

**Управляемая самостоятельная работа студентов
по «Теории и методике спортивной подготовки в избранном виде
спорта»
для студентов 3 курса (велосипедный спорт)**

Наименование раздела	Кол-во часов	Содержание самостоятельной работы
1	2	3
Раздел III. Теория и методика обучения в велосипедном спорте	2 2	1. Подготовить доклад на тему «Методика обучения технике в велосипедном спорте». 2. Провести анализ характерных ошибок в тактической подготовке юных велосипедистов и предложить методику их устранения
Раздел IV. Методика тренировки в велосипедном спорте	2 2 6 2	1. Подготовить сообщение на тему «Цели, задачи и содержание тренировки». Принципы тренировки. Закономерности тренировки. 2. Подготовить доклад на тему «Виды подготовки в велосипедном спорте». Сочетание видов подготовки в зависимости от квалификации спортсмена. 3. Написать реферат на тему «Средства и методы тренировки в велосипедном спорте». 4. Техническое совершенствование в передвижении на велосипеде на шоссе, на треке и по кроссу. 5. Подготовка к проведению занятия по овладению методикой закрепления техники передвижения на велосипеде
Раздел V. Управление процессом спортивного совершенствования	2 2	1. Подготовить сообщение на тему «Учет и контроль функциональной подготовленности. Виды контроля, Виды учета. Формы учета». 2. Подготовить реферат на тему «Модельные характеристики велосипедистов по видам гонок на

		шоссе и на треке». Возраст, стаж спортивной деятельности, оптимальные возрастные границы высокой результативности
Раздел IX. Научно-методическое обеспечение в велосипедном спорте	2	1. Представить расширенный план подготовки курсовой работы и список литературы для использования в работе