

**Темы
КОНТРОЛЬНЫХ, КУРСОВЫХ
И ВЫПУСКНЫХ
квалификационных работ
по кафедре
теории и методике атлетизма**

СОДЕРЖАНИЕ

№	НАПРАВЛЕНИЯ	Стр.
1.	История атлетизма	3
2.	Терминология в атлетизме	4
3.	Принципы тренировки	5
4.	Средства спортивной тренировки	5
5.	Методы спортивной тренировки	6
6.	Тренировочная нагрузка	7
7.	Физическая подготовка	8
8.	Техническая подготовка	9
9.	Тактическая подготовка	10
10.	Психологическая подготовка	11
11.	Интеллектуальная подготовка	12
12.	Структура тренировочного процесса	13
13.	Моделирование в атлетизме	14
14.	Отбор в атлетизме	15
15.	Планирование, учёт и контроль В спортивной тренировке	15
16.	Травматизм в атлетизме	17
17.	Юношеский атлетический спорт	17
18.	Женский атлетизм	18
19.	Физическая рекреация	19
20.	Атлетизм в спорте	19

НАПРАВЛЕНИЕ 1. ИСТОРИЯ АТЛЕТИЗМА.

1. История возникновения, современное состояние и перспективы развития бодибилдинга.
2. История возникновения, современное состояние и перспективы развития гиревого спорта.
3. История возникновения, современное состояние и перспективы развития пауэрлифтинга.
4. История возникновения, современное состояние и перспективы развития тяжёлой атлетики.
5. Эволюция правил соревнований по бодибилдингу.
6. Эволюция правил соревнований по гиревому спорту.
7. Эволюция правил соревнований по пауэрлифтингу.
8. Эволюция правил соревнований по тяжёлой атлетике.
9. Анализ турниров по бодибилдингу «Мистер Олимпия».
10. Анализ турниров по бодибилдингу «Мисс Олимпия».
11. Анализ чемпионатов мира по бодибилдингу.
12. Анализ чемпионатов мира по гиревому спорту.
13. Анализ чемпионатов мира по пауэрлифтингу.
14. Анализ чемпионатов мира по тяжёлой атлетике.
15. Анализ чемпионатов Европы по бодибилдингу.
16. Анализ чемпионатов Европы по гиревому спорту.
17. Анализ чемпионатов Европы по пауэрлифтингу.
18. Анализ чемпионатов Европы по тяжёлой атлетике.
19. Анализ чемпионатов СССР по бодибилдингу.
20. Анализ чемпионатов СССР по гиревому спорту.
21. Анализ чемпионатов СССР по пауэрлифтингу.
22. Анализ чемпионатов России по бодибилдингу.
23. Анализ чемпионатов России по гиревому спорту.
24. Анализ чемпионатов России по пауэрлифтингу.
25. Анализ Всероссийских чемпионатов по тяжёлой атлетике.
26. Анализ чемпионатов России по тяжёлой атлетике
27. Тяжёлая атлетика на Олимпийских играх.
28. Выступление советских тяжелоатлетов на Олимпийских играх.
29. Ленинградцы - олимпийские чемпионы по тяжёлой атлетике.
30. Анализ выступления советских штангистов на Олимпиаде 1972 года.
31. Анализ выступлений российских тяжелоатлетов на Олимпийских играх.
32. Санкт-Петербург – родина отечественного атлетизма.
33. Анализ публикаций по атлетизму (конец XIX начало XX века).
34. В.Ф.Краевский – основатель отечественного атлетизма.
35. Анализ взглядов В.Ф.Краевского на занятия атлетизмом.
36. Деятельность атлетического кружка В.Ф.Краевского.

37. Граф Г.И.Рибопьер – меценат отечественного атлетизма.
38. Взгляды П.Ф.Лесгафта на занятия с отягощениями.
39. Становление и отличительные черты советской школы тяжёлой атлетики.
40. Характеристика современных передовых школ тяжёлой атлетики.
41. Педагогическое наследие ведущих отечественных тренеров по бодибилдингу.
42. Педагогическое наследие ведущих отечественных тренеров по гиревому спорту.
43. Педагогическое наследие ведущих отечественных тренеров по пауэрлифтингу.
44. Педагогическое наследие ведущих отечественных тренеров по тяжёлой атлетике.
45. Педагогическое наследие М.Т.Лукьянова, А.И.Фаламеева, Н.С.Ипполитова.
46. Спортивные звёзды кафедры теории и методики атлетизма НГУ им.П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург.
47. История кафедры теории и методики атлетизма НГУ им. П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург.
48. Характеристика научно-педагогической школы кафедры теории и методики атлетизма НГУ им. П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург.
49. Характеристика, особенности и перспективы современных видов силовых состязаний.

НАПРАВЛЕНИЕ 2. ТЕРМИНОЛОГИЯ В АТЛЕТИЗМЕ.

