

74.58
4-51

ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ

Е. Л. Чеснова



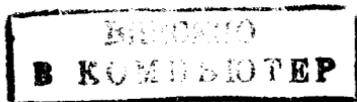
DirectMEDIA

Е. Л. Чеснова

**Педагогическое
физкультурно-спортивное
совершенствование**

Учебно-методическое пособие

Издательство стереотипное



Москва

2019

УДК 796/799 (075.8)

ББК 74.267.5я73

Ч 51

Рецензенты:

Коновалова Н. Г. доктор мед. наук, проректор по научной работе
ГОУ ВПО «Кузбасская государственная педагогическая академия»;
Ромашевская Н. И. к. п. н., зав. кафедрой спортивных дисциплин
ГОУ ВПО «Кузбасская государственная педагогическая академия»

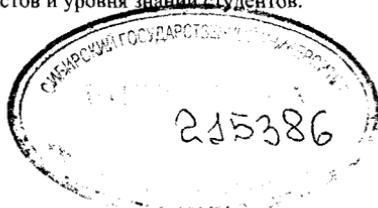
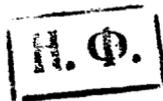
Чеснова Е. Л.

Ч 51 Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование:
Учебно-методическое пособие для студентов специальности 050720
Физическая культура / Е.Л. Чеснова. – Изд. Стер. – М.: Директ-Медиа,
2019. – 226 с.
ISBN 978-5-4458-3079-5

Учебно-методическое пособие по предмету «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование» предназначено для организации аудиторной и самостоятельной работы студентов специальности 050720 Физическая культура и включает: тематику и содержание лекционных и практических занятий, контрольные вопросы, темы творческих проектов, тесты для контроля знаний, вопросы для самоконтроля, вопросы к зачету, список литературы, приложения. Курс изложен по модульному принципу, позволяющему варьировать объем и сложность освещения отдельных разделов с учетом задач подготовки специалистов и уровня знаний студентов.

УДК 796/799 (075.8)

ББК 74.267.5я73



ISBN 978-5-4458-3079-5

© Чеснова Е. Л., 2019

© Электронное издательство «Директ-Медиа», 2019

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение.....	5
Специфика авторской концепции.....	11
Организация учебного процесса по ПФСС.....	15
Модульно-рейтинговая система обучения предмету «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование»...	17
Модульная структура дисциплины.....	17
Базовые модули дисциплины.....	17
Дидактическая структура модулей.....	19
Технологическая карта дисциплины.....	23
Требования к уровню подготовки студентов.....	27
Рекомендации студенту по освоению программы дисциплины...	30
Листы рейтинг-контроля по базовым модулям.....	34
Модуль 1. Основные составляющие профессионализма педагога по физической культуре и спорту.....	41
Лекция 1. Деятельность педагога по физической культуре, тренера по виду спорта, основные составляющие их профессионализма.....	41
Лекция 2. Спорт и его роль в обществе, функции, типы, виды спорта.....	46
Модуль 2. Физическая подготовка в спорте.....	55
Лекция 1. Физическая подготовка. Технология физической подготовки. Задачи, средства, методы.....	55
Лекция 2. Структура и методика развития физических качеств. Физическая подготовка в процессе формирования спортивных навыков, в процессе совершенствования технико-тактического мастерства спортсменов.....	61
Модуль 3. Техническая подготовка в спорте.....	98
Лекция 1. Спортивная техника как система элементов движений, направленных на решение двигательных задач в процессе соревновательной деятельности.....	98

Лекция 2. Технология обучения технике спортивных двигательных действий. Структура обучения, задачи, средства и методы на этапах обучения.....	100
Модуль 4. Тактическая подготовка в спорте.....	108
Лекция 1. Спортивная стратегия и тактика. Организация коллективных и индивидуальных действий. Функции спортсменов в процессе спортивной борьбы.....	108
Лекция 2. Технология обучения тактике. Задачи, средства, методы тактической подготовки.....	111
Модуль 5. Система повышения уровня спортивных достижений....	119
Лекция 1. Многолетняя подготовка спортсменов. Принципы спортивной тренировки.....	119
Лекция 2. Циклический характер структуры тренировочного процесса. Структура и типы микроциклов тренировки.....	130
Лекция 3. Соревнования и соревновательная деятельность в спорте. Классификация соревнований.....	142
Модуль 6. Управление многолетней подготовкой спортсменов.....	149
Лекция 1. Спортивная ориентация и отбор. Связь отбора с многолетней подготовкой спортсменов на всех этапах и всех уровнях.....	149
Лекция 2. Управление подготовкой спортсменов.....	167
Лекция 3. Моделирование и прогнозирование в спортивной тренировке. Моделирование в спортивной тренировке.....	172
Лекция 4. Планирование как функция управления. Планирование изучения программного материала в многолетнем аспекте, в годичном цикле, по этапам, неделям, отдельным тренировочным занятиям.....	181
Лекция 5. Мониторинг (комплексный контроль) как функция управления. Коррекция тренировочного процесса на основе результатов мониторинга.....	188
Использованная литература.....	197
Рекомендуемая литература.....	199
Приложения.....	201