УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой СБЕиСП

К.Р.Комоцкий
18.06.2026

ПРОГРАММНЫЕ ЗАЧЕТНО-ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ
к экзамену по учебной дисциплине
«Система спортивной подготовки в избранном виде спорта» для студентов 5 курса заочной формы получения образования специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по таэквондо)» на 2026/2027 учебный год

Форма проведения: устная

1. История возникновения, развития и современное состояние видов спортивно-боевых единоборств
2. Классификация и терминология, применяемая для обозначения техники и тактики таэквондо
3. Правила безопасности при организации и проведении занятий и спортивный соревнований по таэквондо
4. Профилактика травматизма при организации и проведении занятий и спортивных соревнований по таэквондо
5. Характеристика общей структуры многолетней спортивной подготовки в таэквондо
6. Структура и содержание учебно-тренировочного процесса в таэквондо на этапе спортивного совершенствования
7. Особенности построения тренировочного процесса в таэквондо на этапе высшего спортивного мастерства
8. Структура и содержание тренировочного процесса в таэквондо на этапе специализированной базовой подготовки
9. Методика выявления, анализа и исправления ошибок при обучении приемам таэквондо
10. Структура и содержание заданий, направленных на совершенствование техники таэквондо и ее тактической реализации в соревновательных условиях
11. Методические приемы, направленные на повышение эффективности технико-тактических приемов и действий таэквондо в соревновательном поединке
12. Задачи и содержание технической и тактической подготовки на этапах многолетней спортивной подготовки

13. Анализ техники основных стоек и передвижений, используемых в поединке

14. Анализ техники и тактические способы применения в поединке ударов руками

15. Анализ техники и тактические способы применения в поединке приемов защиты

16. Анализ техники и тактические способы применения в поединке ударов ногами

17. Анализ техники и тактические способы применения в поединке комбинированных технических действий

18. Сущность и характеристика основных тактических манер ведения спортивного поединка

19. Характеристика рациональных тактических схем ведения поединка с учетом индивидуальных способностей спортсмена

20. Характеристика учебно-тренировочных заданий, направленных на формирование умения быстро воспринимать и анализировать соревновательные ситуации в поединке

21. Методические приемы, позволяющие моделировать тактические ситуации, возникающие в ходе ведения соревновательного поединка

22. Основы методики совершенствования технического и тактического мастерства спортсменов высокой квалификации

23. Методика совершенствования индивидуальной манеры ведения поединка в таэквондо

24. Требования к уровню развития двигательных способностей в таэквондо

25. Методика совершенствования координационных способностей квалифицированных спортсменов в таэквондо

26. Методика совершенствования скоростных способностей квалифицированных спортсменов в таэквондо

27. Методика совершенствования силовых способностей квалифицированных спортсменов в таэквондо

28. Методика совершенствования специальной выносливости спортсменов-таэквондистов на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства

29. Регулирование психической напряженности в процессе тренировочной и соревновательной деятельности в таэквондо

30. Методика планирования учебно-тренировочного процесса в таэквондо на этапе высшего спортивного мастерства

31. Общая структура и основная педагогическая направленность занятий в таэквондо

32. Общие основы построения подготовительной части тренировочного занятия в таэквондо. Особенности предсоревновательной разминки

33. Особенности методики построения программ микроциклов на различных этапах многолетней спортивной подготовки

34. Особенности методики построения программ мезоциклов на различных этапах многолетней спортивной подготовки

35. Отбор и спортивная ориентация в системе многолетней спортивной подготовки

36. Особенности системы управления спортивной подготовкой спортсменов на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства

37. Особенности организации и проведения комплексного контроля в таэквондо с использованием педагогических, социально-психологических и медико-биологических показателей

38. Организация судейства спортивных соревнований по таэквондо.

39. Методические подходы к оценке эффективности техники приемов таэквондо в условиях воздействий «сбивающих» факторов (активное противодействие соперника, прогрессирующее утомление и др.)

40. Методические приемы, направленные на совершенствование комплексных скоростных способностей в таэквондо

41. Характеристика средств общей и специальной направленности, используемых для совершенствования скоростных способностей в таэквондо на этапе специализированной базовой подготовки

42. Характеристика средств общей и специальной направленности, используемых для совершенствования силовых способностей в таэквондо на этапе специализированной базовой подготовки

43. Методические приемы, направленные на использование упражнений с отягощениями с целью развития силовых способностей

44. Методические приемы, направленные на развитие локальной мышечной выносливости

45. Характеристика средств общей и специальной направленности, используемых для развития выносливости в таэквондо на этапе специализированной базовой подготовки

46. Методические приемы, направленные на совершенствование гибкости квалифицированных спортсменов-таэквондистов

Рассмотрены на заседании кафедры СБЕиСП протокол № 18 от 18.06.2026