

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 ЗАЧЕТУ ПО КУРСУ**

**«Теория и методика физической культуры»**

(для студентов заочной, заочной сокращенной форм обучения)

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

Ростов-на-Дону

2019

ВОПРОСЫ К ЭКЗАМЕНУ.

1. Общепедагогические принципы.
2. Особенности методики проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья (подготовительная и специальная медицинские группы).
3. Этапы обучения двигательным действиям (цели, задачи).
4. Дать определение и сопоставить определения спортсмен высокого класса и спортсмен профессионал.
5. Спортивная тренировка как основная форма подготовки спортсмена.
6. Нагрузка при выполнении спортивных упражнений. Показатели нагрузки, ее объем и интенсивность.
7. Спортивная ориентация и отбор
8. Основные виды, типы и разновидности микро-, мезо-, макроциклов спортивной подготовки.
9. Внеурочная деятельность по физической культуре в общеобразовательной школе.
10. Психологические особенности формирования двигательных навыков
11. Методические основы обучения физическим упражнениям.
12. Закономерности развития двигательного навыка.
13. Обобщенные качественные характеристики движений (точные движения, экономные движения и т.д.).
14. Характеристики движений (кинематические, динамические, ритмические).
15. Профилактика травматизма на уроках физической культуры.
16. Производственные формы оздоровительной физкультурной работы. Принципы подбора упражнений.
17. Профессиональные компетенции специалистов ФК.
18. Современные требования к физическому воспитанию детей дошкольного возраста. Задачи, средства, методы и формы организации занятий.
19. Квалификационные характеристики должностных обязанностей педагога по физической культуре. Основные направления деятельности педагога.
20. Развитие быстроты. Главные факторы быстроты, их структура. Многообразие форм проявления и основные типы быстроты.
21. Подвижные игры. Значение подвижных игр в физическом воспитании детей. Методика проведения игр в различных классах школы.
22. Основные понятия предмета «Физическая культура».
23. Развитие выносливости. Главные факторы выносливости, их структура. Многообразие форм проявления и основные типы выносливости
24. Формы построения занятий физическими упражнениями.
25. Понятия “система занятий”, “урочные занятия”, “неурочные занятия”, особенности (признаки) урочных и неурочных занятий в физической культуре.
26. Средства и методы, направленные на формирование навыка рациональной осанки, закрепление ее и коррекцию нарушений осанки.
27. Гигиенические требования к местам занятий физкультурно-спортивной деятельностью.
28. Требования к планированию тренировочному процесса. Требования к микроклимату.
29. Социальная ориентация предмета «Физическая культура».
30. Цели, задачи, содержание предмета «Физическая культура».
31. Формирование цели предмета «Физическая культура».
32. Роль содержания предмета «Физическая культура» в педагогической системе.
33. Развитие ловкости. Главные факторы ловкости, её структура.
34. Теория спортивных соревнований. Соревновательная деятельность и её структура.
35. Гигиенические требования к местам занятий физическими упражнениями, инвентарю, спортивной форме.
36. Терминология основных средств гимнастики (строевые упражнения, общеразвивающие упражнения и др.)
37. Формы организации оздоровительной физической культуры для различных возрастных групп (задачи, содержание, методы).
38. Особенности физического воспитания детей школьного возраста. Цель, задачи и направленность физической культуры в школе.
39. Тренажеры: виды, назначение, спецификация.
40. Особенности и конструктивное устройство тренажеров.
41. Планирование и учет работы по предмету «Физическая культура».
42. Гигиенические характеристики урока.
43. Содержание и современные требования к физическому воспитанию детей дошкольного возраста.
44. Кинематические, динамические и ритмические характеристики техники двигательных действий. Обобщенные (качественные) характеристики двигательных действий.
45. Общая характеристика системы подготовки спортсменов. Цель подготовки как представление о предполагаемом спортивном результате совместной деятельности тренера и спортсменов в конкретном соревновании или серии стартов.
46. Развитие гибкости. Обобщенное понятие о гибкости как особом физическом качестве человека.
47. Особенности физического воспитания студенческой молодёжи.
48. Гигиенические основы проведения занятий физической культурой.
49. Гигиеническая характеристика вводной, основной и заключительной части урока или оздоровительных занятий, на основании учета особенностей занимающихся.
50. Возрастные границы молодежного и зрелого возраста.
51. Особенности физического развития и физической подготовленности человека в этот период, основные задачи ФВ данного периода.
52. Планирование и контроль в физическом воспитании. Планирование. Понятие планирования в физической культуре.
53. Инновационные технологии в области преподавания физической культуры.
54. Урок как форма организации дидактических процессов. Урок в процессе обучения физической культуре.
55. Развитие силы. Взаимосвязь силы и силовых способностей. Главные факторы силовых способностей, их структура.
56. Педагогический контроль, его значение и содержание.
57. Регулирование массы тела при занятиях физическими упражнениями. Возможности и задачи регулирования массы тела в процессе занятий физическими упражнениями,
58. Этапы разучивания двигательных действий. Цель, задачи и особенности использования средств и методов.
59. Развитие гибкости.
60. Понятие о технике физических упражнений и «спортивная техника».
61. Общепедагогические принципы.
62. Особенности методики проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья (подготовительная и специальная медицинские группы).
63. Становление теории и методики преподавания предмета «Физическая культура».
64. Средства физической культуры.
65. Особенности физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста.