

Практическое занятие № 3

5.31.3-5.31.4

**Тема 31. Структура педагогического мастерства тренера**

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Содержание и характеристика педагогических способностей, умений и навыков тренера по плаванию.	1. Изучить содержание и характеристики педагогических способностей, умений и навыков тренера по плаванию.

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Булгакова, Н.Ж Спортивное плавание: учебник для вузов физической культуры / Н.Ж. Булгакова. – М.: ФОН, 1996.
2. Волков Л.В. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. – К.: Вежа, 1997.
3. Иванченко, Е.И. Наука о спортивном плавании: учеб. пособие. / Е.И. Иванченко. – Минск: РУМЦ, 1993
4. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – К.: Олимпийская литература, 1997.
5. Плавание: учебник / В.Н.Платонов [и др.]; под общ. ред. Н.Платонова. – Киев: Олимпийская литература, 2000.



Практическое занятие № 4

5.31.3-5.31.4

**Тема 31. Структура педагогического мастерства тренера**

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Роль тренера спортивного коллектива в идеологическом и нравственном воспитании учеников. Комплекс идеологических навыков и умений тренера, необходимых для качественного и эффективного решения педагогических задач	1. Охарактеризовать роль тренера спортивного коллектива в идеологическом и нравственном воспитании учеников.

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Булгакова, Н.Ж Спортивное плавание: учебник для вузов физической культуры / Н.Ж. Булгакова. – М.: ФОН, 1996.
2. Волков Л.В. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. – К.: Вежа, 1997.
3. Иванченко, Е.И. Наука о спортивном плавании: учеб. пособие. / Е.И. Иванченко. – Минск: РУМЦ, 1993
4. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – К.: Олимпийская литература, 1997.
5. Плавание: учебник / В.Н.Платонов [и др.]; под общ. ред. Н.Платонова. – Киев: Олимпийская литература, 2000.



Практическое занятие № 5

5.31.5-5.31.7

**Тема 31. Структура педагогического мастерства тренера**

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Сопоставительно-сравнительный анализ деятельности тренера разного уровня мастерства.	1. Изучить деятельность тренеров разного уровня мастерства.

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Булгакова, Н.Ж Спортивное плавание: учебник для вузов физической культуры / Н.Ж. Булгакова. – М.: ФОН, 1996.
2. Волков Л.В. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. – К.: Вежа, 1997.
3. Иванченко, Е.И. Наука о спортивном плавании: учеб. пособие. / Е.И. Иванченко. – Минск: РУМЦ, 1993
4. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – К.: Олимпийская литература, 1997.
5. Плавание: учебник / В.Н.Платонов [и др.]; под общ. ред. Н.Платонова. – Киев: Олимпийская литература, 2000.



Практическое занятие № 6

5.31.5-5.31.7

**Тема 31. Структура педагогического мастерства тренера**

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Компонентный анализ структуры педагогической деятельности и личности тренеров и спортсменов как субъектов этой деятельности. Теоретическая, методическая и практическая деятельность тренера.	1. Изучить теоретическую, методическую и практическую деятельность тренера.

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Спортивное плавание : учеб. для вузов физ. культуры / под ред. Н. Ж. Булгаковой. – М. : ФОН, 1996. – 430 с.

2. Плавание : учеб. для ин-тов физ. культуры / под. общ. ред. Н. Ж. Булгаковой. – М. : Физкультура и спорт, 1984. – 288 с.

3. Плавание в летнем оздоровительном лагере: учеб. – метод. рекомендации для студентов фак. физ. воспитания / Е. И. Гурина, П. П. Калинец. – Брест : БРГУ, 2010. – 29 с. Тимакова, Т. С. Многолетняя подготовка пловца и ее индивидуализация : (биологические аспекты) / Т. С. Тимакова. – М. : Физкультура и спорт, 1985. – 145 с.

4. Тимакова, Т. С. Многолетняя подготовка пловца и ее индивидуализация : (биологические аспекты) / Т. С. Тимакова. – М. : Физкультура и спорт, 1985. – 145 с. .

5. Филин, В. П. Воспитание физических качеств у юных спортсменов / В. П. Филин. – М. : Физкультура и спорт, 1974. – 184 с.



Практическое занятие № 31

8.54.31

**Тема 54. Методы и методика предоставления научной информации**

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Мультимедийное обеспечение научной информации. Наглядно-теоретическая структура научных докладов и сообщений. Выбор наглядных материалов в соответствии с контекстом научных докладов.	1. Изучить структуру научных докладов и сообщений.

Рекомендуемая для изучения литература

1. Асланова, Е.С. Развитие системы качества высшего профессионального образования / Е.С. Асланова // Региональная научно-практическая Интернет-конференции: материалы регион. науч.-практич. Интернет-конф. Комсомольск-на-Амуре, 10–20 декабря 2007 г. / Е.С. Асланова. – Комсомольск-на-Амуре: Изд-во Амурского гуманит.-пед. гос. ун-та, 2008. – С 21–24.

2. Горячева, Т.К. Развитие региональной системы профессиональной подготовки туристских кадров в открытой образовательной среде / Т.К. Горячева. – М., 2007. –168 с.

3. Жук, А.И. Качество в системе приоритетов государственной политики в области образования в Республике Беларусь: справ. пособие / А.И. Жук Минск, 2008. – 210 с.



Практическое занятие № 32

8.54.32

**Тема 54. Методы и методика предоставления научной информации**

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Информационное сопровождение наглядных средств. Структура и содержание научного доклада. Регламент научного доклада и сообщения. Методика ответа на вопросы слушателей	1. Изучить структура научных докладов и сообщений.



Практическое занятие № 33

8.54.33-8.54.34

**Тема 54. Методы и методика предоставления научной информации**

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Предварительная оценка содержательной и информационной структуры курсовых и дипломных студенческих работах.	1. Изучить структура научных докладов и сообщений.



Практическое занятие № 34

8.54.33-8.54.34

**Тема 54. Методы и методика предоставления научной информации**

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Апробация научных докладов на групповых занятиях. Корректировка информационного содержания доклада.	1. Подготовить доклад на тематику курсового проектирования.



Практическое занятие № 37

8.55.37-8.55.38

**Тема 55. Методика защиты результатов курсовой и дипломной работы**

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Предварительная оценка содержания и оформления студенческих научных работ. Апробация научных докладов на учебных занятиях. Окончательный отбор наглядного материала.	1. Подготовить доклад на тематику курсового проектирования.



Практическое занятие № 38

8.55.37-8.55.38

**Тема 55. Методика защиты результатов курсовой и дипломной работы**

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Требования к оформлению работы. Сопроводительные документы студенческой работы (аннотация, рецензия, аналитическая записка научного руководителя)	1. Подготовить доклад на тематику курсового проектирования.



Практическое занятие № 39

8.55.39-8.55.40

**Тема 55. Методика защиты результатов курсовой и дипломной работы**

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Представление предварительных научных докладов по результатам выполнения дипломной работы в рамках учебных групповых занятий	1. Подготовить доклад на тематику курсового проектирования.



Практическое занятие № 40

8.55.39-8.55.40

**Тема 55. Методика защиты результатов курсовой и дипломной работы**

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Представление предварительных научных докладов по результатам выполнения дипломной работы в рамках учебных групповых занятий	1. Подготовить доклад на тематику курсового проектирования.



Практическое занятие № 52

9.58.52-9.58.53

**Тема 58. Построение спортивной подготовки пловцов в течение года**

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Распределение тренировочных и соревновательных нагрузок в годичном цикле спортивной подготовки.	1. Изучить распределение тренировочных и соревновательных нагрузок в годичном цикле спортивной подготовки.

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Булгакова, Н.Ж Спортивное плавание: учебник для вузов физической культуры / Н.Ж. Булгакова. – М.: ФОН, 1996.
2. Волков Л.В. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. – К.: Вежа, 1997.
3. Иванченко, Е.И. Наука о спортивном плавании: учеб. пособие. / Е.И. Иванченко. – Минск: РУМЦ, 1993
4. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – К.: Олимпийская литература, 1997.
5. Плавание: учебник / В.Н.Платонов [и др.]; под общ. ред. Н.Платонова. – Киев: Олимпийская литература, 2000.



Практическое занятие № 53

9.58.52-9.58.53

**Тема 58. Построение спортивной подготовки пловцов в течение года**

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Показатели уровня функциональной подготовленности пловцов в зависимости от периодов спортивной подготовки.	1. Анализ показателей уровня функциональной подготовленности пловцов в зависимости от периодов спортивной подготовки.

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Булгакова, Н.Ж Спортивное плавание: учебник для вузов физической культуры / Н.Ж. Булгакова. – М.: ФОН, 1996.
2. Волков Л.В. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. – К.: Вежа, 1997.
3. Иванченко, Е.И. Наука о спортивном плавании: учеб. пособие. / Е.И. Иванченко. – Минск: РУМЦ, 1993
4. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – К.: Олимпийская литература, 1997.
5. Плавание: учебник / В.Н.Платонов [и др.]; под общ. ред. Н.Платонова. – Киев: Олимпийская литература, 2000.



Практическое занятие № 54

9.58.54-9.58.55

**Тема 58. Построение спортивной подготовки пловцов в течение года**

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Воспитание специальных физических качеств в подготовительном, соревновательном и переходном периодах. Динамика развития двигательных качеств.	1. Анализ динамики развития двигательных качеств в подготовительном, соревновательном и переходном периодах.

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Булгакова, Н.Ж Спортивное плавание: учебник для вузов физической культуры / Н.Ж. Булгакова. – М.: ФОН, 1996.
2. Волков Л.В. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. – К.: Вежа, 1997.
3. Иванченко, Е.И. Наука о спортивном плавании: учеб. пособие. / Е.И. Иванченко. – Минск: РУМЦ, 1993
4. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – К.: Олимпийская литература, 1997.
5. Плавание: учебник / В.Н.Платонов [и др.]; под общ. ред. Н.Платонова. – Киев: Олимпийская литература, 2000.



Практическое занятие № 55

9.58.54-9.58.55

**Тема 58. Построение спортивной подготовки пловцов в течение года**

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Особенности спортивной подготовки в подготовительном и соревновательном периодах	1.Изучить особенности спортивной подготовки в подготовительном и соревновательном периодах

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Булгакова, Н.Ж Спортивное плавание: учебник для вузов физической культуры / Н.Ж. Булгакова. – М.: ФОН, 1996.
2. Волков Л.В. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. – К.: Вежа, 1997.
3. Иванченко, Е.И. Наука о спортивном плавании: учеб. пособие. / Е.И. Иванченко. – Минск: РУМЦ, 1993
4. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – К.: Олимпийская литература, 1997.
5. Плавание: учебник / В.Н.Платонов [и др.]; под общ. ред. Н.Платонова. – Киев: Олимпийская литература, 2000.



Практическое занятие № 95

9.63.95-9.63.97

**Тема 63. Тактика соревновательной деятельности**

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Разработка индивидуальной тактической схемы преодоления дистанции в соответствии с ее спецификой, собственным уровнем физической, технической и психической подготовленности	1. Проанализировать различные варианты преодоления дистанции в соответствии с ее спецификой, собственным уровнем физической, технической и психической подготовленности

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Булгакова, Н.Ж Спортивное плавание: учебник для вузов физической культуры / Н.Ж. Булгакова. – М.: ФОН, 1996.
2. Волков Л.В. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. – К.: Вежа, 1997.
3. Иванченко, Е.И. Наука о спортивном плавании: учеб. пособие. / Е.И. Иванченко. – Минск: РУМЦ, 1993
4. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – К.: Олимпийская литература, 1997.
5. Плавание: учебник / В.Н.Платонов [и др.]; под общ. ред. Н.Платонова. – Киев: Олимпийская литература, 2000.

Практическое занятие № 96

9.63.95-9.63.97

**Тема 63. Тактика соревновательной деятельности**

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Разработка индивидуальной тактической схемы преодоления дистанции в соответствии с ее спецификой, собственным уровнем физической, технической и психической подготовленности	1. Проанализировать различные варианты преодоления дистанции в соответствии с ее спецификой, собственным уровнем физической, технической и психической подготовленности

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Булгакова, Н.Ж Спортивное плавание: учебник для вузов физической культуры / Н.Ж. Булгакова. – М.: ФОН, 1996.
2. Волков Л.В. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. – К.: Вежа, 1997.
3. Иванченко, Е.И. Наука о спортивном плавании: учеб. пособие. / Е.И. Иванченко. – Минск: РУМЦ, 1993
4. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – К.: Олимпийская литература, 1997.
5. Плавание: учебник / В.Н.Платонов [и др.]; под общ. ред. Н.Платонова. – Киев: Олимпийская литература, 2000.

Практическое занятие № 97

9.63.95-9.63.97

**Тема 63. Тактика соревновательной деятельности**

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Разработка индивидуальной тактической схемы преодоления дистанции в соответствии с ее спецификой, собственным уровнем физической, технической и психической подготовленности	1. Проанализировать различные варианты преодоления дистанции в соответствии с ее спецификой, собственным уровнем физической, технической и психической подготовленности

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Булгакова, Н.Ж Спортивное плавание: учебник для вузов физической культуры / Н.Ж. Булгакова. – М.: ФОН, 1996.
2. Волков Л.В. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. – К.: Вежа, 1997.
3. Иванченко, Е.И. Наука о спортивном плавании: учеб. пособие. / Е.И. Иванченко. – Минск: РУМЦ, 1993
4. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – К.: Олимпийская литература, 1997.
5. Плавание: учебник / В.Н.Платонов [и др.]; под общ. ред. Н.Платонова. – Киев: Олимпийская литература, 2000.

Практическое занятие № 98

9.63.98-9.63.100

**Тема 63. Тактика соревновательной деятельности**

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Реализация тактической схемы преодоления дистанции в ответственных спортивных соревнованиях.	1. Проанализировать различные варианты реализации тактической схемы преодоления дистанции.

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Булгакова, Н.Ж Спортивное плавание: учебник для вузов физической культуры / Н.Ж. Булгакова. – М.: ФОН, 1996.
2. Волков Л.В. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. – К.: Вежа, 1997.
3. Иванченко, Е.И. Наука о спортивном плавании: учеб. пособие. / Е.И. Иванченко. – Минск: РУМЦ, 1993
4. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – К.: Олимпийская литература, 1997.
5. Плавание: учебник / В.Н.Платонов [и др.]; под общ. ред. Н.Платонова. – Киев: Олимпийская литература, 2000.

Практическое занятие № 99

9.63.98-9.63.100

**Тема 63. Тактика соревновательной деятельности**

Основные вопросы	Контрольные задания
1 Варианты тактики в практике выступлений пловцов высокого класса	1. Проанализировать различные варианты реализации тактической схемы преодоления дистанции пловцами высокого класса.

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Булгакова, Н.Ж Спортивное плавание: учебник для вузов физической культуры / Н.Ж. Булгакова. – М.: ФОН, 1996.
2. Волков Л.В. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. – К.: Вежа, 1997.
3. Иванченко, Е.И. Наука о спортивном плавании: учеб. пособие. / Е.И. Иванченко. – Минск: РУМЦ, 1993
4. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – К.: Олимпийская литература, 1997.
5. Плавание: учебник / В.Н.Платонов [и др.]; под общ. ред. Н.Платонова. – Киев: Олимпийская литература, 2000.

Практическое занятие № 100

9.63.98-9.63.100

**Тема 63. Тактика соревновательной деятельности**

Основные вопросы	Контрольные задания
1 Варианты тактики в практике выступлений пловцов высокого класса	1. Проанализировать различные варианты реализации тактической схемы преодоления дистанции пловцами высокого класса.

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Булгакова, Н.Ж Спортивное плавание: учебник для вузов физической культуры / Н.Ж. Булгакова. – М.: ФОН, 1996.
2. Волков Л.В. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. – К.: Вежа, 1997.
3. Иванченко, Е.И. Наука о спортивном плавании: учеб. пособие. / Е.И. Иванченко. – Минск: РУМЦ, 1993
4. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – К.: Олимпийская литература, 1997.
5. Плавание: учебник / В.Н.Платонов [и др.]; под общ. ред. Н.Платонова. – Киев: Олимпийская литература, 2000.

**Тема 64. Методика построения тренировочного процесса в макроциклах**

Основные вопросы	Контрольные задания
<p>1. Определение задач и формирование критериев управления в периодах годовичного МаЦ.</p> <p>2. Перечень параметров нагрузки для включения в годовой план-график пловцов различного уровня подготовленности.</p>	<p>1. Изучить основные критерии управления в периодах годовичного МаЦ.</p> <p>2. Определить и составить перечень параметров нагрузки для включения в годовой план-график пловцов различного уровня подготовленности.</p>

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Булгакова, Н.Ж Спортивное плавание: учебник для вузов физической культуры / Н.Ж. Булгакова. – М.: ФОН, 1996.
2. Волков Л.В. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. – К.: Вежа, 1997.
3. Иванченко, Е.И. Наука о спортивном плавании: учеб. пособие. / Е.И. Иванченко. – Минск: РУМЦ, 1993
4. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – К.: Олимпийская литература, 1997.
5. Плавание: учебник / В.Н.Платонов [и др.]; под общ. ред. Н.Платонова. – Киев: Олимпийская литература, 2000.

**Тема 64. Методика построения тренировочного процесса в макроциклах**

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Виды, характеристика и содержание элементов системы контроля педагогического процесса и динамики работоспособности в годичном МаЦ	1. Изучить содержание элементов системы контроля педагогического процесса и динамики работоспособности в годичном МаЦ

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Булгакова, Н.Ж Спортивное плавание: учебник для вузов физической культуры / Н.Ж. Булгакова. – М.: ФОН, 1996.
2. Волков Л.В. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. – К.: Вежа, 1997.
3. Иванченко, Е.И. Наука о спортивном плавании: учеб. пособие. / Е.И. Иванченко. – Минск: РУМЦ, 1993
4. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – К.: Олимпийская литература, 1997.
5. Плавание: учебник / В.Н.Платонов [и др.]; под общ. ред. Н.Платонова. – Киев: Олимпийская литература, 2000.

**Тема 64. Методика построения тренировочного процесса в макроциклах**

Основные вопросы	Контрольные задания
<p>1. Характеристика и содержание различных вариантов годового планирования.</p> <p>2. Целевая концепция построения тренировочного процесса в макроциклах подготовки в плавании и других водных видах спорта.</p> <p>3. Виды и общая структура макроциклов. Периодизация годовых макроциклов</p>	<p>1. Изучить целевую концепцию построения тренировочного процесса в макроциклах подготовки в плавании и других водных видах спорта.</p> <p>2. Изучить основные виды и общую структуру макроциклов.</p>

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Булгакова, Н.Ж Спортивное плавание: учебник для вузов физической культуры / Н.Ж. Булгакова. – М.: ФОН, 1996.
2. Волков Л.В. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. – К.: Вежа, 1997.
3. Иванченко, Е.И. Наука о спортивном плавании: учеб. пособие. / Е.И. Иванченко. – Минск: РУМЦ, 1993
4. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – К.: Олимпийская литература, 1997.
5. Плавание: учебник / В.Н.Платонов [и др.]; под общ. ред. Н.Платонова. – Киев: Олимпийская литература, 2000.

**Тема 64. Методика построения тренировочного процесса в макроциклах**

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Варианты планирования макроциклов. 2. Соотношение суммарного и общего объема тренировочной работы в макроциклах подготовки пловцов различной квалификации.	1. Изучить варианты планирования макроциклов. 2. Изучить соотношение суммарного и общего объема тренировочной работы в макроциклах подготовки пловцов различной квалификации.

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Булгакова, Н.Ж Спортивное плавание: учебник для вузов физической культуры / Н.Ж. Булгакова. – М.: ФОН, 1996.
2. Волков Л.В. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. – К.: Вежа, 1997.
3. Иванченко, Е.И. Наука о спортивном плавании: учеб. пособие. / Е.И. Иванченко. – Минск: РУМЦ, 1993
4. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – К.: Олимпийская литература, 1997.
5. Плавание: учебник / В.Н.Платонов [и др.]; под общ. ред. Н.Платонова. – Киев: Олимпийская литература, 2000.

**Тема 64. Методика построения тренировочного процесса в макроциклах**

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Структура общего и парциальных объемов плавания. 2. Примерное распределение объемов средств различных видов подготовки в макроциклах. 3. Примеры распределения тренировочных средств и динамика нагрузки сильнейших пловцов республики и мира	1. Изучить структуру общего и парциальных объемов плавания. 2. Проанализировать примеры распределения тренировочных средств и динамика нагрузки сильнейших пловцов республики и мира

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Булгакова, Н.Ж Спортивное плавание: учебник для вузов физической культуры / Н.Ж. Булгакова. – М.: ФОН, 1996.
2. Волков Л.В. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. – К.: Вежа, 1997.
3. Иванченко, Е.И. Наука о спортивном плавании: учеб. пособие. / Е.И. Иванченко. – Минск: РУМЦ, 1993
4. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – К.: Олимпийская литература, 1997.
5. Плавание: учебник / В.Н.Платонов [и др.]; под общ. ред. Н.Платонова. – Киев: Олимпийская литература, 2000.

**Тема 65. Методика построения занятий в микроциклах и мезоциклах**

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Общие основы чередования учебно-тренировочных занятий с различными по величине и направленности нагрузкам.	1. Изучить основы чередования учебно-тренировочных занятий с различными по величине и направленности нагрузкам.

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Булгакова, Н.Ж Спортивное плавание: учебник для вузов физической культуры / Н.Ж. Булгакова. – М.: ФОН, 1996.
2. Волков Л.В. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. – К.: Вежа, 1997.
3. Иванченко, Е.И. Наука о спортивном плавании: учеб. пособие. / Е.И. Иванченко. – Минск: РУМЦ, 1993
4. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – К.: Олимпийская литература, 1997.
5. Плавание: учебник / В.Н.Платонов [и др.]; под общ. ред. Н.Платонова. – Киев: Олимпийская литература, 2000.

**Тема 65. Методика построения занятий в микроциклах и мезоциклах**

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Общие основы чередования учебно-тренировочных занятий с различными по величине и направленности нагрузкам.	1. Изучить основы чередования учебно-тренировочных занятий с различными по величине и направленности нагрузкам.

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Булгакова, Н.Ж Спортивное плавание: учебник для вузов физической культуры / Н.Ж. Булгакова. – М.: ФОН, 1996.
2. Волков Л.В. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. – К.: Вежа, 1997.
3. Иванченко, Е.И. Наука о спортивном плавании: учеб. пособие. / Е.И. Иванченко. – Минск: РУМЦ, 1993
4. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – К.: Олимпийская литература, 1997.
5. Плавание: учебник / В.Н.Платонов [и др.]; под общ. ред. Н.Платонова. – Киев: Олимпийская литература, 2000.

**Тема 65. Методика построения занятий в микроциклах и мезоциклах**

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Общие основы чередования учебно-тренировочных занятий с различными по величине и направленности нагрузкам.	1. Изучить основы чередования учебно-тренировочных занятий с различными по величине и направленности нагрузкам.

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Булгакова, Н.Ж Спортивное плавание: учебник для вузов физической культуры / Н.Ж. Булгакова. – М.: ФОН, 1996.
2. Волков Л.В. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. – К.: Вежа, 1997.
3. Иванченко, Е.И. Наука о спортивном плавании: учеб. пособие. / Е.И. Иванченко. – Минск: РУМЦ, 1993
4. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – К.: Олимпийская литература, 1997.
5. Плавание: учебник / В.Н.Платонов [и др.]; под общ. ред. Н.Платонова. – Киев: Олимпийская литература, 2000.

**Тема 65. Методика построения занятий в микроциклах и мезоциклах**

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Определение перспективного предполагаемого тренировочного эффекта.	1. Оценить перспективность предполагаемого тренировочного эффекта.

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Булгакова, Н.Ж Спортивное плавание: учебник для вузов физической культуры / Н.Ж. Булгакова. – М.: ФОН, 1996.
2. Волков Л.В. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. – К.: Вежа, 1997.
3. Иванченко, Е.И. Наука о спортивном плавании: учеб. пособие. / Е.И. Иванченко. – Минск: РУМЦ, 1993
4. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – К.: Олимпийская литература, 1997.
5. Плавание: учебник / В.Н.Платонов [и др.]; под общ. ред. Н.Платонова. – Киев: Олимпийская литература, 2000.

**Тема 65. Методика построения занятий в микроциклах и мезоциклах**

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Предполагаемый и реальный тренировочный эффект как фактор коррекции тренировочного процесса	1. Проанализировать предполагаемый и реальный тренировочный эффект как фактор коррекции тренировочного процесса

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Булгакова, Н.Ж Спортивное плавание: учебник для вузов физической культуры / Н.Ж. Булгакова. – М.: ФОН, 1996.
2. Волков Л.В. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. – К.: Вежа, 1997.
3. Иванченко, Е.И. Наука о спортивном плавании: учеб. пособие. / Е.И. Иванченко. – Минск: РУМЦ, 1993
4. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – К.: Олимпийская литература, 1997.
5. Плавание: учебник / В.Н.Платонов [и др.]; под общ. ред. Н.Платонова. – Киев: Олимпийская литература, 2000.

**Тема 65. Методика построения занятий в микроциклах и мезоциклах**

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Предполагаемый и реальный тренировочный эффект как фактор коррекции тренировочного процесса	1. Проанализировать предполагаемый и реальный тренировочный эффект как фактор коррекции тренировочного процесса

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Булгакова, Н.Ж Спортивное плавание: учебник для вузов физической культуры / Н.Ж. Булгакова. – М.: ФОН, 1996.
2. Волков Л.В. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. – К.: Вежа, 1997.
3. Иванченко, Е.И. Наука о спортивном плавании: учеб. пособие. / Е.И. Иванченко. – Минск: РУМЦ, 1993
4. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – К.: Олимпийская литература, 1997.
5. Плавание: учебник / В.Н.Платонов [и др.]; под общ. ред. Н.Платонова. – Киев: Олимпийская литература, 2000.

**Тема 65. Методика построения занятий в микроциклах и мезоциклах**

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Структура тренировочных микроциклов и мезоциклов в подготовке пловцов различной квалификации	1. Изучить структуру тренировочных микроциклов и мезоциклов в подготовке пловцов различной квалификации

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Булгакова, Н.Ж Спортивное плавание: учебник для вузов физической культуры / Н.Ж. Булгакова. – М.: ФОН, 1996.
2. Волков Л.В. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. – К.: Вежа, 1997.
3. Иванченко, Е.И. Наука о спортивном плавании: учеб. пособие. / Е.И. Иванченко. – Минск: РУМЦ, 1993
4. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – К.: Олимпийская литература, 1997.
5. Плавание: учебник / В.Н.Платонов [и др.]; под общ. ред. Н.Платонова. – Киев: Олимпийская литература, 2000.

**Тема 65. Методика построения занятий в микроциклах и мезоциклах**

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Структура тренировочных микроциклов и мезоциклов в подготовке пловцов различной квалификации	1. Изучить структуру тренировочных микроциклов и мезоциклов в подготовке пловцов различной квалификации

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Булгакова, Н.Ж Спортивное плавание: учебник для вузов физической культуры / Н.Ж. Булгакова. – М.: ФОН, 1996.
2. Волков Л.В. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. – К.: Вежа, 1997.
3. Иванченко, Е.И. Наука о спортивном плавании: учеб. пособие. / Е.И. Иванченко. – Минск: РУМЦ, 1993
4. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – К.: Олимпийская литература, 1997.
5. Плавание: учебник / В.Н.Платонов [и др.]; под общ. ред. Н.Платонова. – Киев: Олимпийская литература, 2000.

**Тема 65. Методика построения занятий в микроциклах и мезоциклах**

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Структура тренировочных микроциклов и мезоциклов в подготовке пловцов различной квалификации	1. Изучить структуру тренировочных микроциклов и мезоциклов в подготовке пловцов различной квалификации

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Булгакова, Н.Ж Спортивное плавание: учебник для вузов физической культуры / Н.Ж. Булгакова. – М.: ФОН, 1996.
2. Волков Л.В. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. – К.: Вежа, 1997.
3. Иванченко, Е.И. Наука о спортивном плавании: учеб. пособие. / Е.И. Иванченко. – Минск: РУМЦ, 1993
4. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – К.: Олимпийская литература, 1997.
5. Плавание: учебник / В.Н.Платонов [и др.]; под общ. ред. Н.Платонова. – Киев: Олимпийская литература, 2000.

**Тема 69. Дополнительные факторы в системе спортивной подготовки. Типичные заболевания и травматизм пловцов**

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Внетренировочные и внесоревновательные факторы спортивной подготовки.	1. Изучить внутренировочные и внесоревновательные факторы спортивной подготовки.

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Булатова М.М., Платонов В.Н. Спортсмен в различных климато-географических и погодных условиях. — К.: Олимпийская литература, 1996. — 176 с.

2. Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов. — М.: Физкультура и спорт, 1988. - 331 с.

3. Вайцеховский СМ. Тренировка в среднегорье - мощный резерв повышения спортивных результатов // Научно-спортивный вестник. — 1986. — №2. — С. 19 — 21.

4. Волков Н.И., Жило Ж. Медицинские средства восстановления в спорте.— Смоленск: Спядынь, 1994. — С.55-93.

5. Зациорский В.М. Физические качества спортсмена (Основы теории и методики воспитания) — Изд. 2-е. -М.: Физкультура и спорт, 1980. — 200 с.

6. Иванченко В.А. Использование лекарственных растений // Медицинские средства восстановления спортивной работоспособности. — М.: Госкомспорт СССР, 1987. — С. 118-136.

7. Костюшенков В.В., Бахрак И.И. Применение фармакологических средств восстановления // Средства восстановления в спорте.— Смоленск.: Смяндынь, 1994. — С.122-151.

**Тема 69. Дополнительные факторы в системе спортивной подготовки. Типичные заболевания и травматизм пловцов**

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Особенности подготовки в условиях холодного и жаркого климата, других часовых поясов. Тренировка и соревнования в различное время суток.	1. Изучить особенности подготовки в условиях холодного и жаркого климата, других часовых поясов. 2. Проанализировать процесс тренировки и соревнований в различное время суток.

