

**Департамент образования и науки города Москвы  
Государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования города Москвы  
«Московский городской педагогический университет»  
Институт естествознания и спортивных технологий**

«УТВЕРЖДАЮ»

Первый проректор

ГАОУ ВО МГПУ

\_\_\_\_\_ Е.Н. Геворкян

\_\_\_\_\_ 2023 года

**ПРОГРАММА КАНДИДАТСКОГО ЭКЗАМЕНА**

по научной специальности

**5.8.6. Оздоровительная и адаптивная физическая культура**

и отрасли науки

**Педагогические науки**

Москва 2023

## **1. Общие положения.**

Программа кандидатского экзамена по научной специальности 5.8.6. Оздоровительная и адаптивная физическая культура и отрасли науки Педагогические науки разработана в соответствии с:

Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

постановлением Правительства Российской Федерации от 30 ноября 2021 г. № 2122 «Об утверждении Положения о подготовке научных и научно-педагогических кадров в аспирантуре (адъюнктуре)»;

постановлением Правительства РФ от 24.09.2013 № 842 «О порядке присуждения ученых степеней»;

приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 20 октября 2021 г. № 951 «Об утверждении федеральных государственных требований к структуре программ подготовки научных и научно-педагогических кадров в аспирантуре (адъюнктуре), условиям их реализации, срокам освоения этих программ с учетом различных форм обучения, образовательных технологий и особенностей отдельных категорий аспирантов (адъюнктов)»;

приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 28 марта 2014 г. № 247 «Об утверждении Порядка прикрепления лиц для сдачи кандидатских экзаменов, сдачи кандидатских экзаменов и их перечня»;

приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 5 августа 2021 г. № 712 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства науки и высшего образования Российской Федерации в сфере высшего образования и науки и признании утратившими силу приказов Министерства образования и науки Российской Федерации от 22 апреля 2013 г. № 296 и от 22 июня 2015 г. № 607»;

приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 24 февраля 2021 г. № 118 «Об утверждении номенклатуры научных специальностей, по которым присуждаются ученые степени, и внесении изменения в Положение о совете по защите диссертаций на соискание ученой степени кандидата наук, на соискание ученой степени доктора наук, утвержденное приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 10 ноября 2017 г. № 1093»;

паспортом научной специальности 5.8.6. Оздоровительная и адаптивная физическая культура;

Уставом и локальными нормативными актами Университета.

Программа кандидатского экзамена регламентирует цель, задачи, содержание, организацию кандидатского экзамена, порядок оценки уровня знаний соискателя ученой степени кандидата наук, и включает перечень вопросов, выносимых на кандидатский экзамен, рекомендации по подготовке к кандидатскому экзамену, в том числе перечень литературы и ресурсов информационно- телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для подготовки к кандидатскому экзамену.

1.3. Целью проведения кандидатского экзамена по специальной дисциплине по

научной специальности 5.8.6. Оздоровительная и адаптивная физическая культура является оценка степени подготовленности соискателя ученой степени кандидата наук (аспиранта/прикрепленного лица) к проведению научных исследований по научной специальности 5.8.6. Оздоровительная и адаптивная физическая культура и отрасли науки Педагогические науки, по которой подготавливается или подготовлена диссертация. Соискатель ученой степени кандидата наук должен продемонстрировать:

#### **Знание**

- теоретических положений и концепций оздоровительной и адаптивной физической культуры;
- понимание современных целей и задач оздоровительной и адаптивной физической культуры, инновационных процессов, происходящих в сфере оздоровления человека с помощью целенаправленного использования средств двигательной активности;

#### **Умение**

- применять свои знания для решения исследовательских задач, творческого подхода к педагогической деятельности, стремления к самообразованию, самосовершенствованию, способности к самостоятельному научному мышлению;
- свободно ориентироваться в проблемах теории и методики адаптивной и оздоровительной физической культуры;
- определять степень доказательности и обоснованности тех или иных положений и методических трудов;

#### **Владение:**

- навыками изложения в устной и письменной форме результатов своего исследования и уметь аргументированно отстаивать свою точку зрения в дискуссии;
- способами и методами получения современного знания в области оздоровительной и адаптивной физической культуры;
- научной этикой.

Сдача кандидатских экзаменов обязательна для присуждения ученой степени кандидата наук.

