

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА И ТУРИЗМА РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Кафедра велосипедного, конькобежного и конного спорта

ПЛАНЫ СЕМИНАРСКИХ ЗАНЯТИЙ

по учебной дисциплине «Теория и методика спортивной подготовки в избранном виде спорта» для направления специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по конькобежному спорту) для студентов 1 курса дневной формы получения образования

Минск 2019

Планы семинарских занятий

по учебной дисциплине «Теория и методика спортивной подготовки в избранном виде спорта» для направления специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по конькобежному спорту)» для студентов 1 курса дневной формы получения образования

Раздел I Общие основы теории конькобежного спорта

Тема 2 Конькобежный спорт в системе физического воспитания

План (2 ч.)

1. Место конькобежного спорта в системе физического воспитания в Республике Беларусь.
2. Конькобежный спорт как средство физического развития, культурного отдыха и оздоровления населения. Конькобежный спорт в системе дошкольного воспитания, в общеобразовательных школах, в детских и юношеских спортивных школах, сборных командах городов, областей, страны.
3. Структура государственных и общественных органов управления конькобежным спортом. Международный союз конькобежцев (ИСУ). Цели, задачи, организационная структура, бюджет и финансовая деятельность. Взаимосвязь с национальными федерациями и спортивными организациями.
4. Система подготовки и переподготовки кадров по конькобежному спорту в стране.

Тема 6. История развития конькобежного спорта

План (2 ч.)

1. Происхождение и эволюция коньков, их назначение. Основные этапы эволюции конструкции коньков, ботинок и материалов. Современная конструкция коньков. Особенности конструкций коньков в шорт-треке.
2. Основные предпосылки и природно-климатические факторы, способствующие зарождению катания на коньках. Причины возникновения соревнований в беге на коньках.
3. Первые соревнования конькобежцев, особенности их проведения.
4. Официальный статус соревнований и первые чемпионаты мира и Европы. Их программа и условия определения победителей.
5. Развитие конькобежного спорта в дореволюционной России. Первые конькобежные клубы. Характеристика социального состава членов конькобежных клубов в России и их деятельность. Организация и проведение чемпионатов России по скоростному бегу на коньках. Программы соревнований и условия определения победителей. Сильнейшие русские скороходы дореволюционного периода.
6. Основные этапы развития конькобежного спорта в СССР. Характеристика состояния и развития конькобежного спорта: в первые годы Советского государства (1918–1930 гг.); довоенный период (1930–1940 гг.); в

годы Великой Отечественной войны (1941–1949 гг.); в послевоенный период (1950–1990 гг.)

7. Первые организованные занятия, праздники и соревнования конькобежцев в БССР. Успехи белорусских конькобежцев на всесоюзной и мировой арене. Краткие биографии знаменитых белорусских скороходов. Современное состояние конькобежного спорта в стране. Анализ участия белорусских спортсменов на чемпионатах Европы, мира и Олимпийских играх.

8. Сравнительная характеристика рекордов мира и Беларуси по конькобежному спорту. Дальнейшие перспективы развития белорусского конькобежного спорта и шорт-трека.

Тема 7 Правила соревнований, организация и проведение

План (2 ч.)

1. Виды и задачи соревнований в конькобежном спорте. Дистанции и программа в зависимости от возраста и пола участника. Определение личного и командного первенства.

2. Календарь соревнований и принципы его планирования. Положение о соревновании и его основные разделы.

3. Общая характеристика организационной работы перед проведением соревнований. Организационный комитет и его функции по организации соревнований крупного масштаба.

4. Мандатная комиссия и судейская коллегия. Их состав, права и обязанности. Судейский инвентарь.

5. Права и обязанности участников соревнований. Представитель, тренер и капитан команды – их права и обязанности.

6. Порядок проведения заседаний судейской коллегии перед соревнованиями и в процессе их проведения. Жеребьёвка участников соревнований.

7. Торжественный ритуал открытия и закрытия соревнований и его значение.

8. Правила бега со старта и прохождение дистанции.

9. Подведение итогов соревнований. Документация соревнований.

Раздел 3 Теория и методика обучения в конькобежном спорте

План (2 ч.)

Тема 13 Организация процесса обучения в конькобежном спорте

1. Обучение и тренировка как единый тренировочный процесс.

2. Дидактические принципы обучения и их реализация в конькобежном спорте.

3. Этапы обучения в конькобежном спорте.

