

Вопросы к семинарскому занятию
Тема 7. Правила спортивных соревнований по акробатике.

1. Общие правила спортивных соревнований.
2. Функции, права и обязанности судей.
3. Состав судейской бригады в спортивной акробатике.
4. Состав судейской бригады в прыжках на батуте.
5. Содержание Технического регламента Международной федерации гимнастики.
6. Права и обязанности участников и тренеров.
7. Оценка исполнения «Е» в спортивной акробатике и прыжках на батуте.
8. Оценка трудности «D» в спортивной акробатике и прыжках на батуте.
9. Оценка артистизма «А» в спортивной акробатике.
10. Оценка «S» в синхронных прыжках на батуте.
11. Оценка «Н» и «Т» в прыжках на батуте.
12. Оценки «Е» и «D» в акробатических прыжках на дорожке.
13. Основные сбавки, применяемые судьями при выставлении оценок.
14. Методика антропометрических измерений спортсменов в спортивной акробатике.
15. Методика выставления окончательной оценки в акробатике.
16. Дисциплинарные взыскания и дисквалификация судей и спортсменов.

Практическое задание – Судейство по видеозаписям с различных спортивных соревнований с последующим разбором и анализом.

Вопросы к семинарскому занятию

Тема 29. Особенности спортивной подготовки в зависимости от вида акробатики, пола, специализации партнеров, квалификации спортсменов, морфофункциональных особенностей

1. Определение понятий: «спортивная подготовка», «подготовленность», «техническая подготовка», «техническая подготовленность».
2. Спортивная подготовка акробатов как единый процесс овладения ее видами: технической, физической, психологической, тактической и теоретической.
3. Спортивная подготовка в акробатических парах (женских, мужских, смешанных).
4. Спортивная подготовка в акробатических группах (женских тройках, мужских четверках).
5. Спортивная подготовка верхних акробатов.
6. Спортивная подготовка нижних акробатов.
7. Спортивная подготовка спортсменов-юниоров.
8. Спортивная подготовка акробатов высокого класса.
9. Особенности спортивной подготовки акробатов в зависимости от морфофункциональных особенностей спортсменов.

Вопросы к семинарскому занятию

Тема 11. Структура и классификация акробатических упражнений

1. Типы классификации акробатических упражнений.
2. Систематизация акробатических упражнений
3. Анализ структурных отношений, объективно существующих между различными движениями.
4. Структурный анализ балансовых упражнений.
5. Структурный анализ вольтижных упражнений.
6. Структурный анализ индивидуальных упражнений.
7. Структурный анализ акробатических прыжков.
8. Структурный анализ прыжков на батуте.

Вопросы к семинарскому занятию

Тема 23. Общие основы методики обучения акробатическим упражнениям.

1. Основные факторы, определяющие эффективность процесса обучения.
2. Физиологические и психологические особенности освоения двигательных навыков.
3. Фазы формирования двигательных навыков.
4. Законы формирования двигательных навыков.

Вопросы к семинарскому занятию

Тема 24. Обучение базовым упражнениям.

1. Использование специальных приспособлений при обучении базовым упражнениям.
2. Наиболее распространенные ошибки при обучении базовым упражнениям и методика их исправления.
3. Использование специальных приспособлений (стоялки, тренажеры) при обучении различным видам балансовых упражнений в парах и группах.
4. Использование специальных приспособлений (лонжи, батут в сочетании с поролоновой ямой, трамплины, поролоновые маты и кубы) при обучении различным видам вольтижных упражнений в парах и группах.
5. Использование специальных приспособлений (дорожка, лонжи, батут в сочетании с поролоновой ямой, трамплины, поролоновые маты и кубы) при обучении акробатическим прыжкам.
6. Самостраховка при обучении базовым упражнениям.

Практическое задание – составление обучающей программы базовым упражнениям (по заданию):

1. Методика обучения стойке на различных видах опоры (на двух руках, на стопах партнера) в парах.
2. Методика обучения упору на различных видах опоры (на двух руках, на стопах партнера) в парах.
3. Методика обучения входу на плечи и соскоку с партнера в парах.
4. Методика обучения ловле партнера в плечи, в руки, на предплечья.
5. Методика обучения прыжкам на батуте (сальто вперед, назад в группировке).

Вопросы к семинарскому занятию

Тема 25. Характеристика индивидуальных акробатических упражнений. Основные ошибки и методы их исправления

1. Наиболее распространенные ошибки при обучении индивидуальным акробатическим упражнениям и методика их исправления.
2. Использование специальных приспособлений (лонжи, батут в сочетании с поролоновой ямой, трамплины, поролоновые маты и кубы) при обучении индивидуальным акробатическим упражнениям.
3. Самостраховка при обучении индивидуальным акробатическим упражнениям.

Практическое задание – составление обучающей программы базовым упражнениям (по заданию):

1. Методика обучения перевороту боком («колесо»).
2. Методика обучения рондату.
3. Методика обучения перевороту вперед (на одну, на две, с двух на две).
4. Методика обучения перевороту назад (на колено, в шпагат).
5. Методика обучения перевороту вперед (на одну, на две, с двух на две).
6. Методика обучения разновидностям сальто в группировке (вперед, назад, боком).
7. Методика обучения хореографическим прыжкам (шагом, перекидному, кольцом одной, двумя).