1.4. Кандидатский экзамен по специальной дисциплине по научной специальности 5.8.6. Оздоровительная и адаптивная физическая культура и отрасли науки педагогические науки проводится в устной или иной форме по билетам (приложение № 1).

Экзаменационный билет включает в себя два теоретических вопроса и вопрос по теме диссертационного исследования.

Университет вправе применять дистанционные образовательные технологии при проведении кандидатского экзамена.

При проведении кандидатского экзамена с применением дистанционных образовательных технологий Университет обеспечивает идентификацию личности на основании представления документа, удостоверяющего личность, путем сверки фотографии в документе с поступающим посредством видеосвязи.

## **2. Структура и содержание кандидатского экзамена.**

Кандидатский экзамен по специальности – 5.8.6. Оздоровительная и адаптивная физическая культура, является традиционной формой аттестации аспирантов, их научно-исследовательской деятельности в области частной методики.

Цель кандидатского экзамена заключается в определении уровня общей личностной культуры, профессиональной компетентности и готовности аспиранта к научно-исследовательской и научно-педагогической деятельности в области оздоровительной и адаптивной физической культуры.

В основу настоящей программы положены разнообразные новейшие тенденции развития

оздоровительной и адаптивной физической культуры, отраженные в учебниках и учебных пособиях для ВУЗов, также в научных публикациях.

Кандидатский экзамен проводится в устной форме по дисциплинам образовательной программы, результаты освоения которого имеют определяющее значение для профессиональной деятельности обучающегося.

Процедура проведения кандидатского экзамена определяется Положением о проведении кандидатского экзамена по образовательным программам высшего образования – программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре в Государственном автономном образовательном учреждении высшего образования города Москвы «Московский городской педагогический университет» с учетом специфики образовательной программы.

Программа экзамена составлена профессором кафедры адаптологии и спортивной подготовки ИЕСТ МГПУ Налобиной А.Н. и предполагает глубокое освоение аспирантом теоретико-методологических основ оздоровительной и адаптивной физической культуры и формирование на их основе собственного исследовательского подхода.

### **Содержание программы**

#### **I. «Теория и организация адаптивной физической культуры»**

1. Теория и организация адаптивной физической культуры как важная область социальной практики. Формирование правового и информационного пространства адаптивной физической культуры в Российской Федерации как важнейшее условие обеспечения интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья в общество (предоставление гарантий и возможностей инвалидам, подготовка общества к принятию инвалидов как равноправных членов общества, обладающих самоценностью).

2. Основные понятия и термины адаптивной физической культуры. Понятия «культура», «физическая культура», «адаптивная физическая культура»; «образ жизни», «здоровый образ жизни», «естественные факторы внешней среды»; «реабилитация», «социализация», «социальная интеграция» и др. Предмет, цель, задачи, содержание адаптивной физической культуры. Роль и место адаптивной физической культуры в комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.

3. Основные виды адаптивной физической культуры. Критерий для выделения основных видов адаптивной физической культуры - естественные и социальные потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья (инвалидов), обеспечивающие его готовность к реализации нормативного для данных общественно-исторических условий образа жизни.

4. Адаптивное физическое воспитание - как вид адаптивной физической культуры, способный удовлетворить потребность личности в реализации трудовой и бытовой деятельности, за счёт формирования у людей с отклонениями в состоянии здоровья комплекса специальных знаний, жизненно и профессионально необходимых двигательных умений и навыков; развития широкого круга основных физических и специальных качеств, повышение функциональных возможностей различных органов и систем; становления, сохранения и использования оставшихся в наличии телесно-двигательных качеств инвалида.

5. Адаптивная двигательная рекреация как вид адаптивной физической культуры, способный удовлетворить потребность личности в отдыхе, развлечении, интересном проведении досуга, смене вида деятельности за счёт формирования у лиц с отклонениями в состоянии здоровья мировоззрения, философских взглядов гедонизма, освоения ими основных приёмов, способов, средств, методов рекреационной деятельности.

6. Адаптивный спорт как вид адаптивной физической культуры, способный удовлетворить потребность личности в соревновательной и коммуникативной деятельности, в максимальной самореализации своих способностей, сопоставлении их со способностями других людей за счёт приобщения лиц с отклонениями в состоянии здоровья к спортивной культуре, освоения ими техники, тактики и других компонентов конкретного вида спорта.

