

ВОПРОСЫ

для подготовки студентов 4 курса
специальности 49.02.02 «Адаптивная физическая культура»
к сдаче экзамена по профессиональному модулю

ПМ.02. Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде адаптивного спорта

МДК.02.01. Избранный вид адаптивного спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов

1. Адаптивный спорт. Цель, задачи и отличительные черты адаптивного спорта. Функции и принципы адаптивного спорта.
2. Паралимпийское движение. История и периодизация Паралимпийских игр.
3. Современные Паралимпийские виды спорта. Особенности организации и проведения соревнований в Паралимпийском спорте.
4. Сурдлимпийское движение. История и периодизация Сурдлимпийских игр.
5. Современные Сурдлимпийские виды спорта. Особенности организации и проведения соревнований в Сурдлимпийском спорте.
6. Специальное движение. История и периодизация Специальных олимпиад. Философия, цель и задачи Специальных олимпиад.
7. Виды спорта Специальных олимпиад. Особенности организации и проведения соревнований по программам Специальных олимпиад.
8. Классификация лиц, занимающихся адаптивным спортом. Принципы классификации. Виды классификаций. Система организации и проведения классификаций лиц, занимающихся адаптивным спортом. Основные группы лиц, занимающиеся адаптивным спортом (классификация спортсменов).
9. Модели соревновательной деятельности в адаптивном спорте. Традиционная и нетрадиционная модели.

10. Самоконтроль в избранном виде адаптивного спорта. Дневник самоконтроля. Объективные данные самоконтроля. Субъективные данные самочувствия, самоконтроля, сна аппетита, работоспособности, настроения.
11. Спортивная тренировка. Цели и задачи спортивной тренировки. Средства спортивной тренировки. Классификация тренировочных занятий в зависимости от выполняемых задач.
12. Понятие метод тренировки. Практические и общепедагогические методы тренировки. Основные методы обучения, применяемые в избранном виде адаптивного спорта в зависимости от нозологической группы.
13. Практические методы тренировки. Классификация практических методов тренировки. Их цель и задачи. Дозирование тренировочной нагрузки.
14. Принципы спортивной тренировки. Специфика применения дидактических принципов при обучении в избранном виде адаптивного спорта.
15. Двигательное умение. Двигательный навык. Отличия и характерные особенности двигательного умения и навыка.
16. Этапы обучения двигательным действиям. Цель и задачи этапа начального разучивания, этапа углубленного разучивания, этапа закрепления и дальнейшего совершенствования.
17. Основные виды спортивной подготовки в избранном виде адаптивного спорта и их характеристика.
18. Психологическая подготовленность спортсмена. Цель и задачи психологической подготовленности. Средства психологической подготовленности.
19. Тактическая подготовленность спортсмена. Цель и задачи тактической подготовленности. Средства тактической подготовленности. Виды тактики.

20. Физическая подготовленность спортсмена. Цель и задачи физической подготовленности. Средства физической подготовленности. Виды физической подготовленности.
21. Теоретическая подготовленность спортсмена. Цель и задачи теоретической подготовленности. Средства теоретической подготовленности.
22. Техническая подготовленность спортсмена. Цель и задачи технической подготовленности. Средства технической подготовленности.
23. Техничко-конструкторская подготовленность спортсмена. Цель и задачи технико-конструкторская подготовленности.
24. Интегральная подготовленность спортсмена. Средства интегральной подготовленности.
25. Понятие тренированности. Факторы тренированности. Аспекты тренированности. Педагогические и медицинские методы определение тренированности.
26. Виды физических качеств спортсмена и их определение.
27. Определение гибкости. Средства и методы воспитания гибкости.
28. Определение силы. Средства и методы воспитания силы.
29. Определение выносливости. Средства и методы воспитания выносливости.
30. Определение быстроты. Средства и методы воспитания быстроты.
31. Определение ловкости. Средства и методы воспитания ловкости.
32. Возрастные особенности подготовки спортсменов в зависимости от нозологической группы. Возрастные предпосылки спортивных способностей занимающихся.
33. Критерии оценки и измерение величины тренировочных нагрузок. Взаимовлияние внешней и внутренней нагрузок. Насыщенность тренировочных стартов на предсоревновательном этапе. Объем тренировочных нагрузок на этапе ответственных стартов. Тренировочная нагрузка, моделирующая целевую соревновательную деятельность.

