УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ

«БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

**Зачетные и экзаменационные требования**

по учебной дисциплине «Основы теории и методики избранного вида спорта» для направления специальности 1-88 02 01-01

«Спортивно-педагогическая деятельность
(тренерская работа по хоккею на траве)» для студентов третьего курса заочной формы получения образования

 УТВЕРЖДЕНЫ

 на заседании кафедры спортивных игр

 протокол № 2 от «12» сентября 2023г.

**Зачетные требования**

1. Требования к организации и проведению занятий по хоккею на траве.
2. Характер игровой деятельности хоккеистов, возможности получения травм.
3. Причины возникновения травм. Оказание первой помощи при несчастных случаях.
4. Техника защиты в сочетании с противодействием приёмам нападения. Методика обучения.
5. Расчленено-конструктивный и целостно-конструктивный метод при обучении двигательным действиям (техническим приемам).
6. Соотношение общей и специальной физической подготовки и его изменение в процессе многолетних занятий спортом.
7. Средства и методы физической подготовки для различных возрастов и квалификаций: тренировочные и соревновательные упражнения.
8. Методы развития физических и специальных физических качеств, необходимых для хоккеиста на траве.
9. Общеразвивающие упражнения: упражнения из гимнастики и других видов спорта, направленные на совершенствование физических качеств хоккеистов.
10. Подвижные игры, направленные на совершенствование физических качеств хоккеистов.
11. Специальные упражнения с мячом, направленные на совершенствование физических качеств хоккеистов.
12. Взаимосвязь и взаимозависимость физической подготовки с другими сторонами спортивной тренированности.
13. Содержание технической подготовки. Зависимость уровня технической подготовленности от физических качеств спортсмена.
14. Задачи технической подготовки на начальном этапе, в период совершенствования и спортивного мастерства.
15. Особенности совершенствования отдельных приёмов технической подготовки. Средства и методы.
16. Средства и методы технической подготовки.
17. Основные принципы подбора и проведения упражнений в зависимости от индивидуальных особенностей спортсменов, возраста и амплуа в команде.
18. Простые и комплексные упражнения, эстафеты, подготовительные и учебно-тренировочные игры для совместного изучения техники нападения и противодействия приёмам.
19. Анализ специфики занятий, направленных на совершенствование физической подготовленности спортсменов.
20. Выполнение тренировочной нагрузки хоккеиста на траве с помощью дозирования интенсивности равномерным и повторным методами. Содержание и особенности проведения.
21. Выполнение тренировочной нагрузки хоккеиста на траве с помощью дозирования интенсивности переменным и интервальным методами. Содержание и особенности проведения.
22. Контроль за уровнем общей и специальной физической подготовленности хоккеистов.
23. Средства технической подготовки по возрастным группам детской спортивной школы.
24. Методика составления комплекса упражнений для обучения приему техники. Подводящие и основные упражнения.
25. Основные задачи и пути совершенствования физической подготовленности хоккеистов.
26. Совершенствование силовых способностей. Средства, методы, контроль.
27. Совершенствование быстроты. Средства, методы, контроль.
28. Совершенствование ловкости. Средства, методы, контроль.
29. Совершенствование выносливости. Средства, методы, контроль.
30. Совершенствование гибкости. Средства, методы, контроль.
31. Контроль за уровнем общей и специальной физической подготовленности хоккеистов.
32. Контрольные упражнения и нормативы по технической подготовленности для различного контингента хоккеистов. Методика и организация их проведения.

