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

ПЕРЕЧЕНЬ ТЕОРЕТИЧЕСКИХ ВОПРОСОВ

К ЭКЗАМЕНУ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

«ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

для студентов 2 курса дневной формы получения образования

специальности 1-03 02 01 Физическая культура

(весенний семестр 2023/2024 учебного года)

1. Система физического воспитания, ее основы.
2. Средства воспитания силы.
3. Законодательное и нормативно-правовое обеспечение физкультурного движения, спорта и туризма в Республике Беларусь.
4. Особенности воспитания силы в различных видах спорта.
5. Цель физического воспитания. Образовательные, воспитательные, оздоровительные задачи физического воспитания.
6. Контрольные упражнения и тесты для определения уровня развития силы.
7. Общепедагогические принципы.
8. Быстрота как физическое качество. Формы проявления быстроты. Возрастные периоды, благоприятные для воспитания быстроты.
9. Специфические принципы физического воспитания.
10. Методы воспитания быстроты.
11. Понятие о технике физических упражнений: пространственные, пространственно-временные и динамические и ритмические характеристики физических упражнений, основа, основное звено, детали техники.
12. Особенности воспитания быстроты в различных видах спорта.
13. Классификация физических упражнений. Факторы, определяющие воздействие физических упражнений.
14. Контрольные упражнения и тесты для определения уровня развития быстроты.
15. Оздоровительные силы природы и гигиенические факторы как средства и условия физического воспитания. Воздействие оздоровительных сил природы и гигиенических факторов на результат выполнения физических упражнений.
16. Выносливость как физическое качество. Виды выносливости. Физиологическая характеристика проявления выносливости по относительной мощности. Возрастные периоды, благоприятные для воспитания выносливости.
17. Общие представления о методах, основные понятия: «метод», «методический прием», «методика».
18. Средства воспитания выносливости.
19. Классификация методов в физическом воспитании.
20. Методы воспитания выносливости.
21. Общепедагогические методы физического воспитания, особенности применения методов словесного и наглядного воздействия.
22. Особенности воспитания выносливости в различных видах спорта.
23. Специфические методы физического воспитания.
24. Методика применения круговой тренировки для воспитания выносливости на уроках физической культуры.
25. Неспецифические методы физического воспитания.
26. Контрольные упражнения и тесты для определения уровня развития выносливости.
27. Разновидности метода строго регламентированного упражнения.
28. Ловкость как физическое качество. Формы проявления ловкости. Возрастные периоды, благоприятные для воспитания ловкости.
29. Круговая тренировка комплексная организационно-методическая форма поведения занятия.
30. Средства воспитания ловкости.
31. Игровой и соревновательный метод в физическом воспитании.
32. Методы воспитания ловкости.
33. Объем и интенсивность как основные количественные показатели физической нагрузки. Нагрузка стандартная и вариативная.
34. Особенности воспитания ловкости в различных видах спорта.
35. Отдых и его разновидности. Типы интервалов отдыха в зависимости от степени восстановления.
36. Контрольные упражнения и тесты для определения уровня развития ловкости.
37. Понятие «обучение» и его основные предпосылки, педагогические основы обучения двигательным действиям, особенности процесса обучение двигательным действиям.
38. Гибкость как физическое качество. Факторы, влияющие на проявление гибкости, условия для воспитания гибкости. Возрастные периоды, благоприятные для воспитания гибкости.
39. Характеристика двигательных умений и навыков, отличительные черты двигательных умений и навыков, взаимодействие (перенос) навыков.
40. Средства воспитания гибкости.
41. Основы формирования двигательного навыка.
42. Методы воспитания гибкости.
43. Структура процесса обучения, предпосылки успешного освоения двигательных действий, этапы обучения двигательным действиям.
44. Особенности воспитания гибкости в различных видах спорта.
45. Задачи и особенности методики обучения на этапе начального разучивания.
46. Контрольные упражнения и тесты для определения уровня развития гибкости.
47. Задачи и особенности методики обучения на этапеуглубленного разучивания.
48. Классификация форм занятий в физическом воспитании.
49. Задачи и особенности методики обучения на этапе закрепления и дальнейшего совершенствования.
50. Характеристика урочных форм занятий физическими упражнениями.
51. Предупреждение и исправление ошибок в процессе обучения двигательным действиям.
52. Характеристика неурочных форм занятий физическими упражнениями.
53. Понятие о физических (двигательных) качествах, сенситивные периоды развития физических качеств.
54. Понятие о планировании. Виды планирования. Требования к планированию в физическом воспитании.
55. Сила как физическое качество. Разновидности силовых способностей. Возрастные периоды, благоприятные для воспитания силы.
56. Характеристика основных документов планирования в физическом воспитании.
57. Виды силовых упражнений, их методические особенности.
58. Понятия «контроль» и «учет». Требования к контролю и учету. Виды контроля. Виды и содержание учета.
59. Методы воспитания силы.
60. Документы контроля и учета в физическом воспитании.

(*Форма проведения аттестации — письменная)*

Рассмотрены на заседании секции

(протокол № 17 от 23.02.2024)

Составитель:

старший преподаватель секции ТиПФК Е.Н.Герасимович