**Контрольные вопросы**

**по теории и методике обучения базовым видам спорта:**

**легкая атлетика**

1. Классификация беговых видов легкой атлетики.
2. Классификация прыжковых видов и метаний.
3. Программа легкой атлетики на Олимпийских играх.
4. Когда и как зародилась легкая атлетика как вид состязаний.
5. Расскажите о состязаниях по легкой атлетике в Древней Греции.
6. История появления легкой атлетики.
7. Первые Олимпийские игры современности, легкая атлетика в их программе, первые олимпийские чемпионы по легкой атлетике.
8. Легкая атлетика в дореволюционной России.
9. Легкая атлетика в СССР.
10. Выдающиеся легкоатлеты прошлого столетия.
11. Легкая атлетика на Олимпийских играх третьего тысячелетия: Сидней, Афины, Пекин, Лондон.
12. Общие положения организации легкоатлетических соревнований. Календарь и положение о соревнованиях, организация и проведение соревнований.
13. Судейство соревнований по бегу: состав бригады и функции отдельных судей, места соревнований.
14. Судейство соревнований в метаниях.
15. Судейство соревнований по прыжкам: состав бригады и функции отдельных судей, места соревнований.
16. Особенности занятий легкой атлетикой с детьми и подростками.
17. Анатомо-физиологические (возрастные) особенности детского и подросткового организма.
18. Средства и методы развития основных физических качеств и координации движений в возрастном аспекте.
19. Средства и методы технической подготовки в легкой атлетике.
20. Основные формы легкоатлетических занятий.
21. Методика проведения занятий оздоровительной ходьбой и бегом.
22. Основы техники метаний (граната, ядро, метание копья, мяча).
23. Основы методики обучения технике легкоатлетических метаний.
24. Методика обучения технике толкания ядра: задачи, средства, методы, методические указания, оборудование, инвентарь, техника безопасности.
25. Методика обучения технике метания копья (гранаты, мяча):задачи, средства, методы, методические указания, оборудование, инвентарь, техника безопасности.
26. Легкая атлетика в программе общеобразовательной школы.
27. Типы и формы уроков физической культуры по легкой атлетике в общеобразовательной школе.
28. задачи физического воспитания в школе.
29. Структура и содержание урока легкой атлетики в школе.
30. Оценка успеваемости при освоении предмета «Физическая культура».
31. Проведение урока по легкой атлетике.
32. Подбор и последовательность проведения общеразвивающих и специально- беговых упражнений – правильность их выполнения.
33. Подбор средств и последовательность проведения основной части и заключительной части урока.
34. Программный материал по легкой атлетике для 1- 4 классов.
35. Программный материал по легкой атлетике для 5-9 классов.
36. Программный материал по легкой атлетике для 10-11 классов.
37. Обучение технике барьерного бега:ознакомление с техникой барьерного бега, обучение технике преодоления барьера, обучение ритму и технике бега между барьерами, обучение технике низкого старта и стартового разгона с преодолением барьеров, совершенствование техники барьерного бега.
38. Обучение технике толкания ядра:ознакомление с техникой толкания ядра, обучение держанию и выталкиванию ядра, обучение технике толкания ядра с места (финальному усилию), обучение технике скачкообразного разбега, обучение технике толкания ядра со скачка, совершенствование техники толкания ядра.
39. Техника бега на короткие дистанции.
40. Методика обучения техники бега на короткие дистанции.
41. Правила соревнований по бегу на короткие дистанции.
42. Техника прыжка в высоту способом «перешагивание» и «фосбери-флоп».
43. Методика обучения технике прыжка в высоту способом «перешагивание» и «фосбери-флоп».
44. Правила соревнований по прыжкам высоту .
45. Техника прыжка в длину.
46. Методика обучения технике прыжка в длину.
47. Правила соревнований по прыжкам в длину с разбега.