**Примерные вопросы к теоретическому разделу зачёта**

Вопросы для каждого курса охватывают базовые знания, содержащиеся в материале лекций. Преподаватель может увеличить представленное количество вопросов или несколько изменить их в формулировке.

1 курс

1. Что понимается под физической культурой общества?

2. Что понимается под физической культурой личности?

3. Какие основные понятия физической культуры вы знаете?

4. Объясните значение физической культуры в формировании личности. 5. Какие бывают направления физической культуры?

6. Назовите основные группы средств, применяемых в физическом воспитании.

7. Назовите основные группы методов, применяемых в физическом воспитании.

8. Назовите основные группы принципов, применяемых в физическом воспитании.

2 курс

1. Что составляет основу знаний в физическом воспитании и спорте?

2. Перечислите дисциплины, составляющие основу специальных знаний при занятиях физическими упражнениями.

3. Объясните значение знаний анатомии при занятиях физическими упражнениями.

4. Объясните значение знаний физиологии при занятиях физическими упражнениями.

5. Объясните значение знаний педагогики при проведении занятий физическими упражнениями.

6. Обоснуйте значение знаний психологии при проведении занятий физическими упражнениями.

7. Объясните значение знаний теории и методики физического воспитания при занятиях физическими упражнениями.

8. Назовите основные физические способности человека.

9. Объясните значение оптимального развития физических способностей в жизненной деятельности человека.

3 курс

1. Что такое спорт?

2. Перечислите основные группы видов спорта, получивших развитие в Республике Беларусь.

3. Назовите основные компоненты системы спортивной подготовки.

4. Что понимается под системой соревнований?

5. Что понимается под системой тренировки?

6. Как развивается спортивная форма?

7. Какие реакции организма спортсмена возникают в процессе тренировки?

8. Перечислите формы занятий физическими упражнениями.

9. Назовите структурные части занятия.

10. Что понимается под планированием в физическом воспитании и спорте?

11. Что понимается под контролем в физическом воспитании и спорте? 4 курс

1. Объясните взаимосвязь физического и трудового воспитания.

2. Объясните взаимосвязь физического и умственного воспитания.

3. Объясните взаимосвязь физического и нравственного воспитания.

4. Объясните взаимосвязь физического и эстетического воспитания.

5. Объясните значение физического воспитания в укреплении здоровья ребёнка.

6. Перечислите основные формы физического воспитания детей дошкольного возраста.

7. Перечислите основные средства физического воспитания детей дошкольного возраста.

8. Объясните значение физического воспитания в жизни детей школьного возраста.

9. Перечислите урочные формы организации занятий физическими упражнениями.

10. Перечислите самостоятельные формы занятий физическими упражнениями.

11. Расскажите о возрастной периодизации человека.

12. Объясните значение занятий физическими упражнениями в зрелом возрасте.

13. В чём особенность занятий физическими упражнениями лиц пожилого возраста