

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА И ТУРИЗМА РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ
УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Кафедра велосипедного, конькобежного и конного спорта

ПЛАНЫ СЕМИНАРСКИХ ЗАНЯТИЙ

по дисциплине «Теория и методика спортивной тренировки в избранном виде спорта» для направления специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность «Тренерская работа по фигурному катанию на коньках» для студентов 1 курса дневной формы получения образования

Обсуждены и одобрены на заседании кафедры
Протокол № 12 от 16.06.2015
Зав. кафедрой велосипедного, конькобежного и
конного спорта

М.И.Дворяков

Минск 2018

Планы семинарских занятий
по дисциплине ТиМСПвИВС для студентов 1 курса дневной формы
получения образования

Раздел 1 Общие основы теории фигурного катания на коньках

Тема 2 Фигурное катание на коньках в системе физического воспитания

1. Место фигурного катания на коньках в системе физического воспитания Республике Беларусь.

2. Фигурное катание на коньках как средство физического развития, культурного отдыха и оздоровления населения. Фигурное катание на коньках 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 фигурным катанием на коньках. 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 фигурному катанию на коньках в стране.

Тема 6 История развития фигурного катания на коньках

1. Происхождение и эволюция коньков, их назначение. Основные этапы эволюции конструкции коньков, ботинок и материалов. Современная конструкция коньков.

2. Основные предпосылки и природно-климатические факторы, способствующие зарождению катания на коньках.

3. Первые соревнования фигуристов, особенности их проведения.

4. Официальный статус соревнований и первые чемпионаты мира и Европы. Их программа и условия определения победителей.

5. Развитие фигурного катания на коньках в дореволюционной России. Первые конькобежные клубы. Характеристика социального состава членов конькобежных клубов в России и их деятельность. Организация и проведение чемпионатов России по фигурному катанию на коньках. Программы соревнований и условия определения победителей. Сильнейшие русские фигуристы дореволюционного периода.

6. Основные этапы развития фигурного катания на коньках в СССР. Характеристика состояния и развития фигурного катания на коньках: 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 фигуристов в БССР. Успехи белорусских фигуристов на всесоюзной и

мировой арене. Современное состояние фигурного катания на коньках в стране. Анализ участия белорусских спортсменов на чемпионатах Европы, мира и Олимпийских играх.

8. Дальнейшие перспективы развития белорусского фигурного катания на коньках.

Тема 7 Правила соревнований, организация и проведение

1. Виды и задачи соревнований в фигурном катании на коньках.
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. Жеребьевка участников соревнований.
7. Торжественный ритуал открытия и закрытия соревнований и его значение.
8. Подведение итогов соревнований. Документация соревнований.

Раздел II Техника, тактика, физические и психические качества

Тема 9 Техника фигурного катания на коньках

1. Общие основы техники основных элементов фигурного катания на коньках: дуги перетяжки, тройки, скобы, крюки, выкрутки, петли.
2. Общие основы техники элементов одиночного фигурного катания.
3. Техника исполнения шагов и спиралей.
4. Техника исполнения прыжков, каскадов и комбинаций прыжков

Тема 11 Требования к физической и психологической подготовленности фигуристов

1. Краткая характеристика и особенности развития физических качеств, необходимых фигуристу.
2. Средства и методы воспитания физических качеств. Основные критерии оценки силовых, скоростных способностей, выносливости и ее разновидностей, координационных способностей и гибкости.
3. Общая и специальная психологическая подготовка фигуристов.

4. Психологическая подготовка в условиях тренировки и в процессе соревнований.

5. Психологическая напряженность и ее регулирование в спортивной подготовке и в соревновательной деятельности.

Раздел III Теория и методика обучения в фигурном катании на коньках

Тема 13 Организация процесса обучения в фигурном катании на коньках

1. Обучение и тренировка как единый тренировочный процесс.
2. Дидактические принципы обучения и их реализация в конькобежном спорте.
3. Этапы обучения в фигурном катании на коньках.
4. Средства и методы обучения.
5. Организация и особенности проведения занятий по обучению начинающих фигуристов.
6. Урок – как основная форма проведения занятий по фигурному катанию на коньках.

