Методика обучения двигательным действиям в спортивной борьбе

Выполнил:
_____ Тимофеев Сергей Валерьевич,
студент 7194 группы
специальности 49.02.01 Физическая культура

Цель работы – изучение методики обучения двигательным действиям в спортивной борьбе.

Объект исследования – процесс физического воспитания и обучения детей 7-8 лет технике двигательных действий в спортивной борьбе..

Предмет – физическое развитие детей 7-8 лет обучающихся двигательным действиям спортивной борьбы.

Задачи:

Проанализировать литературу по теме исследования.

При организации занятий спортивной борьбы для детей в возрасте 7-8 лет, необходимо учитывать физиологические особенности развития организма, так как весь жизненный цикл делится на отдельные возрастные периоды.

Принципы построения учебного процесса

- сознательности,
- активности,
- наглядности,
- систематичности,
- доступности и прочности

К средствам и методам обучения двигательным действиям в спортивной борьбе относятся:

- словесные,
- демонстрационные,
- копирующие (повторение увиденного),
- лидирующие (вплоть до применения обучающих машин).

Структура процесса обучения технике спортивной борьбы.

- Ознакомление с приемом.
- Детальное разучивание.
- Процесс закрепления и совершенствования навыков.

Обучение тактике

- Тактика проведения технических действий (сковывание, угроза, вызов, повторная атака и др.).
- Методика обучения тактико-техническим комплексам.
- Методика обучения тактике ведения схватки.
- Методика обучения тактике участия в соревнованиях.

Заключение

- Анализ теории и практики по технике спортивной борьбы свидетельствует, что у специалистов нет единого мнения.
- Единым же мнением является то, что недостаточная техническая подготовка в детском возрасте не позволяет прогрессировать технико-тактическому мастерству в дальнейшем.
- Анализ аспектов технической подготовки борцов позволил нам определить пути поиска резервов оптимизации процесса обучения базовой технике двигательных действий юных борцов.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЯