

**Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Донецкий государственный университет»**

УТВЕРЖДАЮ:
Председатель приемной комиссии
Ректор
С. В. Беспалова
«20» января 2026 г.



Программа вступительного испытания
при приеме на обучение по программе магистратуры

**по направлению подготовки
49.04.03 Спорт (Профиль: Система подготовки спортсменов)**

Разработчики программы:

Батищева Марина Робертовна – зав. кафедрой теории и методики физической культуры, канд. пед. наук, доцент;

Сидорова Виктория Викторовна – зав. кафедрой гимнастики и спортивных единоборств, канд. наук по физ. восп. и спорту, доцент, Мастер спорта СССР международного класса;

Дубревский Юрий Михайлович – зав. кафедрой циклических видов спорта, канд. пед. наук, доцент, Мастер спорта СССР;

Бороденко Дмитрий Геннадьевич – ст. преподаватель кафедры циклических видов спорта, Мастер спорта;

Москалец Татьяна Валентиновна – зав. кафедрой спортивных игр, канд. биол. наук, доцент;

Коваль Татьяна Валентиновна – ст. преподаватель кафедры гимнастики и спортивных единоборств.

Программа утверждена на заседании Ученого совета института физической культуры и спорта от «18» декабря 2025 г., протокол №4.

Директор института физической культуры и спорта,
канд. пед. наук, доцент



И.П. Зенченков

Содержание

1. Общие положения и порядок проведения вступительного испытания	4
2. Основное содержание программы вступительного испытания	5
3. Шкала оценивания и минимальное количество баллов, подтверждающее успешность прохождения вступительного испытания	20
4. Образец билета вступительного испытания	23
5. Список рекомендуемой литературы для подготовки к вступительному испытанию	24

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ И ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ

Целью вступительных испытаний по направлению подготовки 49.04.03 Спорт (Профиль: Система подготовки спортсменов) при приеме на обучение по программе магистратуры является выявление уровня овладения абитуриентами универсальными и профессиональными компетенциями бакалавра. В ходе вступительного испытания оцениваются обобщенные знания по дисциплинам указанного направления; выявляется степень сформированности компетенций, значимых для успешного освоения магистерской программы; выявляется обоснованность и оригинальность научных планов, степень мотивации абитуриента, а также его умение поддерживать профессиональную дискуссию по вопросам из дисциплин: «Теория спортивной тренировки», «Теория и методика физической культуры», «Теория и методика легкой атлетики», «Теория и методика гимнастики» и «Теория и методика спортивных игр».

Задачами вступительных испытаний являются:

- диагностика уровня готовности абитуриентов к выполнению профессиональных задач, соответствующих их уровню квалификации;
- определение степени владения профессиональными знаниями, умениями, навыками;
- определение степени готовности абитуриента к применению профессиональных знаний, умений и навыков, полученных при обучении на бакалавриате в практической деятельности.

Вступительное испытание проводится в устной форме и включает в себя вопросы по теоретическим и прикладным дисциплинам. Экзамен будет проходить очно и (или) с использованием дистанционных технологий. Это позволит проверить знания абитуриентов по профессиональным дисциплинам, их умение использовать их на практике. Во время вступительных испытаний должен осуществляться комплексный контроль и объективная оценка всех основных компонентов подготовки абитуриента. Для выяснения глубины знаний абитуриента предполагается использование дополнительных вопросов.

2. ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

СИСТЕМА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Структура системы физической культуры и характеристика его основных компонентов. Основы системно направленного использования физической культуры в обществе (мировоззренческие, теоретико-методические, программно-нормативные, организационные основы). Кадры в системе физической культуры.

НАПРАВЛЕННОЕ ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Цель воспитания. Взаимосвязь различных видов воспитания в процессе физического воспитания (умственное, нравственное, эстетическое, трудовое). Задачи, средства и методы умственного, нравственного, эстетического и трудового воспитания, реализуемые в процессе физического воспитания.

ПРИНЦИПЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Общеметодические принципы (принципы сознательности и активности, доступности, наглядности, систематичности и индивидуализации). Специфические принципы физического воспитания (принцип непрерывности процесса физического воспитания, принцип системного чередования нагрузки и отдыха, принцип рационального повышения нагрузки, принцип возрастной адекватности средств физического воспитания, принцип цикличности занятий).

СРЕДСТВА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Понятие о физических упражнениях. Содержание физических упражнений (оздоровительное, образовательное, воспитательное). Техника физических упражнений. Характеристики физических упражнений (пространственная, временная, пространственно-временная). Ближайший и куммулятивный эффекты физических упражнений. Классификация физических упражнений (по направленности, по воспитанию физических качеств, по виду спорта, по типу структуры движений, по зонам физиологической мощности движений). Естественно-средовые и гигиенические средства физического воспитания.

МЕТОДЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Понятие о методах физического воспитания. Специфические методы физического воспитания. Метод строго регламентированного упражнения. Методы обучения технике физических упражнений. Методы воспитания физических качеств. Игровой метод. Соревновательный метод. Круговая тренировка. Особенности использования в процессе физического воспитания словесного и наглядного методов.

ОСНОВЫ ОБУЧЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫМ ДЕЙСТВИЯМ

Понятие о предмете обучения в физическом воспитании. Двигательные умения и навыки как результат обучения. Этапы обучения двигательным действиям и особенности методики обучения на отдельных этапах. «Отрицательный» и «положительный» перенос двигательного навыка. Методы обучения двигательным действиям. Дозирование физических упражнений при обучении технике движений. Коррекция ошибок. Контроль качества обучения двигательным действиям.

МЕТОДИКА ВОСПИТАНИЯ БЫСТРОТЫ

Понятие «быстрота». Факторы, обуславливающие проявление быстроты. Понятия быстрота движений, частота движений, латентное время, быстрота простой двигательной реакции, быстрота сложной двигательной реакции (в нестандартных ситуациях). Средства и особенности методики воспитания быстроты.

МЕТОДИКА ВОСПИТАНИЯ СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ

Понятие «сила». Факторы, от которых зависят силовые возможности человека. Возрастная динамика естественного развития силы. Понятия «максимальная сила», «взрывная сила», «силовая выносливость». Средства и особенности методики воспитания силы.

