УТВЕРЖДЕНО
Протокол заседания кафедры водных видов спорта № 2
от 22.09.2023

ЗАЧЕТНЫЕ И ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

по учебной дисциплине:
ОСНОВЫ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ИЗБРАННОГО ВИДА СПОРТА
для специальности
6–05–1012–02 «Тренерская деятельность (плавание)»

для студентов **1 курса** в первом семестре

Вопросы к зачету

1. Предмет, содержание и задачи учебной дисциплины «Основы теории и методики избранного вида спорта».
2. Роль, место и значение плавания в системе физического воспитания воспитанников учреждений дошкольного образования и обучающихся в учреждениях общего среднего образования.
3. Роль, место и значение плавания в системе физического воспитания воспитанников учреждений средних специальных учебных заведениях и студентов учреждений высшего образования.
4. Роль, место и значение плавания в системе физического воспитания воспитанников учреждений Вооруженных сил и специальных военизированных подразделений.
5. Правила безопасного поведения на учебно-тренировочных занятиях в искусственных бассейнах
6. Правила безопасного поведения на учебно-тренировочных занятиях на открытых водоемах.
7. Положение о работе плавательных бассейнов. Типовые правила обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий в бассейнах Республики Беларусь.
8. Требования к комплектованию учебных групп и организации занимающихся.
9. Основные причины травматизма на занятиях плаванием. Методические и организационные требования предотвращения травматизма.
10. Состояние и перспективы развития европейского и мирового плавания.
11. Современные тенденции организации учебно-тренировочного процесса. Инновационные технологии обеспечения спортивной подготовки квалифицированных спортсменов.

12. Итоги выступлений белорусских пловцов и представителей других водных видов спорта на международных спортивных соревнованиях.

13. История возникновение плавания как навыка. Плавание как спортивный вид программы в Олимпийских играх, Европейском и мировом спортивном движении.

14. Первые школы плавания в СССР и Беларуси. Создание отечественной школы и системы спортивной подготовки спортсменов высокой квалификации.

15. Участие и достижения отечественных представителей плавания и водных видов спорта на чемпионатах мира и Олимпийских играх.

16. Выдающиеся спортсмены, тренеры и специалисты плавания и других водных видов спорта в Республике Беларусь.

17. Терминология и классификация, для обозначения техники и тактики в водных видах спорта (плавание, водное поло, синхронное плавание, подводное плавание, прыжки в воду).

18. Виды спортивных соревнований, система оценки и зачетов. Организация подготовки спортивных соревнований с различным контингентом.

19. Подготовка и оформление необходимой для спортивных соревнований документации. Спортивный календарь. Положение о спортивных соревнованиях.

20. Судейские категории и порядок их присвоения.

21. Обязанности рефери. Обязанности главного судьи (директор соревнований).

22. Обязанности главного секретаря и работа секретариата.

23. Обязанности стартера. Обязанности судьи-координатора.

24. Обязанности судьи на финише. Обязанности судьи по технике плавания.

25. Обязанности старшего судьи-секундометриста. Работа секундометристов. Обязанности судьи на поворотах.

26. Обязанности судьи при участниках. Обязанности судьи-информатора.

27. Обязанности судьи по награждению. Обязанности судьи по допинг-контролю.

28. Подготовка и проведение спортивных соревнований. Порядок построения участников для открытия спортивных соревнований. Представление участников и награждение призеров спортивных соревнований. Церемониал закрытия спортивных соревнований.

29. Медицинское обеспечение спортивных соревнований. Документация по подготовке и проведению спортивных соревнований.

30. Реклама спортивных соревнований. Подготовка бассейна и систем, обеспечивающих проведение спортивных соревнований.

31. Меры безопасности при проведении спортивных соревнований.

32. Общий ход судейства спортивных соревнований. Порядок работы и взаимодействия судей. Организация работы судей на спортивных

соревнованиях по плаванию.

33. Физические свойства воды (плотность, вязкость, текучесть, теплоемкость, теплопроводность).

34. Силы, действующие при статическом и динамическом плавании. Понятие плавучести.

35. Основные характеристики движений пловца. Траектория и ориентация рабочих звеньев во время гребка. Фазовая структура движений в плавании.