1. Эволюция терминологии и основных понятий в физической культуре.
2. Роль и значение терминологии в спорте.
3. Терминология и понятия в атлетизме.
4. Терминология и понятия в бодибилдинге.
5. Терминология и понятия в гиревом спорте.
6. Терминология и понятия в пауэрлифтинге.
7. Терминология и понятия в тяжёлой атлетике.
8. Правила записи упражнений в бодибилдинге.
9. Правила записи упражнений в гиревом спорте.
10. Правила записи упражнений в пауэрлифтинге.
11. Правила записи упражнений в тяжёлой атлетике.
12. Классификация сленговых понятий в атлетизме.

НАПРАВЛЕНИЕ 3. ПРИНЦИПЫ ТРЕНИРОВКИ.

1. Особенности реализации общедидактических принципов в бодибилдинге.
2. Особенности реализации общедидактических принципов в гиревом спорте.
3. Особенности реализации общедидактических принципов в пауэрлифтинге.
4. Особенности реализации общедидактических принципов в тяжёлой атлетике.
5. Особенности реализации принципов спортивной тренировки в бодибилдинге.
6. Особенности реализации принципов спортивной тренировки в гиревом спорте.
7. Особенности реализации принципов спортивной тренировки в пауэрлифтинге.
8. Особенности реализации принципов спортивной тренировки в тяжёлой атлетике.
9. Особенности реализации принципов Д.Вейдера в бодибилдинге.

НАПРАВЛЕНИЕ 4. СРЕДСТВА СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ.

1. Характеристика силовых средств спортивной тренировки.
2. Классификация и характеристика средств спортивной тренировки в бодибилдинге.
3. Классификация и характеристика средств спортивной тренировки в гиревом спорте.
4. Классификация и характеристика средств спортивной тренировки в пауэрлифтинге.
5. Классификация и характеристика средств спортивной тренировки в тяжёлой атлетике.
6. Классификация упражнений в бодибилдинге.
7. Классификация упражнений в гиревом спорте.
8. Классификация упражнений в пауэрлифтинге.
9. Классификация упражнений в тяжёлой атлетике.
10. Классификация силовых тренажёров.
11. Особенности использования восстановительных средств в бодибилдинге.
12. Особенности использования восстановительных средств в гиревом спорте.
13. Особенности использования восстановительных средств в пауэрлифтинге.
14. Особенности использования восстановительных средств в тяжёлой атлетике.
15. Особенности питания при силовых тренировках.
16. Особенности питания при анаболической тренировки.
17. Особенности питания при катаболической тренировки.
18. Особенности питания в различные периоды тренировочного цикла.
19. Особенности использования фармакологических средств в атлетизме.
20. Антидопинговые мероприятия в атлетизме.

21. Особенности влияния климатических факторов на соревновательную и тренировочную деятельность в атлетизме..
22. Особенности влияния географических факторов на соревновательную и тренировочную деятельность в атлетизме.
23. Внутренировочные и внесоревновательные средства в атлетизме.
24. Эффект физических упражнений в атлетизме.
25. Критерии оценки эффективности упражнений в атлетизме.
26. Критерии отбора специально-подготовительных упражнений в атлетизме.
27. Методика использования специально-подготовительных упражнений в атлетизме.
28. Гигиеническое обеспечение проведения занятий в атлетизме.

НАПРАВЛЕНИЕ 5. МЕТОДЫ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ.

1. Общая характеристика методов спортивной тренировки в атлетизме.
2. Классификация методов спортивной тренировки в атлетизме.
3. Особенности использования вербальных методов в атлетизме.
4. Особенности использования невербальных методов в атлетизме.
5. Особенности использования равномерного метода в атлетизме.
6. Особенности использования переменного метода в атлетизме.
7. Особенности использования повторного метода в атлетизме.
8. Особенности использования интервального метода в атлетизме.
9. Особенности использования сопряжённого метода в атлетизме.
10. Особенности использования кругового метода в атлетизме.
11. Особенности использования соревновательного метода в атлетизме.
12. Особенности использования игрового метода в атлетизме.
13. Особенности использования метода усложнения условий выполнения двигательных действий в атлетизме.
14. Особенности использования метода упрощения условий выполнения двигательных действий в атлетизме.
15. Особенности использования метода максимальных усилий в атлетизме.
16. Особенности использования методов строго-регламентированного упражнения в атлетизме.
17. Особенности использования метода расчленённого упражнения в атлетизме.
18. Особенности использования метода целостного упражнения в атлетизме.
19. Особенности использования методов стандартного упражнения в атлетизме.
20. Особенности использования методов вариативного упражнения в атлетизме.
21. Особенности использования изотонического метода в атлетизме.
22. Особенности использования изокинетического метода в атлетизме.
23. Особенности использования статического метода в атлетизме.
24. Методы организации спортивной тренировки.
25. Специфика применения методов срочной информации.

