

## **ВОПРОСЫ**

для подготовки студентов 4 курса  
специальности 49.02.01 «Физическая культура»  
к сдаче экзамена

### **по профессиональному модулю ПМ.02. «Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения»**

#### **Вопрос № 1**

**из МДК.02.01 Базовые и новые физкультурно-спортивные виды  
деятельности с методикой оздоровительной тренировки**

1. Основы методики обучения базовым и новым физкультурно-спортивным видам деятельности.
2. Формы организации занятий базовыми и новыми физкультурно-спортивными видами деятельности в детской спортивной школе. Структура тренировочного занятия. Конспект тренировочного занятия и его содержание (на примере любого базового вида).
3. Организация и проведение соревнований по гимнастике в школе.
4. Классификация видов гимнастики.
5. Дать характеристику понятиям: «строй», «интервал», «дистанция», «фланг», «фронт», «тыл».
6. Классификация видов легкой атлетики.
7. Организация и проведение соревнований по легкой атлетике.
8. Урок и тренировочное занятие по легкой атлетике.
9. Профилактика травм и обморожений во время учебно-тренировочных занятий лыжным спортом.
10. Классификация соревнований. Положение о соревнованиях.
11. Методика проведения урока по лыжной подготовке в старших классах.
12. Развитие спортивного ориентирования в России. Периоды и этапы развития.
13. Способы и приемы ориентирования. Элементарные технико-вспомогательные действия и их характеристика.

14. Последовательность действий ориентировщика. Зоны ориентирования: зона вработывания, зона устойчивого ориентирования, зона финиша.
15. Правила соревнований в стрельбе из малокалиберной винтовки.
16. История бодибилдинга.
17. Самоконтроль при занятиях силовыми видами спорта.
18. Оздоровительное, прикладное и воспитательное значение тренажеров в спорте.
19. Виды тренажерных устройств.
20. Классификация видов единоборств.
21. Организация и проведение соревнований в единоборствах.
22. Формы организации занятий в единоборствах.
23. Использование средств единоборств в рекреационной деятельности.
24. Классификация систем самообороны.
25. Техника самообороны. Маневрирования, защиты и контратаки.
26. Методы регулирования нагрузки на учебных и тренировочных занятиях.
27. Особенности проведения занятий с лицами среднего и старшего возраста.
28. Особенности проведения занятий с женщинами.
29. Основные системы проведения соревнований в спортивных играх. Их достоинства и недостатки.
30. Положение о соревнованиях. Его структура и содержание.

## **Вопрос № 2**

### **из МДК.02.02 Организация физкультурно-спортивной работы**

1. Раскройте сущность и понятие восстановительных средств рационально построенного тренировочного процесса
2. Дайте краткую характеристику Федерального стандарта спортивной подготовки

3. Изложите последовательность процесса выдачи разрешений на терапевтическое использование запрещенных субстанций
4. Сформулируйте вопросы по которым учреждение обязано руководствоваться законодательством в сфере физической культуры и спорта
5. Изложите последовательность основных положений многолетней спортивной подготовки
6. Изложите последовательность условий зачисления в группы на этапы многолетней спортивной подготовки
7. Раскройте сущность и понятие общественных организаций физической культуры и спорта
8. Раскройте сущность и понятие основной формы организации внеклассной работы по физической культуре
9. Дайте краткую характеристику классификации по типу назначения спортивных сооружений
10. Дайте краткую характеристику видов классификации по особенностям спортивных сооружений
11. Изложите основные элементы структуры спортивных сооружений
12. Дайте краткую характеристику организации врачебного контроля при проведении физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с детьми, подростками и молодежью
13. Раскройте сущность и понятие видов контроля многолетней спортивной подготовки
14. Дайте краткую характеристику самоконтролю спортсмена. Изложите структуру и содержание дневника юного спортсмена
15. Дайте краткую характеристику требованиям к планированию и проведению физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий
16. Раскройте сущность и понятие Международного Олимпийского комитета
17. Дайте краткую характеристику к технике безопасности и требованиям к физкультурно-спортивным сооружениям