34. Основные положения правил соревнований. Проведений соревнований по видам адаптивного спорта с традиционной моделью и с нетрадиционной моделью соревновательной деятельности.
35. Организация соревнований: заявки на проведения соревнований, организатор, положение о соревнованиях, финансирование, реклама и спонсорство, информационное обеспечение, заявки на участие, совещание представителей, жеребьевка, порядок проведения и др.
36. Принципы организации соревновательной деятельности. Участники соревнований: группы участников соревнований, допуск к соревнованиям, спортивное поведение. Судейство соревнований: состав судейской коллегии, общие обязанности судей, главный судья, главный секретарь и секретариат, а так же др. судьи.
37. Условия, влияющие на результат соревнований. Условия достижения и тенденции развития спортивных достижений.
38. Структура спортивной подготовки (микроциклы, мезоциклы, макроциклы). Построение многолетней подготовки спортсменов.
39. Построение тренировки в малых циклах. Признаки микроцикла. Виды микроциклов. Цели и задачи каждого вида микроцикла.
40. Построение тренировки в средних циклах. Признаки мезоцикла. Виды мезоциклов. Цели и задачи каждого вида мезоцикла.
41. Построение тренировки в больших циклах. Признаки макроцикла. Периоды макроциклов. Цели и задачи каждого периода макроцикла.
42. Психологические особенности спортивного соревнования. Особенности спортивного соревнования. Определение спортивного соревнования с психологической стороны. Категории ситуации.
43. Предстартовое состояние спортсмена. Характеристика предстартовых состояний. Диагностика предстартового состояния спортсмена. Регуляция предстартовых состояний.
44. Психологическая готовность спортсмена. Состояние психической готовности спортсмена, его компоненты. Психологическое обеспечение под-

готовки спортсменов к соревнованиям на этапе спортивного совершенствования.

45. Мотивы спортивной деятельности. Понятия «мотив», «мотивация» в спортивной деятельности.
46. Особенности мотивации на различных этапах достижения спортивного мастерства. Мотивация достижения успеха и избегания неудач в спортивной деятельности. Формирования мотивов спортивной деятельности.
47. Мотивация в спортивной деятельности. Факторы и процесс, побуждающие к действию спортсменов в различных ситуациях. Разновидности (группы) мотивов в спорте.
48. Система комплексного контроля подготовки спортсменов. Комплексный контроль, его значение, задачи и содержание.
49. Виды контроля. Основные методы контроля и их характеристика. Методы педагогического контроля. Врачебный контроль за спортсменами.
50. Планирование. Требования к планированию. Логика планирования. Планирование спортивной подготовки. Общие положения технологии планирования в спорте.
51. Виды документации: федеральные стандарты спортивной подготовки по виду адаптивного спорта, программа спортивной подготовки по виду адаптивного спорта, календарный план официальных физкультурных и спортивных мероприятий, положения о областных, межрегиональных и всероссийских официальных спортивных соревнованиях по виду адаптивного спорта, протоколы спортивных соревнований, годовые планы спортивной подготовки, расписание тренировочных занятий, журнал учета спортивной подготовки, индивидуальные планы спортивной подготовки, перспективные планы спортивной подготовки, текущее планирование спортивной подготовки.
52. Система спортивного отбора и спортивной ориентации. Критерии и подходы к диагностике спортивной предрасположенности.

53. Формы взаимодействия с родителями детей с ОВЗ или лицами, их заменяющими. Методы и принципы психолого-педагогической работы.