НАПРАВЛЕНИЕ 6. ТРЕНИРОВОЧНАЯ НАГРУЗКА.

1. Компоненты нагрузки в атлетических видах спорта.
2. Содержание соревновательной нагрузки в атлетических видах спорта.
3. Содержание тренировочной нагрузки.
4. Объём тренировочной нагрузки.
5. Организация тренировочной нагрузки.
6. Факторы, определяющие тренировочный эффект нагрузки.
7. Виды тренировочного эффекта.
8. Долговременный отставленный тренировочный эффект.
9. Специфика проявления утомления в атлетизме.
10. Адаптация при атлетических тренировках.
11. Динамика нагрузок в годичном цикле.
12. Закономерности развития физических качеств при использовании различных по величине нагрузок.
13. Закономерности развития физических качеств при использовании различных по направленности воздействия нагрузок.
14. Закономерности развития физических качеств при использовании нагрузок с различным характером деятельности.
15. Закономерности развития физических качеств при использовании различных по динамике видов нагрузки.
16. Закономерности развития физических качеств при использовании различных по направленности физиологического воздействия видов нагрузки.
17. Взаимосвязь нагрузок различной направленности.
18. Планирование тренировочной нагрузки в годичном цикле.
19. Планирование тренировочной нагрузки в подготовительном периоде.
20. Планирование тренировочной нагрузки в соревновательном периоде.
21. Планирование тренировочной нагрузки в восстановительном периоде.
22. Планирование тренировочной нагрузки для начинающих спортсменов.
23. Планирование тренировочной нагрузки для спортсменов-разрядников.
24. Планирование тренировочной нагрузки для спортсменов высокого класса.
25. Тренировочные нагрузки после завершения спортивной карьеры.
26. Распределение нагрузок в различных периодах подготовки по зонам интенсивности.
27. Соотношение соревновательных и специально-подготовительных нагрузок в различных периодах подготовки.
28. Соотношение общеподготовительных и специально-подготовительных нагрузок в различных периодах подготовки.
29. Индивидуализация тренировочных нагрузок.
30. Программирование тренировочных нагрузок.
31. Планирование тренировочной нагрузки на спортивно-оздоровительном этапе.
32. Планирование тренировочной нагрузки на этапе начальной подготовки.

33. Планирование тренировочной нагрузки на этапе спортивной специализации.
34. Планирование тренировочной нагрузки на этапе спортивного мастерства.
35. Планирование тренировочной нагрузки на этапе высшего спортивного мастерства.

НАПРАВЛЕНИЕ 7. ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА.

1. Методика общей физической подготовки в атлетизме.
2. Методика специальной физической подготовки в атлетизме.
3. Взаимосвязь общей и специальной физической подготовки в атлетизме.
4. Методика общей физической подготовки в бодибилдинге.
5. Методика специальной физической подготовки в бодибилдинге.
6. Взаимосвязь общей и специальной физической подготовки в бодибилдинге.
7. Методика общей физической подготовки в гиревом спорте.
8. Методика специальной физической подготовки в гиревом спорте.
9. Взаимосвязь общей и специальной физической подготовки в гиревом спорте.
10. Методика общей физической подготовки в пауэрлифтинге.
11. Методика специальной физической подготовки в пауэрлифтинге.
12. Взаимосвязь общей и специальной физической подготовки в пауэрлифтинге.
13. Методика общей физической подготовки в тяжёлой атлетике.
14. Методика специальной физической подготовки в тяжёлой атлетике.
15. Взаимосвязь общей и специальной физической подготовки тяжёлой атлетике.
16. Возрастные закономерности развития силовых качеств.
17. Половые закономерности развития силовых качеств.
18. Содержание специальной силовой подготовки на начальном этапе занятий пауэрлифтингом.
19. Содержание специальной силовой подготовки на начальном этапе занятий бодибилдингом.
20. Содержание специальной силовой подготовки на начальном этапе занятий гиревым спортом.
21. Содержание специальной силовой подготовки на начальном этапе занятий тяжёлой атлетикой.
22. Взаимосвязь физических качеств в процессе занятий атлетизмом.
23. Методика развития абсолютной силы в атлетизме.
24. Методика развития взрывной силы в атлетизме.
25. Методика развития собственно-силовых качеств в атлетизме.
26. Методика развития скоростно-силовых качеств средствами атлетизма.
27. Методика развития быстроты средствами атлетизма.
28. Методика развития выносливости средствами атлетизма.
29. Методика развития ловкости средствами атлетизма.
30. Методика развития гибкости средствами атлетизма.

НАПРАВЛЕНИЕ 8. ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА.

