

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ

ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

«ДОНСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

(ДГТУ)

Кафедра «Теория и практика физической культуры и спорта»

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ**

**ВОПРОСЫ К ЗАЧЁТУ ПО КУРСУ**

**«Теория и методика избранного вида спорта»**

**4 СЕМЕСТР**

(для студентов заочной, заочной сокращенной форм обучения)

Составитель: доцент кафедры «ТиПФКиС» Агафонов С.В.

Ростов-на-Дону

2020

ВОПРОСЫ К ЗАЧЁТУ.

1. Психологические особенности процесса обучения упражнениям.
2. Значение психологической подготовки в видах спорта.
3. Теория психологической подготовки: виды подготовки, средства и методы.
4. Личность и диагностика психических качеств спортсмена.
5. Определение понятий «общая» и «специальная» психологическая подготовка.
6. Современные методы психологической подготовки и коррекции: педагогические методы, методы психорегуляции, саморегуляции и идеомоторика.
7. Роль тренера в тренировочном процессе.
8. Предсоревновательная и соревновательная психологическая подготовка.
9. Средства тренировки: специфические (избранные соревновательные упражнения, подготовительные упражнения.
10. Методы тренировки: общепедагогические, строго регламентированного упражнения, соревновательный, игровой.
11. Формирование личности в видах спорта.
12. Командное взаимодействие в ИВС.
13. Этапы психологической подготовки, система контроля, планирование.
14. Методика психологической подготовки на этапах становления.
15. Значение психологической подготовки в видах спорта.
16. Методика организации научно-исследовательской работы по психологической подготовке.
17. Новые направления психологической подготовки.
18. Психологические особенности спортивной деятельности.
19. Предстартовые особенности спортивной деятельности.
20. Внешняя и внутренняя структура взаимоотношений в спортивных командах.
21. Лидерство в спортивных командах.
22. Конфликты в спортивных командах, их причины и способы разрешения.
23. Психологические особенности спортивных двигательных навыков.
24. Стадии формирования двигательного навыка.
25. Роль ориентировочной основы двигательных действий в процессе формирования двигательного навыка.
26. Идеомоторная тренировка и ее психофизические основы.
27. Психологическое обеспечение подготовки спортсменов, ее задачи и основные компоненты.
28. Психологическое обеспечение тренировочного процесса.
29. Состояние психической готовности спортсмена к соревнованию, его основные компоненты, пути их формирования.
30. Методы психорегуляции в спорте.