7. Креативные (художественно-музыкальные) телесно-ориентированные практики как виды,

способные удовлетворить потребность лиц с отклонениями в состоянии здоровья в творческом саморазвитии, самовыражении духовной сущности через движение, музыку, образ (в том числе художественный), другие средства искусства за счёт освоения ими телесно-ориентированных техник сказкотерапии, игротерапии; формокоррекционной ритмопластики и др.

8. Экстремальные виды двигательной активности как виды, способные удовлетворить потребности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в риске, стремлении испытать себя в необычных, экстремальных условиях, объективно или субъективно опасных для здоровья (или жизни) за счёт освоения техники, тактики, средств обеспечения страховки и других компонентов экстремальных видов двигательной деятельности.

9. Характеристика объекта педагогических воздействий в адаптивной физической культуре. Классификация инвалидов: в зависимости от тяжести заболевания и ограниченности жизнеобеспечения (инвалиды I, II, и III группы); в зависимости от нозологических признаков (глухие, слабослышащие, незрячие, слабовидящие, дети с речевыми нарушениями, дети с задержкой психического развития, дети с нарушением интеллекта, дети с расстройством аутистического спектра, дети с множественными нарушениями развития, дети с ОВЗ с измененным функциональным статусом вследствие применения новейших медико-биологических цифровых технологий). Типичные нарушения двигательной сферы лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

## **II. «Теория и методика оздоровительной физической культуры»**

1. Методологические проблемы оздоровительной физической культуры. Общие представления о механизме оздоровительного воздействия физических упражнений на организм человека. Социально-педагогические аспекты оздоровительной физической культуры. Факторы, обуславливающие формирование здоровой личности в процессе физкультурных занятий. Нормы двигательной активности, необходимые для нормальной жизнедеятельности организма человека. Методические принципы физкультурных занятий с оздоровительной направленностью. Критерии дифференциации занимающихся по уровню здоровья в процессе физкультурных занятий. Основные направления в оздоровительной физической культуре: оздоровительно-рекреативное, оздоровительно-реабилитационное, спортивно-реабилитационное, гигиеническое. Характеристика средств оздоровительной направленности. Оздоровительный эффект физических нагрузок. Способы дозирования нагрузок в оздоровительной физической культуре. Дозирование объема и интенсивности оздоровительных нагрузок. Частота занятий в неделю при проведении физкультурно-оздоровительных занятий. Принципы повышения нагрузки. Формы занятий оздоровительной физической культурой, их типология.

2. Методы контроля за состоянием занимающихся оздоровительной физической культурой. Педагогический и врачебный контроль в оздоровительной физической культуре. Управление оздоровительным эффектом, контроль и коррекция оздоровительных воздействий.

Тенденции развития оздоровительной физической культуры. Международные физкультурно-оздоровительные организации. Оздоровительная физическая культура в процессе жизнедеятельности человека. Понятие о физкультурно-оздоровительных технологиях, их классификация. Структура и содержание физкультурно-оздоровительных занятий (фитнесс-программ).

3. Физкультурно-оздоровительные технологии. Характеристика физкультурно-оздоровительных методик и систем, основанных на видах двигательной активности различной направленности – аэробной, силовой, на растягивание и расслабление мышц, коррекции фигуры и т.п. (аэробики, калланетики, бодибилдинга, шейпинга, стретчинга и т.д.). Особенности методики оздоровительной физической культуры для здоровых людей в различных возрастно-половых группах – в грудном возрасте, у дошкольников, младших, средних и старших школьников, в зрелом, пожилом и старческом возрастах. Варианты индивидуальных программ физкультурно-оздоровительных занятий. Создание материальных стимулов и условий для занятий оздоровительной физической культурой, воспитание потребностей и мотивации к физкультурно-оздоровительным занятиям.

4. Частные методики оздоровительной физической культуры. Особенности методики

оздоровительной физической культуры у людей с избыточным весом (ожирением). Особенности оздоровительной физической культуры у людей с нарушением осанки, остеохондрозом, плоскостопием. Особенности методики оздоровительной физической культуры в профилактике заболеваний органов дыхания, сердечно-сосудистой системы, органов пищеварения, нервной системы, зрения и др. Компьютерные фитнес-программы, их виды. Особенности профессиональной деятельности специалистов по физкультурно-оздоровительным технологиям (оздоровительному фитнесу).

