****

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 И ЗАДАНИЯ

ДЛЯ ВЫПОЛНЕНИЯ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ ПО КУРСУ

**«Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта»**

**(**для студентов заочной, заочной сокращенной форм обучения)

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

\

Ростов-на-Дону

2019

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ КОНТРОЛЬНЫХ РАБОТ

При выполнении контрольной работы студент должен соблюдать следующие требования:

1. Контрольные работы высылаются в Университет в сроки, указанные в учебном графике.
2. В Университет высылаются только полностью выполненные контрольные работы с соблюдением очередности, установленной учебным графиком. Например, контрольную работу №2 необходимо направлять на проверку только после работы №1.
3. Ответы на вопросы или решения задач должны располагаться в той же последовательности, в какой они даны в контрольном задании. Перед ответом на каждый вопрос или решением задачи следует записать сам вопрос и условие задачи.
4. Ответы на контрольные вопросы следует излагать ясно, точно и полно, чтобы преподавателю был виден ход рассуждений.
5. Решение задач надо представлять вместе со всеми промежуточными преобразованиями. Руководствоваться необходимо образцами задач, помещенными в учебниках или методических указаниях.
6. Оформить контрольную работу можно на персональном компьютере с использованием текстовых и графических редакторов и представить в распечатанном виде.
7. Контрольная работа может быть представлена в рукописном виде. В этом случае она должна быть написана четко, обязательно чернилами, без перечеркиваний, вставок, произвольного сокращения слов. Чертежи выполнять обязательно с помощью чертежных принадлежностей или с использованием графических редакторов.
8. На каждой странице контрольной работы оставлять поля шириной 4-5 см для замечаний преподавателя. Все страницы должны быть пронумерованы.
9. На обложке контрольной работы необходимо расположить адресную наклейку, в которой указать фамилию и инициалы, шифр, специальность, курс, наименование дисциплины, номер контрольного задания и домашний адрес.

Готовая контрольная работа высылается в Университет (указывается полный почтовый адрес ДГТУ) или передается в деканат факультета лично. После проверки контрольная работа возвращается студенту. Проверенная контрольная работа защищается студентом и сдается преподавателю во время сдачи экзамена (зачета).

По всем возникшим при изучении дисциплины вопросам следует обратиться за пояснением к преподавателю устно в часы консультаций.

1. *Вариант контрольной работы* выбирается из приведенной таблицы. Объем контрольной работы, должен составлять не менее 20 печатных страниц, шрифт Times New Roman, размер 14, интервал 1,5. Поля: верхнее, нижнее – 2,5; левое - 3,5; правое - 1,5.

Образец титульного листа прилагается (адресная наклейка).

Контрольную работу студент обязан выполнить и сдать в деканат факультета до начала сессии.\

11. *Структура контрольной работы:*

1. Титульный лист с названием темы, фамилии, имени, отчества студента, учебной группы. Год. (Адресная наклейка).

2. Содержание.

3. Введение.

4. Изложение содержания (Глава 1; 2; 3)

5. Выводы.

6.Список литературы и других информационных ресурсов.

