

**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  
\_\_\_\_\_ Е.Н. Геворкян  
\_\_\_\_\_ 2025 года

**ПРОГРАММА КАНДИДАТСКОГО ЭКЗАМЕНА**

по научной специальности

**5.8.5. Теория и методика спорта  
и отрасли науки  
*Педагогические науки***

2025

## **1. Общие положения.**

1.1. Программа кандидатского экзамена по научной специальности 5.8.5. *Теория и методика спорта* 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 5.8.5. *Теория и методика спорта*

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 5.8.5. *Теория и методика спорта* является оценка

степени подготовленности соискателя ученой степени кандидата наук (аспиранта/прикрепленного лица) к проведению научных исследований по научной специальности 5.8.5. *Теория и методика спорта*, Педагогические науки, по которой подготавливается или подготовлена диссертация. Соискатель ученой степени кандидата наук должен продемонстрировать:

*знание*

- теоретических основ спортивной подготовки;
- специфических принципов спортивной подготовки;
- основ совершенствования двигательных качеств спортсменов;
- основ обучения двигательным действиям в спорте;
- основ программирования и организации тренировочного процесса;
- теоретических основ управления тренировочным процессом;
- видов комплексного контроля подготовленности в различных видах спорта;

*умение*

- вести документацию, необходимую для обеспечения учебно-тренировочного процесса;

- ставить и решать учебные задачи; планировать и творчески применять средства, методы подготовки в спорте с учетом особенностей контингента обучаемых, обеспечивая дифференциацию учебного процесса;

- уметь использовать основные методы и средства комплексного контроля подготовленности спортсменов;

- анализировать тренировочный процесс, на основе объективных показателей подготовленности спортсменов вносить коррекцию в процессе подготовку спортсменов

- решать практические расчетные задачи по теме контроля двигательных действий в различных видах спорта;

*владение*

- методами и средствами комплексного контроля в спорте;
- основами программирования и организации тренировочного процесса;
- методикой обучения спортивным упражнениям;
- технологией контроля за техникой выполнения двигательных действий спортсменов,
- анализировать и оценивать фазовый состав спортивных движений;
- целесообразность применения и эффективных инструментальных методик для контроля техники выполнения двигательных действий;
- технологией коррекции обучения на основе использования инструментальных средств контроля;
- инструментальными методиками контроля за движениями в спорте (видеосъемка, видеоанализ);

Сдача кандидатских экзаменов обязательна для присуждения ученой степени кандидата наук.

1.4. Кандидатский экзамен по специальной дисциплине по научной специальности

5.8.5. *Теория и методика спорта* 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.**

**Структура и организация спорта в Российской Федерации.**

Организация спорта в Российской Федерации. Министерство спорта РФ. Центр спортивной подготовки сборных команд. Задачи и функции спортивных организаций. Цели и задачи спорта в современном обществе. Спорт высших достижений и массовый спорт. Факторы, определяющие развитие спорта в РФ. Федерации по видам спорта. Спортивные клубы. Детско-юношеский спортивные школы. Школы высшего спортивного мастерства. Центры олимпийской подготовки. Учебно-тренировочные центры. Научные центры физической культуры и спорта. Образовательные учреждения физической культуры и спорта. Колледжи физической культуры. Высшие учебные заведения ФК и спорта.

**Специфические принципы спортивной подготовки**

Принцип направленности к максимуму достижений. Принцип непрерывности тренировочного процесса в спорте. Принцип углубленной специализации. Принцип единства общей и специальной подготовки в спорте. Принципа волнообразности и Принцип вариативности нагрузок в спортивной подготовке. Принципа цикличности тренировочного процесса. Принципа единства и взаимосвязи структуры соревновательной деятельности и структуры подготовленности. Принцип единства и взаимосвязи тренировочного процесса и соревновательной деятельности с внутренировочными факторами.

**Адаптация к мышечной деятельности и энергообеспечение двигательной деятельности в спорте**

Основы теории адаптация к мышечной деятельности. Срочная и долговременная адаптация. Утомление и восстановление при напряженной мышечной деятельности. Деадаптация, реадаптация и переадаптация в спорте. Энергообеспечение двигательной деятельности в спорте. Анаэробная и аэробная системы энергообеспечения. Анаэробно-алактатный механизм энергообеспечения двигательной деятельности. Анаэробно-лактатный механизм энергообеспечения двигательной деятельности. Средства и методы повышения анаэробных возможностей в спорте. Аэробный механизм энергообеспечения мышечной деятельности. Средства и методы повышения аэробных возможностей в спорте.

