

Рабочая программа



Форма
Ф СО ПГУ 7.18.2/08

Министерство образования и науки Республики Казахстан
Павлодарский государственный университет им. С. Торайгырова
Кафедра Физическая культура и спорт

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины Основы технической и тактической подготовки
в избранном виде спорта.

для студентов специальности 050108 – Физическая культура и спорт

Павлодар

Лист утверждения к рабочей
программе дисциплины,
разработанной на основании
государственного
общеобязательного стандарта
образования специальности и
типового учебного плана



Форма
Ф СО ПГУ 7.18.1/08

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по УР

_____ Н.Э. Пфейфер
«___» _____ 2008 г.

Составитель: преподаватель Мучкина А.Н.

Кафедра Физическая культура и спорт

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по дисциплине «Основы технической и тактической подготовки в избранном виде спорта»

для студентов специальности 050108 – «Физическая культура и спорт»

Рабочая программа разработана на основании Государственного общеобязательного стандарта Республики Казахстан 3.08.371 – 2006 специальности 050108– Физическая культура и спорт типового учебного плана и утверждена на заседании Учёного совета ПГУ им. С. Торайгырова «___» _____ 200_г., протокол №_____

Рекомендована на заседании кафедры «___» _____ 2008_г. Протокол №__

Заведующий кафедрой _____ Ю.А. Мастобаев.
(подпись)

Одобрена методическим советом биолого-химического факультета__
«___» _____ 200_г. Протокол №

Председатель УМС _____ Г.К. Даржуман.
(подпись)

СОГЛАСОВАНО

Декан факультета _____ К.Х. Жапаргазинова «___» _____ 2008 г.
(подпись) (дата)

ОДОБРЕНО ОПиМО

Начальник ОПиМО _____ А.А. Варакута «___» _____ 2008 г.
(подпись) (дата)

1 Цели и задачи дисциплины

1.1 Введение

Подготовка спортсмена направлена на достижение наивысших результатов в избранном виде спорта. Высокие спортивные результаты могут быть достигнуты только при условии овладения различными видами подготовки: технической, тактической, физической, проявления соответствующих морально-волевых качеств, приобретение практических навыков и теоретических знаний в области избранного вида спорта.

Предлагаемая программа включает в себя анализ существующих теоретических и практических разработок по данной теме.

1.2 Целью программы «Основы технической и тактической подготовки в избранном виде спорта» является ознакомление с понятиями технической, тактической подготовкой в спорте, их место в системе спортивной подготовки, взаимосвязь с другими видами спортивной подготовки.

1.3 Для достижения цели в процессе обучения реализуются следующие **задачи:**

вооружить студентов знаниями и навыками, которые необходимы для самостоятельной работы преподавателя тренера в избранном виде спорта с различным контингентом занимающихся.

– изучение закономерностей планирования технической, тактической подготовки обучающихся.

– изучение средств, методов технической, тактической подготовки в избранном виде спорта.

2 Пререквизиты: Теория и методика физического воспитания, Основы избранного вида спорта, физиология, анатомия, педагогика, психология.

Формы занятий коллективные, групповые и индивидуальные.

По окончании курса предусмотрена сдача экзамена студентами для контроля усвоения знаний.



3 Содержание дисциплины

3.1 ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ДИСЦИПЛИНЫ (з/о на базе СПО, ВПО)						
№ п/п	Наименование тем	Количество часов				
		Лекц.	Практ.	СРСП	СРС	
1	2	3	4	5	6	
1	Техническая, тактическая подготовка, основные понятия, структура, классификация.	1	2	1	1	
2	Основы обучения технике.	1	2	1	3	
3	Тактическая подготовка.	1	2	1	2	
4	Овладения и закрепление тактических действий.	1	2	1	3	
5	Совершенствование спортивного мастерства.	1	2	1	3	
6	Особенности тактической подготовки на различных этапах.	1	2	1	3	
7	Особенности технической подготовки на различных этапах			1	15	
8	Тактическая подготовка в избранном виде спорта.			1	15	
9	Техническая подготовка в избранном виде спорта			1	15	
10	Тактические приемы ведения соревновательной борьбы ведущих спортсменов, в избранном виде спорта.			1	15	
11	Тактическая подготовка к различным видам соревнований.			1	15	
12	Техническая подготовка ведущих спортсменов, в избранном виде спорта.			1	15	
ИТОГО:		135 ч	6	12	12	105

3.2 Содержание теоретического курса

3.2.1 Содержание лекционных занятий

Тема 1. Техническая тактическая подготовка, основные понятия.