МЕТОДИКА ВОСПИТАНИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ

Понятие «координация». Характеристика координационных способностей. Факторы, обуславливающие проявлений координационных способностей. Возрастная динамика естественного развития координационных способностей. Средства развития координационных способностей. Общие положения методики развития координационных способностей.

МЕТОДИКА ВОСПИТАНИЯ ВЫНОСЛИВОСТИ

Понятие «выносливость». Факторы, обуславливающие выносливость человека. Возрастная динамика естественного развития выносливости. Понятие «экономичность работы». Средства развития выносливости. Методика развития общей и специальной выносливости.

МЕТОДИКА ВОСПИТАНИЯ ГИБКОСТИ

Понятие «гибкость». Факторы, обуславливающие проявление гибкости. Возрастная динамика естественного развития гибкости. Понятия «активная» и «пассивная» гибкость. Средства развития гибкости. Методика развития гибкости. Средства формирования правильной осанки.

ФОРМЫ ПОСТРОЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Урочные формы занятий. Виды занятий. Классификация уроков по физическому воспитанию. Неурочные формы занятий (малые и крупные формы занятий физическими упражнениями). Соревнования как форма организации занятий по физическому воспитанию. Особенности организации, построения и проведения различных форм занятий по физическому воспитанию. Спортивные вечера, викторины.

ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ В ШКОЛЕ В РЕЖИМЕ УЧЕБНОГО ДНЯ

Формы физического воспитания в режиме учебного дня школьника (вводная гимнастика, физультминутки, физкультпаузы, подвижная перемена, спортивный час в группах продленного дня): цель, задачи, содержание.

ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ В ШКОЛЕ ВО ВНЕУЧЕБНОЕ ВРЕМЯ

Формы физического воспитания во внеучебное время (секции общей физической подготовки, группы здоровья, секции по видам спорта, массовые физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, походы, экскурсии, викторины, спортивные вечера, спортивный КВН и т. д.): цель, задачи, содержание.

ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ В ШКОЛЕ

Положение о соревновании в школе (личные, лично – командные и командные соревнования): структура положения. Календарный план физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий, структура, содержание.

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ШКОЛЬНИКОВ: ЗАДАЧИ, МЕТОДЫ, СРЕДСТВА, ОСОБЕННОСТИ МЕТОДИКИ

Цель и задачи физического воспитания школьников. Особенности методики обучения и воспитания школьников. Состав средств физического воспитания. Организация процесса физического воспитания. Особенности планирования и контроля процесса физического воспитания. Дифференциальный и индивидуальный подход в физическом воспитании школьников. Формы занятий физическим воспитанием.

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ШКОЛЬНИКОВ С ОСЛАБЛЕННЫМ ЗДОРОВЬЕМ

Распределение учащихся на медицинские группы. Принципы физического воспитания. Особенности дозирования физической нагрузки на уроках физического воспитания с детьми с ослабленным здоровьем. Дифференцированный подход к учащимся в процессе физического воспитания. Методика физического воспитания школьников с ослабленным здоровьем. Формы занятий физическим воспитанием с детьми с ослабленным здоровьем.

УРОК КАК ОСНОВНАЯ ФОРМА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ШКОЛЕ

Урок как основная форма физического воспитания. Классификация уроков по физическому воспитанию. Задачи, структура (физиологическое обоснование структуры урока), содержание урока. Требования, предъявляемые к уроку. Подготовка учителя к уроку. Круговая форма организации занятий по физическому воспитанию как средство оптимизации учебного процесса школьников.

ОХРАНА ТРУДА НА ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ В ШКОЛЕ

Подготовка учителя физической культуры к уроку. Подготовка мест проведения занятий (соревнований), спортивного инвентаря и оборудования.

Инструктаж по охране труда учащихся. Документация по охране труда (журнал по технике безопасности).

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ

Педагогический контроль: цель, задачи, виды контроля. Контрольные нормативы и требования в соответствии с программой среднего образования по физической культуре ДНР. Учет результатов процесса физического воспитания в школе. Документы учета и отчетности.

ПЛАНИРОВАНИЕ ПРОЦЕССА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ШКОЛЕ

Понятие о планировании педагогического процесса. Требования, предъявляемые к педагогическому планированию. Общая характеристика документов планирования (расчет часов по разделам программы, годовой график прохождения учебного материала, графический рабочий план, поурочный план и т.д.).

УЧЕБНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ РАБОТА СТУДЕНТА

Методика проведения контрольного урока. Физическая нагрузка на уроке физического воспитания, способы дозирования нагрузки. Протокол пульсометрии. График физиологической нагрузки урока. Протокол хронометрирования плотности урока. Общая и моторная плотность урока. Способы повышения плотности урока. Педагогический анализ урока.

ОСНОВНЫЕ СТРУКТУРНЫЕ КОМПОНЕНТЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Конструктивный, организаторский, коммуникативный, гностический и двигательный компоненты. Соотношение компонентов в деятельности учителя физической культуры. Особенности деятельности учителя.

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В ВУЗЕ

Значение, цель и задачи физического воспитания студентов. Структура и содержание базовой программы по физическому воспитанию (теоретический и практический блок). Распределение студентов по учебным отделениям. Учет психологических и физиологических особенностей студентов на занятиях физической культурой. Дифференцированный подход к студентам в процессе физического воспитания. Методика и состав средств физического воспитания юношей и девушек. Формы и содержание занятий по физическому воспитанию в ВУЗе.

ЦЕРЕМОНИАЛЫ, ТОРЖЕСТВЕННЫЕ ПРОЦЕДУРЫ И АТТРИБУТИКА МАССОВЫХ ФИЗКУЛЬТУРНО – ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ И СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ

Церемониал открытия (закрытия) массовых физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий: цель, содержание, особенности проведения. Торжественные процедуры и атрибутика как средство пропаганды физической культуры и спорта. План подготовки и сценарий массовых физкультурно-оздоровительных и спортивных соревнований.

ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ КАК ФАКТОР СОХРАНЕНИЯ И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ

Влияние физических упражнений на организм школьников: сердечно-сосудистую систему, нервную систему, опорно-двигательный аппарат и др. Уровни двигательной активности. Нормы двигательной активности.

ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ТРЕНИРОВКА: ЦЕЛЬ ЗАДАЧИ, СОДЕРЖАНИЕ

Основная цель оздоровительной тренировки, задачи. Отличия оздоровительной тренировки от спортивной. Виды оздоровительной физической культуры.

НАПРАВЛЕНИЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Оздоровительно-рекреативное, оздоровительно-кондиционное, оздоровительно-реабилитационное, оздоровительно-спортивное и гигиеническое направления ОФК: цель, задачи, содержание.

ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ЦЕНТРА И КУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА

Физкультурно-оздоровительный центр и культурно-спортивный комплекс: цель, задачи, основные направления деятельности, структура.

ВОПРОСЫ:

1. Система физической культуры.
2. Оптимизация процесса физического воспитания в школе.
3. Направленное формирование личности в процессе физического воспитания.
4. Принципы физического воспитания.
5. Средства физического воспитания.
6. Методы физического воспитания.
7. Основы обучения двигательным действиям.
8. Методика воспитания скоростных способностей.
9. Методика воспитания силовых способностей.
10. Методика воспитания координационных способностей.
11. Методика воспитания гибкости.
12. Методика воспитания выносливости.
13. Формы построения занятий по физическому воспитанию.
14. Организация работы по физическому воспитанию в школе в учебное время.
15. Организация работы по физическому воспитанию в школе во внеучебное время.
16. Физическое воспитание школьников: задачи, средства, особенности методики.
17. Физическое воспитание школьников с ослабленным здоровьем: задачи, средства, особенности методики.
18. Планирование учебной работы по физическому воспитанию в школе.
19. Педагогический контроль в процессе физического воспитания школьников.

20. Организация и проведение соревнований в школе.
21. Урок – основная форма физического воспитания школьников.
Содержание и структура урока.
22. Учебно-исследовательская работа студента в школе.
23. Охрана труда на занятиях физической культурой в школе.
24. Структурные компоненты деятельности преподавателя физической культуры в школе.
25. Физическое воспитание в ВУЗе.
26. Церемониалы, торжественные процедуры и атрибутика массовых физкультурно-оздоровительных мероприятий.
27. Двигательная активность как фактор сохранения и укрепления здоровья детей.
28. Оздоровительная тренировка: цель, задачи, содержание.
29. Направления оздоровительной физической культуры.
30. Деятельность физкультурно-оздоровительных центров и культурно-спортивных комплексов.

ТЕОРИЯ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ

ХАРАКТЕРИСТИКА СПОРТА

Возникновение и развитие спорта. Развитие спорта в Древней Греции. Спорт как средство времяпровождения и развлечения. Характеристика современного спорта. Характеристика понятия «спорт» в узком и широком смысле. Направления в развитии спортивного движения. Основные понятия. Характеристика системы тренировочно-соревновательной подготовки.

СПОРТИВНАЯ ТРЕНИРОВКА КАК ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Характеристика спортивной тренировки как педагогического процесса. Цели и задачи спортивной тренировки. Единство обучения и воспитания в тренировке. Индивидуализация спортивной тренировки. Средства спортивной тренировки. Общеподготовительные, вспомогательные, специально-подготовительные, подводящие, развивающие, соревновательные упражнения. Дополнительные средства спортивной тренировки. Методы спортивной тренировки. Словесные, наглядные и практические методы. Методы, преимущественно направленные на освоение спортивной техники и методы, преимущественно направленные на развитие двигательных качеств. Игровой и соревновательный методы. Принципы спортивной тренировки. Дидактические и специальные принципы.

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ УМЕНИЯ И НАВЫКИ ТРЕНЕРА

Особенности профессии тренера. Деловые и личностные контакты тренера. Педагогические способности тренера-преподавателя. Перцептивные, конструктивные, дидактические, экспрессивные, коммуникативные, организаторские и академические способности. Характеристика понятия «Функции» тренера. Функции тренера-преподавателя: учебно-тренировочная; воспитательная; функция планирования; контроля, учёта и коррекции; подготовки и участия в соревнованиях; отбора; материально-технического

обеспечения; обеспечение безопасности занятий. Способы управления коллективом и отдельными спортсменами. Характеристика авторитарного, демократического, либерального стилей.

ОСНОВНЫЕ ВИДЫ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ

Физическая подготовка спортсмена. Характеристика общей и специальной физической подготовки. Основы воспитания физических качеств. Техническая подготовка спортсмена. Требования к технике спортсмена. Общая техническая и специально техническая подготовка. Средства технической подготовки. Тактическая подготовка спортсмена. Задачи тактической подготовки. Общая и специальная тактическая подготовка. Качества, являющиеся базовыми для высокого уровня тактической подготовленности. Виды тактики в зависимости от вида спорта. Методы тактической подготовки. Психологическая подготовка спортсмена. Общая психологическая подготовка и психологическая подготовка к конкретному соревнованию. Средства и методы психологической подготовки. Теоретическая подготовка спортсменов.

НАГРУЗКА В СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКЕ

Характеристика разновидностей нагрузок в спортивной тренировке и их показателей. Зоны нагрузок. Основные компоненты нагрузок. Длительность и характер интервалов отдыха в зависимости от величины и направленности нагрузок.

СИСТЕМА СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ И СОРЕВНОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Значение соревнований в спорте. Способы проведения соревнований. Документы, регламентирующие проведение соревнований. Содержание и особенности соревновательной деятельности. Соревнования в системе подготовки спортсменов.

ПОСТРОЕНИЕ ПРОЦЕССА СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ

Построение тренировочных занятий. Типы занятий. Формы организации занятий. Занятия избирательной и комплексной направленности. Построение тренировки в микроцикле. Структура тренировочного микроцикла в зависимости от числа занятий в течение дня. Характеристика и структура мезоциклов. Типы мезоциклов. Построение тренировки в макроциклах. Характеристика многолетних и годовых макроциклов. Содержание периодов в макроциклах. Построение учебно-тренировочного процесса в течение года.

МНОГОЛЕТНЯЯ ПОДГОТОВКА СПОРТСМЕНОВ

Продолжительность и структура многолетней подготовки. Этап начальной подготовки. Учебно-тренировочный этап. Этап спортивного совершенствования. Этап высшего спортивного мастерства.

