

УТВЕРЖДАЮ

Зав.кафедрой СБЕиСП

В.А.Харькова

Протокол №__ от ____20__

**Программно-экзаменационные требования по учебной дисциплине
«Теория и методика спортивной подготовки в избранном виде спорта»
для направления специальности
«Спортивно-педагогическая деятельность
(тренерская работа по тайландскому боксу)»**

Курс 1, з/о

Экзаменационные и зачетные вопросы

1. Общая характеристика этапа начальной подготовки в тайландском боксе (цели, задачи, возрастные особенности спортсменов, особенности построения подготовки в годичном цикле).
2. История возникновения и развития единоборств.
3. Классификация приемов и действий в единоборствах.
4. Техника безопасности при организации и проведении занятий по тайландскому боксу.
5. Общая биомеханическая характеристика боевой стойки спортсмена.
6. Биомеханические особенности основных видов передвижений спортсмена в поединке.
7. Биомеханическая характеристика типовой техники ударов руками (на примере одного из видов).
8. Биомеханическая характеристика типовой техники ударов ногами (на примере одного из видов).
9. Основные дидактические принципы и их реализация на этапе начального обучения.
10. Характеристика этапа начального разучивания приемов и действий.
11. Особенности методики тактической подготовки на этапе начальной подготовки.
12. Особенности возрастного развития скоростных способностей у юных спортсменов 9-12 лет.
13. Особенности возрастного развития силовых способностей у юных спортсменов 9-12 лет.
14. Особенности возрастного развития координационных способностей у юных спортсменов 9-12 лет.
15. Особенности возрастного развития выносливости у юных спортсменов 9-12 лет.

16. Особенности возрастного развития гибкости у юных спортсменов 9-12 лет.
17. Особенности методики развития скоростных способностей на этапе начальной подготовки.
18. Особенности методики развития скоростных способностей на этапе начальной подготовки.
19. Особенности методики развития силовых способностей на этапе начальной подготовки.
20. Особенности методики развития координационных способностей на этапе начальной подготовки.
21. Особенности методики развития выносливости на этапе начальной подготовки.
22. Особенности методики развития гибкости на этапе начальной подготовки.
23. Средства и методы развития волевых качеств у юных спортсменов на этапе начальной подготовки.
24. Средства и методы мотивации юных спортсменов к занятиям единоборствами.
25. Характеристика типовой структуры учебных, учебно-тренировочных и тренировочных занятий и особенности их построения на этапе начальной подготовки.
26. Построение годичного цикла подготовки на этапе начальной подготовки.
27. Отбор и спортивная ориентация юных спортсменов на этапе начальной подготовки.