

УТВЕРЖДАЮ:
Зам.директора по УР
_____Арсеньева Е.В.
« ___ » _____ 20__ г.

**Экзаменационные вопросы по предмету
Избранный вид спорта «Баскетбол»
III курс, VI семестр.**

1. Общие основы техники двигательных действий в избранном виде спорта: элементы, фазы, периоды. Современные технологии, используемые для контроля и совершенствования техники двигательных действий.
2. Методика обучения технике в избранном виде спорта с учетом особенностей формирования двигательного навыка.
3. Общие и специальные упражнения, обоснование подбора специальных упражнений в избранном виде спорта.
4. Развитие силовых способностей в избранном виде спорта. Виды силовых способностей, факторы, обуславливающие уровень проявления, оценка уровня развития, методика развития.
5. Развитие скоростно-силовых способностей в избранном виде спорта. Виды скоростно-силовых способностей, факторы, обуславливающие уровень проявления, оценка уровня развития, методика развития.
6. Развитие скоростных способностей в избранном виде спорта. Формы проявления скоростных способностей, факторы, обуславливающие уровень проявления, оценка уровня развития, методика развития.
7. Общая выносливость человека: определение, физиологические и биохимические механизмы. Функциональные резервы выносливости. Методы развития выносливости на примере избранного вида спорта. Оценка уровня развития у спортсменов.
8. Специальная выносливость в избранном виде спорта: формы проявления и характеристика, факторы, обуславливающие уровень проявления (физиологические, биомеханические, психологические и др.), оценка уровня развития, методика развития.
9. Развитие гибкости в избранном виде спорта: виды гибкости, морфо-функциональная характеристика, факторы, определяющие уровень проявления, анатомические резервы и физиологические механизмы развития гибкости. Оценка уровня развития, методика развития.
10. Развитие координационных способностей в избранном виде спорта: виды координационных способностей, факторы, обуславливающие уровень проявления, морфо-функциональная характеристика ловкости. Оценка уровня развития, методика развития.
11. Показатели тренированности в избранном виде спорта, их использование в системе подготовки.
12. Профилактика травматизма и острых патологических состояний при занятиях избранным видом спорта. Оказание первой помощи.
13. Возникновение и развитие избранного вида спорта. Характеристика исторических этапов развития, выдающиеся личности. Основные соревнования, знаменитые спортсмены.
14. Понятия «подготовка спортсмена» и «спортивная тренировка». Цель, задачи подготовки спортсмена в избранном виде спорта.
15. Соревнования в системе подготовки в избранном виде спорта (значение, планирование, организация и проведение, основные документы: положение о соревнованиях, заявка). Современные информационные технологии, используемые для контроля соревновательной деятельности.
16. Планирование в системе подготовки в избранном виде спорта. Структура, содержание, формы перспективного, текущего и оперативного планирования.