1. Особенности технической подготовки в различных видах атлетизма.
2. Характеристика методов технической подготовки в атлетизме.
3. Значение техники в различных видах атлетизма.
4. Этапы обучения двигательным действиям в атлетизме.
5. Методика обучения технике соревновательных упражнений в бодибилдинге.
6. Методика обучения технике соревновательных упражнений в гиревом спорте.
7. Методика обучения технике соревновательных упражнений в пауэрлифтинге.
8. Методика обучения технике соревновательных упражнений в тяжёлой атлетике.
9. Причины возникновения ошибок и методика их исправления при обучении технике соревновательных упражнений в бодибилдинге.
10. Причины возникновения ошибок и методика их исправления при обучении технике соревновательных упражнений в гиревом спорте.
11. Причины возникновения ошибок и методика их исправления при обучении технике соревновательных упражнений в пауэрлифтинге.
12. Причины возникновения ошибок и методика их исправления при обучении технике соревновательных упражнений в тяжёлой атлетике.
13. Стадии становления и совершенствования спортивного мастерства в бодибилдинге.
14. Стадии становления и совершенствования спортивного мастерства в гиревом спорте.
15. Стадии становления и совершенствования спортивного мастерства в пауэрлифтинге.
16. Стадии становления и совершенствования спортивного мастерства в тяжёлой атлетике.
17. Взаимосвязь физических качеств и техники соревновательных упражнений в бодибилдинге.
18. Взаимосвязь физических качеств и техники соревновательных упражнений в гиревом спорте.
19. Взаимосвязь физических качеств и техники соревновательных упражнений в пауэрлифтинге.
20. Взаимосвязь физических качеств и техники соревновательных упражнений в тяжёлой атлетике.
21. Результативность техники в бодибилдинге.
22. Результативность техники в гиревом спорте.
23. Результативность техники в пауэрлифтинге.
24. Результативность техники в тяжёлой атлетике.
25. Ретроспектива техники выполнения соревновательных упражнений в бодибилдинге.
26. Ретроспектива техники выполнения соревновательных упражнений в гиревом спорте.

27. Ретроспектива техники выполнения соревновательных упражнений в пауэрлифтинге.
28. Ретроспектива техники выполнения соревновательных тяжелоатлетических упражнений.
29. Новые тенденции в технике выполнения соревновательных упражнений в бодибилдинге.
30. Новые тенденции в технике выполнения соревновательных упражнений в гиревом спорте.
31. Новые тенденции в технике выполнения соревновательных упражнений в пауэрлифтинге.
32. Новые тенденции в технике выполнения соревновательных упражнений в тяжёлой атлетике.
33. Анализ техники ведущих атлетов мира в бодибилдинге.
34. Анализ техники ведущих атлетов мира в гиревом спорте.
35. Анализ техники ведущих атлетов мира в пауэрлифтинге.
36. Анализ техники ведущих атлетов мира в тяжёлой атлетике.

НАПРАВЛЕНИЕ 9. ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА.

1. Значение тактической подготовки в различных видах атлетизма.
2. Характеристика средств и методов тактической подготовки.
3. Методика тактической подготовки в бодибилдинге.
4. Методика тактической подготовки в гиревом спорте.
5. Методика тактической подготовки в пауэрлифтинге.
6. Методика тактической подготовки в тяжёлой атлетике.
7. Средства и методы развития тактического мышления в бодибилдинге.
8. Средства и методы развития тактического мышления в гиревом спорте.
9. Средства и методы развития тактического мышления в пауэрлифтинге.
10. Средства и методы развития тактического мышления в тяжёлой атлетике.
11. Анализ причин тактических ошибок в бодибилдинге.
12. Анализ причин тактических ошибок в гиревом спорте.
13. Анализ причин тактических ошибок в пауэрлифтинге.
14. Анализ причин тактических ошибок в тяжёлой атлетике.
15. Психологические составляющие тактической подготовки в бодибилдинге.
16. Психологические составляющие тактической подготовки в гиревом спорте.
17. Психологические составляющие тактической подготовки в пауэрлифтинге.
18. Психологические составляющие тактической подготовки в тяжёлой атлетике.
19. Спортивная разведка в бодибилдинге.
20. Спортивная разведка в гиревом спорте.
21. Спортивная разведка в пауэрлифтинге.
22. Спортивная разведка в тяжёлой атлетике.
23. Методика манипулирования информацией перед главными соревнованиями в различных видах атлетизма.

НАПРАВЛЕНИЕ 10. ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА.