**Спортивная подготовка**

Цели и задачи спортивной подготовки. Виды подготовки в спорте. Методы и средства спортивной подготовки. Метод строго регламентированного упражнения в спортивной тренировке. Игровой метод в спорте. Соревновательный метод в спортивной тренировке. Физическая подготовка спортсменов. Общефизическая и специальная физическая подготовка в спорте. Методы и средства общефизической подготовки спортсменов. Методы и средства специальной физической подготовки спортсменов. Техническая подготовка спортсменов. Методы и средства технической подготовки. Взаимосвязь физической и технической подготовки в спорте. Тактическая подготовка в спорте.

Методы и средства тактической подготовки спортсменов. Психологическая подготовка в спорте. Методы и средства психологической подготовки. Аутогенная и психорегулирующая тренировка. Методы психодиагностики в спорте. Идеомоторная тренировка. Теоретическая подготовка в спорте. Общеразвивающие, общеподготовительные и специально-подготовительные упражнения. Соревновательные упражнения.

#### Двигательные качества спортсменов

Двигательные качества спортсменов. Сенситивные периоды развития двигательных качеств. Силовые способности. Режимы работы мышц. Зависимость быстрота-сила. Кривая Хилла. Методы и средства силовой подготовки. Сенситивные периоды развития силовых способностей. Методика развития максимальной силы, мышечной массы, силовой выносливости и скоростно-силовых качеств. Скоростные способности. Виды быстроты и определяющие факторы. Методы и средства развития быстроты. Сенситивные периоды развития быстроты. Методика развития быстроты двигательной реакции. Простая и сложная двигательная реакция. Методика развития частоты движений. Методика развития быстроты одиночного движения. Двигательное качество выносливость. Виды выносливости. Методы и средства развития выносливости. Анаэробная и аэробная выносливость. Сенситивные периоды развития выносливости. Методика развития общей и специальной выносливости. Координационные способности. Виды координационных способностей и факторы их определяющие. Сенситивные периоды развития координационных способностей. Методика развития способности к сохранению устойчивости, формированию ритма движений, ориентации в пространстве. Двигательное качество гибкость. Активная и пассивная гибкости. Методы и средства развития гибкости.

#### Сенситивные периоды развития гибкости.

#### Многолетняя структура подготовки в спорте

Спортивный отбор. Этапы спортивного отбора. Ориентация в спорте. Обучение двигательным действиям. Двигательные умения и навыки. Стадии формирования двигательного навыка. Структура многолетней подготовки спортсмена. Этапы многолетней подготовки. Этапы предварительной подготовки. Задачи этапа. Основные методы и средства подготовки на этапе. Этап начальной специализации. Задачи этапа. Основные методы и средства подготовки на этапе. Этапы углубленной тренировки. Задачи этапа. Основные методы и средства подготовки на этапе. Этап спортивного совершенствования. Задачи этапа. Основные методы и средства подготовки на этапе.

Этапы высшего спортивного мастерства. Задачи этапа. Основные методы и средства подготовки на этапе. Этап спортивного долголетия в спорте. Задачи этапа. Основные методы и средства подготовки на этапе.

#### Структура годичного цикла подготовки.

Структура и продолжительность макроцикла в спорте. Периодизация макроцикла. Этапы подготовки в макроцикле. Годичный цикл подготовки. Структура и продолжительность мезоцикла подготовки в спорте. Виды и задачи мезоциклов. Структура и продолжительность микроциклов подготовки в спорте. Виды и задачи микроциклов. Структура учебно-тренировочного занятия в спорте. Части занятия. Задачи подготовительной, основной и заключительной частей занятия. Однонаправленные и комплексные занятия.

#### Управление тренировочным процессом и контроль в спорте

Управление тренировочным процессом. Этапное, текущее и оперативное управление подготовкой в спорте. Прогнозирование в спорте. Программирование и организация тренировочного процесса. Планирование тренировочного процесса. Моделирование в спорте. Модели специальной подготовленности спортсменов и морфофункциональные модели. Модели структурных образований тренировочного процесса. Роль комплексного контроля в процессе управления подготовкой спортсмена. Коррекция и перепрограммирование тренировочного процесса. Педагогический контроль за воспитанием двигательных качеств спортсмена. Педагогический контроль соревновательной деятельности в спорте. Контроль технической подготовленности в спорте. Контроль функциональной подготовленности спортсменов. Контроль психологической подготовленности спортсменов. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок в спорте. Объем и интенсивность нагрузки.

