

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ
к государственному экзамену
по направлению специальности
1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность
(тренерская работа по вольной борьбе)»

Рекомендованы к утверждению
на заседании кафедры спортивной борьбы
протокол № 3 от 20.09.2023
Заведующий кафедрой спортивной борьбы
Л.А.Либерман

Минск 2023

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

1. История развития вольной борьбы
2. Организация спортивных соревнований по вольной борьбе. Положение, программа, регламент спортивных соревнований по вольной борьбе
3. Актуальные направления развития вольной борьбы
4. Особенности классификации и терминологии вольной борьбы
5. Система спортивного отбора в вольной борьбе
6. Классификация спортивных соревнований по вольной борьбе
7. Психолого-педагогическая характеристика деятельности тренера по вольной борьбе
8. Методы и формы обеспечения безопасности на занятиях вольной борьбой
9. Процедура допинг-контроля. Нарушения антидопинговых правил и их последствия
10. Цель и задачи спортивной тренировки в вольной борьбе
11. Средства и методы спортивной тренировки в вольной борьбе
12. Тактические приемы подготовки и проведения технических действий в вольной борьбе
13. Определение и виды тактики в вольной борьбе
14. Цель и задачи многолетнего планирования в вольной борьбе
15. Цель и задачи подготовки борцов в специализированных учебно-спортивных учреждениях
16. Система отбора в вольной борьбе и формирование сборных команд городов, областей, Республики Беларусь
17. Интенсификация подготовки борцов высокой квалификации
18. Организация работы в спортивно-оздоровительном лагере
19. Материально-техническое обеспечение процесса подготовки по вольной борьбе
20. Требования к оборудованию мест спортивных соревнований по вольной борьбе
21. Характеристика предстартовых состояний спортсмена и методика их регулирования
22. Особенности построения процесса обучения в вольной борьбе. Определение понятий: «знание», «умение», «навык»
23. Последовательность обучения техническим действиям в вольной борьбе
24. Цель и задачи применения разминки в учебно-тренировочных занятиях по вольной борьбе. Организационные формы проведения разминки

25. Методика применения специально-подготовительных и подводящих упражнений в подготовке борцов вольного стиля
26. Формы и содержание заданий в разных частях учебно-тренировочного занятия по вольной борьбе
27. Методика начального обучения в вольной борьбе с детьми разного возраста и пола
28. Структура и содержание тренировочных занятий по вольной борьбе
29. Общая и специальная физическая подготовка в вольной борьбе
30. Судейство спортивных соревнований по вольной борьбе: содержание борьбы, оценка технических действий
31. Состав и обязанности судейской коллегии при проведении спортивных соревнований по вольной борьбе
32. Формирование приемов нападения и защиты в вольной борьбе
33. Весовой режим борца
34. Манеры ведения схваток в вольной борьбе
35. Тактика подготовки и участия в спортивных соревнованиях по вольной борьбе
36. Характеристика физического качества «гибкость», методы и средства ее развития в вольной борьбе
37. Характеристика физического качества «сила», методы и средства ее развития в вольной борьбе
38. Характеристика физического качества «быстрота», методы и средства ее развития в вольной борьбе
39. Характеристика физического качества «выносливость», методы и средства ее развития в вольной борьбе
40. Характеристика физического качества «ловкость», методы и средства ее развития в вольной борьбе
41. Анализ техники и методика обучения переводу рывком захватом двух ног
42. Анализ техники и методика обучения переводу нырком под руку захватом двух ног
43. Анализ техники и методика обучения переводу вращением (вертушкой)
44. Анализ техники и методика обучения броску подворотом захватом руки и шеи
45. Анализ техники и методика обучения броску подворотом захватом руки и туловища
46. Анализ техники и методика обучения броску наклоном захватом двух ног
47. Анализ техники и методика обучения броску наклоном захватом туловища и ноги

48. Анализ техники и методика обучения броску поворотом через плечи (мельница)
49. Анализ техники и методика обучения броску прогибом захватом руки и туловища
50. Анализ техники и методика обучения броску вращением
51. Анализ техники и методика обучения сваливанию сбиванием захватом двух ног
52. Анализ техники и методика обучения сваливанию сбиванием захватом руки и туловища
53. Анализ техники и методика обучения сваливанию скручиванием захватом шеи с плечом
54. Анализ техники и методика обучения перевороту переходом
55. Анализ техники и методика обучения перевороту скручиванием захватом рук сбоку
56. Анализ техники и методика обучения удержаниям в партере
57. Анализ техники и методика обучения перевороту разгибанием обратным захватом дальнего бедра
58. Анализ техники и методика обучения перевороту скрестным захватом голеней
59. Анализ техники и методика обучения перевороту накатом захватом туловища
60. Анализ техники и методика обучения броску прогибом обратным захватом дальнего бедра

БИЛЕТ № 14

БИЛЕТ № 15

БИЛЕТ № 16

БИЛЕТ № 17

БИЛЕТ № 18

БИЛЕТ № 19

БИЛЕТ № 20