

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/referat/410855>

Тип работы: Реферат

Предмет: Менеджмент физкультуры и спорта

Содержание

Введение3

1. Спортивная подготовка, цели и задачи. 4

2. Особенности физической подготовки спортсменов-пловцов.....6

3. Использование тренажеров в спортивной подготовке спортсменов-пловцов.....11

Заключение 14

Литература 15

Введение

Физическая подготовка - это педагогический процесс, направленный на воспитание физических качеств и развитие функциональных возможностей, создающих благоприятные условия обеспечения жизнедеятельности человека. Понятием «физическая подготовка» пользуются тогда, когда необходимо подчеркнуть прикладную направленность физического воспитания по отношению к трудовой, военной, спортивной и иной деятельности. Различают общую физическую подготовку и специальную физическую подготовку.

Занятия спортом обычно включают в себя ряд периодов в возрастном развитии спортсмена. При этом содержание и структура упражнения значительно изменяются в соответствии с возрастными особенностями спортсмена и логикой спортивного созревания.

Результатом спортивной подготовки на начальном этапе является: формирование устойчивого интереса к занятиям спортом; формирование широкого круга двигательных умений и навыков; освоение основ техники по виду спорта; всестороннее гармоничное развитие физических качеств; укрепление здоровья спортсменов; отбор перспективных юных спортсменов для дальнейших занятий по виду спорта. Цель работы состоит в изучении особенностей спортивной подготовки спортсменов-пловцов.

Исходя из цели в работе были поставлены следующие задачи:

1. Рассмотреть цели и задачи спортивной подготовки.
2. Выявить особенности физической подготовки спортсменов-пловцов.
3. Проанализировать использование тренажеров в спортивной подготовке спортсменов-пловцов.

Литература

1. Дудченко П.П. Совершенствование физической подготовленности пловцов / П.П. Дудченко, С.А. Шепеленко // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. – 2021. – № 10. – С. 79-88.
2. Котляров А.Д. Специальная физическая подготовка пловцов / А.Д. Котляров, А.Ю. Довнар // Научно-спортивный вестник Урала и Сибири. – 2019. – № 3(11). – С. 3-7.
3. Реди Е.В., Попов П.А. Основные методы тренировки для развития выносливости пловцов // Физическое воспитание, спорт, физическая реабилитация и рекреация: проблемы и перспективы развития. Арутюнян. 2018. С. 91-93.
4. Сауров, Е. А. Методы интервальной гипоксической тренировки как фактор повышения спортивной результативности пловцов / Е. А. Сауров, С. Н. Морозов // Международный научно-исследовательский журнал. – 2021. – №. 4-3 (106). – С. 110-114.
5. Сауров Е.А., Морозов С.Н. Повышение специальной работоспособности высококвалифицированных пловцов методом интервальной тренировки // МНИЖ. 2021. № 2-3 (104). С. 118-122.
6. Шумаков А.В., Иваницкий В.В., Захарова Л.В. Педагогический контроль в системе подготовки спортсменов

// Проблемы современного педагогического образования. 2018. № 58-1. С. 299-302.

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/referat/410855>