1. Занятия атлетизмом как средство снижения негативных психических состояний.
2. Методика психологической подготовки в бодибилдинге.
3. Методика психологической подготовки в гиревом спорте.
4. Методика психологической подготовки в пауэрлифтинге.
5. Методика психологической подготовки в тяжёлой атлетике.
6. Специфика предстартовых состояний в бодибилдинге.
7. Специфика предстартовых состояний в гиревом спорте.
8. Специфика предстартовых состояний в пауэрлифтинге.
9. Специфика предстартовых состояний в тяжёлой атлетике.
10. Разработка психологических условий повышения эффективности спортивной тренировки.
11. Разработка психологических основ предсоревновательной подготовки спортсменов.
12. Разработка психологических условий для гуманизации спортивной деятельности.
13. Изучение социально-психологических явлений в спортивном коллективе.
14. Психологические аспекты воспитания спортсменов.
15. Надёжность спортивной деятельности.
16. Средства психологической подготовки.
17. Система психологической защиты.
18. Особенности психологии спортсмена.
19. Особенности психологии тренера.
20. Психологическое состояние накануне соревнований.
21. Мотивация спортивной деятельности в бодибилдинге.
22. Мотивация спортивной деятельности в гиревом спорте.
23. Мотивация спортивной деятельности в пауэрлифтинге.
24. Мотивация спортивной деятельности в тяжёлой атлетике.
25. Спортивные конфликты в пауэрлифтинге.
26. Спортивные конфликты в бодибилдинге.
27. Спортивные конфликты в гиревом спорте.
28. Спортивные конфликты в пауэрлифтинге.
29. Спортивные конфликты в тяжёлой атлетике.
30. Снижение негативных факторов завершения спортивной карьеры в атлетизме.

НАПРАВЛЕНИЕ 11. ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА.

1. Содержание интеллектуального образования в атлетизме.
2. Олимпийское образование студентов специализации атлетизм.
3. Сравнительный анализ особенностей реализации ведущих компонентов интеллектуальной подготовки в атлетизме.
4. Особенности реализации ведущих компонентов интеллектуальной подготовки в бодибилдинге.
5. Особенности реализации ведущих компонентов интеллектуальной подготовки в гиревом спорте.
6. Особенности реализации ведущих компонентов интеллектуальной подготовки в пауэрлифтинге.
7. Особенности реализации ведущих компонентов интеллектуальной подготовки в тяжёлой атлетике.
8. Структура процесса и виды теоретического обучения в атлетических видах спорта.
9. Средства и методы теоретической подготовки в атлетизме.
10. Методика объяснительно-иллюстративного обучения в атлетизме.
11. Методика проблемное обучение в атлетизме.
12. Методика программированного обучения в атлетизме.
13. Методика использования методов активного обучения в атлетизме.
14. Пути реализации принципов обучения в атлетизме.
15. Пути реализации принципа сознательности и активности в атлетизме.
16. Пути реализации принципа наглядности в атлетизме.
17. Пути реализации принципа систематичности и последовательности в атлетизме.
18. Пути реализации принципа прочности в атлетизме.
19. Пути реализации принципа доступности в атлетизме.
20. Пути реализации принципа научности в атлетизме.
21. Пути реализации принципа связи теории с практикой в атлетизме.
22. Пути реализации принципа наглядности в атлетизме.
23. Пути реализации принципа наглядности в атлетизме.
24. Пути реализации принципа наглядности в атлетизме.
25. Анализ сайтов Интернета по проблемам атлетизма.
26. Теоретический анализ и обобщение диссертационных исследований по бодибилдингу.
27. Теоретический анализ и обобщение диссертационных исследований по гиревому спорту.
28. Теоретический анализ и обобщение диссертационных исследований по пауэрлифтингу.
29. Теоретический анализ и обобщение диссертационных исследований по тяжёлой атлетике.

НАПРАВЛЕНИЕ 12.

СТРУКТУРА ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА.

1. Структура занятий в атлетизме.
2. Программирование тренировочных занятий атлетизмом в общеподготовительном микроцикле.
3. Программирование тренировочных занятий атлетизмом в специально-подготовительном микроцикле.
4. Программирование тренировочных занятий атлетизмом в подводящем микроцикле.
5. Программирование тренировочных занятий атлетизмом в ударном микроцикле.
6. Программирование тренировочных занятий атлетизмом в соревновательном микроцикле.
7. Программирование тренировочных занятий в восстановительном микроцикле.
8. Варьирование микроциклов в различные периоды годичного цикла.
9. Программирование тренировочных занятий атлетизмом во втягивающем мезоцикле.
10. Программирование тренировочных занятий атлетизмом в базовом общеподготовительном мезоцикле.
11. Программирование тренировочных занятий атлетизмом в базовом специально-подготовительном мезоцикле.
12. Программирование тренировочных занятий атлетизмом базовом развивающем мезоцикле.
13. Программирование тренировочных занятий атлетизмом в базовом стабилизирующем мезоцикле.
14. Программирование тренировочных занятий атлетизмом в контрольно-подготовительном мезоцикле.
15. Программирование тренировочных занятий атлетизмом в предсоревновательном мезоцикле.
16. Программирование тренировочных занятий атлетизмом в соревновательном мезоцикле.
17. Программирование тренировочных занятий атлетизмом в восстановительном мезоцикле.
18. Варьирование мезоциклов в различные периоды годичного цикла.
19. Программирование тренировочных занятий атлетизмом в подготовительном периоде.
20. Программирование тренировочных занятий атлетизмом в соревновательном периоде.
21. Программирование тренировочных занятий атлетизмом в восстановительном периоде.
22. Периодизация спортивной тренировки в бодибилдинге.
23. Периодизация спортивной тренировки в гиревом спорте.
24. Периодизация спортивной тренировки в пауэрлифтинге.

25. Периодизация спортивной тренировки в тяжёлой атлетике.
26. Построение тренировочного процесса на стадии базовой подготовки в атлетизме.
27. Построение тренировочного процесса на стадии максимальной реализации спортивного мастерства в атлетизме.
28. Построение тренировочного процесса на стадии спортивного долголетия в атлетизме.
29. Построение тренировочного процесса на стадии окончания спортивной карьеры в атлетизме.
30. Влияние биоритмов на построение спортивной тренировки в атлетизме.

НАПРАВЛЕНИЕ 13. МОДЕЛИРОВАНИЕ В АТЛЕТИЗМЕ.

1. Модельные характеристики специальной физической подготовленности в бодибилдинге.
2. Модельные характеристики специальной физической подготовленности в гиревом спорте.
3. Модельные характеристики специальной физической подготовленности в пауэрлифтинге.
4. Модельные характеристики специальной физической подготовленности в тяжёлой атлетике.
5. Антропометрические характеристики сильнейших бодибилдеров мира.
6. Антропометрические характеристики сильнейших гиревиков мира.
7. Антропометрические характеристики сильнейших пауэрлифтеров мира.
8. Антропометрические характеристики сильнейших тяжелоатлетов мира.
9. Наиболее значимые показатели морфофункциональной модели бодибилдеров.
10. Наиболее значимые показатели морфофункциональной модели гиревиков.
11. Наиболее значимые показатели морфофункциональной модели пауэрлифтеров.
12. Наиболее значимые показатели морфофункциональной модели тяжелоатлетов.
13. Значение консервативных, промежуточных и лабильных компонентов в атлетизме.
14. Модели структуры соревновательной деятельности в бодибилдинге.
15. Модели структуры соревновательной деятельности в гиревом спорте.
16. Модели структуры соревновательной деятельности в пауэрлифтинге.
17. Модели структуры соревновательной деятельности в тяжёлой атлетике.
18. Интегральная модель подготовленности в бодибилдинге.
19. Интегральная модель подготовленности в гиревом спорте.
20. Интегральная модель подготовленности в пауэрлифтинге.
21. Интегральная модель подготовленности в тяжёлой атлетике.
22. Модельные характеристики возрастных показателей в атлетизме.

23. Модельные характеристики технической подготовленности в бодибилдинге.
24. Модельные характеристики технической подготовленности в гиревом спорте.
25. Модельные характеристики технической подготовленности в пауэрлифтинге.
26. Модельные характеристики технической подготовленности в тяжёлой атлетике.
27. Возрастные характеристики зоны успехов в бодибилдинге.
28. Возрастные характеристики зоны успехов в гиревом спорте.
29. Возрастные характеристики зоны успехов в пауэрлифтинге.
30. Возрастные характеристики зоны успехов в тяжёлой атлетике.

НАПРАВЛЕНИЕ 14. ОТБОР В АТЛЕТИЗМЕ.

1. Анализ отечественных систем отбора для занятий бодибилдингом.
2. Анализ отечественных систем отбора для занятий гиревым спортом.
3. Анализ отечественных систем отбора для занятий пауэрлифтингом.
4. Анализ отечественных систем отбора для занятий тяжёлой атлетикой.
5. Анализ зарубежных систем отбора для занятий бодибилдингом.
6. Анализ зарубежных систем отбора для занятий гиревым спортом.
7. Анализ зарубежных систем отбора для занятий пауэрлифтингом.
8. Анализ зарубежных систем отбора для занятий тяжёлой атлетикой.
9. Содержание предварительной стадии отбора в бодибилдинге.
10. Содержание предварительной стадии отбора в гиревом спорте.
11. Содержание предварительной стадии отбора в пауэрлифтинге.
12. Содержание предварительной стадии отбора в тяжёлой атлетике.
13. Содержание промежуточной стадии отбора в бодибилдинге.
14. Содержание промежуточной стадии отбора в гиревом спорте.
15. Содержание промежуточной стадии отбора в пауэрлифтинге.
16. Содержание промежуточной стадии отбора в тяжёлой атлетике.
17. Содержание заключительной стадии отбора в бодибилдинге.
18. Содержание заключительной стадии отбора в гиревом спорте.
19. Содержание заключительной стадии отбора в пауэрлифтинге.
20. Содержание заключительной стадии отбора в тяжёлой атлетике.