СПОРТИВНЫЙ ОТБОР В СИСТЕМЕ ПОДГОТОВКИ

Спортивный отбор и ориентация в спорте. Методы отбора. Педагогические, медико-биологические, психологические и социологические методы. Спортивные способности, их учёт и прогноз в процессе тренировки. Этапы отбора. Комплексная оценка данных при отборе в процессе спортивной деятельности.

ТЕХНОЛОГИЯ ПЛАНИРОВАНИЯ В СПОРТЕ

Общие положения технологии планирования в спорте. Документы перспективного планирования. Документы текущего планирования. Оперативное планирование. Планирование спортивной подготовки в многолетних циклах.

КОНТРОЛЬ В СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКЕ

Характеристика комплексного контроля в спорте. Виды контроля в процессе управления подготовкой спортсменов: оперативный, текущий и этапный. Контроль за соревновательными воздействиями. Контроль за тренировочными воздействиями. Контроль за состоянием подготовленности спортсмена. Контроль за факторами внешней среды.

ВОПРОСЫ:

1. Возникновение, развитие и характеристика современного спорта.
 2. Характеристика понятия «спорт» и избранного вида спорта.
- Основные направления спортивного движения.
3. Система тренировочно-соревновательной подготовки.
 4. Профессиональные умения и навыки тренера.
 5. Функции тренера-преподавателя.
 6. Педагогические способности тренера-преподавателя.
 7. Способы управления коллективом и отдельными спортсменами.
 8. Спортивная тренировка как педагогический процесс.
 9. Принципы спортивной тренировки.
 10. Средства спортивной тренировки.
 11. Методы спортивной тренировки.
 12. Физическая подготовка спортсмена.
 13. Техническая подготовка спортсмена.
 14. Тактическая подготовка спортсмена.
 15. Психологическая подготовка спортсмена.
 16. Структура занятий в спортивной тренировке. Их типы и направленность.
 17. Нагрузка в спортивной тренировке.
 18. Микроцикл, его построение и содержание.
 19. Мезоцикл, его построение и содержание.
 20. Макроцикл, его построение и содержание.
 21. Построение учебно-тренировочного процесса в течение года.
 22. Многолетняя подготовка спортсменов.
 23. Отбор в спорте. Этапы, принципы и критерии отбора.
 24. Этап начальной подготовки.
 25. Учебно-тренировочный этап многолетней подготовки.
 26. Этап спортивного совершенствования.
 27. Этап высшего спортивного мастерства.
 28. Контроль и учёт в спортивной тренировке.
 29. Планирование в спорте.
 30. Соревнования в системе спортивной подготовки.

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ГИМНАСТИКИ

ГИМНАСТИКА В СИСТЕМЕ ФВ. ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ ГИМНАСТИКИ

Предмет и задачи гимнастики. Методические особенности гимнастики. Роль гимнастики в обеспечении здоровья населения. Механизм оздоровительного влияния занятий гимнастическими упражнениями на организм человека. Влияние занятий гимнастикой на физическое развитие детей и подростков. Значение дисциплины «Теория и методика гимнастики» в системе подготовки специалистов по физическому воспитанию и спорту. История развития гимнастики. Возникновение и эволюция гимнастики. Национальные системы гимнастики. Характеристика гимнастики на современном этапе.

МЕРЫ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ ТРАВМ НА ЗАНЯТИЯХ ГИМНАСТИКОЙ. МЕСТА ЗАНЯТИЙ И ИХ ОБОРУДОВАНИЕ

Основные причины травматизма на занятиях гимнастикой. Методические и организационные требования к предупреждению травматизма. Страховка и помощь при обучении как средство предупреждения травматизма. Гимнастические залы. Гигиенические требования к эксплуатации. Гимнастические снаряды. Инвентарь. Правила эксплуатации залов и оборудования.

ГИМНАСТИЧЕСКАЯ ТЕРМИНОЛОГИЯ

Значение гимнастической терминологии. Развитие гимнастической терминологии. Требования к терминологии. Правила гимнастической терминологии (способы образования терминов, правила применения терминов, правила сокращения). Термины отдельных групп упражнений. Правила и формы записи общеразвивающих упражнений (без предмета, с предметом, в парах). Правила записи упражнений на снарядах, вольных упражнений, акробатических упражнений и упражнений художественной гимнастики.

ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Характеристика, значение и классификация ОРУ. Правила составления комплексов ОРУ, и методика их проведения. Формы и правила записи комплексов ОРУ. Методика проведения ОРУ различными способами: отдельным, поточным и проходным. Дозировка выполнения упражнений. Регулирование физической нагрузки на занятиях ОРУ. Выявление ошибок и методика их исправления. Методика составления комплексов ОРУ. Методика использования ОРУ для формирования правильной осанки и развития двигательных способностей. Методика составления и проведения комплексов ОРУ без предмета различными способами, комплексов ОРУ с предметами (палка, скакалка) различными способами, комплексов ОРУ в парах, в тройках, по отделениям, в колоннах и шеренгах, по кругу.

УРОК ГИМНАСТИКИ В ШКОЛЕ

Урок - основная форма физического воспитания школьников. Характерные особенности урока. Требования к уроку. Содержание и структура урока. Средства частей урока. Формы организации деятельности учеников на уроке гимнастики: фронтальная, групповая, индивидуальная, круговая, попеременная, поточная, сменная. Анализ и оценка деятельности учеников. Исправление ошибок. Помощь и страховка. Величина и распределение нагрузки на уроке. Плотность урока, виды плотности. Морфофункциональные особенности детей различных возрастных групп. Методические особенности проведения урока с детьми младшего школьного возраста. Методические особенности проведения урока с детьми среднего школьного возраста. Методические особенности проведения урока с детьми старшего школьного возраста. Возрастные особенности развития физических качеств. Методические особенности проведения урока с детьми, по состоянию здоровья, относящимися к подготовительной группе.

ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ МАССОВЫХ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ГИМНАСТИКЕ

Виды соревнований по гимнастике. Содержание и основные задачи массовых соревнований. Положение о соревнованиях. Программа соревнований. Этапы подготовки к проведению соревнований. Проведение соревнований и подсчет результатов. Отчет о проведенных соревнованиях.

