : Советский спорт, 2007. – 463 с.

34. Типовая учебная программа для учреждений высшего образования (высших учебных заведений) «Физическая культура» : утв. М-вом образования Респ. Беларусь, 27 июня 2017 г., № ТД-СГ 025/тип. – URL: https://elib.bsu.by/bitstream/123456789/181768/1/СГ025-2017.pdf. (дата обращения: 09.01.2025).

35. Урок физкультуры в современной школе : метод. рекомендации для учителя физической культуры. Легкая атлетика / сост. Г. А. Баландин. – М. : Советский спорт, 2004. – Вып. 3. – 72 с.

36. Урок физкультуры в современной школе : метод. рекомендации для учителя физической культуры. Спортивная гимнастика / сост. Г. А. Баландин. – М. : Советский спорт, 2005. – Вып. 4. – 72 с.

37. Уроки физической культуры в школе : пособие для учителей / под общ. ред. В. А. Баркова. – Минск : Технология, 2001. – 240 с.

38. 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 [Электронный ресурс] : утв. постановлением М-ва образования Респ. Беларусь 19 июля 2023 г., № 199 (в редакции постановления Министерства образования Республики Беларусь 12.08.2024 № 101) // Национальный образовательный портал. – URL: https://adu.by/images/2024/08/28/Uch-programm-fiz-ra-2024-rus.docx (дата обращения: 09.01.2025).

39. Учебная программа по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» для X–XI классов учреждений образования, реализующих образовательные программы общего среднего образования с русским языком обучения и воспитания (повышенный уровень) [Электронный ресурс] : утв. постановлением М-ва образования Респ. Беларусь 19 июня 2020 г., № 140 // Национальный образовательный портал. – URL: https://adu.by/images/2023/fiz/up-Fizkultura-X-XI-kl_povishennii_uroven_rus.docx (дата обращения: 09.01.2025).

40. Физическая культура и здоровье: контроль за учебной деятельностью учащихся : 5–11 классы : пособие для учителей учреждений общ. сред. образования с белорус. и рус. яз. обучения / В. А. Барков [и др.]; под ред. В. А. Баркова. – Минск : Аверсэв, 2013. – 160 с.

НОРМАТИВНЫЕ ПРАВОВЫЕ АКТЫ

1. Кодекс Республики Беларусь об образовании : 13 янв. 2011 г., № 243-З : принят Палатой представителей 2 дек. 2010 г. : одобр. Советом Респ. 22 дек. 2010 г. : в ред. Закона Респ. Беларусь от 14.01.2022 г., № 154-З : по состоянию на 1 сент. 2022 г. / [отв. за вып. Н. В. Судиловская]. – Минск : Нац. центр правовой информ. Респ. Беларусь, 2022. – 511 с.

2. О физической культуре и спорте [Электронный ресурс] : Закон Респ. Беларусь от 4 янв. 2014 г. № 125-З : в ред. от 9 янв. 2018 г. № 92-З // ilex / ООО «ЮрСпектр», Нац. центр правовой информ. Респ. Беларусь. – Минск, 2022.

3. Положение о Государственном физкультурно-оздоровительном комплексе Республики Беларусь «Готов к труду и обороне» [Электронный ресурс] : постановление М-ва спорта и туризма Респ. Беларусь, 27 февр. 2023 г., № 10 // ilex / ООО «ЮрСпектр», Нац. центр правовой информ. Респ. Беларусь. – Минск, 2024.

4. Постановление Министерства образования Республики Беларусь от 20.10.2023 № 325 «О типовых программах дополнительного образования детей и молодежи» // Национальный образовательный портал [Электронный ресурс]. – URL:

https://adu.by/images/2024/03/Postanovlenie_TipProgr_DopObr.pdf (дата обращения: 09.01.2025).

5. Постановление Министерства образования Республики Беларусь от 26.12.2018 № 125 «Об утверждении образовательных стандартов общего среднего образования» // ilex / ООО «ЮрСпектр», Нац. центр правовой информ. Респ. Беларусь. – Минск, 2022.

6. Постановление Министерства спорта и туризма Республики Беларусь от 31.08.2018 № 60 «Об утверждении Правил безопасности проведения занятий физической культурой и спортом» (в редакции постановления Министерства спорта и туризма Республики Беларусь 11.04.2024 № 9) // Национальный правовой Интернет-портал Республики Беларусь [Электронный ресурс]. – URL: https://pravo.by/document/?guid=12551&p0=W22441352 (дата обращения: 09.01.2025).