

ЗАЧЕТНЫЕ И ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

по учебной дисциплине:
СИСТЕМА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТЕ

для специальности
6-05-1012-02 «Тренерская деятельность (гребля академическая)»

ЗАЧЕТНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ для студентов 3 курса в пятом семестре

1 Наличие 6 положительных оценок трех семинарских занятий по вопросам лекционных тем.

2. Выполнение контрольных упражнений для определения индивидуального уровня развития физических способностей спортсменов в гребле академической:

- уровень развития элементарных форм скоростных способностей (3 упражнения);

- уровень развития комплексных форм скоростных способностей (7 упражнений);

- уровень развития гибкости (5 упражнений);

- уровень развития координационных способностей (5 упражнений).

3. Представление результатов математического и графического анализа выполнения контрольных упражнений для определения индивидуального уровня развития скоростных способностей, проявления гибкости и координационных способностей спортсменов в гребле академической.

4. Выбор и обоснования темы курсовой работы.

5. Участие в плановых спортивно-массовых и других мероприятиях, проводимых кафедрой, факультетом и университетом с привлечением студентов учебной группы.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ для студентов 3 курса в шестом семестре

1. Наличие положительных оценок семинарских занятий.

2. Представление результатов выполнения заданий по УСР.

3. Подготовка комплексов упражнений для развития физических способностей спортсменов в гребле академической:

- для развития и контроля элементарных форм скоростных способностей;

- для развития и контроля комплексных форм скоростных способностей;

- для развития и контроля гибкости;

- для развития и контроля координационных способностей.

4. Представление 1 главы курсовой работы.

5. Участие в плановых спортивно-массовых и других мероприятиях, проводимых кафедрой, факультетом и университетом с привлечением студентов учебной группы.