**Вопросы для самоподготовки по дисциплине Теория и методика избранного вида спорта**

2 семестр

1 Место плавания в системе физического воспитания.

2 Определение и содержание предмета плавания. Классификация

предмета.

3 Структура профессионально-педагогической деятельности тренера.

4 Зарождение плавания, первые спортивные соревнования пловцов.

Создание международной спортивной организации пловцов.

5 Анализ выступления российских пловцов на Олимпийских играх.

6 Терминология, применяемая при изучении техники плавания.

7 Особенности плавания как физического упражнения, значение

плавания.

8 Понятие «техника плавания» и факторы, ее определяющие.

9 Статическое плавание. Условия равновесия тела в воде.

10 Методика определения плавучести и равновесия пловцов в воде.

11 Динамическое плавание. Подъемная сила и сила тяги.

12 Виды сопротивления воды.

13 Влияние анатомического строения тела на технику плавания.

14 Физические свойства воды.

15 Общие закономерности техники плавания спортивными способами.

16 Кинематические характеристики движений пловца.

17 Динамические характеристики движений пловца.

18 Фазовый состав цикла движений руками.

19 Интегральные характеристики рациональной техники плавания.

20 Эволюция техники плавания способом кроль на груди.

21 Анализ техники движения ног при плавании кролем на груди.

22 Анализ техники согласования рук, ног и дыхания способом кроль на

груди.

23 Типичные ошибки, встречающиеся при плавании способом кроль на

груди и способы их устранения.

24 Педагогическая модель техники плавания способом кроль на груди.

25 Закономерности и особенности изменений в характеристиках техники плавания у ведущих кролистов мира.

**Список рекомендуемой литературы**

**Основная**

1. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/472873>

2. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.] ; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 322 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11314-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/475335>

**Дополнительная:**

1. Физическая культура. Ускоренное передвижение и легкая атлетика : учебное пособие / Н. А. Шипов, А. В. Трофимов, С. Н. Авдеева, А. В. Буриков. — Саратов : Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 105 c. — ISBN 978-5-4497-0065-0. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/84086.html> .

2. Элективные дисциплины по физической культуре и спорту : курс лекций / составители А. В. Шулаков [и др.]. — Новосибирск : Новосибирский государственный университет экономики и управления «НИНХ», 2018. — 83 c. — ISBN 978-5-7014-0874-4. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/87184.html>.

3. Каширин, В. А. Диагностика и коррекция индивидуального здоровья студентов : электронный учебный курс / В. А. Каширин, Е. Н. Каленик, В. К. Федулов. - Ульяновск : УлГУ, 2017. - URL: <https://portal.ulsu.ru/course/view.php?id=94539> . - Режим доступа: Портал ЭИОС УлГУ. - Текст : электронный.

4. *Германов, Г. Н.* Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 224 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04492-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/472703>