

**Вопросы к экзамену
по предмету «Технологии физкультурно-спортивной деятельности»
дневного и заочного отделений 4 курс VII семестр**

1. Характеристика технологий физкультурно-спортивной деятельности как научной дисциплины.
2. Характеристика основных понятий дисциплины «ТФСД»: «метод», «методика», «методический прием», «методический подход», «методическое направление».
3. Характеристика основных понятий дисциплины «ТФСД»: «технологии», «педагогические технологии».
4. Принципы построения занятий в физкультурно-спортивной деятельности.
5. Характеристика понятия «физическое упражнение». Факторы, определяющие воздействие физических упражнений.
6. Классификации физических упражнений.
7. Классификации видов спорта. Подходы к группированию видов спорта в технологиях физкультурно-спортивной деятельности.
8. Методика повышения силовых способностей (силовая подготовка) спортсмена.
9. Методика повышения скоростных способностей спортсмена.
10. Методика повышения аэробных возможностей спортсмена.
11. Методика повышения анаэробных возможностей спортсмена.
12. Методика повышения специальной выносливости в избранном виде спорта.
13. Методика совершенствования гибкости спортсмена.
14. Методика совершенствования координационных способностей.
15. Методика оценки и контроля над уровнем развития силовых способностей спортсмена.
16. Методика оценки и контроля над уровнем развития скоростных способностей спортсмена.
17. Методика оценки и контроля над уровнем развития специальной выносливости.
18. Методика оценки и контроля над уровнем развития гибкости спортсмена.
19. Методика оценки и контроля над уровнем развития координационных способностей.
20. Теоретические основы физического воспитания детей школьного возраста.
21. Оздоровительная направленности как важнейший принцип технологии физкультурно-спортивной деятельности.
22. Краткая характеристика основных направлений оздоровительной физической культуры.
23. Характеристика западных оздоровительных технологий.
24. Характеристика восточных оздоровительных технологий.
25. Характеристика отечественных оздоровительных технологий.

Основная литература

1. Жуков, Р.С. Основы спортивной тренировки : учебное пособие / Р. С. Жуков. – Кемерово: ФГБОУ ВПО «Кемеровский государственный университет», 2014. – 108 с.
2. Новиков А.А.. Основы спортивного мастерства [Электронный ресурс] /– М.: Советский спорт, 2012. – 256 с. <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210472>
3. Фискалов В.Д. Спорт и система подготовки спортсменов [Электронный ресурс]: учебник/ Фискалов В.Д. [Электронный ресурс]. – М.: Советский спорт, 2010.— 392 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/16832>. – ЭБС «IPRbooks», по паролю
4. Губа В. П.. Основы спортивной подготовки: методы оценки и прогнозирования (морфобиомеханический подход) [Электронный ресурс] / – М.: Советский спорт, 2012. – 384 с.