4. Средства и методы обучения.

5. Организация и особенности проведения занятий по обучению начинающих конькобежцев.

6. Урок – как основная форма проведения занятий по конькобежному спорту.

Тема 14 Методика обучения катанию на коньках

План (2 ч.)

1. Структура процесса начального обучения передвижению на коньках. Последовательность обучения.

2. Формирование двигательного навыка на этапе первоначального обучения.

3. Подводящие упражнения в помещении и на льду.

4. Обучение способам страховки и само страховки на льду, способом торможения.

5. Методика обучения катанию на коньках в парах, тройках с помощью приспособлений.

6. Методика обучения катанию на коньках по прямой, по повороту, со старта.

7. Подвижные игры и эстафеты для закрепления навыков катания на коньках.

8. Типичные ошибки при обучении катанию на коньках и пути их устранения.

9. Контрольные упражнения для оценки умения кататься на коньках.

Раздел 10 Материально-техническое обеспечение подготовки конькобежцев

Тема 50 Характеристика специализированных катков для занятий конькобежным спортом

План (2 ч.)

1. Типы катков. Особенности высокогорных катков.

2. Устройство катка на естественных водоемах и на стадионе.

3. Инвентарь для обработки льда. Вода для заливки.

4. Способы подготовки высококачественного льда. Уход за льдом.

5. Разметка стандартных беговых дорожек длиной 400 и 333,333м.

Разметка не стандартных беговых дорожек. Расчет беговой дорожки для занятий шорт-треком.

СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

ОСНОВНАЯ

1. Конькобежный спорт: учеб. для ин-тов физ. культуры / Е.П.Степаненко [и др.] ; под общ. ред. Е.П.Степаненко. – М. : ФиС, 1977. – 264 с.
2. Стенин, Б.А. Конькобежный спорт : учеб. пособие для пед. ин-тов / Б.А.Стенин, В.Г.Половцев. – М. : Просвещение, 1990. – 176 с.
3. Конькобежный спорт и шорт-трек : правила соревнований / авт.-сост. В. В. Гришин [и др.]. – М. : ФиС, 1990. – 135 с.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

4. Петров, Н.И. Конькобежный спорт : учеб. для техникумов физ. культуры / Н.И.Петров. – М. : ФиС, 1982. – 247 с.
5. Власова, Н.Н. Конькобежный спорт : метод. указания для студентов-заочников ин-тов физ. культуры / Н.Н.Власова. – М. : ГЦОЛИФК, 1982. – 23 с.
6. Подарь, Г.К. Конькобежный спорт : методика воспитания профессионально-педагогических навыков : метод. указания для студентов / Г. К. Подарь. – М. : ГЦОЛИФК, 1982. – 104 с.
7. Альшевский, И.И. Пусть звенит под ногами каток // Подружитесь с физкультурой / И.И.Альшевский, Н. Н. Анисимов. – Минск : Польша, 1985. – С. 212-228.
8. Альшевский, И.И. Коньки доступны всем / И.И.Альшевский. – Минск : Юность, 1986. – 143 с.
9. Половцев, В.Г. Конькобежный спорт в школе / В.Г.Половцев. – Минск : Народное просвещение, 1973. – 112 с.
10. Конькобежный спорт : ежегодник : сб. ст. – М. : ФиС, 1971–1986.
11. Альшевский, И.И. История конькобежного спорта Беларуси / И.И.Альшевский. – Минск, 2009. – 123 с.
12. Иванченко, Е.И. Теория и практика спорта / Е. И.Иванченко. Мн. : учеб.-методическое пособие. 1 ч., 1996. – 132 с.
13. Иванченко, Е.И. Теория и и практика спорта / Е.И.Иванченко. Мн. : учеб.-методическое пособие. 2 ч., 1997. – 180 с.
14. Иванченко, Е.И. Теория и и практика спорта / Е.И.Иванченко. Мн. : учеб.-методическое пособие. 3 ч., 1997. – 240 с.
15. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта / Ж.К.Холодов, В.С.Кузнецов. – М. : Академия, 2003. – 480 с.
16. Матвеев, Л.П. Теория спорта /Л.П.Матвеев. – М. : Воениздат, 1997. – 543 с.
17. Матвеев, Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсмена /Л.П.Матвеев. – К. : Олимпийская литература, 1999. – 320 с.

18. Платонов, В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / В.Н.Платонов. – К. : Олимпийская литература, 2004. – 808 с.