

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой
СБЕиСП

В.А.Харькова
Протокол № 14 от 18.06.2024

Программные зачетно-экзаменационные требования по учебной дисциплине «Теория и методика спортивной подготовки в избранном виде спорта» для направления специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по тайландскому боксу)»

Курс 5

1. Общая теория спортивной подготовки спортсменов как пример современных интегративных наук
2. История возникновения, развития и современное состояние видов спортивно-боевых единоборств
3. Классификация и терминология, применяемая для обозначения техники и тактики тайландского бокса
4. Правила безопасности при организации и проведении занятий и спортивных соревнований по тайландскому боксу
5. Профилактика травматизма при организации и проведении занятий и спортивных соревнований по тайландскому боксу
6. Современная система спортивной подготовки в спортивно-боевых единоборствах
7. Общая структура многолетней спортивной подготовки в тайландском боксе
8. Характеристика учебно-тренировочного процесса в тайландском боксе на этапе спортивного совершенствования
9. Особенности построения учебно-тренировочного процесса в тайландском боксе на этапе высшего спортивного мастерства
10. Методика выявления, анализа и исправления ошибок при обучении приемам тайландского бокса
11. Характеристика заданий, направленных на совершенствование техники тайландского бокса и ее тактической реализации в соревновательных условиях
12. Структура и содержание технической и тактической подготовки на этапах многолетней спортивной подготовки
13. Анализ техники и тактические способы применения в поединке ударов руками
14. Анализ техники и тактические способы применения в поединке

приемов защиты

15. Анализ техники и тактические способы применения в поединке ударов ногами

16. Анализ техники и тактические способы применения в поединке приемов выведения из равновесия

17. Сущность и характеристика основных тактических манер ведения спортивного поединка

18. Методика разработки рациональной тактической схемы ведения поединка с учетом индивидуальных способностей спортсмена

19. Методические приемы, позволяющие моделировать тактические ситуации, возникающие в ходе ведения соревновательного поединка

20. Основы методики совершенствования технического и тактического мастерства спортсменов высокой квалификации

21. Методика совершенствования индивидуальной манеры ведения поединка

22. Методика совершенствования координационных способностей квалифицированных спортсменов

23. Методика совершенствования скоростных способностей квалифицированных спортсменов

24. Методика совершенствования силовых способностей квалифицированных спортсменов

25. Методика совершенствования специальной выносливости спортсменов на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства

26. Средства и методы повышения волевой подготовленности спортсменов

27. Идеомоторная тренировка в системе методов, направленных на совершенствование технико-тактического мастерства в тайландском боксе

28. Регулирование психической напряженности в процессе тренировочной и соревновательной деятельности в тайландском боксе

29. Методика планирования учебно-тренировочного процесса в тайландском боксе на этапе высшего спортивного мастерства

30. Общая структура и основная педагогическая направленность занятий в тайландском боксе

31. Общие основы построения подготовительной части тренировочного занятия в тайландском боксе. Особенности предсоревновательной разминки

32. Особенности методики построения программ микроциклов на различных этапах многолетней спортивной подготовки

33. Особенности методики построения программ мезоциклов на различных этапах многолетней спортивной подготовки

34. Отбор и спортивная ориентация в системе многолетней спортивной подготовки

35. Особенности системы управления спортивной подготовкой спортсменов на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства

36. Особенности организации и проведения комплексного контроля в тайландском боксе

37. Организация и проведение спортивных соревнований по тайландскому боксу (функции проводящей организации и судейского персонала)

38. Организация судейства спортивных соревнований по тайландскому боксу. Обязанности и взаимодействие членов главной судейской коллегии

39. Методические подходы к оценке эффективности техники выполнения приемов тайландского бокса в условиях воздействий «сбивающих» факторов (активное противодействие соперника, прогрессирующее утомление и др.)

40. Методические приемы, направленные на совершенствование комплексных скоростных способностей в тайландском боксе

41. Характеристика средств общей и специальной направленности, используемых для совершенствования скоростных способностей в тайландском боксе на этапе специализированной базовой подготовки

42. Методические приемы, направленные на использование упражнений с отягощениями с целью развития силовых способностей

43. Методические приемы, направленные на развитие локальной мышечной выносливости

44. Характеристика средств общей и специальной направленности, используемых для развития выносливости в тайландском боксе на этапе специализированной базовой подготовки

45. Методические приемы, направленные на совершенствование гибкости квалифицированных спортсменов