|  |  |
| --- | --- |
|  | УтверждАЮ  Руководитель секции теории  и практики физической культуры  ………………………. Н.И.Филимонова  «23» февраля 2024 г. |

ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЗАЧЕТУ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

«ПОВЫШЕНИЕ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА»

для студентов 3 курса дневной формы получения образования

специальности 1-03 02 01 Физическая культура

весенний семестр 2023/2024 учебного года)

1. Анализ техники плавания способом кроль на груди.
2. Способы транспортировки уставшего и тонущего.
3. Положение о соревнованиях по плаванию.
4. Последовательность обучения различным способам плавания.
5. Правила проведения соревнований: старт и финиш.
6. Методы очистки и обеззараживания воды в бассейне.
7. Анализ техники плавания способом кроль на спине.
8. Личная гигиена пловца.
9. Анализ техники плавания способом брасс на груди.
10. Анализ техники старта с тумбочки.
11. Организация работы по плаванию в оздоровительных лагерях.
12. Особенности работы по плаванию с детьми.
13. Анализ техники поворотов в кроле на груди.
14. Игры и развлечения на воде, как средство обучения плаванию.
15. Анализ техники поворотов в кроле на груди.
16. Обязанности судей на повороте и судей на дистанции.
17. Техника выполнения старта из воды.
18. Способы искусственного дыхания.
19. Анализ техники поворотов в брассе на груди.
20. Общая плавательная подготовка как средство общей физической подготовки.
21. Инвентарь и оборудование для занятий и соревнований по плаванию.
22. Врачебный контроль и самоконтроль при занятиях плаванием.
23. Техника выполнения старта со стартовой тумбочки.
24. Ныряние, виды и техника ныряния.
25. Характеристика способов освобождения от захватов тонущего.
26. Характеристика спасательного инвентаря.
27. Влияние занятий плаванием на организм занимающихся.
28. Методика обучения поворотам в плавании на спине.
29. Прикладное и воспитательное значение плавания.
30. Методы развития физических качеств.

(*Форма проведения аттестации — устная)*

Рассмотрены на заседании секции

(протокол № 17 от 23.02.2024)

Составитель:

старший преподаватель секции ТиПФК А.И.Берташ