ВНЕКЛАССНЫЕ ЗАНЯТИЯ ГИМНАСТИКОЙ В ШКОЛЕ.

Формы проведения занятий в школе: УГГ, гимнастика до занятий, физкультминутка, занятия на большой перемене с элементами гимнастики. Гимнастические выступления на спортивных праздниках в школе, организация и методика проведения. Составление программы выступления, музыкальное оформление, постановка номеров программы, особенности методики разучивания упражнений. Сводные и генеральные репетиции. Проведение спортивного праздника.

ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ВИДЫ ГИМНАСТИКИ

Оздоровительные виды гимнастики как средство оздоровления, повышение жизнедеятельности организма в целом, поддержки работоспособности. Характеристика видов оздоровительной гимнастики. Особенности проведения занятий. Составление и проведение комплексов различных видов оздоровительной гимнастики.

ВОПРОСЫ:

1. Место и значение гимнастики в системе физического воспитания (определение понятия «гимнастика», задачи, которые решаются на уроках по гимнастике). Методические особенности преподавания гимнастики.
2. История возникновения гимнастик. Характеристика национальных систем гимнастики.
3. Определение и краткая характеристика средств гимнастики.
4. Характеристика и значение гимнастической терминологии. Требования, предъявляемые к терминологии. Способы образования терминов.

Правила гимнастической терминологии. Правила применения терминов. Правила сокращений.

5. Характеристика и методические особенности проведения ОРУ в движении и на месте. Правила и форма записи ОРУ. Правила подбора и составления комплексов ОРУ.

6. Формы занятий по гимнастике в школе (структура, разновидности, общие требования).

7. Задачи, средства и методические указания к проведению подготовительной части урока по гимнастике.

8. Задачи, средства и методические указания к проведению основной части урока по гимнастике (способы организации занимающихся на уроках).

9. Задачи, средства и методические указания к проведению заключительной части урока по гимнастике.

10. Виды и характеристика массовых мероприятий и соревнований по гимнастике в школе.

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ

ПРЕПОДАВАНИЕ И СОДЕРЖАНИЕ ПРЕДМЕТА ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА И ЕЕ ПРИКЛАДНОЕ ЗНАЧЕНИЕ

Классификация и общая характеристика легкоатлетических видов спорта. Возникновение и развитие легкой атлетики. Эволюция техники легкоатлетических упражнений.

МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКЕ БЕГА НА КОРОТКИЕ ДИСТАНЦИИ

Техника безопасности и профилактика спортивного травматизма. Исторический аспект развития спринтерского бега. Последовательность обучения элементам техники бега на короткие дистанции.

МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКЕ КРОССОВОГО БЕГА

Техника безопасности при обучении бегу по пересеченной местности. Требования к одежде и обуви. Бег с горы и в гору; преодоления естественных и искусственных препятствий во время бега по дистанции. Правила и особенности проведения соревнований в кроссовом беге.

МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКЕ БЕГА НА СРЕДНИЕ И ДЛИННЫЕ ДИСТАНЦИИ

Техника безопасности при обучении бегу на средние и длинные дистанции. Последовательность обучения работе рук, постановке стопы на опору, выносу бедра. Основы техники двойного шага (опорная и безопорная фаза). Старт и стартовый разгон. Правила и организация соревнований в беге на средние и длинные дистанции.

МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКЕ ЭСТАФЕТНОГО БЕГА

Исторические сведения о развитии эстафетного бега. Техника безопасности и профилактика спортивного травматизма. Методика обучения передачи эстафетной палочки в колонне по 4 чел., в парах (на месте, в ходьбе и при медленном беге). Правила и организация соревнований в эстафетном беге.

*МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКИ ПРЫЖКА В ВЫСОТУ СПОСОБОМ
«ПЕРЕШАГИВАНИЕ»*

Методика обучения специальным и подводящим упражнениям прыгуна. Последовательность обучения разбегу, отталкиванию, переходу через планку, приземлению. Методика обучения упражнениям для развития гибкости и амплитуды движения. Правила и особенности проведения соревнований в прыжках в высоту с разбега.

*МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКЕ ПРЫЖКА В ДЛИНУ С РАЗБЕГА
СПОСОБОМ «СОГНУВ НОГИ»*

Техника безопасности и профилактика спортивного травматизма при прыжках в длину с разбега способом «согнув ноги». Методика обучения специальным и подводящим упражнениям прыгуна в длину. Методика и последовательность обучения разбегу, отталкиванию, полёту и приземлению. Правила и особенности проведения соревнований в прыжках в длину с разбега.

МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКЕ МЕТАНИЯ МАЛОГО МЯЧА, ГРАНАТЫ

Техника безопасности и профилактика спортивного травматизма при обучении метанию малого мяча (гранаты). Методика и последовательность обучения элементам техники метания мяча (гранаты) с разбега. Правила и особенности проведения соревнований в метании малого мяча (гранаты).

ВОПРОСЫ:

1. Методические задачи и средства обучения технике бега на короткие дистанции.
2. Методические задачи и средства обучения бегу по пересеченной местности.
3. Методические задачи и средства обучения бегу на 800 м.
4. Методические задачи и средства обучения прыжку в длину с разбега способом «согнув ноги».
5. Методические задачи и средства обучения прыжку в высоту с разбега способом «перешагивание».
6. Назовите последовательность задач при обучении метанию гранаты (мяча).
7. Перечислите в методической последовательности задачи обучения при передачи эстафетной палочки в эстафетном беге 4x100 м.
8. Диагностика физических качеств юного легкоатлета.
9. Раскройте структуру Положения о проведении юношеских соревнований по легкой атлетике.
10. Последовательность организационных задач при разработке плана-сценария торжественного открытия соревнований.

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА СПОРТИВНЫХ ИГР

ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ ОБ ИГРЕ. КЛАССИФИКАЦИЯ СОВРЕМЕННЫХ ПОДВИЖНЫХ ИГР

Подвижные игры в системе физического воспитания и спорта. Педагогическое значение подвижных игр и их характеристика с учетом возрастных особенностей детей. История возникновения и развития подвижных игр. Место подвижных игр в системе физического воспитания. Значение подвижных игр в системе спортивной подготовки. Функции подвижных игр. Классификация подвижных игр: некомандные, переходные, командные.

МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР ДЛЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Факторы, определяющие выбор подвижных игр: возрастные особенности учащихся 1-4 классах, структура урока физического воспитания, место и условия проведения, инвентарь, количество учащихся. Педагогическое значение подвижных игр: развитие физических способностей, обучение двигательным действиям, управление двигательной активностью, воспитание личностных качеств, развитие памяти и речи, формирование социально-значимых взаимоотношений. Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение в качестве участника, помощника и руководителя.

МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР В УЧЕБНО- ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ НА ПРИМЕРЕ ИЗБРАННОГО ВИДА СПОРТА

Подвижные игры - содержание и методика проведения подвижных игр в занятиях по различным видам спорта, средства, формы и методы спортивной подготовки. Факторы, определяющие выбор подвижных игр: возрастные особенности занимающихся, структура тренировочного занятия, виды спортивной подготовки, периоды спортивной тренировки. Примеры в различных видах спорта: подвижные игры в занятиях гимнастикой, циклическими видами спорта, видами борьбы, плаванием, спортивными играми. Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение подвижных игр в качестве участника, помощника и руководителя.

МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ В БАСКЕТБОЛЕ ТЕХНИКИ ИГРЫ В НАПАДЕНИИ И ЗАЩИТЕ

Анализ техники игры в нападении: перемещений (стойка, бег, ходьба, остановки, повороты, прыжки). Техники владения мячом: передач и ловли мяча, бросков, ведения. Методика обучения технике игры в нападении. Методы и средства обучения. Методика обучения технике игры в защите: техника перемещений, выбивания мяча, отбивания мяча, накрывания мяча, перехвата мяча, вырывания мяча, взятия отскока

ТАКТИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ В БАСКЕТБОЛЕ В НАПАДЕНИИ И ЗАЩИТЕ

Методика обучения тактическим действиям в нападении: Индивидуальные действия. Групповые действия. Командные действия. Тактика игры в защите. Индивидуальные действия. Групповые действия. Командные действия.

ИНДИВИДУАЛЬНАЯ, ГРУППОВАЯ И КОМАНДНАЯ ТАКТИКА В ВОЛЕЙБОЛЕ

Методика обучения тактическим действиям в нападении: индивидуальные, групповые и командные тактические действия;

Тактика защиты: индивидуальные, групповые и командные тактические действия.

МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ В ВОЛЕЙБОЛЕ ТЕХНИЧЕСКИМ ДЕЙСТВИЯМ В НАПАДЕНИИ И ЗАЩИТЕ

Методика обучения техническим элементам в защите; Определение ошибок и методика их устранения; Анализ техники и методика обучения техническим приемам в защите: стойки и перемещение, прием мяча, блок. Методика обучения техническим элементам в нападении; Определение ошибок и методика их устранения; Анализ техники и методика обучения техническим приемам в нападении: стойки и перемещения, передачи мяча, подачи мяча, атакующие.

МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИЧЕСКИМ ДЕЙСТВИЯМ В НАПАДЕНИИ В ФУТБОЛЕ

Основные требования к крайним защитникам в обороне, к игрокам средней линии в атаке и обороне; Факторы, влияющие на эффективность передач; Общие указания по комбинационной игре в защите и нападении; Методика обучения тактическим действиям; Современные тактические системы.

ТАКТИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ ФУТБОЛИСТОВ В ЗАЩИТЕ И НАПАДЕНИИ

Общие понятия и классификация тактики; Функции игроков; Игроки линии защиты, средней линии и линии нападения; Тактика нападения: индивидуальная, групповая, командная; Тактика защиты: индивидуальная, групповая, командная.

ОРГАНИЗАЦИЯ СОРЕВНОВАНИЙ ПО СПОРТИВНЫМ ИГРАМ.

СИСТЕМЫ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ В СПОРТИВНЫХ ИГРАХ

Принципы построения и проведения соревнований по спортивным играм; Положение о соревнованиях по спортивным играм; Способы проведения соревнований (системы розыгрыша: круговой, с выбыванием, смешанный); Календарь соревнований; Работа судейской коллегии. Документация соревнований, требования к оборудованию и инвентарю.

ВОПРОСЫ:

1. Основные понятия об игре. Классификация современных подвижных игр.
2. Методика проведения подвижных игр для детей младшего школьного возраста.

3. Методика проведения подвижных игр в учебно-тренировочном процессе на примере избранного вида спорта.
4. Методика обучения в баскетболе техники игры в нападении и защите.
5. Тактические действия в баскетболе в нападении и защите.
6. Индивидуальная, групповая и командная тактика в волейболе.
7. Методика обучения в волейболе техническим действиям в нападении и защите.
8. Методика обучения техническим действиям в нападении в футболе.
9. Тактические действия футболистов в защите и нападении.
10. Организация соревнований по спортивным играм. Системы проведения соревнований в спортивных играх.

3. ШКАЛА ОЦЕНИВАНИЯ И МИНИМАЛЬНОЕ КОЛИЧЕСТВО БАЛЛОВ, ПОДТВЕРЖДАЮЩЕЕ УСПЕШНОСТЬ ПРОХОЖДЕНИЯ ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ

Вступительное испытание проводится в форме устного ответа на вопросы билета по дисциплинам «Теория спортивной тренировки», «Теория и методика физической культуры», «Теория и методика легкой атлетики», «Теория и методика гимнастики» и «Теория и методика спортивных игр».

Всего составлено 30 билетов. Каждый из них имеет 3 вопроса. Конкретный материал по всем разделам сформулирован лаконично и коротко.

Вопросы, которые будут рассматриваться в билетах и литература, которой можно пользоваться в процессе подготовки к испытанию, предложены в перечне вопросов для подготовки к сдаче вступительного испытания по дисциплинам для абитуриентов, поступающих на направление подготовки 49.04.03 Спорт (Профиль: Система подготовки спортсменов), образовательной программы магистратуры в разделе 1 данной программы.

В аудиторию испытуемые заходят по одному, предъявляя экзаменатору свой паспорт и экзаменационный лист, занимают место по своему выбору. Экзаменатор разрезает конверт с билетами и раскладывает их перед абитуриентами. Поступающих знакомят с порядком сдачи экзамена и с системой его оценивания. После этого все абитуриенты покидают аудиторию.

