

Испитна питања из предмета „Методика контроле тренинга“

1. Морфолошке карактеристике тела
2. Функционалне способности
3. Моторичке способности
4. Когнитивне способности
5. Конативне карактеристике
6. Социјални статус
7. Сукцесивна метода планирања и програмирања кондиционе препреме
8. Паралелна метода планирања и програмирања кондиционе препреме
9. Дугорочна кондициона припрема
- 10 Стадијум постизања максималих резултата
11. Етапа одржавања спортских достигнућа
12. Припремни период
13. Такмичарски период
14. Прелазни период
15. Контрола карактеристика
16. Контрола способности
17. Видови праћења и контроле (етапна, текућа, оперативна)
18. Врсте замора
19. Симптоми замора
20. Текући опоравак
21. Брзи опоравак
22. Одгођени опоравак
23. Педагошка средства опоравка
24. Медицинско-биолошка средства опоравка
25. Психолошка средства опоравка
26. Контролне вежбе

- 27. Стандардне функционалне пробе
- 29. Максималне функционалне пробе
- 30. Метода посматрања
- 31. Захтеви праћења и контроле тренинга
- 32. Критеријуми праћења и контроле тренинга