

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 ЭКЗАМЕНУ ПО КУРСУ**

**«Теория и практика спортивной подготовки»**

для обучающихся по направлению подготовки (специальности)

49.04.03 Спорт

программа магистратуры «Медико-педагогическое сопровождение спортивной подготовки и фитнеса»

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

Ростов-на-Дону

2022

ВОПРОСЫ К ЭКЗАМЕНУ

1. Этапы развития видов спорта.
2. Международные связи федераций по видам спорта
3. Современное развитие вида спорта.
4. Основы техники базовых элементов.
5. Структура процесса обучения упражнениям.
6. Основные этапы обучения упражнениям
7. Средства тренировки: специфические (избранные соревновательные упражнения, подготовительные упражнения);
8. Методы тренировки: общепедагогические, строго регламентированного упражнения, соревновательный, игровой.
9. Определение понятий ОФП и СФП.
10. Содержание ОФП и СФП на различных этапах подготовки спортсменов.
11. Методы развития физических качеств и средства их оценки.
12. Определение понятий «техника», «техническая подготовка», «техническое мастерство».
13. Предмет «общей» и «специальной» технической подготовки.
14. Понятия «базовая техническая подготовка», «базовое» и «профилирующее» упражнения, «базовое соединение (связки)» и «базовая комбинация».
15. Значение психологической подготовки в видах спорта.
16. Факторы, влияющие на тактику соревновательной деятельности.
17. Средства и методы овладения тактическими действиями.
18. Педагогические характеристики (уровень физической, технической, тактической, психологической подготовленности).
19. Уровень специальной физической подготовленности.
20. Ведущие для данного вида спорта физические качества.
21. Уровень технической подготовленности.
22. Устойчивость спортивной техники при действии сбивающих факторов.
23. Определение понятий «общая» и «специальная» психологическая подготовка.
24. Современные методы психологической подготовки и коррекции: педагогические методы, методы психорегуляции, саморегуляции и идеомоторика.
25. Тактическая подготовка.
26. Факторы, влияющие на тактику соревновательной деятельности.
27. Средства и методы овладения тактическими действиями.
28. Классификация прогнозов: краткосрочный, среднесрочный, долгосрочный и их характер.
29. Педагогические характеристики (уровень физической, технической, тактической, психологической подготовленности).
30. Медико-биологические характеристики функциональных возможностей организма.
31. Современные методы научного прогнозирования.
32. Ведущие для данного вида спорта физические качества.
33. Уровень технической подготовленности.
34. Устойчивость спортивной техники при действии сбивающих факторов, уровень тактической подготовленности.
35. Внешняя и внутренняя структура взаимоотношений в спортивных командах.
36. Лидерство в спортивных командах.
37. Конфликты в спортивных командах, их причины и способы разрешения.
38. Роль ориентировочной основы двигательных действий в процессе формирования двигательного навыка.
39. Состояние психической готовности спортсмена к соревнованию, его основные компоненты, пути их формирования.
40. Методы психорегуляции в спорте.