#### **Нетрадиционные методы и средства подготовки. Внетренировочные факторы подготовки в спорте**

Экстремальные условия в системе подготовки спортсменов. Подготовка в среднегорье и высокогорье. Подготовка в условиях высоких и низких температур. Использование тренажерного и дополнительного оборудования в подготовке спортсменов. Нетрадиционные методы подготовки в спорте. Метод «искусственной управляющей среды». Внетренировочные факторы подготовки. Средства восстановления и стимуляции работоспособности спортсменов. Допинг в спорте. Распространение допинга в спорте. Виды допинга. Допинговые методы и средства. Борьба с допингом. Деятельность Всемирного антидопингового агентства (WADA). Деятельность РУСАДА в РФ по борьбе с допингом.

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

1. Организация спорта в Российской Федерации. Министерство спорта РФ. Федерации по видам спорта. Спортивные клубы. ДЮСШ и ШВСМ. Задачи и функции спортивных организаций.
2. Цели и задачи спорта в современном обществе. Спорт высших достижений и массовый спорт. Факторы, определяющие развитие спорта в РФ.
3. Специальные принципы спортивной подготовки.
4. Реализация принципа направленности к максимуму достижений и принципа непрерывности тренировочного процесса в спорте.
5. Реализация принципа углубленной специализации и принципа единства общей и специальной подготовки в спорте.
6. Реализация принципа волнообразности и принципа вариативности нагрузок в спортивной подготовке.
7. Реализация принципа цикличности тренировочного процесса и принципа взаимосвязи соревновательной деятельности и тренировочного процесса.
8. Адаптация к мышечной деятельности в спорте. Утомление и восстановление при напряженной мышечной деятельности. Деадаптация и реадаптация в спорте.
9. Энергообеспечение двигательной деятельности в спорте.
10. Анаэробный механизм энергообеспечения мышечной деятельности. Анаэробно-алактатный и анаэробно-лактатный процессы. Средства и методы повышения анаэробных возможностей в спорте.

11. Аэробный механизм энергообеспечения мышечной деятельности. Средства и методы повышения аэробных возможностей в спорте.
12. Спортивная подготовка. Цели и задачи. Виды подготовки в спорте.
13. Методы и средства спортивной подготовки. Общеразвивающие, общеподготовительные и специально-подготовительные упражнения.
14. Метод строго регламентированного упражнения в спортивной тренировке.
15. Игровой и соревновательный методы в спортивной тренировке.
16. Физическая подготовка спортсменов. Общефизическая и специальная физическая подготовка в спорте. Методы и средства физической подготовки спортсменов.
17. Техническая подготовка спортсменов. Методы и средства технической подготовки. Взаимосвязь физической и технической подготовки в спорте.
18. Тактическая подготовка в спорте. Методы и средства тактической подготовки спортсменов.
19. Психологическая подготовка в спорте. Методы и средства психологической подготовки. Аутогенная и психорегулирующая тренировка. Методы психодиагностики в спорте.
20. Отбор и ориентация в спорте. Этапы спортивного отбора.
21. Двигательные качества спортсменов. Сенситивные периоды развития двигательных качеств.
22. Силовые способности. Режимы работы мышц. Зависимость быстроты-сила. Сенситивные периоды развития силовых способностей.
23. Методика развития максимальной силы, мышечной массы и скоростно-силовых качеств.
24. Скоростные способности. Виды быстроты и определяющие факторы. Сенситивные периоды развития быстроты.
25. Методика развития быстроты двигательной реакции, частоты движений.
26. Двигательное качество выносливость. Виды выносливости. Сенситивные периоды развития выносливости.
27. Методика развития общей и специальной выносливости.
28. Координационные способности. Виды координационных способностей и факторы их определяющие. Сенситивные периоды развития координационных способностей.
29. Методика развития способности к сохранению устойчивости, формированию ритма движений, ориентации в пространстве.
30. Двигательное качество гибкость. Активная и пассивная гибкости. Сенситивные периоды развития гибкости. Методика развития гибкости.
31. Обучение двигательным действиям. Двигательные умения и навыки. Стадии формирования двигательного навыка.
32. Структура многолетней подготовки спортсмена. Этапы многолетней подготовки.
33. Этапы предварительной подготовки и начальной специализации в многолетней подготовке спортсмена Задачи этапов. Основные методы и средства подготовки.
34. Этапы углубленной тренировки и спортивного совершенствования в спорте. Задачи этапов. Основные методы и средства подготовки.
35. Этапы высшего спортивного мастерства и спортивного долголетия в

спорте. Задачи этапов. Основные методы и средства подготовки.

36. Структура и продолжительность макроцикла в спорте. Периодизация макроцикла. Этапы подготовки в макроцикле. Годичный цикл подготовки.

37. Структура и продолжительность мезоцикла подготовки в спорте. Виды и задачи мезоциклов.

38. Структура и продолжительность микроциклов подготовки в спорте. Виды и задачи микроциклов.

39. Структура учебно-тренировочного занятия в спорте. Части занятия. Задачи подготовительной, основной и заключительной частей занятия. Однонаправленные и комплексные занятия.

40. Управление тренировочным процессом. Этапное, текущее и оперативное управление подготовкой в спорте.

41. Программирование и организация тренировочного процесса. Периоды и этапы годичного цикла.

42. Планирование тренировочного процесса. Целевое планирование макроцикла в спорте.

43. Моделирование в спорте. Модели специальной подготовленности спортсменов и морфофункциональные модели. Модели структурных образований тренировочного процесса.

44. Роль комплексного контроля в процессе управления подготовкой спортсмена. Педагогический контроль за воспитанием двигательных качеств спортсмена.

45. Контроль соревновательной деятельности в спорте.

46. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок в спорте. Объем и интенсивность нагрузки.

47. Экстремальные условия в системе подготовки спортсменов. Подготовка в среднегорье и высокогорье.

48. Использование тренажерного и дополнительного оборудования в подготовке спортсменов. Нетрадиционные методы подготовки в спорте. Метод «искусственной управляющей среды».

49. Внетренировочные факторы подготовки. Средства восстановления и стимуляции работоспособности спортсменов.

50. Допинг в спорте. Виды допинга. Борьба с допингом. Роль ВАДА и РУСАДА в борьбе с допингом.

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

Максимальная оценка за экзамен – 5 баллов.

Критерии оценки одного экзаменационного вопроса:

*5 баллов:*

1. Дан полный, развернутый ответ на поставленный в билете вопрос. Представлена вся полнота знаний об объекте, свободное оперирование понятиями, умение выделить существенные и несущественные признаки объекта, причинно-следственные связи. Знание материала далеко за рамками обязательного курса.

2. Ответ отличает четкая логика

3. Обоснована и аргументирована собственная позиция

4. В своем ответе абитуриент приводит примеры из практики

5. Показано отличное знание научной литературы

*4 балла:*

1. Дан полный, развернутый ответ на поставленный в билете вопрос. Представлена вся полнота знаний об объекте, свободное оперирование понятиями, умение выделить существенные и несущественные признаки объекта, причинно-следственные связи. Однако, при ответе были допущены незначительные погрешности, не искажающие смысла излагаемого материала, исправленные абитуриентом самостоятельно в процессе ответа

2. Ответ отличает логичность изложения
3. Обоснована собственная позиция по отдельным проблемам
4. Недостаточное подтверждение теории примерами из практики
5. Отмечаются незначительные пробелы в знаниях основной научной литературы

*3 балла:*

1. Ответ дан в целом правильно, однако не полно. Могут быть допущены незначительные ошибки, исправленные преподавателем. Показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в оперировании базовыми понятиями.

2. Присутствуют нарушения в логике
3. Обоснована собственная позиция по отдельным проблемам
4. В ответе отсутствуют примеры из практики
5. Отмечается слабое знание основной научной литературы

*2 балла:*

1. Ответ дан не полный. Путаница в базовой терминологии.  
2. Логика и последовательность изложения имеют существенные нарушения  
3. Слабая аргументация  
4. В ответе отсутствуют примеры из практики  
5. Значительные пробелы в знаниях основной научной литературы

Уточняющие и дополнительные вопросы могут задаваться на усмотрение членов экзаменационной комиссии.

Абитуриент, набравший по итогам экзамена, ниже трех баллов, считается не сдавшим вступительное испытание и выбывает из участия в конкурсе.

## **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. Теория и методика физической культуры: общие основы теории и методики физического воспитания; теоретико— методические аспекты спорта и профессионально—прикладных форм физической культуры: учеб. для ин—тов физ. культуры / Л. П. Матвеев. — М.: Физкультура и спорт, 1991. — 543 с.

4. Матвеев, Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов/Л. П. Матвеев— К.: Олимпийская литература, 1999. — 318 с.

5. 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.
6. Никитушкин, В.Г. Спорт высших достижений: теория и методика. Учебное пособие/ В. Г. Никитушкин, Ф. П. Суслов. — М.: Советский спорт, 2018. 320 с.
7. Платонов, В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник [для тренеров]: в 2 кн. / В. Н. Платонов. — К.: Олимпийская литература, 2015. — 680 с.
8. Платонов, В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В. Н. Платонов. — Киев: Олимпийская литература, 2004. — 808 с.
9. Платонов, В. Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов/ В. Н. Платонов. — М.: Спорт, 2019. — 656 с.
10. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического культуры и спорта. учеб. пособие для студ. ВЫСШ. и средних учеб. заведений физ. культуры / Ж.К. холдов, ВС. Кузнецов. — 13—е изд., стер. — М.: изд. центр «Академия», 2016. - 480 с.
- Дополнительная учебная и научная литература:
0. Алексеев, С. В. Спортивное право России: учеб. / СВ. Алексеев. \_\_3—е изд. — М.: Советский спорт, 2012. — 1056 с.
1. Алтер, М. Дж. Наука о гибкости. — К.: изд—во «Олимпийская литература», 2001. —421 с.
3. Бальсевич, В. К. Очерки по возрастной кинезиологии человека / В. К. Бальсевич. — М.: Советский спорт, 2009. — 220 с.
4. Барчуков, И. С. Физическая культура и спорт: методология, теория, практика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / И.С. Барчуков, А. А. Нестеров; под общ. ред. Н. Н. Маликова. — М.: изд. центр «Академия», 2006. - 528 с.
5. Бернштейн, Н. А. О построении движений / Н. А. Бернштейн. - Л.: Медгиз, 1947. - 254 с.
6. Берштейн, Н. А. О ловкости и ее развитии / Н.А. Берштейн. — М.: Физкультура и спорт, 1991. — 288 с.
7. Боген, М. М. Физическое воспитание и спортивная тренировка. Обучение двигательным действиям. Теория и методика / ГМ.М. Боген. — М.: Либроком, 2010. - 200 с.
8. Боген М. М. Обучение двигательным действиям/М. М. Боген— М.: Физкультура и спорт, 1985. — 192 с.
9. Бондарчук, А. П. Периодизация спортивной тренировки. — К.: изд— во НУФВСУ «Олимпийская литература», 2005. зоз с.
10. Бондарчук, А. П. Управление тренировочным процессом спортсменов высокого класса / А. П. Бондарчук. — М.: Олимпия Пресс, 2007. — 272 с.
11. Верхощанский, Ю. В. Основы специальной силовой подготовки в спорте /Ю.В. Верхощанский. — Зе изд. — М.: Советский спорт, 2013. — 216 с.
12. Верхощанский, Ю. В. Программирование и организация тренировочного процесса/Ю.В. Верхощанский. —М.: Физкультура и спорт,1985. — 186 с.
- 13.Верхощанский, Ю. В. Основы специальной физической подготовки спортсменов/Ю.В. Верхощанский. — М.: Физкультура и спорт,1988. — 331 с.
14. Вовк, С. И. Диалектика спортивной тренировки: монография / СИ. Вовк.

