**Дополнительное профессиональное образование**

**программа профессиональной переподготовки**

**«ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»**

**ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ**

**Итоговая аттестация осуществляется в виде** **междисциплинарного экзамена.**

Экзаменационный билет включает в себя 3 вопроса:

1 и 2 – теоретические,

3- практический.

**Теоретические вопросы:**

1. Понятие о методах, приемах, средствах обучения. Классификация методов обучения по источнику знаний: словесные; наглядные; практические.
2. Урок как основная форма организации учебного процесса. Требования к современному уроку. Конкретизация дидактических, воспитательных и развивающих требований.
3. Основные категории теории воспитания: воспитание, самовоспитание, перевоспитание. Особенности воспитательного процесса.
4. Понятие о методах, приемах, и средствах воспитания. Классификация методов воспитания: методы формирования сознания; методы организации деятельности и формирования опыта; методы стимулирования..
5. Система физического воспитания в школе. Урок как основная форма. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня школьника: утренняя гимнастика, физкультминутки на уроках, организация активного отдыха на перемене. Внеклассная и внешкольная работа по физическому воспитанию.
6. Понятие о детском коллективе. Существенные признаки коллектива. Новые подходы в теории и практике воспитания в коллективе. Пути формирования коллектива.
7. Лыжный спорт в системе массовой физкультурно-оздоровительной работы.
8. Исторический обзор развития избранного вида спорта.
9. Структура и этапы процесса обучения двигательным действиям.
10. Техника двигательного действия, характерного избранному виду спорта.
11. Тактическая подготовка в избранном виде спорта.
12. Характеристика принципов организации соревновательной деятельности в избранном виде спорта.
13. Система соревнований в избранном виде спорта.
14. Цель и задачи спортивной тренировки.
15. Формы организации учебно-тренировочных занятий.
16. Содержание и сущность спортивной тренировки в избранном виде спорта
17. Виды планирования в спорте.
18. Значение планирования учебно-тренировочных занятий. Описать методику планирования учебно-тренировочных занятий в избранном виде спорта
19. Основы формирования двигательного умения.
20. Основы формирования двигательного навыка.  
    Методика развития физических качеств в избранном виде спорта.
21. Основы психологической подготовки в избранном виде спорта.
22. Педагогический контроль в избранном виде спорта. Основы руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.
23. Особенности физической подготовки в избранном виде спорта.
24. Особенности тактической подготовки в избранном виде спорта.
25. Особенности технической подготовки в избранном виде спорта.
26. Особенности интегральной подготовки в избранном виде спорта
27. Основы диагностики спортивной предрасположенности.
28. Спортивный отбор в процессе спортивной тренировки.
29. Основы спортивной ориентации.
30. Методы педагогического контроля на учебно-тренировочных занятиях.
31. Методы педагогического контроля на соревнованиях по избранному виду спорта.
32. Методические приёмы педагогического контроля на учебно-тренировочных занятиях.
33. Охарактеризовать виды документов планирования учебно-тренировочных занятий.
34. Охарактеризовать виды документов планирования соревновательной деятельности.
35. Виды планирования учебно-тренировочного и соревновательного процесса в избранном виде спорта.
36. Теоретические основы планирования в спорте.
37. Методика планирования соревновательного процесса в избранном виде спорта.
38. Характеристика оздоровительной тренировки.
39. Виды планирования оздоровительной тренировки.
40. Основы методики планирования оздоровительной тренировки на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности.
41. Характеристика оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий.
42. Виды оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий.
43. Основы методики планирования оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий.
44. Основные требования к устному выступлению, отчету, реферату, конспекту.
45. Логика подготовки к устному выступлению, отчету, реферату, конспекту.
46. Характеристика опытно-экспериментальной работы в сфере физической культуры и спорта.
47. Организация опытно-экспериментальной работы в сфере физической культуры и спорта.
48. Методы измерений в физическом воспитании и спорте.
49. Средства измерений в физическом воспитании и спорте.
50. Статистические методы обработки результатов исследований.

**Практические задания:**

1. Составить план подготовительной части тренировочного занятия с использованием специально-подготовительных (подводящих и развивающих) упражнений (на примере ИВС).
2. Разработать структуру тренировочного занятия, способствующего закреплению и совершенствованию двигательного действия, с использованием целостно-конструктивного метода (на примере ИВС).
3. Разработать структуру тренировочного занятия, способствующего разучиванию двигательного действия, с использованием расчлененно-конструктивного метода (на примере ИВС).
4. Составить план тренировочного занятия комплексной направленности с последовательным развитием 2-3 физических качеств (на примере ИВС).
5. Составить план тренировочного занятия с использованием метода круговой тренировки, способствующего развитию силовых способностей спортсменов.
6. Расписать структура и типы микроциклов (малых циклов) в спортивной подготовке.
7. Составить схему распределения тренировочной нагрузки (малой, средней, значительной, большой) в микроцикле.
8. Составить схему распределения тренировочной нагрузки (малой, средней, значительной, большой) в микроцикле по дням недели.
9. Составить конспект урока по гимнастики для начальных классов.
10. Составить конспект урока по гимнастики для средних классов.
11. Составить конспект урока по гимнастики для старших классов.
12. Составить конспект урока по легкой атлетики для начальных классов.
13. Составить конспект урока по легкой атлетики для средних классов.
14. Составить конспект урока по легкой атлетики для старших классов.
15. Составить конспект урока по подвижным играм для начальных классов.
16. Составить конспект урока по спортивным играм. для средних классов.
17. Составить конспект урока по спортивным играм для старших классов.
18. Составить примерный комплекс упражнений физкультминутки
19. Составить примерный комплекс производственной гимнастикив рабочее время
20. Составить примерный годовой план график учебного процесса в 5-9 классах.
21. Составить примерное календарно-тематическое планирование учебной работы для учащихся 5 класса на 1 четверть.
22. Подобрать и расписать упражнения для развития физического качества сила.
23. Подобрать и расписать упражнения для развития физического качества гибкость.
24. Подобрать и расписать упражнения для развития качества выносливость
25. Подобрать и расписать упражнения для развития физического качества быстрота.