17. Структура процесса обучения двигательным действиям, характеристика его этапов (на примере базового вида спорта).
18. Значение, отличительные особенности, применение в физической культуре игрового и соревновательного методов и метода строго регламентированного упражнения (на примере избранного вида спорта).
19. Применение в тренировочном процессе по избранному виду спорта повторного, равномерного, переменного и интервального методов тренировки.
20. Реализация в процессе подготовки в избранном виде спорта принципов спортивной тренировки: единство углубленной специализации и направленности к высшим достижениям, единство общей и специальной подготовки спортсмена.
21. Реализация в процессе подготовки в избранном виде спорта принципов спортивной тренировки: непрерывность тренировочного процесса, волнообразность и вариативность динамики нагрузок.
22. Реализация в процессе подготовки в избранном виде спорта принципов спортивной тренировки: цикличность тренировочного процесса, единство постепенности увеличения нагрузки и тенденции к максимальным нагрузкам.
23. Понятие тренировочной нагрузки, её компоненты, учитываемые параметры и способы регулирования на тренировочном занятии в избранном виде спорта.
24. Классификация упражнений и терминология в избранном виде спорта. Их роль в учебно-тренировочной работе.
25. Физическая подготовка в избранном виде спорта: понятие, значение, виды, содержание, связь с другими видами подготовки.
26. Техническая подготовка в избранном виде спорта: понятие, значение, виды, содержание, связь с другими видами подготовки.
27. Тактическая подготовка в избранном виде спорта: понятие, значение, виды, содержание, связь с другими видами подготовки.
28. Психологическая подготовка в избранном виде спорта: понятие, значение, виды, содержание, связь с другими видами подготовки.
29. Интеллектуальная подготовка в избранном виде спорта: понятие, значение, виды, содержание, связь с другими видами подготовки.
30. Подготовительный период годичного тренировочного цикла в избранном виде спорта: направленность, варианты построения, типичные задачи, основные средства и методы, особенности динамики нагрузок.
31. Соревновательный период годичного тренировочного цикла в избранном виде спорта: направленность, варианты построения, типичные задачи, основные средства и методы, особенности динамики нагрузок.
32. Переходный период годичного тренировочного цикла в избранном виде спорта: направленность, типичные задачи, основные средства и методы, особенности динамики нагрузок.
33. Построение этапа непосредственной подготовки к соревнованиям в избранном виде спорта.
34. Структура и содержание отдельного занятия в избранном виде спорта. Типы занятий. Варианты сочетания занятий в одном тренировочном дне.
35. Современные тенденции изменения правил соревнований в избранном виде спорта их влияние на развитие вида спорта.
36. Техника безопасности при организации занятий в избранном виде спорта.
37. Анализ техники и методика обучения стойкам, перемещениям. Основные ошибки.
38. Анализ техники и методика обучения ловли-передачи мяча (на месте и в движении). Основные ошибки.
39. Анализ техники и методика обучения бросков с места. Основные ошибки.
40. Анализ техники и методика обучения броска в движении. Основные ошибки.

41. Анализ техники и методика обучения ведения мяча. Основные ошибки.
42. Анализ техники и методика обучения остановкам, поворотам. Основные ошибки.
43. Анализ техники и методика обучения вырыванию, выбиванию, перехвату мяча. Основные ошибки.
44. Методика обучения индивидуальным тактическим действиям в нападении (описать систему выходов и разновидности).
45. Методика обучения групповым тактическим действиям в нападении (перечислить, изобразить схематично).
46. Методика обучения командным тактическим действиям в нападении (перечислить, изобразить схематично).
47. Методика обучения индивидуальным тактическим действиям в защите (описать систему выходов и разновидности).
48. Методика обучения групповым тактическим действиям в защите (перечислить, изобразить схематично).
49. Методика обучения командным тактическим действиям в защите. Зонный прессинг (перечислить, изобразить схематично).
50. Методика обучения командным тактическим действиям в защите. Зонная система защиты (перечислить, изобразить схематично).
51. Методика обучения командным тактическим действиям в защите. Личный прессинг (перечислить, изобразить схематично).
52. Методика обучения командным тактическим действиям в защите. Смешенная система защиты (перечислить, изобразить схематично).
53. Анализ техники и методика обучения финтам.
54. Спортивный отбор и спортивная ориентация.
55. Система спортивной тренировки.
56. Структура спортивной тренировки.
57. Круговой метод развития физических качеств.
58. Амплуа игроков. Функции.
59. Управление системой подготовки баскетболистов.
60. Система подготовки юных спортсменов.
61. ОФП и СФП баскетболистов. Задачи, средства.
62. Планирование работы в ДЮСШ. Документы планирования.
63. Стили работы тренера. Воспитательная роль.
64. Прогнозирование в системе спортивной подготовки. Методы.
65. Модельные характеристики учебно-тренировочного и соревновательного процесса подготовки баскетболистов.
66. Комплексный контроль и учет в системе подготовки баскетболистов.
67. Методика построения спортивной тренировки с юными спортсменами разных возрастных групп.
68. Типичные ошибки при выполнении физических упражнений, приемы и средства их устранения.
69. Методические основы спортивной тренировки.
70. Регулирование состава тела. Состав тела и питание. Рекомендации по составлению ежедневной сбалансированной диеты. Энергоёмкое питание для игр и тренировок.
71. Особенности подготовки сборных команд.
72. Характеристика соревновательной деятельности в командных игровых видах спорта.
73. Структура соревновательной деятельности и факторы, её определяющие.
74. Современное состояние судейства баскетбольных матчей и подготовки арбитров.
75. Проблема отбора и функциональная база деятельности арбитров.