- М.: Физическая культура, 2007. — 212 с.
15. Волков В. М. Спортивный отбор/ В. М. Волков, В. П. Филин — М.: Физкультура и спорт, 1983. — 176 с.
16. Волков, Л. В. Теория и методика детского и юношеского спорта: учеб. для студ. ВУЗов физ. культ. — К.: Олимпийская литература, 2002. — 294 с.
17. Волков, Н. И. Биоэнергетика спорта: монография / Н. И. Волков, В. И. Олейников. — М.: Советский спорт, 2011. — 160
18. Воробьев, А. Н. Тренировка, работоспособность, реабилитация / А. Н. Воробьев. — М.: Физкультура и спорт, 1989. — 272 с.
19. Гавердовский, Ю. К. Обучение спортивным упражнениям: биомеханика, методология, дидактика / Ю. К. Гавердовский. — М.: Физкультура и спорт, 2007. — 911 с.
20. Годик, М. А. Комплексный контроль в спортивных играх / М. А. Годик, А. Л. Скородумова. — М.: Советский спорт, 2010. — 336 с.
21. Годик, М. А. Спортивная метрология / М. А. Годик — М.: Физкультура и спорт, 1988. — 160 с.
22. Гордон, С. М. Спортивная тренировка: науч.—метод. пособие / С. М. Гордон. — М.: Физическая культура, 2008. — 256 с.
23. Губа, В. П. Индивидуализация подготовки юных спортсменов / В. П. Губа, П. В. Квашук, В. Г. Никитушкин. — М.: Физкультура и спорт, 2009. -276 с.
24. Губа, В. П. Теория и практика спортивного отбора и ранней ориентации в виды спорта: монография / В. П. Губа. — М.: Советский спорт, 2008. — 304 с.
25. Зациорский, В. М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания / В. М. Зациорский. — 3-е изд. — М.: Советский спорт, 2009. — 200 с.
26. Запорожанов В. А. Контроль в спортивной тренировке / В. А. Запорожанов — К.: Здоровья, 1988. — 144 с.
27. Иорданская, Ф. А. Мужчина и женщина в спорте высших достижений: проблемы полового диморфизма / Ф. А. Иорданская. — М.: Советский спорт, 2012. — 256 с.
28. Иссурин, В. Б. Блоковая периодизация спортивной тренировки: монография В. Б. Иссурин. — М.: Советский спорт, 2010. — 288 с.
29. Коренберг, В. Б. Лекции по спортивной биомеханике: учеб. пособие / В. Б. Коренберг. — М.: Советский спорт, 2011. — 206 с.
30. Коренберг, В. Б. Основы спортивной кинезиологии: учеб. пособие / В. Б. Коренберг. — М.: Советский спорт, 2005. 232 с.
31. Коренберг, В. Б. Спортивная метрология: учеб. / В. Б. Коренберг. — М.: Физическая культура, 2008. -368 с.
32. Королев, Г. И. Современные принципы системы подготовки в спорте. Очерки по теории и методологии современной спортивной подготовки. — М.: Мир атлетов, 2006. — 104 с.
33. Красников, А. А. Основы теории спортивных соревнований: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. — М.: изд—во «Физическая культура», 2005. 160 с.
34. Куликов, Л. М. Управление спортивной тренировкой: системность, адаптация, здоровье. — М.: Физкультура, образование и наука, 1995. - 395 с.
35. Курамшин, Ю. Ф. Спортивная рекордология. Теория, методология, практика: монография / Ю. Ф. Курамшин. — М.: Советский спорт, 2005. 408 с.

36. Лях, В. И. Координационные способности: диагностика и развитие. - М.: ТВТ дивизион, 2006. - 290 с.
37. Никитушкин, В. Г. Многолетняя подготовка юных спортсменов : монография / В. Г. Никитушкин. — М.: Физическая культура, 2010. — 240 с.
38. Никитушкин, В. Г. Теория и методика юношеского спорта: учеб. / ВГ. Никитушкин. — М.: Физическая культура, 2010. — 208 с.
39. Никитушкин, В. Г. Комплексный контроль в подготовке юных спортсменов: монография. — М.: Физическая культура, 2013. — 235 с.
40. Нормативное правовое обеспечение сферы физической культуры и спорта в Российской Федерации: реализация стратегии развития отрасли. Документы и материалы (2008—201 годы) / Н. В. Паршикова, П. А. Виноградов. — М.: Советский спорт, 2012. — 1207 с.
41. Оганджанов, А. Л. Комплексный контроль в легкой атлетике: учебное пособие/ А. Л. Оганджанов – М.: МГПУ, 2014. - 188 с.
42. Основы управления подготовкой юных спортсменов / под общ. ред. МЛ. Набатниковой. — М.: Физкультура и спорт, 1982. — 280 с.
43. Павлов, С. Е. Технология подготовки спортсменов / СЕ. Павлов, Т. Н. Павлова. — М.: Советский спорт, 2012. — 344 с.
44. Платонов, В. Н. Адаптация в спорте/ В. Н. Платонов — К.: Здоровья, 1988. — 216 с.
45. Платонов, В.Н. Спорт высших достижений и подготовка национальных команд к олимпийским играм / В. Н. Платонов. — М.: Советский спорт, 2010. — 310 с.
46. Платонов, В.Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение / В. Н. Платонов. — К.: Олимпийская литература, 2013. — 624 с.
47. Подготовка юных чемпионов: пер. с англ. / Т. Бомна. — М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ», 2003. — 259 с.
48. Ратов, И. П. Биомеханические технологии подготовки спортсменов / И. П. Ратов, Г. И. Попов, А. А. Логинов и [др.]. — М.: Физкультура и спорт, 2007. — 120 с.
49. Рубин, В. С. Разделы теории и методики физической культуры: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / В.С. Рубин. — М.: изд—во «Физическая культура», 2006. — 1 12 с.
50. Ростовцев, В. Л. Современные технологии спортивных достижений / Владимир Ростовцев. - М.: ВНИИФК, 2007. \_ 199 с.
51. Рубин, В. С. Олимпийский и годичные циклы тренировки. Теория и практика: учеб. —метод. изд. / В. С. Рубин — М.: Советский спорт, 2009. - \_188 с.
52. Семенова СА. Технология оздоровительной тренировки: учебно - методическое пособие / СА. Семенова. — М.: «Эдитус», 2014. — 198 с.
53. Сергиенко, Л. П. Спортивный отбор: теория и практика: монография / Л. П. Сергиенко. — М.: Советский спорт, 2013. 1048 с.
54. Современная система спортивной подготовки: монография / под ред. Ф. П. Суслова, В. Л. Сыча, Б. Н. Шустрина. - М., 1995. - 448 с.
55. Спортивное плавание: путь к успеху: в 2 кн. / под общ. ред. В. Н. Платонова. — М.: Советский спорт, 2012. — Кн.. — с. — кн. 2. — 544 с.
56. Столяров В.И. Теоретические основы спортивной культуры студентов: монография / В.И. Столяров, СЮ. Баринов. — М.: [Унив. кн.], 201 1. \_233 с.

