

Зачетные и экзаменационные требования по дисциплине «Теория и методика спортивной подготовки в избранном виде спорта» для студентов 3 курса дневной формы получения образования и 4 курса заочной формы получения образования обучающихся по направлению специальности «Спортивно-педагогическая деятельность тренерская работа по боксу»

1. Актуальные вопросы современного бокса.
2. Анализ методов тренировки в боксе.
3. Анализ принципов спортивного совершенствования.
4. Анализ принципов спортивной тренировки в боксе.
5. Анализ специализированных восприятий в боксе («чувство времени» и др.).
6. Воспитательная работа в боксе, анализ методов.
7. Дидактические принципы, их реализация в подготовке боксеров.
8. Календарь соревнований в боксе.
9. Общая психологическая подготовка.
10. Особенности подготовки боксеров в УОР.
11. Особенности этапа начальной специализации в боксе.
12. Особенности этапа углубленного совершенствования в боксе.
13. Перспективное планирование в подготовке боксеров.
14. Планирование спортивного совершенствования, его виды, формы.
15. Психологическая подготовка боксера к соревнованиям.
16. Современный любительский бокс, основные тенденции.
17. Содержание индивидуального подхода в подготовке боксеров.
18. Содержание теоретической подготовки в боксе.
19. Содержание управления процессом совершенствования спортивного мастерства.
20. Формы тактики в боксе, их анализ.
21. Методика исправления ошибок в совершенствовании технико-тактического мастерства.
22. Методика развития быстроты боксеров.
23. Методика совершенствования прямых ударов на дальней и средней дистанции.
24. Методика совершенствования техники атакующих действий.
25. Методика совершенствования техники ближнего боя.
26. Совершенствование техники комбинированных защит.
27. Основы силовой подготовки боксера.
28. Совершенствование взрывной силы.
29. Совершенствование техники активных защит.
30. Совершенствование техники ложных действий.
31. Совершенствование контратакующих действий на средней дистанции.
32. Совершенствование координационных способностей в боксе.
33. Совершенствование тактических действий (быстрый старт, бурный финиш).
34. Совершенствование техники акцентированных ударов.
35. Совершенствование техники боковых ударов.
36. Совершенствование техники ведения боя с левшой.
37. Совершенствование техники встречных ударов.

38. Совершенствование техники двойных ударов.
39. Совершенствование техники передвижений.
40. Совершенствование техники ударов снизу.
41. Анализ квалификации защитных действий в боксе.
42. Анализ методических приемов в подготовке боксеров.
43. Виды микроциклов в подготовке боксеров.
44. Дополнительные виды спорта в подготовке боксеров.
45. Индивидуальные манеры боя в современном боксе.
46. Классификация боксеров-левшей.
47. Контроль и учет в совершенствовании спортивного мастерства.
48. Критерии отбора в сборные команды.
49. Оборудование типового зала бокса.
50. Особенности правил соревнований для юношей
51. Отбор в боксе.
52. Периодизация подготовки в боксе.
53. Планирование подготовки в подготовительном периоде.
54. Положение о ДЮСШ, штатное расписание.
55. Разработка подготовленной части в конспекте по совершенствованию ОФП.
56. Совершенствование специальной выносливости.
57. Содержание комплексной (интегральной) подготовки.
58. Содержание переходного периода подготовки в боксе.
59. Содержание специальной физической подготовки боксера.
60. Соотношение средств ОФП и СФП в соревновательном периоде.

Утверждены на заседании кафедры протокол № 04 от 06.11.2019