Тема 14 Методика начального обучения в фигурном катании на коньках

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 самостраховки на льду, способам торможения.
5. Методика обучения основным упражнениям юных фигуристов.
6. Подвижные игры и эстафеты для закрепления навыков катания на коньках.
7. Типичные ошибки при обучении катанию на коньках и пути их устранения.

Тема 15 Методика обучения технике элементов в различных видах фигурного катания на коньках

1. Структура процесса обучения фигурному катанию на коньках.
2. Этапы и последовательность процесса обучения.
3. Методы и методические приемы, применяемые для обучения техники элементов одиночного фигурного катания.
4. Специально-подготовительные упражнения на льду и на полу.
5. Предупреждение и устранение ошибок.

Раздел IV Система спортивной подготовки в фигурном катании на коньках

Тема 16 Содержание спортивной подготовки в фигурном катании на коньках

1. Цели и задачи спортивной подготовки в фигурном катании на коньках.
2. Основные виды спортивной подготовки фигуристов.
3. Периодизация спортивной подготовки фигуристов.
4. Особенности планирования макроцикла, мезоцикла, микроцикла подготовки фигуристов.
5. Структура отдельного тренировочного занятия.

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 велосипедному спорту) для студентов 1 курса дневной формы получения образования

Обсуждены и одобрены на заседании кафедры
Протокол № 1 от 03.09.2018

Зав. кафедрой

М.И.Дворяков

Минск 2018

План к семинарскому занятию
Тема 1 Введение в специальность
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ТРЕНЕРА-ПРЕПОДАВАТЕЛЯ

Основные вопросы	Содержание
1. Тренер как педагог и воспитатель	Творческая система «ученик—тренер». Задачи, решаемые тренером в повседневной работе. Взаимоотношения «тренер—коллектив». Способы управления коллективом: автократический, демократический, либеральный.
2. Педагогические способности тренера	Изучение особенностей форм активного и пассивного руководства творческим процессом. Методика применения различных средств и форм информации в процессе тренировки. Овладение навыками и умениями использования тренажеров в тренировочном процессе.
3. Специфика педагогической работы со спортсменами различных спортивных разрядов	Особенности преподавания велосипедного спорта в специальных учебных заведениях.

Литература

1. Велосипедный спорт. Программа для детско-юношеских спортивных школ (комплексных и специализированных). – М.: Методический кабинет ГЦОЛИФКа, 1973. – 47 с.
2. Велосипедный спорт. Учебная программа для детско-юношеских спортивных школ и специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / сост. П. П. Кутас, М. И. Дворяков. – Минск, 2005. – 101с.
3. Единая спортивная классификация Республики Беларусь 2009–2012 гг. : нормативное производственно-практическое издание. – Минск, 2009. – 324с.
4. Любовицкий, В. П. Гонимые велосипеды : учеб. пособие / В. П. Любовицкий. – Л. : Машиностроение. Ленингр. отделение, 1989. – 210с.
5. Иванченко, Е. И. Теория и практика спорта / Е. И. Иванченко. Минск : учеб.-методическое пособие. 1 ч., 1996. – 132с.
6. Иванченко, Е. И. Теория и практика спорта / Е. И. Иванченко. Минск : учеб.-методическое пособие. 2 ч., 1997. – 180с.
7. Иванченко, Е. И. Теория и практика спорта / Е. И. Иванченко. Минск : учеб.-методическое пособие. 3 ч., 1997. – 240с.
8. Теория и методика спортивной подготовки в избранном виде спорта. Учебная программа учреждения высшего образования по учебной дисциплине для направления специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая

деятельность (тренерская работа по велосипедному спорту)» / сост. П. П. Кутас, М. И. Дворяков. – Минск, 2014. – 54с.