Для участия во вступительном испытании в аудиторию заходят первые 6 человек, выбирают билеты, сообщают номер билета экзаменатору, получают лист с печатью для подготовки к устному ответу и занимают место по выбору. Для подготовки к ответу по билету предлагается 20-25 минут.

Следующий этап – подготовка к ответу. Абитуриент записывает на листке свои мысли, структурирует будущий ответ. По готовности – садится перед комиссией и отвечает по вопросам билета. Ответ оцениваются в соответствии с принятыми критериями оценки, которые приведены ниже. Абитуриенту могут быть заданы дополнительные или наводящие вопросы.

Во время испытания абитуриенты не имеют права пользоваться мобильными телефонами. Если абитуриент нарушает требования экзаменатора, он может быть освобожден от продолжения испытания.

При обнаружении во время подготовки к ответу списывания из конспекта, учебника, других источников поступающей от дальнейшего прохождения испытания отстраняется.

При нарушении абитуриентом дисциплины во время испытания он также от дальнейшего прохождения испытания отстраняется.

В случае отказа абитуриента от ответа на вопросы билета поступающий, к дальнейшему испытанию не допускается и его ответ не оценивается.

Оценивание выполнения заданий осуществляется **по 100-балльной шкале** (40 баллов за ответ по дисциплине «Теория спортивной тренировки», 30 баллов – за ответ по «Теории и методике физической культуры» и 30 баллов за 3 вопроса по дисциплинам «Теория и методика легкой атлетики», «Теория и

методика гимнастики» и «Теория и методика спортивных игр» каждый вопрос).

Оценка по национальной шкале	Сумма баллов по 100-балльной шкале
Отлично	90-100
Хорошо	75-89
Удовлетворительно	60-74
Неудовлетворительно	0-59

Вступительное испытание считается пройденным, если абитуриент набрал 60 баллов и более. При получении 59 баллов и менее абитуриент не допускается к участию в конкурсе на зачисление в учебное заведение.

Критерии оценивания вступительного испытания (по 100 - балльной шкале)

№ пп	Название дисциплины, входящей в экзаменационный билет	К-во баллов за ответ по дисциплине
1	«Теория спортивной тренировки»	40
2	«Теория и методика физической культуры»	30
3	«Теория и методика легкой атлетики», «Теория и методика гимнастики» и «Теория и методика спортивных игр»	30
ВСЕГО		100

Отлично – 40 баллов «Теория спортивной тренировки»

Оценку *«отлично» (31-40 баллов)* за ответ на поставленный вопрос заслуживает студент, обнаруживший всестороннее и глубокое знание программного материала, предусмотренного программой, усвоивший основную, дополнительную и рекомендованную литературу, предусмотренную программой.

Оценку *«хорошо» (21-30 баллов)* за ответ на поставленный вопрос заслуживает студент, обнаруживший полное знание программного материала, усвоивший основную литературу, рекомендованную в программе, способный к самостоятельному пополнению знаний в ходе дальнейшей профессиональной деятельности.

Оценку *«удовлетворительно» (11-20 баллов)* заслуживает студент, обнаруживший знания основного программного материала в объеме, необходимом для предстоящей работы по профессии, ознакомленный с основной литературой, рекомендованной программой. Оценка *«удовлетворительно»* выставляется обучающимся, допустившим погрешности в ответе на экзамене, но обладающим необходимыми знаниями для их устранения.

Оценка *«неудовлетворительно» (0-10 баллов)* выставляется студенту, обнаружившему пробелы в знаниях основного программного материала,

допустившему принципиальные ошибки в ответе. Оценка «неудовлетворительно» ставится обучающимся, которые не могут приступить к профессиональной деятельности по окончании образовательной организации.

Оценочные средства включают в себя фонд вопросов, предназначенных для определения степени сформированности знаний, умений и навыков абитуриента в результате ответов по дисциплине: «Теория спортивной тренировки» в ходе устного экзамена.

Отлично – 30 баллов «Теория и методика физической культуры», «Теория и методика легкой атлетики», «Теория и методика гимнастики» и «Теория и методика спортивных игр»

Оценку «отлично» (26-30 баллов) за ответ на поставленный вопрос заслуживает студент, обнаруживший всестороннее и глубокое знание программного материала, предусмотренного программой, усвоивший основную, дополнительную и рекомендованную литературу, предусмотренную программой.

Оценку «хорошо» (21-25 баллов) за ответ на поставленный вопрос заслуживает студент, обнаруживший полное знание программного материала, усвоивший основную литературу, рекомендованную в программе, способный к самостоятельному пополнению знаний в ходе дальнейшей профессиональной деятельности.

Оценку «удовлетворительно» (11-20 баллов) заслуживает студент, обнаруживший знания основного программного материала в объеме, необходимом для предстоящей работы по профессии, ознакомленный с основной литературой, рекомендованной программой. Оценка «удовлетворительно» выставляется обучающимся, допустившим погрешности в ответе на экзамене, но обладающим необходимыми знаниями для их устранения.

Оценка «неудовлетворительно» (0-10 баллов) выставляется студенту, обнаружившему пробелы в знаниях основного программного материала, допустившему принципиальные ошибки в ответе. Оценка «неудовлетворительно» ставится обучающимся, которые не могут приступить к профессиональной деятельности по окончании образовательной организации.

Оценочные средства включают в себя фонд вопросов, предназначенных для определения степени сформированности знаний, умений и навыков абитуриента в результате ответов по дисциплинам: «Теория и методика физической культуры», «Теория и методика легкой атлетики», «Теория и методика гимнастики» и «Теория и методика спортивных игр» в ходе устного экзамена.

4. ОБРАЗЕЦ БИЛЕТА ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ

УТВЕРЖДЕНО
на заседании Ученого совета
института физической культуры и
спорта
протокол № __ от _____ г.
Председатель Ученого совета
_____ И.П. Зенченков

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДОНЕЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Институт физической культуры и спорта

Вступительное испытание по ОП	направлению подготовки магистратура
Форма обучения	очная, заочная
Направление подготовки	49.04.03 Спорт (Профиль: Система подготовки спортсменов)

БИЛЕТ №_1_

- 1.
- 2.
- 3.

