

Утверждены
на заседании кафедры
11.09.2023
Протокол № 2

Программные требования к экзамену
по учебной дисциплине «Теория и методика спортивной подготовки в
избранном виде спорта» для студентов **4 курса дневной формы** получения
образования
по направлению специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая
деятельность (тренировочная работа по спортивному ориентированию)»

Содержательный модуль – 2. Методика преподавания в спортивном ориентировании.

Модуль – 6. Содержание методики преподавания в избранном виде спорта.

1. Методика подбора общеподготовительных и вспомогательных упражнений.
2. Предупреждение и устранение двигательных ошибок. Обеспечение страховки при выполнении упражнений и учебных заданий.
3. Развитие выносливости, подбор средств для развития выносливости; объем и интенсивность физической нагрузки для развития выносливости.
4. Дозирование физической нагрузки в каждом тренировочном занятии. Контроль за физической нагрузкой.
5. Развитие быстроты: подбор средств для развития быстроты, методы развития быстроты.
6. Особенности проведения и содержания подготовительной, основной и заключительной части занятия в зависимости от поставленных педагогических задач.
7. Совершенствование знаний, умений, навыков, объяснение и показ. Выполнение последовательных технико-тактических действий на дистанции.
8. Выявление ошибок в технике и подбор упражнений для их исправления. Анализ действий спортсмена на дистанции по видеозаписи.
9. Проведение учебно-тренировочных занятий в снежное время года (задачи общей физической подготовки – первый этап подготовительного периода).
10. Проведение учебно-тренировочных занятий в бесснежное время года (задачи специальной физической подготовки)
11. Организация занятий, подбор средств, их методическое использование.
12. Ознакомление с документацией учебно-тренировочного процесса (учебный план, график, поурочный план, конспект урока, план учебно-тренировочных занятий)
13. Основные организационные задачи, решаемые тренером при работе со спортсменами-ориентировщиками высокой квалификации.

14. Основные организационные задачи, решаемые тренером при работе со спортсменами-ориентировщиками высокой квалификации, входящими в состав сборных команд Республики Беларусь.
15. Виды дистанций их технические параметры.
16. Особенности техники бега в спортивном ориентировании.
17. Творческая система «тренер-ученик», взаимоотношения «тренер-коллектив», способы управления коллективом.
18. Взаимозависимости скорости передвижения и технико-тактических действий.
19. Выбор пути, взятие контрольного пункта, отработка отметки на контрольном пункте, уход с контрольного пункта.
20. Совершенствование приемов и способов ориентирования.
21. Приемы и способы рисования спортивных карт.

Модуль – 7. Особенности формирования методических умений и навыков в использовании средств и методов, направленных на развитие двигательных способностей.

1. Методика подбора средств и методов, преимущественно направленных на развитие скоростных способностей у спортсменов групп начальной подготовки.
2. Методика подбора средств и методов, преимущественно направленных на развитие силовых способностей у спортсменов групп начальной подготовки.
3. Методика подбора средств и методов, преимущественно направленных на развитие выносливости у спортсменов групп начальной подготовки.
4. Методика подбора средств и методов, преимущественно направленных на развитие координационных способностей у спортсменов групп начальной подготовки.
5. Методика подбора средств и методов, преимущественно направленных на развитие гибкости у спортсменов групп начальной подготовки.
6. Нормирование параметров нагрузки при выполнении упражнений на развитие гибкости.
7. Нормирование параметров нагрузки при выполнении упражнений на развитие выносливости.
8. Нормирование параметров нагрузки при выполнении упражнений на развитие силы.
9. Нормирование параметров нагрузки при выполнении упражнений на развитие скорости.
10. Нормирование параметров нагрузки при выполнении упражнений на развитие координационных способностей.
11. Направленность основной части учебно-тренировочного занятия.
12. Составление плана-конспекта и практическое проведение студентам учебно-тренировочного занятия (отдельных частей занятия) с педагогической задачей, поставленной преподавателем.
13. Взаимосвязь социально-психологических, педагогических и медико-биологических показателей.

14. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок, их учет и аналитическая обработка с использованием современных компьютерных технологий.

15. Комплектование участников сбора. Особенности планирования тренировочных нагрузок.

Модуль – 8. Особенности системы физической культуры и спорта в Республике Беларусь.

1. Государственная политика в сфере физической культуры и спорта.

2. Права и обязанности спортсменов и тренеров в Республике Беларусь.

3. Система подготовки спортивного резерва и спортсменов высокого класса.

Утверждены
на заседании кафедры
11.09.2021
Протокол № 2

Программные требования к зачету
по учебной дисциплине «Теория и методика спортивной подготовки в
избранном виде спорта» для студентов **4 курса дневной формы** получения
образования
по направлению специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая
деятельность (тренерская работа по спортивному ориентированию)»

1. Методика подбора общеподготовительных и вспомогательных упражнений.
2. Предупреждение и устранение двигательных ошибок. Обеспечение страховки при выполнении упражнений и учебных заданий.
3. Развитие выносливости, подбор средств для развития выносливости; объем и интенсивность физической нагрузки для развития выносливости.
4. Дозирование физической нагрузки в каждом тренировочном занятии. Контроль за физической нагрузкой.
5. Развитие быстроты: подбор средств для развития быстроты, методы развития быстроты.
6. Особенности проведения и содержания подготовительной, основной и заключительной части занятия в зависимости от поставленных педагогических задач.
7. Совершенствование знаний, умений, навыков, объяснение и показ. Выполнение последовательных технико-тактических действий на дистанции.
8. Выявление ошибок в технике и подбор упражнений для их исправления. Анализ действий спортсмена на дистанции по видеозаписи.
9. Проведение учебно-тренировочных занятий в снежное время года (задачи общей физической подготовки – первый этап подготовительного периода).
10. Проведение учебно-тренировочных занятий в бесснежное время года (задачи специальной физической подготовки)
11. Организация занятий, подбор средств, их методическое использование.