НАПРАВЛЕНИЕ 15. ПЛАНИРОВАНИЕ, УЧЁТ И КОНТРОЛЬ В СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКЕ

1. Общая характеристика видов планирования, учёта и контроля в атлетизме.
2. Система перспективного планирования в бодибилдинге.
3. Система перспективного планирования в гиревом спорте.
4. Система перспективного планирования в пауэрлифтинге.

5. Система перспективного планирования в тяжёлой атлетике.
6. Система текущего планирования в бодибилдинге.
7. Система текущего планирования в гиревом спорте.
8. Система текущего планирования в пауэрлифтинге.
9. Система текущего планирования в тяжёлой атлетике.
10. Система оперативного планирования в бодибилдинге.
11. Система оперативного планирования в гиревом спорте.
12. Система оперативного планирования в пауэрлифтинге.
13. Система оперативного планирования в тяжёлой атлетике.
14. Характеристика объектов планирования в бодибилдинге.
15. Характеристика объектов планирования в гиревом спорте.
16. Характеристика объектов планирования в пауэрлифтинге.
17. Характеристика объектов планирования в тяжёлой атлетике.
18. Критерии оценки эффективности планирования тренировочного процесса в бодибилдинге.
19. Критерии оценки эффективности планирования тренировочного процесса в гиревом спорте.
20. Критерии оценки эффективности планирования тренировочного процесса в пауэрлифтинге.
21. Критерии оценки эффективности планирования тренировочного процесса в тяжёлой атлетике.
22. Содержание учёта спортивной тренировки в бодибилдинге.
23. Содержание учёта спортивной тренировки в гиревом спорте.
24. Содержание учёта спортивной тренировки в пауэрлифтинге.
25. Содержание учёта спортивной тренировки в тяжёлой атлетике.
26. Система этапного контроля в бодибилдинге.
27. Система этапного контроля в гиревом спорте.
28. Система этапного контроля в пауэрлифтинге.
29. Система этапного контроля в тяжёлой атлетике.
30. Система текущего контроля в бодибилдинге.
31. Система текущего контроля в гиревом спорте.
32. Система текущего контроля в пауэрлифтинге.
33. Система текущего контроля в тяжёлой атлетике.
34. Система оперативного контроля в бодибилдинге.
35. Система оперативного контроля в гиревом спорте.
36. Система оперативного контроля в пауэрлифтинге.
37. Система оперативного контроля в тяжёлой атлетике.
38. Содержание комплексного контроля в бодибилдинге.
39. Содержание комплексного контроля в гиревом спорте.
40. Содержание комплексного контроля в пауэрлифтинге.
41. Содержание комплексного контроля в тяжёлой атлетике.
42. Методика количественной оценки качественных показателей в бодибилдинге.
43. Методика количественной оценки качественных показателей в гиревом спорте.

44. Методика количественной оценки качественных показателей в пауэрлифтинге.
45. Методика количественной оценки качественных показателей в тяжёлой атлетике.

НАПРАВЛЕНИЕ 16. ТРАВМАТИЗМ В АТЛЕТИЗМЕ

1. Общая характеристика травматизма при занятиях с отягощениями.
2. Характеристика повреждений при занятиях бодибилдингом.
3. Характеристика повреждений при занятиях гиревым спортом.
4. Характеристика повреждений при занятиях пауэрлифтингом.
5. Характеристика повреждений при занятиях тяжёлой атлетикой.
6. Рейтинг травмоопасных упражнений в бодибилдинге.
7. Рейтинг травмоопасных упражнений в гиревом спорте.
8. Рейтинг травмоопасных упражнений в пауэрлифтинге.
9. Рейтинг травмоопасных упражнений в тяжёлой атлетике.
- 10.Профилактика травматизма в бодибилдинге.
- 11.Профилактика травматизма в гиревом спорте.
- 12.Профилактика травматизма в пауэрлифтинге.
- 13.Профилактика травматизма в тяжёлой атлетике.
- 14.Риск возникновения заболеваний при занятиях бодибилдингом.
- 15.Риск возникновения заболеваний при занятиях гиревым спортом.
- 16.Риск возникновения заболеваний при занятиях пауэрлифтингом.
- 17.Риск возникновения заболеваний при занятиях тяжёлой атлетикой.
- 18.Применение средств атлетизма для профилактики заболеваний.
- 19.Применение средств атлетизма для реабилитации.

НАПРАВЛЕНИЕ 17. ЮНОШЕСКИЙ АТЛЕТИЧЕСКИЙ СПОРТ

1. Общая характеристика этапов многолетней подготовки юных спортсменов в бодибилдинге.
2. Общая характеристика этапов многолетней подготовки юных спортсменов в гиревом спорте.
3. Общая характеристика этапов многолетней подготовки юных спортсменов в пауэрлифтинге.
4. Общая характеристика этапов многолетней подготовки юных спортсменов в тяжёлой атлетике.
5. Содержание спортивно-оздоровительного этапа спортивной подготовки в бодибилдинге.

