УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой фехтования,
Бокса и тяжелой атлетики
_____А.И.Папарная
16.06.2026

ПРОГРАМНЫЕ ЗАЧЕТНО-ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ
к зачету и экзамену по учебной дисциплине
«Основы теории и методики избранного вида спорта»
для студентов 1 и 2 курсов дневной формы получения образования
специальности 6-05-1012-02 «Тренерская деятельность (бокс)
на 2026/2027 учебный год

1-й курс (зачет)

Форма проведения: устная, практическая.

1. Иметь положительные отметки за семинарские занятия.
2. Своевременно сдать и защитить УСР.

Перечень вопросов, выносимых на зачет.

1. Использование средств бокса в учреждениях высшего образования.
2. Исторические этапы развития бокса.
3. История зарождения женского бокса в Европе и мире.
4. Классификация спортсменов по возрастным группам.
5. Место бокса в подготовке всесторонне развитой личности.
6. Методы игрового упражнения в процессе подготовки боксеров.
7. Методы обучения юных боксеров.
8. Определение понятия «классификация» в боксе.
9. Определение понятия «систематика» в боксе.
10. Определение понятия «соревновательная деятельность».
11. Определение понятия «терминология» в боксе.
12. Основы проведения заключительной части учебно-тренировочного занятия.
13. Основы проведения основной части учебно-тренировочного занятия.
14. Основы проведения подготовительной части учебно-тренировочного занятия.
15. Особенности занятий с детьми различного возраста и пола.

16. Особенности правил спортивных соревнований в профессиональном боксе.
17. Ритуалы приветствия в процессе спортивных соревнований по боксу.
18. Санитарно-гигиенические нормы и требования к местам занятий по боксу.
19. Соблюдение правил поведения занимающихся в процессе занятий по боксу.
20. Сущность бокса в системе физического воспитания
21. Тренер по боксу - представитель педагогической профессии.
22. Учет возрастных особенностей в процессе организации работы по месту жительства.
23. Форма одежды спортсменов в соответствии с требованиями в условиях тренировки.
24. Формы тактики: атака, контратака, оборона.
25. Формы тактики: атака, контратака, оборона.
26. Цель, задачи спортивной подготовки на начальном этапе.
27. Этика поведения спортсменов – боксеров на спортивных соревнованиях.

1-й курс (экзамен)

Форма проведения: устная.

Перечень вопросов, выносимых на зачет.

1. Бокс в Англии
2. Бокс в СССР.
3. Бокс в США.
4. Взаимосвязь тренировочной и соревновательной деятельности в процессе спортивной подготовки.
5. Возможности анализа соревновательной деятельности квалифицированных боксеров.
7. Зарождение бокса как вида спорта.
8. Индивидуализация процесса технико-тактической подготовки боксеров.
9. Исторические этапы развития бокса.
10. История зарождения женского бокса в Европе и мире.
11. Классификация спортсменов по возрастным группам, весовым категориям и спортивным разрядам.
12. Контроль общей физической подготовленности боксеров.
13. Контроль психологической подготовленности боксеров.

14. Контроль специальной физической подготовленности боксеров.
15. Контроль тактической подготовленности боксеров.
16. Контроль технической подготовленности боксеров.
17. Контрольно-нормативные показатели тестов для групп различного возраста.
18. Место бокса в подготовке всесторонне развитой личности.
19. Место тактической подготовки в системе тренировки боксеров.
20. Методические приемы начального обучения в боксе.
21. Методы игрового упражнения в процессе подготовки боксеров.
22. Методы определения уровня обшей физической подготовленности.
23. Методы определения уровня специальной физической подготовленности боксеров.
24. Методы определения уровня тактической подготовленности боксеров.
25. Методы определения уровня технической подготовленности боксеров.
26. Методы соревновательного упражнения в процессе подготовки боксеров.
27. Методы строго-регламентированного упражнения в процессе подготовки боксеров.
28. Направленность содержания СФП на развитие физических качеств.
29. Общая и специальная физическая подготовка, их неразрывное единство.
30. Определение понятия «классификация» в боксе.
31. Определение понятия «систематика» в боксе.
32. Определение понятия «соревновательная деятельность».
33. Определение понятия «терминология» в боксе.
34. Основные аспекты интеллектуальной подготовки.
35. Основы проведения заключительной части учебно-тренировочного занятия.
36. Основы проведения основной части учебно-тренировочного занятия.
37. Основы проведения подготовительной части учебно-тренировочного занятия.
38. Особенности занятий с детьми различного возраста и пола.
39. Подготовка боксеров-левшей в условиях развития современного бокса.
40. Последовательность обучения техническим и тактическим действиям в боксе.
41. Санитарно-гигиенические нормы и требования к местам занятий по боксу.
42. Система спортивного отбора в боксе.
43. Соблюдение правил поведения занимающихся в процессе занятий по боксу.
44. Совершенствование комбинаций ударов в атаке и контратаке.