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Булатова М.М., Платонов В.Н. Спортсмен в различных климато-географических и погодных условиях. — К.: Олимпийская литература, 1996. — 176 с.
2. Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов. — М.: Физкультура и спорт, 1988. - 331 с.
3. Вайцеховский СМ. Тренировка в среднегорье - мощный резерв повышения спортивных результатов // Научно-спортивный вестник. — 1986. — №2. — С. 19 — 21.
4. Волков Н.И., Жило Ж. Медицинские средства восстановления в спорте.— Смоленск: Спядынь, 1994. — С.55-93.
5. Зациорский В.М. Физические качества спортсмена (Основы теории и методики воспитания) — Изд. 2-е. -М.: Физкультура и спорт, 1980. — 200 с.
6. Иванченко В.А. Использование лекарственных растений // Медицинские средства восстановления спортивной работоспособности. — М.: Госкомспорт СССР, 1987. — С. 118-136.
7. Костюшенков В.В., Бахрак И.И. Применение фармакологических средств восстановления // Средства восстановления в спорте.— Смоленск.: Смяндынь, 1994. — С.122-151.

**Тема 69. Дополнительные факторы в системе спортивной подготовки. Типичные заболевания и травматизм пловцов**

Основные вопросы	Контрольные задания
1. Особенности спортивной подготовки в условиях среднегорья и высокогорья. 2. Особенности реакклиматизации и деадаптации после возвращения в условия равнины. Естественная и искусственная гипоксия в системе спортивной подготовки пловцов. 3. Формы гипоксической спортивной тренировки пловцов	1. Изучить особенности спортивной подготовки в условиях среднегорья и высокогорья. 2. Проанализировать особенности реакклиматизации и деадаптации после возвращения в условия равнины. 3. Изучить формы гипоксической спортивной тренировки пловцов

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Булатова М.М., Платонов В.Н. Спортсмен в различных климато-географических и погодных условиях. — К.: Олимпийская литература, 1996. — 176 с.
2. Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов. — М.: Физкультура и спорт, 1988. - 331 с.
3. Вайцеховский СМ. Тренировка в среднегорье - мощный резерв повышения спортивных результатов // Научно-спортивный вестник. — 1986. — №2. — С. 19 — 21.
4. Волков Н.И., Жило Ж. Медицинские средства восстановления в спорте.— Смоленск: Спядынь, 1994. — С.55-93.
5. Зациорский В.М. Физические качества спортсмена (Основы теории и методики воспитания) — Изд. 2-е. -М.: Физкультура и спорт, 1980. — 200 с.
6. Иванченко В.А. Использование лекарственных растений // Медицинские средства восстановления спортивной работоспособности. — М.: Госкомспорт СССР, 1987. — С. 118-136.
7. Костюшенков В.В., Бахрак И.И. Применение фармакологических средств восстановления // Средства восстановления в спорте.— Смоленск.: Смяндынь, 1994. — С.122-151.

**Тема 69. Дополнительные факторы в системе спортивной подготовки. Типичные заболевания и травматизм пловцов**

Основные вопросы	Контрольные задания
<p>1. Травмы и заболевания опорно-двигательного аппарата. Болевые ощущения в области плечевого сустава. Болевые ощущения в области коленного сустава. Болезни уха. Заболевания глаз. Бронхоспазм, вызванный физической нагрузкой в плавании.</p>	<p>1. Изучить особенности травм и заболеваний опорно-двигательного аппарата, болезни уха, заболевания глаз.</p>

Рекомендуемая для изучения литература:

1. Булатова М.М., Платонов В.Н. Спортсмен в различных климато-географических и погодных условиях. — К.: Олимпийская литература, 1996. — 176 с.
2. Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов. — М.: Физкультура и спорт, 1988. - 331 с.
3. Вайцеховский СМ. Тренировка в среднегорье - мощный резерв повышения спортивных результатов // Научно-спортивный вестник. — 1986. — №2. — С. 19 — 21.
4. Волков Н.И., Жило Ж. Медицинские средства восстановления в спорте.— Смоленск: Спядынь, 1994. — С.55-93.
5. Зациорский В.М. Физические качества спортсмена (Основы теории и методики воспитания) — Изд. 2-е. -М.: Физкультура и спорт, 1980. — 200 с.
6. Иванченко В.А. Использование лекарственных растений // Медицинские средства восстановления спортивной работоспособности. — М.: Госкомспорт СССР, 1987. — С. 118-136.
7. Костюшенков В.В., Бахрак И.И. Применение фармакологических средств восстановления // Средства восстановления в спорте.— Смоленск.: Смяндынь, 1994. — С.122-151.