Структура, классификация. Цели, задачи, место в спортивной подготовке. Общая характеристика, понятия, определения. Теоретическая подготовка.

Тема 2. Основы обучения технике. Основные понятия. Цели, задачи технической подготовки. Методы, средства, этапы, структура обучения.

Тема 3 Тактическая подготовка. Основные понятия. Цели, задачи Виды тактической подготовки. Взаимосвязь с другими видами спортивной подготовки.

Тема 4 Овладения и закрепление тактических действий.
Основные средства и методы подготовки. Методы контроля

Тема 5 Совершенствование спортивного мастерства. Критерии технического мастерства. Методы совершенствования технического мастерства.

Тема 6 Особенности технической подготовки на различных этапах.
Этапы подготовки. Особенности технической подготовки на этапах от начальной подготовки до групп спортивного совершенствования.

3.2.2 Содержание семинарских занятий

Тема 1 Техническая тактическая подготовка, основные понятия.

Основные термины, понятия. Значение технической, тактической подготовки в избранном виде спорта. Цели, задачи, место в спортивной подготовке спортсмена.

Тема 2 Основы обучения технике. Понятия спортивной техники, виды техники. Значение технической подготовки в избранном виде спорта Цели, задачи технической подготовки. Методы, средства, этапы, последовательность обучения.

Тема 3 Тактическая подготовка. Цели, задачи тактической подготовки в избранном виде спорта. Взаимосвязь с другими видами спортивной подготовки.

Тема 4 Овладения и закрепление тактических действий.
Основные средства и методы подготовки в избранном виде спорта. Методы контроля тактических умений.

Тема 5 Совершенствование спортивного мастерства. Критерии технического мастерства. Методы совершенствования технического мастерства в избранном виде спорта.

Тема 6 Особенности тактической подготовки на различных этапах.

Особенности тактической подготовок в избранном виде спорта на этапах от начальной подготовки до групп спортивного совершенствования.

4 Содержание СРС (з/о на базе СПО, ВПО)

№	Вид СРС	Форма отчётности	Вид контроля	Объем в часах
1	Конспектирование источников литературы по теме	Конспект Заготовка необходимых таблиц и другие	Доклад, защита	12
2	Подготовка к семинарским занятиям, выполнение домашних заданий	Рабочая тетрадь, конспект	Участие на занятии	20
3	Изучение материала, не вошедшего в содержание аудиторных занятий	Отчёт	Доклад	30
4	Анализ зарубежной и отечественной литературы	Конспект	Доклад, защита	15
5	Выполнение контрольной работы	Контрольная работа	Защита КР	20
7	Подготовка к контрольным мероприятиям		РК 1, РК 2, Тестирование	20
Всего:				117

4.1 Темы, предлагаемые студентам для самостоятельного обучения

Тема 1. Особенности технической подготовки на различных этапах. Особенности технической подготовки в избранном виде спорта на этапах начальной подготовки в учебно-тренировочных группах различных годов обучения.

Рекомендуемая литература: [1] стр. 273-278.

Тема 2. Тактическая подготовка в избранном виде спорта. Структура, классификация. Особенности тактических действий. Обучение тактики в избранном виде спорта.

Рекомендуемая литература: [4] стр.361-364, [5] стр. 39-60, [7] стр.95-96. [10]

Тема 3. Техническая подготовка в избранном виде спорта. Обучение техники упражнений в избранном виде спорта. Методы, средства, последовательность обучения.

Рекомендуемая литература: [4] стр.352-361, [5] , [7] стр.85-95. [10]

Тема 4 Тактические приемы ведения соревновательной борьбы ведущих спортсменов, в избранном виде спорта. Конкретные примеры тактических действий ведущего спортсмена в избранном виде спорта, с анализом действий.