36. Кинематические и динамические характеристики движений пловца в различных способах плавания.

37. Положение тела пловца в воде и силы гидродинамического сопротивления. Силы, действующие на тело пловца.

38. Общая характеристика техники плавательных движений. Кинематические характеристики техники плавания (пространственные, временные, пространственно-временные). Эволюция техники спортивных способов плавания кроль на груди и кроль на спине.

39. Техника плавания способом кроль на груди: положение тела и дыхание, техника движений руками и дыхание, техника движений ногами, общее согласование движений рук, ног, туловища и дыхания. Распространенные ошибки.

40. Техника плавания способом кроль на спине: положение тела и дыхание, техника движений руками и дыхание, техника движений ногами, общее согласование движений рук, ног, туловища и дыхания. Распространенные ошибки.

41. Эволюция техники спортивного способа плавания брасс и баттерфляй.

42. Техника плавания способом брасс: положение тела и дыхание, техника движений руками и дыхание, техника движений ногами, общее согласование движений рук, ног, туловища и дыхания. Распространенные ошибки.

43. Техника плавания способом баттерфляй: положение тела и дыхание, техника движений руками и дыхание, техника движений ногами, общее согласование движений рук, ног, туловища и дыхания. Распространенные ошибки.

для студентов **1 курса** во втором семестре

Вопросы к экзамену по учебной дисциплине «Основы теории и методики избранного вида спорта» (плавание)

1. Предмет, содержание и задачи учебной дисциплины «Основы теории и методики избранного вида спорта».
2. Роль, место и значение плавания в системе физического воспитания воспитанников учреждений дошкольного образования и обучающихся в учреждениях общего среднего образования.
3. Роль, место и значение плавания в системе физического воспитания воспитанников учреждений средних специальных учебных заведениях и студентов учреждений высшего образования.
4. Роль, место и значение плавания в системе физического воспитания воспитанников учреждений Вооруженных сил и специальных военизированных подразделений.
5. Правила безопасного поведения на учебно-тренировочных занятиях в искусственных бассейнах
6. Правила безопасного поведения на учебно-тренировочных занятиях на открытых водоемах.
7. Положение о работе плавательных бассейнов. Типовые правила обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий в бассейнах Республики Беларусь.
8. Требования к комплектованию учебных групп и организации занимающихся.
9. Основные причины травматизма на занятиях плаванием. Методические и организационные требования предотвращения травматизма.
10. Состояние и перспективы развития европейского и мирового плавания.
11. Современные тенденции организации учебно-тренировочного процесса. Инновационные технологии обеспечения спортивной подготовки квалифицированных спортсменов.
12. Итоги выступлений белорусских пловцов и представителей других водных видов спорта на международных спортивных соревнованиях.
13. История возникновение плавания как навыка. Плавание как спортивный вид программы в Олимпийских играх, Европейском и мировом спортивном движении.
14. Первые школы плавания в СССР и Беларуси. Создание отечественной школы и системы спортивной подготовки спортсменов высокой квалификации.
15. Участие и достижения отечественных представителей плавания и водных видов спорта на чемпионатах мира и Олимпийских играх.
16. Выдающиеся спортсмены, тренеры и специалисты плавания и других водных видов спорта в Республике Беларусь.
17. Терминология и классификация, для обозначения техники и

тактики в водных видах спорта (плавание, водное поло, синхронное плавание, подводное плавание, прыжки в воду).

18. Виды спортивных соревнований, система оценки и зачетов. Организация подготовки спортивных соревнований с различным контингентом.

19. Подготовка и оформление необходимой для спортивных соревнований документации. Спортивный календарь. Положение о спортивных соревнованиях.

20. Судейские категории и порядок их присвоения.

21. Обязанности рефери. Обязанности главного судьи (директор соревнований).

22. Обязанности главного секретаря и работа секретариата.

23. Обязанности стартера. Обязанности судьи-координатора.

24. Обязанности судьи на финише. Обязанности судьи по технике плавания.

25. Обязанности старшего судьи-секундометриста. Работа секундометристов. Обязанности судьи на поворотах.

26. Обязанности судьи при участниках. Обязанности судьи-информатора.

