

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЛГПУ»)

Институт физического воспитания и спорта
Кафедра теории и методики физического воспитания

Вопросы
для подготовки к сдаче вступительного испытания
по программе подготовки научных и научно-педагогических кадров в
аспирантуре по дисциплине «Теория и методика спорта»
2024 год

ВОПРОСЫ

1. Силовые способности, их основы и методика их совершенствования.
2. Скоростные способности, их основы и методика их совершенствования.
3. Выносливость как физическое качество и методика ее воспитания.
4. Гибкость как физическое качество и методы ее совершенствования.
5. Двигательно-координационные способности, основные компоненты координационных способностей, пути их совершенствования.
6. Основы обучения двигательным действиям.
7. Социальные функции спорта, его место и связи в системе общественных явлений. Основные направления в развитии спорта.
8. Основы спортивной тренировки. Цели и задачи спортивной тренировки.
9. Общая характеристика средств и методов спортивной подготовки.
10. Система тренировочно-соревновательной подготовки. Спортивные достижения и тенденции их развития (на примере избранного вида спорта).
11. Характеристика принципов спортивной тренировки в избранном виде физкультурно-спортивной деятельности: цикличность тренировочного процесса, единство и взаимосвязь ее компонентов.
12. Характеристика принципов спортивной тренировки в избранном виде физкультурно-спортивной деятельности: направленность на высшие достижения, углубленная специализация и индивидуализация, единство общей и специальной подготовки.

13. Спортивная подготовка как многолетний процесс и ее структура.
14. Основы построения процесса спортивной подготовки. Планирование тренировочно-соревновательного процесса в малых, средних и больших циклах подготовки (на примере избранного вида спорта).
15. Задачи, средства и методы общей и специальной физической подготовки. Методы контроля над уровнем физической подготовленности (на примере избранного вида физкультурно-спортивной деятельности).
16. Задачи, средства и методы технико-тактической подготовки. Методы контроля над уровнем технико-тактической подготовленности (на примере избранного вида физкультурно-спортивной деятельности).
17. Учет и контроль в подготовке спортсмена. Контроль над соревновательными и тренировочными воздействиями. Контроль над состоянием подготовленности спортсмена. Самоконтроль спортсмена.
18. Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки.
19. Спортивная форма и фазы ее развития.
20. Спорт в современном обществе и тенденции его развития.
21. Организация и способы проведения соревнований (на примере избранного вида спорта).
22. Задачи и содержание процесса подготовки спортивного резерва в ДЮСШ.
23. Особенности подготовки сборных команд, принципы комплектования. Содержание подготовки. Организация и проведение тренировочных сборов.
24. Основные направления спортивного движения: массовый спорт, спорт высших достижений, инвалидный спорт.
25. Классификация видов спорта по особенностям предмета состязания.
26. Физиологические основы спортивной тренировки женщин.
27. Спортивная работоспособность в условиях измененного барометрического давления. Характеристика факторов, действующих на организм в горной местности. Работоспособность в горах, акклиматизация.
28. Тренировки в разных условиях температурного режима.
29. Физиологическая характеристика функционального состояния организма при спортивной деятельности: предстартовое, разминка, вработывание, истинное и ложное устойчивое состояние.
30. Физиологическая характеристика физических упражнений. Характеристика стандартных циклических и ациклических движений.
31. Характеристика циклических упражнений различной относительной мощности: максимальной, субмаксимальной, большой и умеренной.
32. Методы определения общей работоспособности спортсмена (PWC170, ИГСТ, ТЕСТ Купера и т.д.).
33. Допинг-контроль в спорте.
34. Восстановительные средства в спорте.
35. Физкультурно-спортивная ориентация как составная часть

педагогической направленности личности спортивного педагога.

36. Направленность воспитания личности в процессе занятий спортом.
37. Особенности самовоспитания в спорте
38. Специфика коллективных взаимоотношений при занятиях физической культурой и спортом.
39. Требования к личности тренера.
40. Связь спортивной подготовки с нравственным воспитанием.
41. Понятие спортивной этики.
42. Педагогические технологии и инновации в сфере физической культуры и спорта.
43. Психологические основы обучения двигательным действиям.
44. Психологическая характеристика спорта как вида деятельности
45. Психологические особенности учебно-тренировочной деятельности в спорте.
46. Психология спортивного соревнования.
47. Психологические основы физической подготовки.
48. Психологические основы технической подготовки.
49. Психологические основы тактической подготовки.