Председатель приемной комиссии

С.В. Беспалова

Председатель экзаменационной комиссии

И.П. Зенченков

Год поступления 2026

5. СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ВСТУПИТЕЛЬНОМУ ИСПЫТАНИЮ

1. Баршай М.В. Гимнастика: учебник / В.М. Баршай, В.Н. Курьсь, И.Б. Павлов. – 3-е изд., перераб. и доп. - М. : КНОРУС, 2013. – 312 с.
2. Брыкин А.Т. Гимнастика: учебник для техникумов физ. культуры / А.Т. Брыкин, В.М. Смолевский. – М.: ФиС, 1985. – 368 с.
3. Былеева Л.В. Подвижные игры / Л.В. Былеева. – М.: ФиС, 1982. – 236 с.
4. Васильков А.А. Теория и методика физического воспитания: учебник / А.А. Васильков. – Ростов н/Д.: Феникс, 2008. – 381 с.
5. Гимнастика и методика преподавания: учеб. для ин-тов физической культуры /под ред. В.М. Смолевского. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 336 с.
6. Гимнастика и методика её преподавания: учебник для факультетов физич. культуры / под редакцией Н. К. Меньшикова. – СПб.: РГПУ им. А.И. Герцена, 1998. – 463 с. – ISBN 5-8064-0046-857
7. Гимнастика с методикой преподавания : учеб. пособие для учащихся пед. училищ / Н.К. Меньшиков и др. – М.: Просвещение, 1990. – 223 с.
8. Гимнастика: учебник для ин-ов физ. культуры (общий курс) / под ред. А.М. Шлемина, А.Т. Брыкина. – М.: ФиС, 1979. – 254 с.
9. Гимнастика: учебник для техникумов физ. культуры /под ред. М.Л. Украна и А.М. Шлемина. – М.: Физкультура и спорт, 1977. – 442 с.
10. Гимнастика: учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Меньшикова. – М.: Изд. центр «Академия», 2001. – 448 с.
11. Деминский А.Ц. Методические основы оздоровительной физической культуры: учеб. пособ. для инст. и фак. физической культуры и спорта / А.Ц. Деминский, Ж.К. Холодов, В. С. Кузнецов. – Донецк, 2001. – 68 с.
12. Деминский А.Ц. Основы теории физической культуры / А.Ц. Деминский. – Донецк, 1996. – 328 с.
13. Деминский А.Ц. Оптимизация учебно-тренировочного процесса: учеб.-метод. пособ. / А.Ц. Деминский. – Херсон: Айлант, 2002. – 296 с.
14. Жилкин А.И. Легкая атлетика: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / А.И. Жилкин, В.С. Кузьмин, Е.В. Сидорчук. – М.: Академия, 2003. – 464 с.
15. Жуков М.Н. Подвижные игры / М.Н. Жуков. – М.: Академия, 2000. – 160 с.
16. Ивойлов А.В. Волейбол / А.В. Ивойлов – Минск: Высш.шк.,1985. – 262 с.
17. Клещев Ю.Н. Волейбол / Ю.Н. Клещев, А.Г. Айриянц. – М.: ФиС, 1985. – 270 с.

18. Кобяков Ю. П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни: учеб. пособ. / Ю.П.Кобяков. – 2-е изд., доп. и перераб. – Ростов н/Д.: Феникс, 2014. – 62 с.
19. Козаков П.Н. Футбол / П.Н. Козаков. – М.: ФиС, 1978. – 256 с.
20. Круцевич Т.Ю. Рекреация в физической культуре разных групп населения: учеб. пособ. / Т.Ю. Круцевич, Г.В. Безверхняя. – К.: Олимп. лит-ра, 2010. – 248 с.
21. Лебедихина Т.М. Гимнастика: теория и методика преподавания : [учеб. пособие] / Т.М. Лебедихина; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2017. – 112 с. ISBN 978-5-7996-2054-7
22. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник / Л.П. Матвеев. – СПб: Лань, 2005. – 384 с.
23. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов: учебник / Л.П. Матвеев. – К.: Олимпийская литература, 1999. – 317 с.
24. Методика физического воспитания учащихся начальных классов / А.Ф. Борисенко, С.Ф. Цвек. – Киев.: Радянська школа, 1997.
25. Нестеровский Д.И. Баскетбол / Д.И. Нестеровский. – М.: Академия, 2004. – 336 с.
26. Озолин Н.Г. Легкая атлетика: учеб. для ин-тов физ. культуры / Н.Г. Озолин, В.И. Воронкина, Ю.Н. Примакова. – М.: Альянс, 2017. – 671 с.
27. Палыга В.Д. Гимнастика: учеб. пособие для студентов фак. физвоспитания пединституты по спец. № 2114 «Физическое воспитание» / В.Д. Палыга. – М.: Просвещение, 1982. – 288 с.
28. Петров П. К. Методика преподавания гимнастики в школе: учеб. для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000. – 448 с. – ISBN 5-691-00412-3.
29. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте: учебник / В.Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 1997. – 583 с.
30. Семашко Н.В. Баскетбол / Н.В. Семашко. – М.: ФиС, 1976. – 264 с.
31. Соломонко В.В. Футбол / В.В. Соломонко. – К.: Олимпийская литература, 2005. – 294 с.
32. Теория и методика физического воспитания: в 2-х томах / Под ред. Т.Ю. Круцевич. – Киев: Олимп. лит-ра, 2003. – 391 с.
33. Туревский И.М. Самостоятельная работа студентов факультетов физической культуры по дисциплинам предметной подготовки: учеб. пособ. для студ. высш. учеб. заведений / И.М. Туревский, Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: «Академия», 2003. – 320 с.
34. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособ. для студ. высш. учеб. заведений. / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – 2-е изд., испр. и доп. - М.: «Академия», 2001. – 480 с.

35. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособ. / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Академия, 2000. – 421 с.

36. Худолей О.Н. Основы методики преподавания гимнастики: уч. пособие в 2-х томах / О.Н. Худолей. – Харьков: ОВС, 2008. – Т.1. – 408 с.

37. Физическая культура: учеб. пособ. / Под общ. ред. Е.В. Конеевой. – Ростов н/Д.: Феникс, 2006. – 558 с.