

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Юсупов Сергей Михайлович
Должность: ректор
Дата подписания: 26.05.2026 10:09:40
Уникальный программный ключ:
e3a68f3e4d1e62674b54f4998099d3d6bfdf836

Оценочные материалы для промежуточной аттестации по дисциплине Теория и методика прикладной физической культуры, 3 семестр

Код, направление	49.04.03 СПОРТ
подготовки	
Направленность (профиль)	Спорт высших достижений
Форма обучения	очная
Кафедра-разработчик	Теории физической культуры
Выпускающая кафедра	Теории физической культуры

Типовые задания для контрольной работы:

1. Общие основы теории и методики прикладной физической культуры
2. Цель, задачи и общие принципы функционирования системы прикладной физической культуры
3. Средства и методы развития физических способностей и формирования двигательных умений и навыков в процессе реализации профессионально прикладной физической подготовки
4. Современные подходы к построению и основы методики ППФП с учетом профессиональной принадлежности занимающихся.
5. Современные технологии контроля результативности процесса профессионально-прикладной физической подготовки

Типовые вопросы к зачету:

1. Теория и методика прикладной физической культуры как наука и учебная дисциплина.
2. Сравнительная характеристика понятий «физическая культура», «прикладная физическая культура», «физическая рекреация», «двигательная реабилитация», их связь и специфические стороны.
3. Цель, задачи и общие принципы системы прикладной физической культуры.
4. Понятие о средствах формирования физической культуры личности, их классификационная характеристика.
5. Физические упражнения, их классификация. Многосторонность и обусловленность влияния физических упражнений на занимающихся.
6. Техника физических упражнений прикладной направленности (понятие, основа, ведущее звено, детали техники).
7. Классификация методов, используемых для в прикладной физической культуре. Требования к выбору методов.
8. Методы разучивания двигательных действий в целом и по частям (назначение, содержание, методические особенности, варианты).
9. Метод равномерного упражнения (назначение, содержание, методические особенности, варианты).
10. Метод переменного упражнения (назначение, содержание, методические особенности, варианты).
11. Метод повторного упражнения (назначение, содержание, методические особенности, варианты).
12. Метод интервального упражнения (назначение, содержание, методические особенности, варианты).

13. Круговая тренировка как организационно-педагогическая форма занятия (назначение, содержание, методические особенности, варианты).
14. Игровой и соревновательный методы, их значение и особенности использования.
15. Нагрузка и отдых при занятиях физическими упражнениями, их виды. Приемы регулирования и дозирования нагрузки.
16. Принцип сознательности и активности (общая характеристика, пути реализации в процессе занятий физическими упражнениями).
17. Принцип наглядности (общая характеристика, пути реализации в процессе занятий физическими упражнениями).
18. Принцип доступности и индивидуализации (общая характеристика, пути реализации в процессе занятий физическими упражнениями).
19. Принцип систематичности (общая характеристика, пути реализации в процессе занятий физическими упражнениями).
20. Принцип непрерывности процесса занятий физическими упражнениями (общая характеристика, пути реализации в процессе занятий физическими упражнениями).
21. Общая характеристика процесса обучения двигательным действиям в ПФК.
22. Понятие о двигательных умениях и навыках, их отличительные черты. Закономерности формирования двигательных навыков в ПФК.
23. Перенос двигательных навыков (понятие, виды переноса).
24. Структура процесса обучения двигательным действиям, характеристика его этапов.
25. Общая характеристика физических способностей (понятие, взаимосвязь способностей и качеств, классификация, закономерности развития) и методика их развития в прикладной физической культуре.
26. Перенос физических способностей (качеств): понятие о переносе, его виды и значение в прикладной физической культуре.
27. Формы построения занятий физическими упражнениями в ПФК, их классификация и особенности.
28. Методы организации и управления деятельностью занимающихся на занятиях ПФК.
29. Планирование работы по прикладной физической культуре (назначение, методические требования, виды, содержание, технология и документы).
30. Контроль и учет в процессе занятий физическими упражнениями в ПФК (назначение, методические требования, виды, содержание и технология, документы).
31. Педагогический контроль над проведением занятий прикладной физической культуре (назначение, виды, содержание и технология проведения).