**Экзаменационные требования**

1. Требования к организации и проведению занятий по хоккею на траве.
2. Характер игровой деятельности хоккеистов, возможности получения травм.
3. Причины возникновения травм. Оказание первой помощи при несчастных случаях.
4. Техника защиты в сочетании с противодействием приёмам нападения. Методика обучения.
5. Расчленено-конструктивный и целостно-конструктивный метод при обучении двигательным действиям (техническим приемам).
6. Соотношение общей и специальной физической подготовки и его изменение в процессе многолетних занятий спортом.
7. Средства и методы физической подготовки для различных возрастов и квалификаций: тренировочные и соревновательные упражнения.
8. Методы развития физических и специальных физических качеств, необходимых для хоккеиста на траве.
9. Общеразвивающие упражнения: упражнения из гимнастики и других видов спорта, направленные на совершенствование физических качеств хоккеистов.
10. Подвижные игры, направленные на совершенствование физических качеств хоккеистов.
11. Специальные упражнения с мячом, направленные на совершенствование физических качеств хоккеистов.
12. Взаимосвязь и взаимозависимость физической подготовки с другими сторонами спортивной тренированности.
13. Содержание технической подготовки. Зависимость уровня технической подготовленности от физических качеств спортсмена.
14. Задачи технической подготовки на начальном этапе, в период совершенствования и спортивного мастерства.
15. Особенности совершенствования отдельных приёмов технической подготовки. Средства и методы.
16. Средства и методы технической подготовки.
17. Основные принципы подбора и проведения упражнений в зависимости от индивидуальных особенностей спортсменов, возраста и амплуа в команде.
18. Простые и комплексные упражнения, эстафеты, подготовительные и учебно-тренировочные игры для совместного изучения техники нападения и противодействия приёмам.
19. Анализ специфики занятий, направленных на совершенствование физической подготовленности спортсменов.
20. Выполнение тренировочной нагрузки хоккеиста на траве с помощью дозирования интенсивности равномерным и повторным методами. Содержание и особенности проведения.
21. Выполнение тренировочной нагрузки хоккеиста на траве с помощью дозирования интенсивности переменным и интервальным методами. Содержание и особенности проведения.
22. Контроль за уровнем общей и специальной физической подготовленности хоккеистов.
23. Средства технической подготовки по возрастным группам детской спортивной школы.
24. Методика составления комплекса упражнений для обучения приему техники. Подводящие и основные упражнения.
25. Основные задачи и пути совершенствования физической подготовленности хоккеистов.
26. Совершенствование силовых способностей. Средства, методы, контроль.
27. Совершенствование быстроты. Средства, методы, контроль.
28. Совершенствование ловкости. Средства, методы, контроль.
29. Совершенствование выносливости. Средства, методы, контроль.
30. Совершенствование гибкости. Средства, методы, контроль.
31. Контроль за уровнем общей и специальной физической подготовленности хоккеистов.
32. Контрольные упражнения и нормативы по технической подготовленности для различного контингента хоккеистов. Методика и организация их проведения.
33. Различные способы перемещений хоккеистов и сочетание их между собой. Методика обучения.
34. Ведение мяча удобной стороной клюшки. Методика обучения.
35. Ведение мяча не удобной стороной клюшки. Методика обучения.
36. Ведение мяча индийским дриблингом. Методика обучения.
37. Обводка соперника. Разновидности обводки. Методика обучения.
38. Приёмы техники вратаря. Специальные имитационные упражнения. Отбивание прямых, высоко, низколетящих мячей. Методика обучения.
39. Совершенствование техники изученных приёмов. Средства и методы.
40. Значение тактической подготовки и её содержание.
41. Обучение и совершенствование индивидуальных тактических действий игроков (защитника, нападающего, вратаря).
42. Совершенствование тактической подготовленности с учетом амплуа хоккеиста на траве.
43. Зависимость тактической подготовки от уровня физической и технической подготовленности.
44. Индивидуальная и групповая тактика. Содержание и методика обучения.
45. Индивидуальная и групповая тактика применительно к функциям, выполняемым в команде в различных системах нападения и защиты. Задачи, средства и методы их осуществления.
46. Тактические действия в групповых упражнениях: 1х1, 2х2, 1х2, 3х3. Методика обучения.
47. Командные тактические действия в защите и нападении. Возможные пути перестройки тактики по ходу действия
48. Командные взаимодействия в пределах определенной системы ведения игры. Задачи, средства и методы их осуществления.
49. Решающее значение тактики при равенстве противников по другим показателям. Этапы тактической подготовки.
50. Быстрый прорыв: организация и завершение быстрого прорыва. Методика обучения.
51. Быстрый прорыв, его варианты и назначение. Методика обучения
52. Применение индивидуальных и групповых взаимодействий в различных системах ведения игры.
53. Варианты позиционного нападения, его место и назначение. Методика обучения.
54. Варианты зонной, смешанной и личной защиты, их место и назначение.
55. Содержание и объем команд и распоряжений и их значение при организации тренировочного процесса.
56. Основные педагогические требования при подаче команд и распоряжений: знание команд и их выполнение. Выбор места для подачи команд.
57. Специальные распоряжения на построения для выполнения хоккейных упражнений: встречные построения, в кругах комбинированные построения.
58. Объяснение, показ, подача команд и распоряжений к построениям и перестроениям, к началу и окончанию упражнений.
59. Запись комплекса упражнений и основные методические требования к их проведению.
60. Роль, обязанности и возможные варианты действий в пределах избранной системы нападения или защиты и решение поставленных задач.