6. Содержание спортивно-оздоровительного этапа спортивной подготовки в гиревом спорте.
7. Содержание спортивно-оздоровительного этапа спортивной подготовки в пауэрлифтинге.
8. Содержание спортивно-оздоровительного этапа спортивной подготовки в тяжёлой атлетике.
9. Содержание этапа начальной подготовки в бодибилдинге.
10. Содержание этапа начальной подготовки в гиревом спорте.
11. Содержание этапа начальной подготовки в пауэрлифтинге.
12. Содержание этапа начальной подготовки в тяжёлой атлетике.
13. Содержание этапа спортивной специализации в бодибилдинге.
14. Содержание этапа спортивной специализации в гиревом спорте.
15. Содержание этапа спортивной специализации в пауэрлифтинге.
16. Содержание этапа спортивной специализации в тяжёлой атлетике.
17. Содержание этапа совершенствования спортивного мастерства в бодибилдинге.
18. Содержание этапа совершенствования спортивного мастерства в гиревом спорте.
19. Содержание этапа совершенствования спортивного мастерства в пауэрлифтинге.
20. Содержание этапа совершенствования спортивного мастерства в тяжёлой атлетике.
21. Возрастные особенности юных спортсменов
22. Психологическая специфика возрастных периодов
23. Виды психологических защитных реакций у детей и подростков в процессе занятий атлетизмом.
24. Неравномерность развития физических качеств.
25. Этические проблемы тренировки юных атлетов.
26. Педагогические требования к тренеру юных спортсменов.

НАПРАВЛЕНИЕ 18. ЖЕНСКИЙ АТЛЕТИЗМ.

1. Исторический аспект развития женского атлетизма.
2. Характерные черты тренировок женщин в бодибилдинге.
3. Характерные черты тренировок женщин в гиревом спорте.
4. Характерные черты тренировок женщин в пауэрлифтинге.
5. Характерные черты тренировок женщин в тяжёлой атлетике.
6. Влияние занятий бодибилдингом на физиологические особенности женского организма.
7. Влияние занятий гиревым спортом на физиологические особенности женского организма.

8. Влияние занятий пауэрлифтингом на физиологические особенности женского организма.
9. Влияние занятий тяжёлой атлетикой на физиологические особенности женского организма.
10. Психологические особенности тренировочного процесса в женском атлетизме.
11. Психологические особенности соревновательного процесса в женском атлетизме

НАПРАВЛЕНИЕ 19. ФИЗИЧЕСКАЯ РЕКРЕАЦИЯ.

1. Исторические аспекты физической рекреации атлетической направленности.
2. Критерии выбора атлетических средств физической рекреации.
3. Сравнительная характеристика использования атлетических видов спорта для физической рекреации.
4. Формы физической рекреации атлетической направленности.
5. Содержание занятий с отягощениями рекреационной направленности.
6. Медико-биологические аспекты рекреационных занятий с отягощениями.
7. Влияние рекреационных занятий с отягощениями на психические функции.
8. Методики рекреационных занятий с отягощениями различной направленности.
9. Методика рекреационных занятий с отягощениями с детьми и подростками.
10. Методика рекреационных занятий с отягощениями с юношами.
11. Методика рекреационных занятий с отягощениями со взрослыми.
12. Методика рекреационных занятий с отягощениями с людьми пожилого возраста.
13. Методика рекреационных занятий с отягощениями с девушками и женщинами.
14. Методика рекреационных занятий с отягощениями в период переменоности.
15. Методика рекреационных занятий с отягощениями в послеродовой период.

НАПРАВЛЕНИЕ 20. АТЛЕТИЗМ В СПОРТЕ.

1. Общая характеристика проявления силовых качеств в спорте.
2. Характеристика значения силы в группе скоростно-силовых видов спорта.
3. Характеристика значения силы в группе видов спорта на выносливость.
4. Характеристика значения силы в группе сложно-координационных видов спорта.
5. Характеристика значения силы в группе спортивных игр.
6. Характеристика значения силы в группе единоборств.
7. Характеристика значения силы в конкретном виде спорта.

8. Основные черты методики силовых занятий в группе скоростно-силовых видов спорта.
9. Основные черты методики силовых занятий в группе видов спорта на выносливость.
10. Основные черты методики силовых занятий в группе сложно-координационных видов спорта.
11. Основные черты методики силовых занятий в группе спортивных игр.
12. Основные черты методики силовых занятий в группе единоборств.
13. Основные черты методики силовых занятий в конкретном виде спорта.
14. Методика специальной силовой подготовки в различные периоды тренировочного цикла.
15. Методика использования силовых тренажёров в восстановительном периоде в различных видах спорта.