

**Вопросы для подготовки к устному зачету по дисциплине «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту»:
для студентов 3 курса, поступивших в 2018 году**

3 курс (5 семестр)

1. Место профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП) в системе физического воспитания.
2. Основные факторы, определяющие конкретное содержание ППФП студентов.
3. Личная необходимость психофизической подготовки человека к труду.
4. Положения, определяющие социально-экономическую необходимость психофизической подготовки человека к труду.
5. Организация, формы и средства ППФП в ВУЗе.
6. ППФП студентов на учебных занятиях и во внеучебное время. Методика подбора средств ППФП.
7. Особенности утомления и динамики работоспособности в течение рабочего дня, недели, сезона, года представителей различных направлений деятельности.
8. Определение понятия ППФП, ее цели и задачи..
9. Факторы, влияющие на содержание ППФП.
10. Система контроля профессионально-прикладной физической подготовленности студентов.
11. Характеристика прикладных видов спорта.
12. Влияние географических, климатических, региональных условий на жизнедеятельность работников различных направлений деятельности
13. Формирование мотивов и организация занятий профессионально-прикладными физическими упражнениями.
14. Особенности ППФП по направлениям подготовки в ВУЗе.
15. Особенности построения занятий по ППФП в условиях обучения в ВУЗе.
16. Профессионально-прикладная физическая подготовка как разновидность специальной физической подготовки.
17. Профессиональная направленности физической культуры.
18. Планирование объема и интенсивности физических упражнений с учетом трудовой деятельности.
19. Цель, задачи и средства ППФП.
20. Значение ППФП в подготовке будущих специалистов в направлении подготовки «Экономика» и «Менеджмент».

3 курс (6 семестр)

1. 1. Оптимальная двигательная активность и ее воздействие на здоровье и работоспособность.
2. Выбор видов спорта и упражнений для повышения функциональных возможностей организма.
3. Диагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом. Виды диагностики, их цели и задачи.
4. Самоконтроль за физическим развитием, физической подготовленностью и функциональным состоянием организма..
5. Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий физическими упражнениями.
6. Формы и содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями в ВУЗе.
7. Характер и содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями в зависимости от возраста..
8. Планирование и управление самостоятельными занятиями физическими упражнениями. Факторы обуславливающие интенсивность физических упражнений у лиц различного возраста.
9. Особенности построения самостоятельных занятий физическими упражнениями для студентов специальных медицинских групп
10. Контроль в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями. Виды, средства и методы. Самоконтроль, его цели, задачи и методы исследования. Дневник самоконтроля
11. Определение понятия "спорт". Его отличие от других видов занятий физическими упражнениями
12. Студенческий спорт, как часть международного олимпийского движения.
13. Спортивные соревнования как средство и метод общей физической, профессионально-прикладной, спортивной подготовки студентов и контроль их эффективности.
14. Классификация видов спорта по характеру выполнения движений.
15. Характеристика понятий «массовый спорт», «базовый спорт», «спорт высших достижений», «профессиональный спорт» и «паралимпийский спорт» .
16. Характеристика крупных международных спортивных мероприятий.
17. Система управления международным студенческим спортом.
18. Система спортивных студенческих соревнований.
19. Правовое регулирование студенческим спортом на различных уровнях.
20. Функциональные обязанности участников международного студенческого движения