

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой СБЕиСП
В.А.Харькова
Протокол № 14 от 18.06.2024

Программные зачетно-экзаменационные требования по учебной дисциплине
«Основы теории и методики избранного вида спорта» для специальности
6-05-1012-02 «Тренерская деятельность (скалолазание спортивное)»

Курс 1

1. Использование различных методов обучения в зависимости от этапов обучения и педагогических задач занятий. Критерии качества, прочности и надежности усвоения двигательных навыков.
2. Цель и задачи обучения на этапе начальной подготовки в скалолазании спортивном.
3. Особенности использования методов и методических приемов обучения технике приемов и движений в спортивном скалолазании на этапе начальной подготовки.
4. Особенности реализации дидактических принципов на этапе начального обучения скалолазанию.
5. Двигательные ошибки при выполнении приемов в спортивном скалолазании, их причины и способы исправления.
6. Структура и содержание технической подготовки на этапах начальной и предварительной базовой подготовки.
7. Содержание и методика выполнения учебно-тренировочных заданий, направленных на освоение базовой техники лазания.
8. Специально-подготовительные упражнения в системе начальной подготовки.
9. Учебно-тренировочные задания на этапах начальной и предварительной базовой подготовки.
10. Сущность и значение основных теоретико-методических положений спортивной тактики. Характеристика основных понятий. Подходы, определяющие методологическое понимание тактики в скалолазании.
11. Характеристика средств и методов, направленных на овладение и совершенствование тактических действий.
12. Структура и содержание тактической подготовки на этапах начальной и предварительной базовой подготовки.
13. Методика формирования у начинающих спортсменов навыков использования стартового положения для прохождения различных маршрутов.
14. Характеристика двигательных способностей (физических качеств), обеспечивающих успешную соревновательную и профессионально-прикладную деятельность в скалолазании.

15. Методика развития координационных способностей на этапах начальной и предварительной базовой подготовки. Средства и методы развития специфических координационных способностей
16. Методические приемы, способствующие совершенствованию специальных координационных способностей движений на этапе начальной подготовки.
17. Методика развития скоростных способностей на этапе начальной подготовки. Характеристика средств общей и специальной направленности, используемых для развития скоростных способностей на этапе начальной подготовки.
18. Методика развития силовых способностей на этапах начальной и предварительной базовой подготовки.
19. Методика развития выносливости на этапах начальной и предварительной базовой подготовки.
20. Методика подбора упражнений для развития гибкости на этапах начальной и предварительной базовой подготовки. Последовательность развития гибкости в различных суставах.
21. Качества психики и направления психологической подготовки спортсменов. Наиболее значимые свойства личности, определяющие эффективность и надежность соревновательной деятельности.
22. Средства и методы развития волевых качеств на этапах начальной и предварительной базовой подготовки.
23. Основные принципы и особенности отбора и спортивной ориентации в различных дисциплинах скалолазания.
24. Первичный отбор и спортивная ориентация на первом этапе многолетней спортивной подготовки. Оптимальные возрастные границы благоприятные для начала занятий скалолазанием.
25. Цель и объект контроля. Виды контроля (этапный, текущий и оперативный).
26. Характеристика правил спортивных соревнований по различным дисциплинам скалолазания спортивного.
27. Личный инвентарь для занятий скалолазанием (спортивная форма, скальники, обвязка, мешок с магнезией, отяжки, веревка). Требования к инвентарю и правила его использования.
28. Методика подбора общеподготовительных и вспомогательных упражнений. Объяснение и показ техники выполнения упражнений.
29. Особенности проведения и содержания подготовительной части занятия в зависимости от педагогических задач основной части.
30. Методика формирования двигательных представлений о технике типовых приемов в боулдеринге.
31. Варианты накрутки трасс. Сплошная накрутка трасс. Индивидуальная накрутка трасс.
32. Назначение трасс на скалодроме. Требования к трассам.