18. Дайте краткую характеристику инвентаря и оборудования для занятий различными видами спорта
19. Дайте краткую характеристику особенности организации физкультурно-оздоровительной работы в режиме общеобразовательных учреждений
20. Дайте краткую характеристику видам двигательной деятельности, применяемые в дошкольных общеобразовательных учреждениях
21. Дайте краткую характеристику основная документации организаций, занимающихся проведением физкультурно-спортивных мероприятий
22. Дайте краткую характеристику основам педагогического контроля при проведении занятий по физической культуре и спорта
23. Дайте краткую характеристику формам планирования при проведении занятий по физической культуре и спорта
24. Дайте краткую характеристику модели двигательного режима дошкольников
25. Дайте краткую характеристику источникам финансирования физической культуры и спорта
26. Дайте краткую характеристику видам документаций физкультурно-спортивных мероприятий при их организации и проведении и требования к ее ведению и оформлению
27. Дайте краткую характеристику основным фондам физической культуры и спорта
28. Дайте краткую характеристику предпринимательство и его формы в области физической культуры и спорта
29. Дайте краткую характеристику всероссийским спортивно-массовые мероприятиям
30. Изложите основные задачи бизнес-плана физкультурно-спортивной организации

### Вопрос № 3

#### из МДК.02.03. «Лечебная физическая культура и массаж»

1. История развития лечебной физической культуры и массажа.
2. Предмет, содержание и значение лечебной физической культуры в лечении заболеваний и травм.
3. Механизмы лечебного воздействия физических упражнений.
4. Средства лечебной физической культуры.
5. Формы и методы занятий лечебной физической культуры.
6. Классификация физических упражнений, используемых с лечебной целью.
7. Принципы дозировки физической нагрузки в лечебной физической культуре. Оценка оптимальной физической нагрузки.
8. Показания и противопоказания к применению лечебной физической культуры.
9. Показания и противопоказания при назначении массажа.
10. Понятие массаж. Механизмы физиологического влияния массажа на организм.
11. Основные виды и приемы массажа.
12. Методы и формы массажа.
13. Периоды ЛФК и содержание двигательных режимов при организации лечебного процесса.
14. Анатомо-физиологические особенности сердечно-сосудистой системы (ССС). Симптомы и жалобы при заболеваниях ССС. Показания и противопоказания к проведению лечебной физической культуры. Основы методики ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
15. Артериальная гипертония. Артериальная гипотония. Лечебная физическая культура.
16. Инфаркт миокарда. Клинические особенности инфаркта миокарда, классы тяжести и ступени двигательной активности. Методика ЛФК на стационарном санаторно-курортном этапах реабилитации.
17. Общая характеристика ишемической болезни сердца, задачи ЛФК при стенокардии, методика ЛФК при различных функциональных классах. Определение толерантности к физической нагрузке (ТФН) и функционального класса больного ИБС.
18. Анатомо-физиологические особенности органов дыхания. Основные клинические проявления заболеваний органов дыхания. Показания и

противопоказания к проведению ЛФК и массажа при заболеваниях органов дыхания. Задачи и формы ЛФК при заболеваниях органов дыхания.

19. Общая характеристика бронхиальной астмы. Методика ЛФК

20. Ожирение. Причины, виды, формы и степени ожирения. Методика ЛФК при ожирении.

21. Сахарный диабет. Клинические проявления сахарного диабета, методика ЛФК при сахарном диабете.

22. Основные клинические проявления заболеваний органов пищеварения. Механизмы лечебного действия физических упражнений. Методика ЛФК при заболеваниях желудочно-кишечного тракта.

23. Виды, симптомы травм опорно-двигательного аппарата, методы лечения

24. Общие, специальные задачи и методика ЛФК при травмах костей

25. Лечебная физическая культура при вывихах в плечевом суставе

26. Основные функции нервной системы человека. Остеохондроз позвоночника. Причины развития. Задачи и методика лечебной физической культуры.

27. Инсульт. Причины, механизмы и клиническая картина инсультов. Периоды клинического течения инсульта. Этапы восстановительного лечения после инсульта. Методика ЛФК на этапах восстановительного лечения.

28. Основные функции позвоночника. Виды и степени нарушений осанки. Методика ЛФК при нарушениях осанки

29. Основные функции стопы. Своды стопы. Виды плоскостопия. Методика ЛФК и массажа при плоскостопии.

30. Понятие о группах здоровья, группах физической подготовки (основная, подготовительная, специальная). Принципы и задачи физического воспитания школьников, отнесенных к специальной медицинской группе.