Таблица 1.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Предпоследняя цифра | Последняя цифра зачетной книжки | | | | | | | | | |
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| Номера вопросов | | | | | | | | | |
| 0 | 1; 22 | 2; 23 | 3; 24 | 4; 25 | 5; 26 | 6; 27 | 7; 28 | 8; 29 | 9; 30 | 10; 31 |
| 1 | 11; 32 | 12; 33 | 13; 34 | 14; 35 | 15; 26 | 16; 24 | 17; 30 | 18; 29 | 19; 27 | 20; 11 |
| 2 | 21; 31 | 22; 33 | 23; 1 | 24; 2 | 25; 3 | 26; 4 | 27; 5 | 28; 6 | 29; 7 | 30; 8 |
| 3 | 31; 9 | 32; 10 | 33; 11 | 34; 12 | 35; 13 | 33; 14 | 26; 15 | 28; 16 | 32; 17 | 30; 18 |
| 4 | 35; 19 | 12; 20 | 13; 21 | 1; 22 | 2; 23 | 3; 24 | 4; 25 | 5; 26 | 6; 27 | 7; 28 |
| 5 | 8; 29 | 9; 30 | 10; 31 | 11; 32 | 12; 33 | 13; 34 | 14; 35 | 15; 23 | 16; 30 | 17; 30 |
| 6 | 18; 27 | 19; 30 | 20; 31 | 21; 12 | 22; 33 | 23; 1 | 24; 2 | 25; 3 | 26; 4 | 27; 5 |
| 7 | 28; 6 | 29; 7 | 30; 8 | 31; 9 | 32; 10 | 33; 11 | 34; 12 | 35; 13 | 23; 14 | 31; 15 |
| 8 | 33; 16 | 29; 17 | 30; 18 | 1; 19 | 12; 20 | 13; 21 | 1; 22 | 2; 23 | 3; 24 | 4; 25 |
| 9 | 5; 26 | 6; 27 | 7; 28 | 8; 29 | 9; 30 | 10; 31 | 11; 32 | 12; 33 | 13; 34 | 14; 35 |

**Перечень вариантов контрольных работ**

1. Методика развития скоростно-силовой подготовки в ИВС в подготовительном периоде в группе начальной специализации (бывшая УТ 1).
2. Методика специальной физической подготовки в предсоревновательном и соревновательном периодах в группе углубленной специализации -2 (бывшая УТ-3). На примере ИВС.
3. Методика развития скоростно-силовой подготовки в ИВС в подготовительном периоде в группе углубленной специализации (бывшая УТ 3).
4. Методика специальной физической подготовки в предсоревновательном и соревновательном периодах в группе спортивного совершенствования. На примере ИВС.
5. Совершенствование технического мастерства в ИВС на этапе углубленной специализации.
6. Методика совершенствования технико-тактического мастерства на этапах специализации (начальной и углубленной).
7. Методика первоначального отбора для занятий ИВС и перевода в группу специализации.
8. Раскрыть соотношение общей и специальной физической подготовки в ИВС на всех этапах спортивного совершенствования. (Этапы называть в соответствии с приказом Министерства спорта России от 24.10.12 г №325).
9. Внетренировочные и внесоревновательные факторы обеспечения тренировочного процесса.
10. Отбор и ориентация спортсменов в процессе многолетней подготовки в ИВС.
11. Методики восстановительных мероприятий в ИВС.
12. Антидопинговый контроль в спорте.
13. Технологии спортивной тренировки в циклических видах спорта, (по выбору).
14. Технологии спортивной тренировки в игровых видах спорта, (по выбору).
15. Технологии спортивной тренировки в единоборствах, (по выбору).
16. Технологии спортивной тренировки в сложнокординационных видах спорта, (по выбору).
17. Научные основы педагогических технологий.
18. Содержание и виды педагогических технологий.
19. Теоретико-методические основы технологий физкультурно-спортивной деятельности.
20. Проектирование оздоровительных видов технологий физкультурно-спортивной деятельности.
21. Оздоровительная направленность как важнейший принцип технологии физкультурно-спортивной деятельности.
22. Основные направления оздоровительной физической культуры.
23. Западные и восточные оздоровительные технологии.
24. Планирование тренировочного процесса.
25. Система спортивного отбора в разных видах спорта.
26. Прогнозирование спортивных достижений.
27. Моделирование подготовки спортсменов высших разрядов.
28. Модельные характеристики спортсменов в разных видах спорта.
29. Структура психолого-педагогической деятельности тренера, структура личности.
30. Техническая подготовка спортсменов в разных видах спорта (по выбору).
31. Тактическая подготовка спортсменов в разных видах спорта (по выбору).
32. Цели, задачи и длительность учебно-тренировочных сборов.
33. Виды контроля за состоянием тренированности.
34. Генетические маркеры спортивных задатков, их свойства и значение.
35. Классификация методов спортивного прогнозирования.