### **III. Медико-биологические аспекты оздоровительной и адаптивной физической культуры**

Возрастная периодизация развития двигательных способностей человека. Сенситивные периоды развития двигательных способностей. Особенности двигательного развития юношей и девушек. Адаптация при мышечной деятельности. Долговременная и краткосрочная адаптация к физическим нагрузкам. Морфофункциональные изменения в организме в результате мышечной деятельности. Явление дезадаптации. Явление суперкомпенсации после физических нагрузок. Физиологические основы двигательных способностей. Утомление и восстановление при физических нагрузках. Рациональное питание. Допинг в спорте. Значение и роль антидопинговых программ и организаций ВАДА, РУСАДА.

### **VI. Научно-исследовательская деятельность в оздоровительной и адаптивной физической культуре**

Информационные технологии в научной деятельности в области оздоровительной и адаптивной физической культуры. Роль информации, информатики, информационных и компьютерных технологий в деятельности специалиста по оздоровительной и адаптивной физической культуре. Наука и научное познание. Функции науки в оздоровительной и адаптивной физической культуре. Структура научного знания. Эмпирическое и теоретическое познание. Предмет и сфера интересов методологии. Методология научного познания. Фазы, стадии и этапы научного исследования. Характеристики научной деятельности. Нормы научной этики в биомедицинских исследованиях. Средства и методы научного исследования в оздоровительной и адаптивной физической культуре.

### **3. Примерные вопросы кандидатского экзамена.**

1. Физическая культура как социальное системно организованное явление, интенсивно развивающееся в структуре культуры общества.
2. Формы организации физической культуры в современном обществе.
3. Общекультурные и специфические функции физической культуры.
4. Физическая культура личности как качественное свойство человека, формирующееся в процессе двигательной (физкультурной) деятельности.
5. История развития научных идей, концепций, теорий, терминологии и тезауруса в сфере оздоровительной физической культуры.
6. История развития научных идей, концепций, теорий, терминологии и тезауруса в сфере адаптивной физической культуры.
7. Теории и концепции оздоровительной физической культуры.
8. Теории и концепции адаптивной физической культуры.
9. Содержание, направленность, методы, методики и технологии оздоровления человека с помощью целенаправленного использования средств двигательной активности.
10. Профилактика профессиональных и иных наиболее распространённых заболеваний.
11. Методы и методики восстановления здоровья с использованием физических упражнений и естественно-средовых факторов.
12. Физкультурно-оздоровительные технологии для лиц, входящих в различные социально-демографические группы.
13. Методы и методики укрепления здоровья и закаливания организма детей дошкольного возраста, учащихся общеобразовательных школ, студентов высших и средне-профессиональных

образовательных организаций с использованием физических упражнений и естественно-средовых факторов

14. Оздоровительно-рекреационная и физкультурно-оздоровительная деятельность с использованием соревновательного метода.

15. Программно-нормативные, законодательные основы системы оздоровительной физической культуры.

16. Программно-нормативные, законодательные основы системы адаптивной физической культуры.

17. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре.

18. Содержание, направленность, методы, методики и технологии адаптивного физического воспитания.

19. Содержание, направленность, методы, методики и технологии адаптивного спорта.

20. Двигательная рекреация, креативные (телесно-ориентированные) и экстремальные виды адаптивной физической культуры инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

21. Адаптивная физическая реабилитация, физическая реабилитация, восстановление и совершенствование физического, психического и социального здоровья инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

22. Методы, методики и технологии обучения двигательным действиям лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов.

23. Методы, методики и технологии восстановления нарушенных или временно утраченных двигательных функций человека средствами адаптивной физической культуры.

24. Психолого-педагогические подходы к организации адаптивной физической культуры в системе коррекционной работы с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья и инвалидами в условиях коррекционного и инклюзивного образования (глухие, слабослышащие, незрячие, слабовидящие, дети с речевыми нарушениями, дети с задержкой психического развития, дети с нарушением интеллекта, дети с расстройством аутистического спектра, дети с множественными нарушениями развития, дети с ОВЗ с измененным функциональным статусом вследствие применения новейших медико-биологических цифровых технологий).

25. Классификация физических нагрузок. Оптимальные двигательные режимы в оздоровительной физической культуре.

26. Медицинское обеспечение занимающихся в физкультурно-оздоровительных группах. Оценка уровня физического состояния занимающихся оздоровительной физической культурой

27. Дозирование физических нагрузок при занятиях физическими упражнениями с оздоровительно-рекреативной направленностью.

