

Материалы

ТРЕБОВАНИЯ К ПРАКТИЧЕСКОМУ ЗАЧЕТУ ПО СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКЕ

Первый год:

1. Подтвердить требования спортивной классификации по разряду, который имел студент при поступлении в вуз.
2. Для не имеющих спортивного разряда подготовиться по программе 3 разряда по избранному виду спорта.

Второй год:

1. Подтвердить требования имеющегося разряда и готовиться по более высокому разряду.
2. Для не имеющих разряда – участвовать в соревнованиях по 3-му разряду.

Третий год:

1. Выполнить более высокий разряд (для имеющих 3 разряд выполнить второй, для второразрядника – выступить по программе первого и т.д.).
2. Для не имеющих разряда – выполнить 3 разряд.
3. Освоить навыки судьи по спорту (выполнить требования «Судья по спорту»).

Четвертый год:

1. Подтвердить имеющиеся разрядные нормы, освоить требования 3 разряда по «смежному» виду спорта.
2. Выполнить требования 2-й судейской категории по избранному виду спорта.

Требования к теоретической подготовке

ПЕРВЫЙ ГОД (1-2 СЕМЕСТР):

Работа с литературными источниками: изучение оборудования и инвентаря; техники и тактики вида спорта, применяемых упражнений; изучение правил и методики судейства. Систематизация и обобщение собранных данных, составление картотеки.

Разбор, изучение документов: протоколов соревнований, протоколов наблюдений на соревнованиях; индивидуальных и коллективных планов тренировки, дневников спортсменов; составление и ведение собственного дневника спортсмена.

Просмотр наглядных и учебных пособий, кинофильмов, видеофильмов и телепередач. Просмотр и записи на соревнованиях.

Фиксирование данных, оформление записей, схем, таблиц по пройденным разделам программы.

Участие в изготовлении тренажерных устройств и тренировочных приспособлений, в строительстве спортивных сооружений в вузе, школе, спортивной школе, внешкольных учреждениях. Выполнение заданий по физической, технико-тактической подготовке, исправление ошибок, повышение уровня практической физкультурно-спортивной подготовленности.

Участие в проведении соревнований в вузе, школе, спортивной школе, судейство соревнований по физической и технической подготовке, по виду спорта.

ВТОРОЙ ГОД (3-4 СЕМЕСТР):

Работа с литературными источниками: аннотирование, реферирование отдельных тем, систематизация и обобщение собранной информации.

Разбор, изучение документов соревнований и тренировки, обобщение и анализ полученной информации.

Ведение дневника спортсмена, фиксирование «информации спортсмена», обобщение, анализ, уточнение тренировочных программ.

Работа с программными документами, составление различных материалов для работы со спортсменами (индивидуальные занятия и пр.).

Просмотр кино-, видеоматериалов, анализ и обобщение.

Самостоятельное конструирование, изготовление тренажерных устройств и приспособлений для тренировочных занятий.

Выполнение практических заданий по физической, технической и тактической подготовке.

Участие в проведении соревнований районного и городского масштаба.

ТРЕТИЙ ГОД (5-6 СЕМЕСТР):

Литературное оформление различных заданий.

Разработка документов планирования и контроля работы со спортсменами в различных организационных формах.

Разработка документов, организация и проведение соревнований (различные варианты).

Анализ «информации спортсмена» (по собственному дневнику) за прошедшие два года обучения, разработка и коррективы на текущий сезон.

Работа с демонстрационной аппаратурой, наглядными пособиями, изготовление наглядных пособий и их использование в процессе учебной практики.

Сбор и обработка данных по теме курсовой (дипломной) работы, выполнение заданий по физической, технико-тактической и теоретической подготовке.

Конструирование и изготовление тренажерных устройств и применение их при проведении тренировочных занятий в учебной практике.

Выполнение заданий по физической и технико-тактической подготовке.

Участие в организации и проведении соревнований различного уровня.

ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД (7 СЕМЕСТР):

Задания для самостоятельной работы студентов складываются из трех основных разделов: первый – подготовка ко всем видам занятий по курсу ПФСС (лекции, семинарские, лабораторные, практические, учебно-методические занятия, учебная практика); второй – по «технологической

линии» деятельности преподавателя, тренера в процессе многолетней подготовки спортсменов, в комплексе создающих целостное представление о профессиональной деятельности специалиста физической культуры и спорта; третий – по физической и технико-тактической подготовке, направленные на повышение уровня личной спортивной подготовленности.

Предусматриваются задания с направленностью на подготовку к экзамену по избранному виду спорта.

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 (ДЮОКФП, 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.

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.

1. 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)