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/kursovaya-rabota/398663

Тип работы: Курсовая работа

Предмет: Физическая культура и спорт

Содержание
Введение.....3
Глава 1. Научно-методическая литература по проблеме исследования 5
1.1. Обучение движениям со сложной координационной структурой.....5
1.2. Характеристика технической подготовки в спортивной акробатике.....8
1.3. Основные направления хореографической подготовки 10
Глава 2. Методы и организация исследования.....13
2.1. Методы исследования.....13
2.2. Организация исследования 14
Глава 3. Экспериментальная методика.....16
3.1. Содержание экспериментальной методики 16
Заключение.....19
Список литературы.....20

Введение
Актуальность исследования. Актуальность данного исследования заключается в том, что спортивная акробатика является лидером среди сложно-координационных видов спорта, который набирает популярность. Обучение движениям в таких видах спорта представляет большую задачу для педагогического процесса. Особое внимание необходимо уделить развитию теории и методики основ обучения акробатическим и гимнастическим упражнениям. Последнее время характеризуются интенсивным развитием спорта высших достижений, поэтому требуется более детальный подход к подготовке спортсменов. Функциональные возможности спортсменов в спорте со сложной координацией, особенно вестибулярного анализатора, играют важную роль в ориентации и двигательных актах спортсмена. Для эффективности в подготовке спортивной акробатике, необходимо провести исследования, чтобы определить двигательно-координационные способности, необходимые для качественного выполнения соревновательных упражнений. Однако данная проблема недостаточно исследована в специальной литературе. Современная теория спорта рассматривает деятельность спортсмена как сложное социально-биологическое явление. Важное значение имеет начальный этап спортивной подготовки, на котором необходимо направленно развивать двигательно-координационные способности спортсменок и закладывать основы техники для достижения хороших результатов в будущих соревнованиях и на этапе спортивного совершенствования[4]
Проблема исследования. Особенности физического развития занимающихся спортивной акробатикой
Объект исследования. Учебно-тренировочный процесс акробатов на этапе спортивного совершенствования
Предмет исследования. Обосновать методику комплексной хореографической подготовки у акробатов на этапе спортивного совершенствования
Цель исследования – разработка методики комплексной хореографической подготовки у акробатов на этапе спортивного совершенствования
Задачи исследования:
1. Изучить научно-методическую литературу по проблеме исследования
2. Выделить особенности каждого элемента структуры и проанализировать требования к содержанию тренировочного процесса акробатов на этапе спортивного совершенствования
3. Выявить эффективность методики в процессе подготовки акробатов на этапе спортивного совершенствования

Гипотеза исследования. На этапе спортивного совершенствования будет проходить наиболее эффективно, если в учебно-тренировочном процессе на занятиях по спортивной акробатике будут использоваться тренировки с варьированием тренировочных нагрузок
Практическая значимость исследования. Результаты исследования могут быть использованы при организационно-методической работе и планировании тренировочного процесса

Глава 1. Научно-методическая литература по проблеме исследования

1.1 Обучение движениям со сложной координационной структурой

Опора на мобильной платформе, широко использованная в парной и групповой акробатике, является ключевым фактором сложной динамической устойчивости (СДУ). Шесть основных параметров, определяющих этот фактор, включают:

- Время реакции на движение;
- Формы взаимодействия движений;
- Траектория движения точки, близкой к центру масс спортсмена;
- Высота мобильной платформы;
- Частота колебаний;
- Размах колебаний. [2]

С помощью координации ортогонального и инвертированного положений тела, эффективного функционирования опорных и связующих узлов в системе взаимодействующих тел, а также определенных соотношений между размахом, частотой колебаний и временем удержания позы, группа акробатов обеспечивает стабильность и непрерывное изменение точек баланса.[2]

Один из основных аспектов педагогического процесса в обучении сложным движениям в виде спорта с координационной структурой заключается в разработке системы обучения акробатическим движениям в условиях поддержания динамической устойчивости тела. Эта система должна быть динамически согласованной, внутренне связанной и экспериментально обоснованной.[2]

Она должна учитывать и использовать все основные параметры, определяющие сложность и структурное разнообразие акробатических движений в различных условиях поддержания статодинамической устойчивости (СДУ). Это включает выполнение движений на плечах и руках партнеров, на ограниченной и подвижной опорах, при смене точек баланса, с ограниченным зрительным контролем, на большой высоте и так далее.[5]

Для достижения более эффективного процесса технической подготовки в групповой акробатике необходимо разрабатывать и использовать систему обучения движениям в сложных условиях поддержания статодинамической устойчивости (СУСДУ) тела спортсмена и системы тел. Кроме того, в педагогическом процессе следует разрабатывать гибкие методики и технологии для полноценного функционирования всей системы.[5]

Важно отметить, что современные методики обучения акробатическим упражнениям опираются на новые научные открытия о статической и динамической структурах устойчивости при различных условиях выполнения программы движений. Они также включают специфический дидактический материал, содержащий все необходимые элементы для обучения "силобалансовым" движениям.[6]

Решение современных педагогических задач в области обучения спортивным движениям с возрастающей сложностью соревновательных программ возможно при глубоком понимании предмета и двигательной структуры сложно-координационных видов спорта. Ключевым параметром является подвижная опора, которая часто используется в парной и групповой акробатике, и представляет собой сложный фактор динамической устойчивости (СДУ). [2]

С опорой на наши знания о системе взаимосвязей и взаимного влияния параметров, связанных с подвижной опорой, мы можем разрабатывать и применять эффективные методики обучения спортивным движениям в сложных условиях. Это позволит спортсменам достичь наивысших результатов и обеспечить стабильность и

надежность в выполнении сложных акробатических упражнений.
Таким образом, обучение движениям в виде спорта с сложной координационной структурой является центральной задачей педагогического процесса. Нам нужно разрабатывать новые методики и системы обучения, учитывая все основные параметры и условия, связанные с динамической устойчивостью тела спортсмена и системы тел.

Функциональная стабильность в групповом и парном двигательном взаимодействии определяется ролями спортсменов-партнеров. Когда акробаты вчетвером создают столбик, первые

1. Лисицкая, Т. С. Хореография в гимнастике: учеб. пособие для вузов / Т. С. Лисицкая. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Юрайт, 2019. – 240 с.
2. 2017–2020 Code of points. Acrobatic Gymnastics [Electronic resource]: [rules] : approved by the FIG Executive Committee / Fédération internationale de gymnastique. – Mode of access: https://www.gymnastics.sport/publicdir/rules/files/en_ACRO%20CoP%202017- 2020.pdf
3. Гавердовский, Ю.К. Теория и методика спортивной гимнастики.
Том 2 [Электронный ресурс]: учебник/ Гавердовский Ю.К., Смолевский В.М.— Электрон. текстовые данные. — М.: Советский спорт, 2014. — 232 с.
4. Германов, Г.Н. Двигательные способности и навыки. Разделы теории физической культуры [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Г.Н. Германов. - Воронеж: Элист, 201. — 303 с.
5. Иваницкий, М.Ф. Анатомия человека: учебник / М.Ф. Иваницкий. - 14-е изд. - Москва: Спорт, 2018. - 628 с.
6. Миронов, В. М. Гимнастика [Электронный ресурс]: методика преподавания: учебник / В. М. Миронов, Г. Б. Рабиль, Т. А. Морозевич/Шилюк; под общ. ред. В. М. Миронова. - Минск: Новое знание; Москва: ИНФРА-М, 2018. - 335 с
7. Федоров, Д. (2017). «Акробатика: современные тенденции развития»
8. Официальный сайт Федерации спортивной акробатики России [Электронный ресурс]: URL: http://www.acrobatica-russia.ru/
9. Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации [Электронный ресурс]: URL: http://www.minsport.gov.ru/

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/kursovaya-rabota/398663