12. Ознакомление с документацией учебно-тренировочного процесса (учебный план, график, поурочный план, конспект урока, план учебно-тренировочных занятий)
13. Основные организационные задачи, решаемые тренером при работе со спортсменами-ориентировщиками высокой квалификации.
14. Основные организационные задачи, решаемые тренером при работе со спортсменами-ориентировщиками высокой квалификации, входящими в состав сборных команд Республики Беларусь.
15. Виды дистанций их технические параметры.
16. Особенности техники бега в спортивном ориентировании.
17. Творческая система «тренер-ученик», взаимоотношения «тренер-коллектив», способы управления коллективом.
18. Взаимозависимости скорости передвижения и технико-тактических действий.
19. Выбор пути, взятие контрольного пункта, отработка отметки на контрольном пункте, уход с контрольного пункта.
20. Совершенствование приемов и способов ориентирования.
21. Приемы и способы рисования спортивных карт.
22. Методика подбора средств и методов, преимущественно направленных на развитие скоростных способностей у спортсменов групп начальной подготовки.
23. Методика подбора средств и методов, преимущественно направленных на развитие силовых способностей у спортсменов групп начальной подготовки.
24. Методика подбора средств и методов, преимущественно направленных на развитие выносливости у спортсменов групп начальной подготовки.
25. Методика подбора средств и методов, преимущественно направленных на развитие координационных способностей у спортсменов групп начальной подготовки.
26. Методика подбора средств и методов, преимущественно направленных на развитие гибкости у спортсменов групп начальной подготовки.
27. Нормирование параметров нагрузки при выполнении упражнений на развитие гибкости.
28. Нормирование параметров нагрузки при выполнении упражнений на развитие выносливости.
29. Нормирование параметров нагрузки при выполнении упражнений на развитие силы.
30. Нормирование параметров нагрузки при выполнении упражнений на развитие скорости.
31. Нормирование параметров нагрузки при выполнении упражнений на развитие координационных способностей.
32. Направленность основной части учебно-тренировочного занятия.
33. Составление плана-конспекта и практическое проведение студентам учебно-тренировочного занятия (отдельных частей занятия) с педагогической задачей, поставленной преподавателем.

34. Взаимосвязь социально-психологических, педагогических и медико-биологических показателей.
35. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок, их учет и аналитическая обработка с использованием современных компьютерных технологий.
36. Комплектование участников сбора. Особенности планирования тренировочных нагрузок.
37. Государственная политика в сфере физической культуры и спорта.
38. Права и обязанности спортсменов и тренеров в Республике Беларусь.
39. Система подготовки спортивного резерва и спортсменов высокого класса.

Утверждены
на заседании кафедры
11.09.2021
Протокол № 2

Программные требования к зачету
по учебной дисциплине «Теория и методика спортивной подготовки в
избранном виде спорта» для студентов **4 курса дневной формы** получения
образования
по направлению специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая
деятельность (тренерская работа по спортивному ориентированию)»

1. Методика подбора общеподготовительных и вспомогательных упражнений.
2. Предупреждение и устранение двигательных ошибок. Обеспечение страховки при выполнении упражнений и учебных заданий.
3. Развитие выносливости, подбор средств для развития выносливости; объем и интенсивность физической нагрузки для развития выносливости.
4. Дозирование физической нагрузки в каждом тренировочном занятии. Контроль за физической нагрузкой.
5. Развитие быстроты: подбор средств для развития быстроты, методы развития быстроты.
6. Особенности проведения и содержания подготовительной, основной и заключительной части занятия в зависимости от поставленных педагогических задач.
7. Совершенствование знаний, умений, навыков, объяснение и показ. Выполнение последовательных технико-тактических действий на дистанции.
8. Выявление ошибок в технике и подбор упражнений для их исправления. Анализ действий спортсмена на дистанции по видеозаписи.
9. Проведение учебно-тренировочных занятий в снежное время года (задачи общей физической подготовки – первый этап подготовительного периода).
10. Проведение учебно-тренировочных занятий в бесснежное время года (задачи специальной физической подготовки)
11. Организация занятий, подбор средств, их методическое использование.
12. Ознакомление с документацией учебно-тренировочного процесса (учебный план, график, поурочный план, конспект урока, план учебно-тренировочных занятий)
13. Основные организационные задачи, решаемые тренером при работе со спортсменами-ориентировщиками высокой квалификации.

14. Основные организационные задачи, решаемые тренером при работе со спортсменами-ориентировщиками высокой квалификации, входящими в состав сборных команд Республики Беларусь.
15. Виды дистанций их технические параметры.
16. Особенности техники бега в спортивном ориентировании.
17. Творческая система «тренер-ученик», взаимоотношения «тренер-коллектив», способы управления коллективом.
18. Взаимозависимости скорости передвижения и технико-тактических действий.