27. Обязанности судьи по награждению. Обязанности судьи по допинг-контролю.

28. Подготовка и проведение спортивных соревнований. Порядок построения участников для открытия спортивных соревнований. Представление участников и награждение призеров спортивных соревнований. Церемониал закрытия спортивных соревнований.

29. Медицинское обеспечение спортивных соревнований. Документация по подготовке и проведению спортивных соревнований.

30. Реклама спортивных соревнований. Подготовка бассейна и систем, обеспечивающих проведение спортивных соревнований.

31. Меры безопасности при проведении спортивных соревнований.

32. Общий ход судейства спортивных соревнований. Порядок работы и взаимодействия судей. Организация работы судей на спортивных соревнованиях по плаванию.

33. Физические свойства воды (плотность, вязкость, текучесть, теплоемкость, теплопроводность).

34. Силы, действующие при статическом и динамическом плавании. Понятие плавучести.

35. Основные характеристики движений пловца. Траектория и ориентация рабочих звеньев во время гребка. Фазовая структура движений в плавании.

36. Кинематические и динамические характеристики движений пловца в различных способах плавания.

37. Положение тела пловца в воде и силы гидродинамического сопротивления. Силы, действующие на тело пловца.

38. Общая характеристика техники плавательных движений.

Кинематические характеристики техники плавания (пространственные, временные, пространственно-временные).

39. Эволюция техники спортивных способов плавания кроль на груди и кроль на спине.

40. Техника плавания способом кроль на груди: положение тела и дыхание, техника движений руками и дыхание, техника движений ногами, общее согласование движений рук, ног, туловища и дыхания. Распространенные ошибки.

41. Техника плавания способом кроль на спине: положение тела и дыхание, техника движений руками и дыхание, техника движений ногами, общее согласование движений рук, ног, туловища и дыхания. Распространенные ошибки.

42. Эволюция техники спортивного способа плавания брасс и баттерфляй.

43. Техника плавания способом брасс: положение тела и дыхание, техника движений руками и дыхание, техника движений ногами, общее согласование движений рук, ног, туловища и дыхания. Распространенные ошибки.

44. Техника плавания способом баттерфляй: положение тела и дыхание, техника движений руками и дыхание, техника движений ногами, общее согласование движений рук, ног, туловища и дыхания. Распространенные ошибки.

45. Техника традиционного старта при плавании кролем на груди, брассом, баттерфляем: с захватом руками за тумбочку. Техника выполнения легкоатлетического старта. Распространенные ошибки.

46. Техника старта при плавании кролем на спине. Техника стартов при эстафетном плавании. Распространенные ошибки.

47. Техника поворотов кувырком при плавании вольным стилем. Распространенные ошибки

48. Техника поворота с переворотом туловища при плавании кролем на спине. Распространенные ошибки.

49. Техника выполнения поворота при плавании брассом и баттерфляем. Распространенные ошибки.

50. Техника выполнения поворота при комплексном плавании. Поворот с переходом от плавания баттерфляем к плаванию кролем на спине. Поворот с переходом от плавания на спине к плаванию брассом. Поворот с переходом от плавания брассом к плаванию вольным стилем. Распространенные ошибки.

51. Техника выполнения поворота при комплексном плавании. Поворот с переходом от плавания брассом к плаванию вольным стилем. Распространенные ошибки.

52. Общая характеристика прикладного плавания, классификация.

53. Техника плавания в одежде и освобождение от неё в воде. Способы плавания, применяемые в прикладном плавании

54. Техника прикладных способов плавания: на боку, на боку без

выноса рук, кроль без выноса рук.

55. Техника прикладных способов плавания брасс на спине, кроль на спине без выноса рук.

56. Техника ныряния (в длину, в глубину).

57. Техника прикладных прыжков в воду.

58. Способы транспортировки пострадавшего.

59. Техника освобождений от захватов и обхватов тонущего.

60. Последовательность действий при спасании вплавь.

61. Оказание первой помощи пострадавшему на воде.

62. Методика расчета параметров темпа и «шага» при плавании спортивными способами плавания с различной скоростью.

63. Классификация ошибок, причины их возникновения. Ошибки в технике плавания спортивными и прикладными способами плавания.

