

Теми курсових робіт

З навчальної дисципліни «Теорія спортивного тренування с основами методик»

1. Виховання витривалості у дітей в залежності від вікових особливостей.
2. Особливості прояву гнучкості в залежності від вікових особливостей.
3. Методика розвитку гнучкості.
4. Дослідження особливостей розвитку рухових якостей у школярів, в групах СДЮШР, в командах.
5. Методика виховання максимальних силових здібностей в залежності від віку і статі (на прикладі одного із видів спорту).
6. Методика виховання «вибухової сили» на прикладі одного із видів спорту.
7. Дослідження впливу динамічних та статичних вправ на розвиток сили.
8. Методика застосування інтервального методу для вдосконалення аеробної витривалості.
9. Дослідження здібності до довільного розслаблення м'язів.
10. Основні вимоги до організації та проведення спортивних змагань серед дітей шкільного віку.
11. Зміст лікарсько-педагогічного контролю юних спортсменів СДЮСШ, спортсменів у командах.
12. Застосування рухливих ігор в учбово-тренувальному процесі юних спортсменів.
13. Методика організації та проведення змагань.
14. Характеристика та основні напрямки вдосконалення спортивної підготовки.
15. Основи теорії адаптації та закономірності її формування у спортсменів.
16. Розвиток загальної витривалості на початкових етапах багаторічної підготовки, у групах СДЮСШОР, командах (на прикладі одного із видів спорту).
17. Коловий метод тренування при вихованні фізичних якостей у дітей шкільного віку, групах СДЮСШОР.
18. Методика розвитку гнучкості.
19. Методика розвитку максимальної сили.
20. Методика розвитку силової витривалості.
21. Дослідження динаміки розвитку загальної витривалості в віковому аспекті.
22. Побудова процесу підготовки спортсменів в різних видах спорту.
23. Структура тактичної підготовки спортсменів в залежності від специфіки виду спорту.

24. Особливості застосування змагального методу в підготовці кваліфікованих спортсменів.
25. Особливості застосування методів саморегуляції в психологічній підготовці спортсменів.
26. Спортивний відбір та орієнтація спортсменів в системі багаторічної підготовки.
27. Основи управління в системі підготовці спортсменів.
28. Методика побудови тренувальних занять.
29. Втома та відновлення в системі підготовці спортсменів.
30. Формування довготривалої адаптації процесі багаторічної підготовці спортсменів.