28. Допинг в спорте. Значение и роль антидопинговых программ и организаций ВАДА, РУСАДА.

29. Роль информации, информатики, информационных и компьютерных технологий в деятельности специалиста по оздоровительной и адаптивной физической культуре.

30. Наука и научное познание. Функции науки. Средства и методы научного исследования в оздоровительной и адаптивной физической культуре.

#### **4. Порядок и критерии оценки результатов кандидатского экзамена.**

Развернутый ответ аспиранта должен представлять собой полной и правильное, осознанное и логически последовательное сообщение на заданную тему.

Критерии оценивания:

- 1) полноту и правильность ответа;
- 2) степень осознанности, понимания изученного;
- 3) языковое оформление ответа.

Оценка	Критерий выставления оценок
--------	-----------------------------

Оценка «отлично»	грамотно использована научная терминология; четко сформулирована проблема, доказательно аргументированы выдвигаемые тезисы; указаны основные точки зрения, принятые в научной литературе по рассматриваемому вопросу; собственная позиция или точка зрения, обозначены наиболее значимые в данной области научно-исследовательские проблемы; аспирант достаточно последовательно и логично излагает материал, отвечая на дополнительные вопросы.
Оценка «Хорошо»	применяется научная терминология, но при этом допущена ошибка или неточность в определениях, понятиях; проблема сформулирована, в целом доказательно аргументированы выдвигаемые тезисы; имеются недостатки в аргументации, допущены фактические или терминологические неточности, которые не носят существенного характера; высказано представление о возможных научно-исследовательских проблемах в данной области; аспирант отвечает на дополнительные вопросы.
Оценка «Удовлетворительно»	названы и определены лишь некоторые основания, признаки, характеристики рассматриваемой проблемы; допущены существенные терминологические неточности; собственная точка зрения не представлена; не высказано представление о возможных научно-исследовательских проблемах в данной области; аспирант не последовательно и нелогично излагает материал, отвечая на дополнительные вопросы.
Оценка «Неудовлетворительно»	отмечается отсутствие знания терминологии, научных оснований, признаков, характеристик рассматриваемой проблемы; не представлена собственная точка зрения по данному вопросу; аспирант обнаруживает незнание части излагаемого материала; допускает ошибки в формулировке определений понятий, искажающие их смысл; неуверенно излагает материал, не в полной мере владеет научной терминологией; аспирант не отвечает на дополнительные вопросы.

## **5. Перечень рекомендуемой литературы и ресурсов информационно- телекоммуникационной сети «Интернет»**

### **Основная литература**

1. Максименко, А. М. Теория и методика физической культуры : учеб. для вузов физ. культуры / А.М. Максименко. – 2-е изд. – М. : Физическая культура, 2009. – 496 с.
2. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учеб. для вузов физ. культуры / Л.П. Матвеев. – 5-е изд., испр. и доп. – М. : Советский спорт, 2010. – 340 с.
3. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры: учеб / Л.П. Матвеев. – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Физкультура и спорт, СпортАкадемПресс, 2008. – 544 с
4. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник / С.П. Евсеев. – М.: Спорт, 2016.- 616 с. Режим доступа: Университетская библиотека онлайн
5. Разработка и реализация индивидуальной программы реабилитации больного/инвалида [Электронный ресурс] : учебное пособие / Т. Н. Федорова, А. Н. Налобина / Саратов : Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 510 с. — 978-5-4497-0001-8. — Режим доступа:



<http://www.iprbookshop.ru/82674.html>

6. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре [Электронный ресурс] : учебник / О. Э. Евсеева, С. П. Евсеев. - Электрон. дан. - М. : Сов. спорт, 2013. - 392 с. - Режим доступа: [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=51781](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=51781)
7. Основы физической реабилитации [Электронный ресурс] : учебник / А. Н. Налобина, Т. Н. Фёдорова, И. Г. Таламова, Н. М. Курч Саратов : Ай Пи Эр Медиа, 2019. — 334 с. — 978-5-4486-0160-6. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/73336.html>
8. Капилевич Л.В. Физиология человека. Спорт / Л. В. Капилевич. — М.: Издательство Юрайт, 2016. — 141 с.
9. Теория и методика физической культуры: учеб. для студ. высших учеб. заведений / под ред. Ю.Ф. Курамшина. – М.: Советский спорт, 2007. – 464 с.
10. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования. /Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – 12 –е изд., испр. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 480 с.
11. Кузнецов, И. Н. Основы научных исследований [Электронный ресурс] : учеб. пособие / И. Н. Кузнецов. – М. : Дашков и К, 2020. – Добавлено: 20.04.2020. – Проверено: 03.03.2021. – Режим доступа: ЭБС Университетская библиотека ONLINE по паролю. - URL: [https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=573392](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=573392).
12. Здоровьесберегающие технологии в системе профессионального образования [Электронный ресурс] : практикум / сост. Л. В. Белова. – Ставрополь : СКФУ, 2017. – Добавлено: 16.07.2018. – Проверено: 03.03.2021. – Режим доступа: ЭБС Университетская библиотека ONLINE по паролю. - URL: [https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=467413&sr=1](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=467413&sr=1)