45. Средства и методы обучения техническим и тактическим действиям в боксе.
46. Форма одежды спортсменов в соответствии с требованиями в условиях тренировки и спортивных соревнований.

2-й курс (зачет)

Форма проведения: устная, практическая.

1. Иметь положительные отметки за семинарские занятия.
2. Своевременно сдать и защитить УСР.
3. Провести тестирование СФП и ОФП.

Перечень вопросов, выносимых на зачет.

1. Методика проведения учебно-тренировочных занятий, направленных на совершенствование техники боксеров на средней дистанции.
2. Санитарно-гигиенические нормы и требования к местам проведения учебно-тренировочных занятий по боксу.
3. Содержание теоретических основ спортивной тренировки в боксе.
4. Форма одежды спортсменов в соответствии с требованиями в условиях спортивной тренировки и спортивных соревнований
5. Жеребьевка и составление пар на спортивных соревнованиях по боксу.
6. Зарождение бокса как вида спорта.
7. Виды спортивных соревнований. Допуск участников к спортивным соревнованиям по боксу.
8. Возможности бокса, его всестороннее влияние на организм спортсменов, физические и психические качества боксеров.
9. Основы построения процесса спортивной тренировки в боксе.
10. Достижения советских, белорусских боксеров на международном ринге.
11. Физическая подготовка боксера как основа спортивного мастерства
12. Действия рефери, жесты, команды в боксе.
13. Актуальные вопросы развития бокса.
14. Материально-техническое обеспечение тренировочного процесса в боксе.
15. Основные термины бокса. Международная терминология.
16. Особенности правил спортивных соревнований для боксеров различного возраста и пола.
17. Последовательность в обучении техническим и тактическим действиям в боксе.

18. Структура физических качеств боксеров на этапе высшего спортивного мастерства.
19. Этапы развития бокса в Республике Беларусь. Достижения белорусских боксеров.
20. Последовательность выполнения двигательных действий в боксе.
21. Понятия: «классификация», «систематика», «терминология» в боксе.
22. Формы занятий в учебно-тренировочном процессе боксеров.

2-й курс (экзамен)

Форма проведения: устная.

Перечень вопросов, выносимых на зачет.

1. Методика проведения учебно-тренировочных занятий, направленных на совершенствование техники боксеров на средней дистанции.
2. Санитарно-гигиенические нормы и требования к местам проведения учебно-тренировочных занятий по боксу.
3. Содержание теоретических основ спортивной тренировки в боксе.
4. Форма одежды спортсменов в соответствии с требованиями в условиях спортивной тренировки и спортивных соревнований
5. Жеребьевка и составление пар на спортивных соревнованиях по боксу.
6. Зарождение бокса как вида спорта.
7. Виды спортивных соревнований. Допуск участников к спортивным соревнованиям по боксу.
8. Возможности бокса, его всестороннее влияние на организм спортсменов, физические и психические качества боксеров.
9. Основы построения процесса спортивной тренировки в боксе.
10. Достижения советских, белорусских боксеров на международном ринге.
11. Физическая подготовка боксера как основа спортивного мастерства.
12. Действия рефери, жесты, команды в боксе. 13. Актуальные вопросы развития бокса.
14. Материально-техническое обеспечение тренировочного процесса в боксе.
15. Основные термины бокса. Международная терминология.
16. Особенности правил спортивных соревнований для боксеров различного возраста и пола.
17. Последовательность в обучении техническим и тактическим действиям в боксе.

18. Структура физических качеств боксеров на этапе высшего спортивного мастерства.
19. Этапы развития бокса в Республике Беларусь. Достижения белорусских боксеров.
20. Последовательность выполнения двигательных действий в боксе.
21. Понятия: «классификация», «систематика», «терминология» в боксе.
22. Формы занятий в учебно-тренировочном процессе боксеров.
23. Характеристика основных разделов техники бокса.
24. Врачебный контроль и медицинское обеспечение в боксе.
25. Структура учебно-тренировочного занятия по боксу.
26. Критерии технического мастерства боксеров.
27. Структура атакующих действий в боксе.
28. Совершенствование комбинированных действий, комбинаций ударов, защит в атаке и контратаке в боксе.
29. Структура и функции национального антидопингового агентства.
30. Структура физических качеств боксеров на начальном этапе спортивной подготовки.

Рассмотрены на заседании кафедры фехтования, бокса и тяжелой атлетики протокол №11 от 16.06.2026