Тема 5. Тактическая подготовка к различным видам соревнований. Виды соревнований, цели, тактические действия.

Рекомендуемая литература: [1], [2]. [8] стр. 29-33.

Тема 6. Техническая подготовка ведущих спортсменов, в избранном виде спорта. Изучение средств, методов, методических приемов технической подготовке в избранном виде спорта, ведущих спортсменов (олимпийских чемпионов).

4.2 Вопросы для самостоятельного обучения.

1. Техническая подготовка в группах начальной подготовки. Особенности обучения техники у детей.

2. Техническая подготовка в учебно-тренировочных группах различных годов обучения.

3. Техническая подготовка в группах спортивного совершенствования.

4. Тактические приемы, тактические способы (комбинации) ведения спортивной борьбы в избранном виде спорта.

5. Методы, средства технической подготовки в избранном виде спорта.

6. Последовательность обучения техники упражнений в избранном виде спорта.

7. Виды соревнований, цели и задачи. Тактическая подготовка спортсменов в зависимости от целей соревнований.

8. Анализ технической подготовки ведущих спортсменов (олимпийских чемпионов).

9. Анализ тактических действий соревновательной борьбы ведущих спортсменов (олимпийских чемпионов).

5 Темы контрольных работ.

1. Техническая, тактическая подготовка легкоатлетов (беговые виды).

2. Техническая, тактическая подготовка легкоатлетов (прыжковые виды).

3. Техническая, тактическая подготовка легкоатлетов (толкание ядра, метание копья).

4. Техническая, тактическая подготовка легкоатлетов (многоборье).

5. Техническая, тактическая подготовка в единоборстве (специализация).

6. Техническая, тактическая подготовка пловцов.

7. Техническая, тактическая подготовка лыжника.

8. Техническая, тактическая подготовка баскетболиста.

9. Техническая, тактическая подготовка волейболиста.

10. Техническая, тактическая подготовка гандболиста.

11. Техническая, тактическая подготовка футболиста

12. Техническая, тактическая подготовка регбиста.

13. Техническая, тактическая подготовка хоккеиста.

14. Техническая, тактическая подготовка теннисиста (настольный теннис)

15. Техническая, тактическая подготовка бадминтониста.

Список рекомендуемой литературы

Основная литература:

1. Ашмарина Б.А. Теория и методика физического воспитания М.: «ФКиС», 1990. -287с.
2. Матфеев Л.П. Основы спортивной тренировки. М.: «ФКиС», 1979
- 3.Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: Наука побеждать.- М.: «Издательство АСТ», 2002.
4. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания М.: «Академия»- 5-е изд., 2007. – 480с.

Дополнительная литература:

5. Агроновский. Лыжный спорт. М.: «ФКиС», 1966 .- 230с.
6. Бойко А.Ф. Основы легкой атлетике. М.: «ФКиС», 1976.
7. Озолин Н.Г. Легкая атлетика. Учебник для ин-тов физ. культ.- М.: «ФКиС», 1979. - 597с.
- 8 Легкая атлетика. Под ред. Остапенко А.Н. «Высшая школа», 1970. 240с.
9. Малиновский С.В. Моделирование тактического мышления спортсмена.- М.: «ФКиС», 1981. – 192с.
10. Спортивные игры. Под ред. Портных Ю.И., Учебник для физ. ин-тов.- М.: «ФКиС», 1975. – 336с.



Выписка из рабочего учебного плана специальности

050108 – «Физическая культура и спорт»

В

Наименование дисциплины Основы технической и тактической подготовки
избранном виде спорта

Форма обучения	Формы контроля						Объём работы обучающихся, в часах			Распределение часов по курсам и семестрам (часов)							
	экз.	зач.	КП	КР	РГР	рабконтр.	всего			лек	пр.	лаб	СРС	лек	пр	СРСП	
							общ	ауд	СРС							РК	ВМ П
очная на базе ВСО	3						135	18	117	2 семестр			3 семестр				
										3	6		117	3	6		
заочная на базе СПО	3						135	18	117	3 семестр							
										6	12		117				

