

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/nauchno-issledovatel'skaya-rabota/211882>

**Тип работы:** Научно-исследовательская работа

**Предмет:** Физическая культура и спорт

Введение 3

1. Задание 1 4

2. Задание 2 9

Задание 3. 17

Заключение 21

Список литературы 26

Использование интегративного подхода к тренировочному процессу квалифицированных боксеров обеспечивает усвоение вариативного компонента двигательного навыка при проведении атакующих и защитных действий, навыка экстраполяции движений, моделирование моторных актов противника, совершенствование двигательно-координационной подготовленности и способствует повышению результативности их соревновательной деятельности.

Педагогические условия, необходимые для эффективного использования интегративного подхода к тренировочному процессу квалифицированных боксеров. Этими условиями являются: выбор наиболее эффективного способа проведения ударного приема в конкретной ситуации боксерского поединка; развитие способности к экстраполяции движений, обуславливающей повышение экономичности и более рациональной организации двигательной деятельности; формирование навыков моделирования моторных актов противника, позволяющих успешно прогнозировать характер и направление его двигательных действий; формирование вариативного компонента двигательного навыка и экстраполяции движений; развитие способности к моделированию двигательных действий противника и непрерывное совершенствование двигательно-координационной подготовленности.

Третья работа – «Педагогические условия индивидуализации оздоровительных программ по физическому воспитанию студентов», кандидат наук Пономарев Алексей Евгеньевич, 2021 год.

Индивидуализация оздоровительных программ является объектом междисциплинарного исследования. В современной науке наибольшую актуальность приобретают подходы, в которых рассматриваются современные научные достижения по изучению механизмов формирования, развития и сохранения здоровья человека средствами физической культуры и спорта.

Центральное значение в индивидуализации оздоровительных программ предается созданию оптимальных педагогических условий реализации возможностей физического воспитания для улучшения функционального состояния основных систем организма под влиянием современных факторов окружающей среды.

Процесс индивидуализации оздоровительных программ по физическому воспитанию будет эффективным при соблюдении педагогических условий, основанных на:

- механизмах и закономерностях энергообеспечения мышечной деятельности, позволяющих проектировать оптимальные для здоровья компоненты нагрузок различной направленности;
- законе сохранения энергии, согласно которому расход энергии при выполнении физических упражнений должен соответствовать ее приходу, что дает основание для определения сбалансированного питания;
- методологических принципах: природосообразности, вариативности, непрерывности, соответствия внешних и внутренних сторон физической нагрузки.

1. Андреева В.С., Смирнова А.О. Современная физическая культура и спорт. – Казань: Меридиан, 2018. – 374 с.

2. Владимиров Н.С., Корнеев Е.М. Актуальные проблемы физической культуры и спорта. – Воронеж: Альянс, 2017. – 322 с.

3. Дмитриев П.И., Тимофеев Г.С. Современная физическая культура, спорт и спортивная медицина. Исследователи и их подходы. – Мурманск: Полярные зори, 2017. – 389 с.

4. Жилина Е.Ю. Спортивная педагогика и медицина. Типы и виды исследований. – Волгоград: Пламя, 2019. – 377 с.

5. Лазарев В.П. Программа учебной дисциплины «Физическая культура и спорт» // Физическая культура и спорт: проблемы, инновации, достижения [Электронный ресурс] : сборник материалов XIII международной научно-практической конференции, посвященной 100-летию НИУ МГСУ (г. Москва, 25–26 ноября 2020 г.) / ред. колл.: проф. В.А. Никишкин, канд. биол. наук, доц. Н.Н. Бумарскова, канд. социол. наук, проф. С.И. Крамской ; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, Национальный исследовательский Московский государственный строительный университет, управление научной политики. — Электрон. дан. и прогр. (5 Мб) — Москва : Издательство МИСИ – МГСУ, 2021. — Режим доступа : <https://mgsu.ru/resources/izdatelskaya-deyatelnost/izdaniya/izdaniya-otkrdostupa/>— Загл. с титул. экрана.
6. Лебедев О.М., Носов М.С. Педагогика в спорте. Достоинства и недостатки. – Екатеринбург: Капитолий, 2017. – 476 с.
7. Медведева Н.А. Петрова М.С. Специальные знания в педагогике спорта. – Казань: Пальмира, 2018. – 432 с.
8. Пономарева Л.В., Васильева О.В. Обучение физической культуре и спорту. – Новосибирск: Азимут, 2019. – 687 с.
9. Семенов О.В. Борисов А.В. Современный спорт. Место и роль психолога, педагога, тренера. – Воронеж: ИД Ярус, 2019. – 531 с.
10. Страдзэ А.В. Инновационные модели подготовки – основа современной образовательной деятельности. // Инновационные технологии в спорте и физическом воспитании подрастающего поколения : материалы VII межрег. науч.-практ. конф. с международ. участием (20 апреля 2017 г., Москва) / под общ. ред. А.Э. Страдзэ, ред. В.Г. Никитушкин, Г.Н. Германов, И.И. Столов и [др.]; ПИФКиС МГПУ. – М., 2017. – 555 с.
11. Утина И.В., Проводина Г.П. Теория и практика обучения спорту. Плюсы и минусы. – Нижний Новгород: Фара, 2018. – 623 с.
12. Фадеева А.Ю. Криминалистика. Вчера. Сегодня. Завтра. – Омск: СпецЛит, 2018. – 588 с.

*Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:*

<https://stuservis.ru/nauchno-issledovatel'skaya-rabota/211882>