57. Столяров В. И. Социальные проблемы современного спорта и олимпийского движения: (гуманист. и диалект. анализ) / В.И. Столяров; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма. — Бишкек: Максат, 2015. -465 с.
58. Туманян Г.С. Стратегия подготовки чемпионов: настольная книга тренера /Г.С. Туманян. — М.: Советский спорт, 2006. — 494 с.
59. Фарфель, В. С. Управление движениями в спорте / ВС. Фарфель. 2—е изд., стереотип. — М.: Советский спорт, 2011. — 202 с.
60. Филин, В. П. Теория и методика юношеского спорта: учеб. пособие для институтов и техникумов физ. культ. — М.: Физкультура и спорт, 1987. - 128 с.
61. Фискалов, В. Д. Спорт и система подготовки спортсменов: учебник / В.Д. Фискалов. — М.: Советский спорт, 2010. — 392 с.
62. Чесноков, Н. Н. Управление спортивной подготовкой высококвалифицированных спортсменов: монография / Н. Н. Чесноков, В. Г. Никитушкин, А. П. Морозов. — М., 2017. — 248 с.
63. Шустин, Б. Н. Моделирование в спорте высших достижений / Б.Н. Шустин. - М.: РГАФК, 1995.— 102 с
4. Книги по психологии и педагогике спорта:
0. Алексеев, А. В. Преодолей себя! Психическая подготовка в спорте / А. В. Алексеев. — Ростов—н/Дону: Феникс, 2006. — 352 с.
1. Блауберг, И. В. Проблема целостности и системный подход / И. В. Блауберг. — М.: Эдиториал УРСС, 1997. — 448 с.
3. Гиссен, Л.Д. Психология и психогигиена в спорте / Л. Д. Гиссен. — 2—е изд. стереот. — М.: Советский спорт, 2010. — 160 с.
4. Гогунов, Е. Н. Психология физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Е.Н. Гогунов, Б.И. Марьянов. - м., 2000. - 288 с.
5. Горбунов, Г. Д. Психопедагогика спорта / Г. Д. Горбунов. — М.: Советский спорт, 2006. — 296 с.
6. Горская Г. Б. Психологическое обеспечение многолетней подготовки спортсменов: Учебное пособие / Г. Б. Горская. — Краснодар, 1995. 178 с.
7. Ильин, Е П. Мотивация и мотивы! Е. П. Ильин. — СПб., Питер, 2011. - 512 с.
8. Психология спорта / Е. П. Ильин. — СПб., 2010. — 352 с.
9. Ильин, Е. П. Психология индивидуальных различий / ГЕ.П. Ильин. — СПб.: Питер, 2005. — 412 с.
10. Ильин, Е. П. Психология физического воспитания: учеб. / Е.П. ильин. - 2 е изд. - СМ.: изд-во РГПУ им АИ. Герцена, 2000. - 486 с.
11. Карпушин, Б. А. Педагогика физической культуры / Б.А. Карпушин. — М.: Советский спорт, 2013. - 300 с.
12. Марищук В.Л. Методики психоdiagностики в спорте/В.Л. Марищук, Ю.М. Блудов, В.А. Плахтиенко, Л. К. Серова— М.: Просвещение, 1984. — 191 с.
13. Мерлин, В. С. Психология индивидуальности: избранные психологические труды / В. С. Мерлин; под ред. ЕЛ. Климова. 2-е изд., стер. — М.: изд-во МПСИ; Воронеж: изд-во НПО «модэк», 2009. 544 с.
14. Новиков, А. М. Методология / АЛЛ. Новиков, Д. А. Новиков. — М .. СИНТЕГ, 2007. - 668 с.
15. Педагогика физической культуры: учеб. для студ. ВЫСШ. учеб. заведений / С. Д. Неверкович, ТВ. Аронова, А.Р. Баймурзин; под. ред. С. Д.

Неверковича. — 2—е изд. — М.: изд. центр «Академия», 2013. 368 с.

16. Пилоян, Р. А. Мотивация спортивной деятельности / Р.А. Пилоян. — М.: Физкультура и спорт, 1984. — 104 с.

17. Психология физической культуры и спорта: учебник и практикум для академического бакалавриата / А. Е. Ловягина [и др.]; под ред. А. Е. Ловягиной. — М.: Издательство Юрайт, 2018. — 531 с

18. Родионов, А. В. Психодиагностика спортивных способностей/ А. В. Родионов. — М.: Физкультура и спорт, 1973. — 216 с.

19. Родионов, А. В. Психология детско-юношеского спорта: учеб. для студентов высш. учеб. заведений / А. В. Родионов, В. А. Родионов. — М.: Физическая культура, 2013. — 277 с.

20. Родионов, А. В. Психология физического воспитания и спорта: учеб. для вузов / А. В. Родионов. — М.: Академический проект; Фонд «Мир», 2004. - 182 с.

21. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. - СМ.: Питер, 2009. - 713 с.

22. Серова, Л. К. Психология личности спортсмена: учебное пособие для академического бакалавриата / Л. К. Серова. — 2—е изд., испр. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2017. — 122 с.

23. Серова, Л. К. Психология личности спортсмена: учебное пособие для академического бакалавриата / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2018. - 122 с.

24. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте: учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. 2-е изд., испр. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2017. — 161 с.

25. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте: учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. 2—е изд., испр. и доп. М. • Издательство Юрайт, 2017. — 161 с. — (Серия: Университеты России)

26. Спортивная психология / под ред. В. А. Родионова, А. В. Родионова, ВГ. Сивицкого. М.: Юрайт, 2014. -236 с.

27. Стамбулова, Н.Б. Психология спортивной карьеры: учеб. пособие/ Н. Б. Стамбулова. — СПб.: Центр карьеры, 1999. — 368 с.

28. Сурков, Е. Н. Психомоторика спортсмена / ЕМ. Сурков. — М. : Физкультура и спорт, 1984. 126 с.

29. Уэнберг, Р. С. Основы психологии спорта и физической культуры / РС. Уэнберг, Д. Гоулд. — К.: Олимпийская литература, 1998. 336 с.

30. Шайхутдинов, Р.З. Личность и волевая готовность в спорте / Р.З. Шайхутдинов. — М.: Физкультура и спорт, 1987. - 112 с.

31. Ямалетдинова, Г. А. Педагогика физической культуры и спорта: учебное пособие для академического бакалавриата / Г. А. Ямалетдинова; под науч. ред. И. В. Еркомайшвили. — М.: Издательство Юрайт, 2018. — 244 с.

Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети Интернет, необходимых для подготовки к экзамену

ЭБС ZNANIUM.COM ([www.znanium.com](http://www.znanium.com)), ЭБС eLibrary ([www.eLibrary.ru](http://www.eLibrary.ru)), УБД ООО «ИВИС» ([www.ebiblioteka.ru](http://www.ebiblioteka.ru)), ЭБС «Университетская библиотека онлайн» ([www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)), ЭБС ЮРАЙТ ([www.urait.ru](http://www.urait.ru)), ЭБС ACADEMIA-MOSCOW.RU ([www.academia-moscow.ru](http://www.academia-moscow.ru))

## **6. Образец экзаменационного билета**

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

Кандидатский экзамен

**Научная специальность**

5.8.5 Теория и методика спорта

**Отрасль науки**

Педагогические науки

**Билет № 1**

1. Реализация принципа направленности к максимуму достижений и принципа непрерывности тренировочного процесса в спорте.
2. Методика развития способности к сохранению устойчивости, формированию ритма движений, ориентации в пространстве.
3. Вопрос по теме диссертационного исследования.

Экзаменационный билет утвержден на заседании департамента

Протокол № \_\_\_\_\_ от « \_\_\_\_ » 2025 г.

Начальник департамента

ФИО