

УТВЕРЖДАЮ:
Зав. кафедрой гимнастики и
спортивных единоборств
« 21 » сентября 2023 г.
_____ В.В. Абрамова

Вопросы к зачету
по дисциплине ПФСС для студентов 1 курса
очной и заочной формы обучения
Направление 6.44.03.01 Педагогическое образование
Профиль Физическая культура
Направление 49.03.01 Физическая культура
Профиль Спортивная тренировка

1. Интегративный характер и место ПФСС в комплексе дисциплин предметной подготовки.
2. Характеристика профессионального физкультурного образования, направленность на формирование педагога по физической культуре, тренера по виду спорта.
3. Педагог по физической культуре, тренер по виду спорта как профессии педагогического профиля, факторы, обуславливающие эффективность их работы.
4. Требования к профессиональной деятельности современного педагога и тренера. Соответствие человека требованиям этой профессии.
5. Физическая подготовка спортсмена. Ее виды.
6. Определение понятий: сила, быстрота, скоростно-силовые качества, гибкость, координационные способности.
7. Средства и методы развития физических качеств.
8. Содержание общей физической подготовки спортсмена
9. Содержание специальной физической подготовки спортсмена.
10. Освоение технологии развития физических качеств.
11. Спортивная техника, её характеристика и критерии эффективности?
12. Классификация техники в избранном виде спорта.
13. Характеристика техники (на примере избранного вида спорта).
14. Техническая подготовка спортсмена.
15. Правила, положения, календари соревнований и классификационные системы как организующие факторы в спорте.
16. Дайте определение микроциклу, мезоциклу, макроциклу?
17. Какие внешние признаки характерны для микроциклов?
18. На какие три условно взаимосвязанные составляющие можно разделить процесс подготовки спортсменов? Их краткая характеристика
19. Соревновательная подготовка в избранном виде спорта
20. Роль тренировки и соревнований в системе подготовки спортсменов.
21. Психологическая подготовка, задачи, содержание.
22. Психологическая подготовка к соревнованиям.

УТВЕРЖДАЮ:
Зав. кафедрой гимнастики и
спортивных единоборств
« 21 » сентября 2023 г.
_____ В.В. Абрамова

Вопросы к зачету
по дисциплине ПФСС для студентов 2 курса очной и заочной формы обучения
Направление 6.44.03.01 Педагогическое образование Профиль Физическая культура
Направление 49.03.01 Физическая культура
Профиль Спортивная тренировка

1. Структура обучения спортивной технике, средства и методы на различных этапах подготовки.
2. Спортивная тактика, её характеристика и критерии эффективности?
3. Задачи, средства, методы тактической подготовки.
4. Взаимосвязь технической и тактической подготовки спортсмена.
5. Определение понятий: утомление, восстановление, суперкомпенсация.
6. Питание спортсменов в соответствии со спецификой спорта.
7. Средства восстановления в спорте.
8. Медико-биологические средства восстановления.
9. Психологические средства восстановления.
10. Педагогические средства восстановления.
11. Определение фаз восстановления по данным ЧСС.
12. Какие методические положения входят в основу многолетнего процесса тренировки и соревнований спортсмена?
13. Какова продолжительность подготовки спортсменов в связи со спецификой видов спорта?
14. Обоснуйте необходимость и целесообразность начало специализированных занятий спортом в детском возрасте и приведите пример на избранном виде спорта?
15. Назовите типы мезоциклов и охарактеризуйте их?
16. Какие внешние признаки характерны для мезоциклов?
17. Как строятся тренировки в макроциклах?
18. Назовите варианты построения подготовки в годичном цикле?
19. Какие функции выполняют соревновательный, подготовительный, переходный периоды?
20. Что такое спортивный отбор, спортивная ориентация?
21. Организация и методы спортивного отбора? Возраст начала занятий в различных видах спорта?
22. Особенности проведения занятий избранным видом спорта с детьми групп начальной подготовки.
23. Особенности проведения занятий в избранном виде спорта с детьми учебно-тренировочных групп.
24. Особенности проведения занятий в избранном виде спорта в группах спортивного совершенствования.
25. Интегральная подготовка в избранном виде спорта.
26. Модельные характеристики уровня подготовленности спортсменов.
27. Модельные характеристики тренировочной деятельности в избранном виде спорта
28. Особенности методики обучения технике и тактике избранного вида спорта в группах начальной подготовки.
29. Особенности методики обучения технике и тактике избранного вида спорта в учебно-тренировочных группах.
30. Особенности методики обучения технике и тактике избранного вида спорта в группах спортивного совершенствования.
31. Применение подвижных игр в процессе занятий избранным видом спорта.
32. Овладение системой профессионально значимых двигательных действий и повышение спортивных достижений.