

Протокол заседания
кафедры гимнастики № 12
от 19.06.2025

ЗАЧЕТНЫЕ И ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

по учебной дисциплине
«Система спортивной подготовки в избранном виде спорта»

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

ЗАЧЕТНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ для студентов 3 курса

1. Иметь положительные отметки за семинарские занятия.
2. Своевременная сдача и защита УСР.

Перечень вопросов, выносимых на зачет

1. Цели и задачи спортивной подготовки акробатов на различных этапах многолетней тренировочной деятельности.
2. Содержание спортивной подготовки акробатов на этапе начальной подготовки.
3. Содержание спортивной подготовки акробатов на этапе предварительной базовой подготовки.
4. Содержание спортивной подготовки акробатов на этапе специализированной базовой подготовки.
5. Содержание спортивной подготовки акробатов на этапе подготовки к высшим достижениям.
6. Содержание спортивной подготовки акробатов на этапе максимальной реализации индивидуальных возможностей.
7. Содержание спортивной подготовки акробатов на этапе сохранения стабильных результатов.
8. Содержание спортивной подготовки акробатов на этапе постепенного снижения результатов и на этапе ухода из спорта.
9. Педагогическое тестирование на различных этапах спортивной подготовки: сроки, организация тестирования.
10. Группа контрольных упражнений.

11. Контроль антропометрических показателей.
12. Ведение дневников самоконтроля.
13. Единая спортивная классификация, оформление присвоения спортивных разрядов и званий.
14. Место и значение акробатики на физкультурных занятиях в учреждениях образования
15. Особенности построения физкультурных занятий и методика преподавания. Использование предметов и приспособлений на физкультурных занятиях в учреждении дошкольного образования.
16. Игры и игровые задания с дошкольниками.
17. Формирование двигательной функции у детей и подростков в процессе занятий акробатикой. Методика формирования правильной осанки средствами акробатики.
18. Подготовительная часть урока акробатики: цель, задачи, методика проведения строевых упражнений, разновидностей передвижений, комплексов общеразвивающих упражнений, подбор и дозировка упражнений, команды и распоряжения.
19. Основная часть урока акробатики: цель, задачи, особенности организации и методика проведения отдельных видов упражнений и упражнений в парах и группах.
20. Заключительная часть урока акробатики: цель, задачи, упражнения для восстановления.
21. Методика преподавания акробатики в учреждении высшего образования.
22. Методика проведения акробатической разминки.
23. Роль акробатической подготовки в различных видах спорта.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ для студентов 3 курса

1. Иметь положительные отметки за семинарские занятия.
2. Своевременная сдача и защита УСР.
3. Защита первой главы курсовой работы.

Перечень вопросов, выносимых на экзамен

1. Основные рабочие положения партнеров при выполнении балансовых упражнений, двигательные действия и навыки сохранения позы акробата.
2. Техника балансовых элементов в парах и группах с различным положением нижнего или нижних (на примере конкретного элемента).
3. Подводящие упражнения для балансовых упражнений акробатов различной специализации в разных видах акробатики на этапах многолетней спортивной подготовки (этап и элемент на выбор).
4. Основные рабочие положения партнеров при выполнении вольтижных упражнений, двигательные действия и навыки сохранения позы акробата в безопорном положении.
5. Техника вольтижных элементов в парах и группах с различным положением нижнего или нижних (на примере конкретного элемента).
6. Техника выполнения темпа в парах и группах.
7. Подводящие упражнения для вольтижных упражнений акробатов различной специализации в разных видах акробатики на этапах многолетней спортивной подготовки (этап и элемент на выбор).
8. Техника гладких и винтовых акробатических прыжков (на примере конкретного элемента).
9. Техника прыжков с вращением вперед, с вращением назад (на примере конкретного элемента).
10. Психологово-педагогическая характеристика акробатики.
11. Психологово-педагогическая характеристика тренера по акробатике. Задачи психологической подготовки тренера.
12. Стили педагогической деятельности тренера. Стили руководства тренера.
13. Особенности взаимоотношений тренеров и спортсменов.
14. Психологическая подготовка спортсменов в акробатике.
15. Особенности психологической подготовки спортсменов с сильной и слабой нервной системой.
16. Особенности взаимоотношений акробатов внутри учебно-тренировочной группы, партнеров в парах и группах.
17. Методика обучения построения пирамид. Обучение действиям при неудачном выполнении пирамиды, «ползки» или разрушении пирамиды.
18. Обучение «темпу» и ловле. Формирование навыков страховки партнеров при неудачном исполнении элемента и приземлении.
19. Методика обучения хореографическим упражнениям. Правила и последовательность обучения упражнениям классической хореографии.

20. Обучение упражнениям народной и современной хореографии.
21. Развитие музыкальности, пластиности и выразительности движений.
22. Артистизм и его значение в выступлении акробатов. Актерское мастерство и его составляющие.
23. Учебно-тренировочное занятие по акробатике: его значение и структура.
24. Средства и методы, применяемые на учебно-тренировочном занятии.
25. Приспособления и оборудование для учебно-тренировочного занятия.
26. Управление нагрузкой в процессе учебно-тренировочного занятия.
27. Значение научных исследований для достижения высоких спортивных результатов в спорте.
28. Актуальные проблемы исследования техники упражнений; процесса обучения двигательным действиям; закономерностей тренировочного процесса в акробатике.
29. Основные методы исследования и возможности их использования в спортивной практике.
30. Анализ тренировочной и соревновательной деятельности в акробатике.