

Протокол заседания  
кафедры гимнастики № 2  
от 11.09.2023

## ЗАЧЕТНЫЕ И ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

по учебной дисциплине  
«Система подготовки в избранном виде спорта»

для направления специальности  
1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность  
(тренерская работа по акробатике)»

### ЗАЧЕТНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ для студентов 3 курса

1. Иметь положительные отметки за все семинарские занятия. В случае пропуска семинара – выполнить реферат по теме.
2. Положительная отметка за аудиторную контрольную работу по темам курса.
3. Реферат по теме (по заданию).
4. Своевременная сдача и защита УСР.
5. Подготовка плана написания курсовой работы, чернового варианта первой главы.

### Вопросы к зачету

1. Основные формы занятий акробатикой. Тренировочные формы занятий. Типы занятий и их разновидности. Проведение части занятия (по заданию).
2. Приспособления и оборудование для проведения учебно-тренировочного занятия.
3. Музыкальное сопровождение занятий и выступлений. Проведение упражнений в соответствии со стилем избранной музыки (по заданию).
4. Практическое овладение методами тестирования. Диагностика и оценка способностей (проведение тестов, контрольных упражнений – по заданию).
5. Значение и возможности использования акробатической подготовки для представителей различных профессий. Проведение акробатической разминки для различных видов спорта (по заданию).

6. Методы научных исследований. Основные методы исследования и возможности их использования в спортивной практике. Охарактеризовать на примере своей курсовой работы.
7. Понятие актуальности исследования. Обоснование актуальности избранной темы исследования (на примере курсовой работы).
8. Методика оценивания трудности, составления тарифных листов. Система условных обозначений, используемых при записи упражнений.
9. Правила составления тарифных листов. Правила оценивания упражнений.
10. Структура и содержание Таблиц трудности.
11. Практика записи сложности упражнений по видео, на тренировочных занятиях, на спортивных соревнованиях.
12. Цели и задачи спортивной подготовки акробатов на различных этапах многолетней тренировочной деятельности.
13. Средства и методы спортивной подготовки акробатов на этапе начальной подготовки.
14. Содержание спортивной подготовки акробатов на этапе начальной подготовки.
15. Игры и игровые задания с дошкольниками. Подвижные игры и эстафеты на физкультурных занятиях (проведение – по заданию).
16. Подготовительная часть урока акробатики: методика проведения строевых упражнений, разновидностей передвижений, комплексов общеразвивающих упражнений, подбор и дозировка упражнений, команды и распоряжения.
17. Основная часть урока акробатики: особенности организации и методика проведения отдельных видов упражнений и упражнений в парах и группах.
18. Заключительная часть урока акробатики. Упражнения для восстановления и нормализации психологического состояния, методика их проведения.
19. Методика проведения акробатической разминки (по заданию).
20. Методика обучения упражнениям в равновесии (по заданию).
21. Методика проведения парных и групповых акробатических упражнений (по заданию).
22. Элементы малой акробатики. Элементы семейной акробатики (проведение по заданию).
23. Содержание СФП акробатов различной специализации в разных видах акробатики на этапах многолетней спортивной подготовки в балансовых упражнениях (проведение комплекса упражнений – по заданию).
24. Подготовительные и подводящие упражнения для спортивной подготовки акробатов различной специализации в разных видах акробатики на этапе начальной подготовки, предварительной и специализированной базовой подготовки (проведение комплекса упражнений – по заданию)..

## ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ для студентов 3 курса

### Вопросы к экзамену

1. Основные формы занятий акробатикой. Тренировочные формы занятий. Типы занятий и их разновидности.
2. Задачи, средства и методы проведения занятий разных типов. Подготовительная часть тренировочного занятия.
3. Основная часть тренировочного занятия.
4. Заключительная часть тренировочного занятия.
5. Соревновательная форма занятий.
6. Особенности техники упражнений в различных видах акробатики (пары, тройки, четверки). Основные закономерности техники выполнения балансовых элементов в парах и группах.
7. Основные закономерности техники выполнения балансовых элементов в женских, смешанных и мужских парах.
8. Основные закономерности техники выполнения балансовых элементов в женских тройках и мужских четверках.
9. Основные закономерности техники выполнения вольтижных элементов в парах и группах.
10. Основные закономерности техники выполнения вольтижных элементов в женских, смешанных и мужских парах.
11. Основные закономерности техники выполнения вольтижных элементов в женских тройках и мужских четверках.
12. Навыки синхронного выполнения движений, взаимодействия между партнерами. Формирование согласованности действий.
13. Учебно-тренировочное занятие: его место, значение, структура. Средства, применяемые на учебно-тренировочном занятии.
14. Требования к педагогу. Создание представлений и разучивание упражнений.
15. Управление нагрузкой в процессе учебно-тренировочного занятия. Врачебно-педагогический контроль при проведении учебно-тренировочного занятия.
16. Приспособления и оборудование для проведения учебно-тренировочного занятия
17. Требования к музыкальному сопровождению учебно-тренировочного занятия. Методика подбора музыки и составление фонограмм.
18. Музыкальное сопровождение занятий и выступлений. Проведение упражнений в соответствии со стилем избранной музыки.
19. Этапы многолетней спортивной подготовки акробатов.
20. Отбор и спортивная ориентация спортсменов системе многолетней спортивной подготовки. Теоретические предпосылки и обоснование спортивной ориентации и отбора.
21. Отбор в сборные команды. Комплектование команды для участия в спортивных соревнованиях.
22. Особенности отбора в группы начальной подготовки по спортивной акробатике.

23. Отбор для перевода в группы последующего года обучения
24. Практическое овладение методами тестирования. Диагностика и оценка способностей.
25. Этапы отбора в процессе спортивного совершенствования.
26. Методы антропометрического тестирования.
27. Методы определения уровня общей физической подготовленности (ОФП). Тесты и контрольные упражнения, характеризующие уровень ОФП.
28. Методы самоконтроля во время учебно-тренировочного процесса.
29. Морфофункциональные особенности детей различного возраста. Антропометрические и физиологические особенности детского организма
30. Основные требования при составлении комплексов упражнений физической подготовки для акробатов различного возраста.
31. Основные требования при составлении комплексов упражнений технической подготовки для акробатов различного возраста.
32. Урочная форма занятий. Структура урока. Методика проведения частей урока.
33. Роль акробатической подготовки в различных видах спорта.
34. Значение и возможности использования акробатической подготовки для представителей различных профессий
35. Направления научных исследований в акробатике и смежных видах спорта. Значение научных исследований для достижения высоких спортивных результатов.
36. Фундаментальные и прикладные исследования. Задачи научных исследований в современных условиях развития спортивной деятельности.
37. Актуальные проблемы исследования техники упражнений; процесса обучения двигательным действиям; закономерностей тренировочного процесса; особенностей спортивной подготовки акробатов разного пола, возраста и квалификации; процесса становления физических (двигательных) качеств
38. Методы научных исследований. Основные методы исследования и возможности их использования в спортивной практике.
39. Анализ научно-методической литературы. Правила библиографического описания источников.
40. Метод наблюдения.
41. Опросные методы.
42. Тестирование как основной метод оценки физической и функциональной подготовленности занимающихся. Составление протокола тестирования.
43. Метод контрольных упражнений.
44. Педагогический эксперимент.
45. Инструментальные методы исследования. Использование компьютеров при проведении исследований.
46. Математико-статистическая обработка полученных данных.
47. Анализ тренировочной и соревновательной деятельности. Формулирование выводов по результатам проведенных исследований.
48. Методы оценки уровня технической подготовленности занимающихся.

49. Использование современных технологий и оборудования для проведения научных исследований.
50. Понятие актуальности исследования. Обоснование актуальности избранной темы исследований.
51. Планирование и организация научного исследования. Подбор методов и методик исследования.
52. Понятие цель и задача научного исследования. Объект и предмет исследования, гипотеза. Выводы и заключение.
53. Новизна и практическая значимость результатов.
54. Определение понятия «дискуссия». Научная дискуссия как публичное обсуждение проблем исследования. Доказательная база научной дискуссии.
55. Методика построения диалога при обсуждении. Формулирование вопросов. Нормы поведения при ведении дискуссии
56. Требования к презентации для защиты результатов проведенных исследований. Подготовка презентации результатов научных исследований с помощью компьютерных технологий (MS Power Point).
57. Правила оформления актов внедрения и патентов. Возможности и виды практического внедрения результатов научного исследования.
58. Разработка практических рекомендаций и методической литературы.

