

## Материалы

### Примерный перечень вопросов и требований к зачету:

Вопросы к теоретическому зачету:

1. Назовите семь элементов из группы А. Динамическая сила с указанием их сложности.
2. Назовите семь элементов из группы В. Статическая сила с указанием их сложности.
3. Назовите семь элементов из группы С. Прыжки с указанием их сложности.
4. Назовите семь элементов из группы В. Махи с указанием их сложности
5. Назовите три элемента из группы Е. Равновесие с указанием их сложности.
6. Назовите четыре элемента из группы Е. Равновесие с указанием их сложности.
7. Назовите три элемента группы В. Гибкость с указанием их сложности.
8. Значение и виды соревнований.
9. Положения правил соревнований ФИЖ.
10. Положения правил соревнований ФИСААФ.
11. Указать элементы запрещенные к использованию в соревновательной программе.
12. Требования к месту проведения соревнований по аэробике.

### *Первый год:*

1. По теоретическому курсу – знания в объеме программы.
2. Знать состав технико-тактических действий спортсмена;
3. Уметь выполнить изученные упражнения по основным разделам (техническая, тактическая, физическая подготовка);
4. Знать правила соревнований.
5. Участвовать в соревнованиях, показать результат, превышающий тот, который был при поступлении в вуз;
6. Уметь осуществлять практическое судейство. Знать и уметь подготовить документацию;
7. По учебной практике – в объеме программы;
8. Выполнять нормативы по физической подготовке, по технико-тактической подготовке.

### *Второй год:*

1. По теоретическому курсу – знания в объеме программы.
2. Уметь выполнить изученные упражнения по программе года обучения.
3. Знать состав средств и методов тренировки спортсмена (по программе двух лет обучения).
4. Знать правила соревнований и методику судейства.
5. Уметь практически осуществлять выполнение функций членов судейской бригады.

6. Участвовать в соревнованиях, показать результат, превышающий результат прошлого года.
7. Знать основные методы исследований в виде спорта.
8. По учебной практике – в объеме программы.
9. Выполнять нормативы по физической и технико-тактической подготовке.

*Третий год:*

1. По теоретическому курсу – в объеме программы.
2. Уметь выполнять изученные упражнения по программе третьего года обучения.
3. Знать особенности средств и методов тренировки спортсменов различной квалификации.
4. Знать вопросы организации и проведения соревнований по виду спорта.
5. Участвовать в соревнованиях, показать результат, превышающий результат прошлого года.
6. По учебной практике – в объеме программы.
7. Выполнять нормативы по физической и технико-тактической подготовке.

*Четвертый год:*

1. По теоретическому курсу – знания в объеме программы.
2. Уметь выполнить изученные упражнения по программе четвертого года обучения.
3. Знать содержание деятельности тренера по всей «технологической линии» многолетней подготовки спортсменов.
4. Знать и владеть практическими навыками организации и проведения соревнований по виду спорта.
5. Участвовать в соревнованиях, показать результат, превышающий результат прошлого года.
6. Уметь осуществлять практическое судейство соревнований в масштабе региона.
7. Знать и уметь ставить задачи исследования в виде спорта, выбрать и применить методы исследования, обработать данные при помощи вычислительной техники.
8. По учебной практике – в объеме программы.
9. Выполнять нормативы по физической и технико-тактической подготовке.

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЭКЗАМЕНУ

1. Место теории и методики избранного вида спорта в системе профессионального физкультурного образования.
2. Место спорта в общей системе физического воспитания.
3. Соревнования и соревновательная деятельность спортсмена.
4. Тренировочные нагрузки в процессе подготовки спортсменов.
5. Применение средств и методов в тренировочной деятельности спортсмена.
6. Построение тренировочного процесса в годичном цикле подготовки.
7. Спортивная техника как предмет обучения.
8. Классификация средств и методов обучения двигательным действиям.
9. Этапность обучения двигательным действиям.
10. Тактические действия спортсмена и методика обучения им.
11. Соотношение ОФП и СФП в многолетнем тренировочном процессе.
12. Определение понятий основных двигательных способностей и их классификация.
13. Методика развития основных кондиционных и координационных способностей.
14. Сензитивные периоды развития двигательных способностей.
15. Контроль за развитием основных двигательных способностей.

16. Внеклассная спортивная работа в общеобразовательной школе.
  17. Работа по спорту в образовательных учреждениях различного типа (ДЮКФП, сельских школах, интернатах и т.д.).
  18. Особенности проведения спортивных соревнований со школьниками.
  19. Характеристика основных сторон подготовки спортсменов.
  20. Тренировка как многолетний процесс.
  21. Задачи, содержание и методика тренировки юных спортсменов.
  22. Задачи, содержание и методика тренировки квалифицированных спортсменов.
  23. Спортивная ориентация и отбор.
  24. Особенности планирования и учета тренировки юных спортсменов.
  25. Планирование тренировки спортсменов в зависимости от квалификации и этапа подготовки.
  26. Контроль за тренировочными и соревновательными нагрузками юных спортсменов.
  27. Контроль за тренировочными и соревновательными нагрузками квалифицированных спортсменов.
  28. Основы управления подготовкой спортсменов.
  29. Педагогические средства восстановления в спорте.
  30. Психологические средства восстановления в спорте.
  31. Медико-биологические средства восстановления в спорте.
  32. Внетренировочные факторы спортивной подготовки квалифицированных спортсменов.
  33. Особенности спортивной подготовки инвалидов.
  34. Характеристика педагогической деятельности тренера.
  35. Характеристика детского спортивного коллектива.
- 8. Учебно-методическое обеспечение дисциплины.**

#### **Рекомендуемая литература.**

##### а) основная литература:

1. Барчуков, Игорь Сергеевич. Физическая культура и спорт: методология, теория, практика [учебное пособие для студентов вузов по направлению "Педагогика"]. - Москва Академия 2011. - 525, [1] с. : ил. ; 22 см.
2. Васильков, Андрей Андреевич. Теория и методика спорта [учебник для студентов вузов] Ростов-на-Дону Феникс 2008. - 379 с. : табл. экземпляры (4)
3. Холодов, Жорж Константинович. Теория и методика физической культуры и спорта учебное пособие для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению подготовки "Педагогическое образование". Москва Академия 2011. - 478, [1] с. : ил., табл. ; 22 см Бакалавриат

##### б) дополнительная литература:

1. Лисицкая Т. С. Пластика, ритм. Москва «ФИС» 1988г.
2. Матвеева Л. К. Программа по спортивной аэробике для ДЮКФП. Материалы семинаров студии «ВОРКАУТ» г. Москва 1994-1999 год.
3. Барчуков, Игорь Сергеевич. Физическая культура и спорт: методология, теория, практика [учебное пособие для студентов вузов по направлению "Педагогика"]. - М. Академия 2006. - 525, [1] с. : ил. ; 22 см. экземпляры (17)