

## ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

к государственному экзамену  
по направлению специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по рукопашному бою)»  
(список вопросов в порядке возрастания нумерации разделов и тем)

№ п/п	№ раздела	№ темы	Формулировка вопроса
1	I	1	Общая теория подготовки спортсменов как пример современных интегративных наук
2	I	2	История возникновения, развития и современное состояние видов спортивно-боевых единоборств
3	I	3	Классификация и терминология, применяемая для обозначения техники и тактики рукопашного боя
4	I	4	Правила безопасности при организации и проведении занятий и соревнований по рукопашному бою
5	I	4	Профилактика травматизма при организации и проведении занятий и соревнований рукопашным боем
6	II	5	Характеристика современной системы подготовки в спортивно-боевых единоборствах
7	II	6	Характеристика общей структуры многолетней подготовки в рукопашном бою
8	II	6	Структура и содержание тренировочного процесса в рукопашном бою на этапе спортивного совершенствования
9	II	6	Особенности построения тренировочного процесса в рукопашном бою на этапе высшего спортивного мастерства
10	II	6	Структура и содержание тренировочного процесса в рукопашном бою на этапе специализированной базовой подготовки
11	II	6	Структура и содержание тренировочного процесса в рукопашном бою на этапе предварительной базовой подготовки
12	II	6	Структура и содержание тренировочного процесса в рукопашном бою на этапе начальной подготовки
13	III	7	Методика выявления, анализа и исправления ошибок при обучении приемам рукопашного боя
14	III	7	Структура и содержание заданий, направленных на

			совершенствование техники рукопашного боя и ее тактической реализации в соревновательных условиях
15	III	7	Методические приемы, направленные на повышение стабильности и надежности реализации технико-тактических приемов и действий рукопашного боя
16	III	8	Структура и содержание технической и тактической подготовки на этапах многолетней спортивной подготовки
17	III	8	Анализ техники и тактические способы применения в поединке ударов руками
18	III	8	Анализ техники и тактические способы применения в поединке приемов защиты
19	III	8	Анализ техники и тактические способы применения в поединке ударов ногами
20	III	8	Анализ техники и тактические способы применения в поединке приемов выведения из равновесия (задние и передние подножки, подбивы, подсечки)
21	III	8	Анализ техники бросков и тактические способы их применения в спортивном рукопашном поединке
22	IV	9	Сущность и характеристика основных тактических манер ведения спортивного поединка
23	IV	9	Методика разработки рациональной тактической схемы ведения поединка с учетом индивидуальных способностей спортсмена
24	IV	10	Содержание и методика выполнения учебно-тренировочных заданий, направленных на формирование навыков быстрого восприятия и анализа соревновательной ситуации в поединке
25	IV	10	Методические приемы, позволяющие моделировать тактические ситуации, возникающие в ходе ведения соревновательного поединка
26	IV	11	Основы методики совершенствования технического и тактического мастерства спортсменов высокой квалификации
27	IV	11	Методика совершенствования индивидуальной манеры ведения боя средствами специально-подготовительных упражнений и обусловленных учебных заданий
28	IV	11	Методика обучения тактике ведения спортивного поединка в рукопашном бое
29	V	12	Требования к уровню развития двигательных

			способностей в рукопашном бое
30	V	13	Методика совершенствования координационных способностей у квалифицированных спортсменов-рукопашников
31	V	14	Методика совершенствования скоростных способностей у квалифицированных спортсменов-рукопашников
32	V	14	Методика развития скоростных способностей у юных спортсменов в каратэ на этапе начальной и предварительной базовой подготовки
33	V	15	Методика совершенствования силовых способностей у квалифицированных спортсменов-рукопашников
34	V	15	Методика развития силовых способностей у спортсменов-рукопашников на этапах начальной и предварительной базовой подготовки
35	V	16	Методика развития выносливости у юных спортсменов-рукопашников на этапах начальной и предварительной базовой подготовки
36	V	16	Методика совершенствования специальной выносливости у спортсменов-рукопашников на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства
37	V	17	Методика развития гибкости у спортсменов-рукопашников на этапах начальной и предварительной базовой подготовки
38	VI	18	Средства и методы повышения волевой подготовленности спортсменов-рукопашников
39	VI	19	Идеомоторная тренировка в системе методов, направленных на совершенствование тактико-технического мастерства в рукопашном бое
40	VI	20	Регулирование психической напряженности в процессе тренировочной и соревновательной деятельности в рукопашном бое
41	VII	21	Методика планирования тренировочного процесса в рукопашном бое на этапе высшего спортивного мастерства
42	VII	22	Общая структура и основная педагогическая направленность занятий в рукопашном бое
43	VII	22	Общие основы построения подготовительной части тренировочного занятия в рукопашном бое. Особенности предсоревновательной разминки

44	VII	23	Особенности методики построения программ микроциклов на различных этапах многолетней спортивной подготовки
45	VII	24	Особенности методики построения программ мезоциклов на различных этапах многолетней спортивной подготовки
46	VIII	25	Основной отбор и ориентация на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства.
47	IX	26	Особенности системы управления подготовкой спортсменов на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства
48	IX	27	Особенности организации и проведения комплексного контроля в рукопашном бое с использованием педагогических, социально-психологических и медико-биологических показателей
49	X	28	Содержание правил спортивных соревнований по рукопашному бою (экипировка, разрешенные и запрещенные действия, регламент боя, размеры площадки)
50	X	29	Организация и проведение спортивных соревнований по рукопашному бою (функции проводящей организации и судейского персонала)
51	X	30	Организация судейства спортивных соревнований по рукопашному бою. Обязанности и взаимодействие членов главной судейской коллегии. Работа судейско-вспомогательного персонала
52	XI	31	Методические подходы к оценке эффективности техники выполнения приемов рукопашного боя в условиях воздействий «сбивающих» факторов (активное противодействие соперника, прогрессирующее утомление и др.)
53	XI	32	Методические приемы, направленные на совершенствование комплексных скоростных способностей в рукопашном бое
54	XI	32	Характеристика средств общей и специальной направленности, используемых для совершенствования скоростных способностей в рукопашном бое на этапе специализированной

			базовой подготовки
55	XI	33	Характеристика общих и специальных средств, направленных на развитие координационных способностей у юных спортсменов-рукопашников
56	XI	34	Характеристика средств общей и специальной направленности, используемых для совершенствования силовых способностей в рукопашном бое на этапе специализированной базовой подготовки
57	XI	34	Методические приемы, направленные на использование упражнений с отягощениями с целью развития силовых способностей
58	XI	35	Методические приемы, направленные на развитие локальной мышечной выносливости
59	XI	35	Характеристика средств общей и специальной направленности, используемых для развития выносливости в рукопашном бое на этапе специализированной базовой подготовки
60	XI	36	Методические приемы, направленные на совершенствование гибкости квалифицированных спортсменов-рукопашников