64. Критерии дифференцированной оценки техники спортивных способов плавания. Выполнение движений, соответствующих требованиям модельных характеристик.

65. Методика анализа техники плавания спортивными способами с использованием видеосъемки.

66. Анализ техники локомоций в плавании с использование современного программного обеспечения.

67. Анализ техники спортивного способа плавания кроль на груди с использованием карты педагогического наблюдения.

68. Анализ ошибок в технике плавательных движений способом кроль на груди по карте педагогических наблюдений.

69. Анализ техники спортивного способа плавания кроль на спине с использованием карты педагогического наблюдения.

70. Анализ ошибок в технике плавательных движений способом кроль на спине по карте педагогических наблюдений.

71. Анализ техники спортивного способа плавания брасс с использованием карты педагогического наблюдения.

72. Анализ ошибок в технике плавательных движений способом брасс по карте педагогических наблюдений.

73. Анализ техники спортивного способа плавания дельфин с использованием карты педагогического наблюдения.

74. Анализ ошибок в технике плавательных движений способом дельфин по карте педагогических наблюдений.

75. Анализ техники выполнения стартов с тумбочки и из воды, поворотов и прикладных способов плавания

76. Методика составления планов-конспектов уроков по обучению и совершенствованию техники спортивных способов плавания.

77. Основные действия и место расположения тренера в процессе занятий. Методика визуального контроля за поведением и действиями занимающихся плаванием

78. Организационно-методические требования к организации и проведению игр, развлечений в воде и водных праздников.

79. Характеристика разновидностей игр, развлечений и праздников. Виды массовых представлений и шоу на воде.

80. Обеспечение техники безопасности в процессе проведения игр, развлечений и праздников

81. Разработка сценариев водных праздников. Основы режиссуры водных праздников и зрелищ.

82. Требования к инвентарю для проведения игр и развлечений. Методика составления игровых карточек.

83. Структура педагогической деятельности тренера. Профессиональная характеристика модели специалиста в плавании и других водных видах спорта.

84. Основные обязанности тренера в работе с различными группами спортсменов. Профессионально-психологические и личностные качества тренера.

85. Специальная терминология в плавании и других водных видах спорта, ее цель и значения в процессах обучения и тренировки. Требования, предъявляемые к терминологическому словарю тренера.

86. Общепринятые и специальные термины. Требования к формированию определений и понятий в процессах обучения и тренировки.

87. Цель, значение, характеристика жестикуляции тренера в педагогической деятельности в плавании и других водных видах спорта. Жесты, применяемые при исправлении ошибок в технике спортивных способов плавания

88. Характеристика уровней деятельности тренера и ученика: репродуктивный, адаптивный, локально-моделирующий, системно-моделирующий знания, системно-моделирующий деятельность и поведение.

89. Обзор научных исследований в плавании и других водных видах спорта. Состояние научных исследований в стране и за рубежом.

90. Взаимосвязь теории с практикой. Основные методы исследований, используемые в спорте

91. Структура антидопинговой системы. ВАДА и НАДА Республики Беларусь. Всемирный антидопинговый кодекс. Антидопинговые правила Республики Беларусь.

92. Формирование антидопингового сознания обучающихся в системе физкультурно-спортивного образования.

93. Определение допинга. Нарушение антидопинговых правил. Санкции и наказания за нарушение антидопинговых правил.

94. Дисквалификация за наличие, использование или попытку использования, или обладание запрещенной субстанцией или запрещенным методом. Санкции к спортивным организациям.

95. Требования, предъявляемые к физкультурно-спортивным сооружениям для занятий плаванием и другими водными видами плавания (синхронное плавание, подводное плавание, водное поло, прыжки в воду) техническими комиссиями.

96. Классификация бассейнов, основное и вспомогательное

оборудование бассейнов

97. Документы нормативно-правовой базы, регламентирующие
98. работу плавательных бассейнов. Структура и содержание положений и правил работы бассейнов.

98. Понятие о материально-техническом обеспечении занятий плаванием. Финансирование и материальное снабжение.

99. Спортивное оборудование и спортивный инвентарь для проведения практических занятий.