#### **Дополнительная литература**

1. Физическая реабилитация инвалидов с поражением опорно-двигательной системы [Электронный ресурс]: учеб. пособие / С.П. Евсеев [и др.] ; под ред. : С. П. Евсеева, С. Ф. Курдыбайло. – М. : Сов. спорт, 2010. – 488 с.
2. Литош, Н.Л. Адаптивная физическая культура. Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями в развитии: Учебное пособие / Н.Л. Литош. – М.: СпортАкадемПресс, 2002. – 140 с.
3. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре [Электронный ресурс] : учеб. пособие / З. С. Варфоломеева [и др.] ; под общ. ред. С. И. Изаак. –3-е изд., испр. и доп. – М. : ФЛИНТА ; Наука, 2012. – 130 с.
4. Мигуренко, Р.А. Социальная реабилитация: Учебное пособие / Р.А. Мигуренко. - Томск: изд-во ТПУ, 2005. – 160 с.
5. Профессиональная реабилитация инвалидов: уч.-метод. пособие. – М., 2003. – 283 с.
6. Байбородова, Людмила Васильевна. Методология и методы научного исследования [Электронный ресурс] : учеб. пособие для вузов / Л. В. Байбородова, А. П. Чернявская. – М. : Юрайт, 2020. – (Высшее образование). – Добавлено: 26.04.2020. – Проверено: 03.03.2021. – Режим доступа: ЭБС Юрайт по паролю. - URL: <https://urait.ru/book/metodologiya-i-metody-nauchnogo-issledovaniya-452322>.
7. Айзман, Роман Иделевич. Здоровьесберегающие технологии в образовании [Электронный ресурс] : учеб. пособие для вузов / Р. И. Айзман, М. М. Мельникова, Л. В. Косованова. – М. : Юрайт, 2020. – (Образовательный процесс). – Добавлено: 10.07.2020. – Проверено: 03.03.2021. – Режим доступа: ЭБС Юрайт по паролю. - URL: <https://urait.ru/book/zdorovesberegayuschie-tehnologii-v-obrazovanii-452423>.

#### **Федеральные информационно-образовательные порталы и электронные ресурсы**

- Интернет-ресурсы Единое окно доступа к образовательным ресурсам [Электронный ресурс]. – URL: <http://window.edu.ru>
- eLIBRARY.RU [Электронный ресурс]: научная электронная библиотека. – URL:

<http://www.elibrary.ru>

Znaniy.com [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. URL: <http://znaniy.com>

Информационный сайт-справочник по биологии и физиологии. – URL: <http://sbio.info/index.php>.

КиберЛенинка [Электронный ресурс]: научная электронная библиотека. – URL: <https://cyberleninka.ru>

Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. URL: <http://lib.sportedu.ru>

**Образец экзаменационного билета для проведения кандидатского экзамена**

Департамент образования и науки города Москвы  
Государственное автономное образовательное учреждение  
города Москвы  
**«Московский городской педагогический университет»**  
Институт естествознания и спортивных технологий  
Кафедра адаптологии и спортивной подготовки

**Кандидатский экзамен**

**Научная специальность**

5.8.6. Оздоровительная и адаптивная физическая культура

**Отрасль науки**

Педагогические науки

**Экзаменационный билет № 1**

1. Формы организации физической культуры в современном обществе.
2. Классификация физических нагрузок. Оптимальные двигательные режимы в оздоровительной физической культуре.
3. Вопрос по теме диссертационного исследования.

Заведующий кафедры  
адаптологии и спортивной подготовки

(подпись)

А.В. Скотникова

\_\_\_\_\_  
(Ф.И.О.)