

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://studservis.ru/kurosovaya-rabota/438245>

Тип работы: Курсовая работа

Предмет: Педагогика

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. БАЗОВАЯ ТЕХНИКА УДАРНЫХ ЕДИНОБОРСТВ	
1.1. Понятие базовой техники ударных единоборств.....	6
1.2. Развитие ударной техники руками в единоборствах.....	9
ГЛАВА 2. МЕТОДЫ ОСВОЕНИЯ УДАРНЫХ ЕДИНОБОРСТВ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ	
2.1. Индивидуальная тренируемость в ударных единоборствах.....	14
2.2. Особенности средств и методов в технико-тактической подготовке....	16
2.3. Технология обучения учащихся в группах начальной подготовки.....	25
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	27
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	29

1.1. Понятие базовой техники ударных единоборств

В современном спорте понятие "базовый" нередко применяется для обозначения фундаментального уровня подготовки в различных видах ударных единоборств, .

Вопрос физического развития школьников вызывает необходимость обеспечить нужный базовый уровень общей дееспособности учащихся.

По мнению Л. П. Матвеева процесс развития технико-тактического мастерства ударных единоборств можно разделить на два этапа. Первый этап подразумевает базовую техническую подготовку, необходимую для начала спортивной деятельности. На втором этапе идет уже углубленное совершенствование техники единоборств.

На первой стадии мы рассматриваем базовую подготовку юных спортсменов, во время которой идет интенсивное развитие спортивно-технических навыков и умений, благодаря которым возможен переход на второй этап.

Важность стадии развития базовой подготовки подчеркнули В.П. Филин и Н. А. Фомин. Основная направленность данной стадии физического развития учащихся заключается в заложении фундамента рациональной подготовки, а на следующем этапе становится необходимым совершенствование координации движений, обработка технических нюансов. По мнению большинства исследователей данной проблемы несомненным становится также целесообразность теоретического исследования техники того или иного вида ударных единоборств на основе выделения и практического усвоения базовых действий ударных единоборств.

Подтверждением вышесказанному служит работа В.И. Якубчика. В данной работе автор, учитывая задачу рационального использования учебных программ, в качестве актуальной проблемы выделяет овладение навыками движения, являющиеся неотъемлемой частью структуры выполняемых упражнений. Тем самым исследователь хочет донести, что подобное развитие двигательных навыков способствует достижению максимума, вкладывая только минимум.

Но стоит учитывать, что как и в отношении любой концепции, к данной теории тоже имеются претензии, то есть разногласия других исследователей.

Так, например, такие исследователи, как Б.М. Рыбалко и В.М. Игуменов считают базовыми приемы, освоив которые можно быстро разучить другие схожие по координации приемы из какой-либо классификационной группы ударных единоборств. Касательно вопроса освоения базовой техники ученые считают это ничем иным, как практическим усвоением каждого приема в отдельности.

Еще один подход, имеющий дидактическое основание, прямо противоположный предыдущим подходам заключается в принципе «от простого к сложному». Данный подход был основан И. И. Алихановым.

По мнению И. И. Алиханова, базовая техника представляет собой комплекс базовых приемов различных классификационных групп. Базовые приемы понимаются им также как вариация приемов, отражающих строение своих групп, не представляют сложности в обучении и являются основой образования и развития других приемов соответствующих групп.

Однако В. Н. Платонов под базовыми подразумевает движения и действия, которые составляют ядро оснащённости техники исследуемого вида спорта, в нашем случае – ударных единоборств-, которые необходимы для соответствия правилам и требованиям спорта. Усвоение базовых навыков, по его мнению, становится необходимым для спортсмена.

Подход, который ориентирован на хороший итог, то есть успешное завершение спортивных мероприятий, и подчеркивает технико-тактическую связь, предлагает Г. С. Туманян.

Понятие базовой техники и тактики понимается Г. С. Туманяном как небольшое количество необходимых действий из различных классификационных групп, благодаря которым формируется нужная спортсменам техника и тактика и формируются возможности быстрого усвоения каждого доселе незнакомого движения из состава распространенной техники и тактики единоборств.

Список литературы:

1. Александрова В. А. Комплексная Оценка Координационных Способностей Спортсменов / В. А. Александрова, В. В. Шиян // Спорт, человек, здоровье: Материалы Конгресса. - 2015. - С. 114-116.
2. Анисимов, М. П., Соревновательная модель технико-тактической эффективности победителей чемпионата мира по смешанному единоборству 2013 года / М. П. Анисимов // Ученые записки. - 2014. - № 3 (109).
3. Бахтина, Т.Н. Физическая культура: учебное пособие/ Т.Н. Бахтина, И.И. Александров, Н.В. Курова.— СПб. : СПбГЛТУ, 2012. — 128 с.
4. Бычков В.М. Взаимосвязь физической и психической подготовленности в профессиональной деятельности сотрудника полиции / В.М. Бычков, В.Л. Дементьев, Д.А. Платонов // Совершенствование тактической подготовки в единоборствах / под общ. ред. проф. Ю.Б. Калашникова. - М.: Физическая культура, 2015. - С.36-39.
5. Губа, В.П. Научно-практические и методические основы физического воспитания учащейся молодежи. / В.П. Губа, О.С. Морозов, В.В. Парфененков.— М. : Советский спорт, 2008. — 206 с.
6. Золотарев, А.П. Футбол: методологические основы многолетней подготовки спортивного резерва : научно-метод. пособие. / А.П. Золотарев, А.В. Лексаков, С.А. Российский.— М. : Физическая культура, 2007. — 160 с.
7. Клещев В.Н. Спортивно-важные показатели деятельности боксеров - профессионалов, отмеченных номинацией "бой года", как характеристика особенностей и условий эффективного противоборства в экстремальных условиях поединка / В.Н. Клещев, А.В. Именхоев, Г.О. Тоболич // Теория и практика прикладных и экстремальных видов спорта. Научно-метод. журнал.108 - 2015. - №2 (35). - С.23-26
8. Михно, Л.В. Физиология спорта: Медико-биологические основы подготовки юных футболистов: Учебное пособие. / Л.В. Михно, А.Н. Поликарпочкин, И.В. Левшин, С.М. Ашкинази.— М. : Спорт, 2016. — 168 с.
9. Обвинцев А.А. Становление рукопашного боя в России как раздела подготовки военнослужащих / А.А. Обвинцев, С.М. Ашкинази, В.Л. Пашута // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. Научный рецензируемый журнал. - 2013. - № 2 (Часть 1). - С.67-75.
10. Оленик, В.Г. Специфика мастерства борцов различных манер ведения поединка / В.Г. Оленик, П.А. Рожков, Н.Н. Каргин // Спортивная борьба : ежегодник. М.: Физкультура и спорт, 1984. - С. 8-10.
11. Педагогика спорта : учеб. для студ. вузов / А.А. Сидоров, Б.В. Иванюженков, А.А. Карелин, В.В. Нелюбин. М.: Дрофа, 2000. - 317 с.: ил
12. Передельский, А.А. Физическая культура и спорт в отражении философских и социологических наук. Социология спорта: Учебник.— М. : Спорт, 2016. — 416 с.
13. Пилюян, Р.А. Индивидуализация подготовки спортсменов в видах единоборств : дис. д-ра пед. наук/Р. А. Пилюян. -М., 1985.-371с.
14. Рудницкий, В.И. Техника классической борьбы / В.И. Рудницкий // Рудницкий В.И. Борьба классического стиля / В.И. Рудницкий, Г.Ф. Мисюк, Н.Н. Нижибицкий. Минск : Полымя, 1990. - С. 5-90.
15. Солодков, А.С. Проблема адаптации в спорте / А.С. Солодков // Современное состояние и актуальные проблемы физиологии спорта : межвуз. сб. науч. тр. / Гос. ин-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. Л., 1989. - С. 1628.
16. Таймазов, В.А. Индивидуальный подход к технико-тактической подготовке боксеров с учетом их спортивно важных качеств : дис. . канд. пед. наук / В.А. Таймазов. Л., 1981. - 158 с.
17. Федоров, В.В. Формирование тактического мастерства участия в соревнованиях дзюдоистов на основе моделирования предстоящей деятельности : автореф. дис. . канд. пед. наук / В.В. Федоров ; Моск. обл. гос. ин-т физ. культуры. Малаховка, 1992. - 25 с.

18. Федюкович, Н.И. Анатомия и физиология человека : учебник. / Н.И. Федюкович, И.К. Гайнутдинов.— Ростов-на-Дону : Феникс, 2010. — 510 с.
19. Чионов, Н.Г. Вопросы теории и практики спортивного совершенствования в классической борьбе (обобщение опыта подготовки и выступлений советских борцов в соревнованиях): автореф. дис. канд. пед. наук / Н.Г. Чионов. -М., 1955.- 18 с.
20. Чурекова, Т.М. Общие основы педагогики. / Т.М. Чурекова, И.В. Гравова, Ж.С. Максимова.— Кемерово : КемГУ, 2010. — 165 с.
21. Шестаков, В.Б. Принцип индивидуализации в системе физической подготовки дзюдоистов высшей квалификации : автореф. дис. . канд. пед. наук / В.Б. Шестаков ; Санкт-Петерб. гос. акад. физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. СПб., 1999. - 22 с.
22. Юшков, О.П. Экспериментальное исследование особенностей обучения сложным техническим действиям в спортивной борьбе : автореф. дис. канд. пед. наук / О.П. Юшков. М., 1970. - 18 с.
23. Ягелло В. Теоретико-методические основы системы многолетней физической подготовки юных дзюдоистов : монография / В. Ягелло. -Варшава, Киев: Изд-во АВФ, Варшава, 2002. 351 с.
24. Новиков, А.А. Управление тренировочным процессом / А.А. Новиков // Спортивная борьба : ежегодник. М.: Физкультура и спорт, 1976. -С. 4-8.
25. Нелюбин, В.В. Педагогические критерии и принципы классификации движений в спортивной борьбе / В.В. Нелюбин, А.А. Сидоров // Материалы международ. конгресса «Физ. культура, спорт и здоровье нации». СПб.: б.и., 1996. - С. 49.
26. Морозов, А. К. Исследование техники атакующих приемов в вольной борьбе и разработка методики обучения им : автореф. дис. канд. пед. наук / А. К. Морозов. М., 1974. - 24 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/kursovaya-rabota/438245>