

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 2, з/о

Экзаменационные и зачетные вопросы

1. Общая характеристика этапа предварительной базовой подготовки в тайландском боксе (цели, задачи, возрастные особенности спортсменов, особенности построения подготовки в годичном цикле).
2. Техника безопасности при организации и проведении занятий по тайландскому боксу.
3. Содержание и последовательность освоения приемов и действий на этапе предварительной базовой подготовки.
4. Двигательные ошибки при выполнении приемов тайландского бокса.
5. Особенности методики тактической подготовки на этапе предварительной базовой подготовки.
6. Особенности методики развития скоростных способностей на этапе предварительной базовой подготовки.
7. Особенности методики развития скоростных способностей на этапе предварительной базовой подготовки.
8. Особенности методики развития силовых способностей на этапе предварительной базовой подготовки.
9. Особенности методики развития координационных способностей на этапе предварительной базовой подготовки.
10. Особенности методики развития выносливости на этапе предварительной базовой подготовки.
11. Особенности методики развития гибкости на этапе предварительной базовой подготовки.
12. Средства и методы развития волевых качеств у юных спортсменов на этапе предварительной базовой подготовки.
13. Характеристика типовой структуры учебных, учебно-тренировочных и тренировочных занятий и особенности их построения на этапе предварительной базовой подготовки.

14. Построение программ микроциклов на этапе предварительной базовой подготовки.
15. Построение годового цикла подготовки на этапе предварительной базовой подготовки.
16. Отбор и спортивная ориентация юных спортсменов на этапе предварительной базовой подготовки.
17. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок на этапе предварительной базовой подготовки.
18. Содержание правил соревнований по тайландскому боксу.
19. Организация и подготовка соревнований по единоборствам.
20. Обеспечение судейства соревнований по тайландскому боксу.