

Техника соревновательной деятельности (направленность, характер стабильности проявления количественных характеристик техники)

Группа: 351-ФКз

Исполнитель: Ульяна Игоревна Бояринцева

Система движений и действий спортсмена, направленная на достижение спортивного результата, трактуется как **техника** вида спорта.

В зависимости от особенностей определения спортивного результата в соревнованиях техника как система движений может быть направлена:

1. На достижения максимального результата;
2. На достижение определённой формы и структуры движений, критериями которых являются сложность и артистичность действий;
3. На достижение конечного эффекта.

Техника как система движений спортсмена определяется **кинематическими**, **динамическими** и **ритмическими** характеристиками.

Кинематические характеристики техники проявляются в пространстве и времени. К ним относятся пространственные, временные и пространственно-временные характеристики.

Динамические характеристики техники проявляются во взаимодействии звеньев тела спортсмена друг с другом, тела спортсмена со средой и спортивными снарядами.

Ритмические характеристики. Ритм - рациональное акцентированное распределение усилий движения во времени и пространстве.

Классификация видов спорта по характеру
стабильности проявления характеристик техники:

1. Виды спорта с относительно стабильным проявлением кинематических характеристик
2. Виды спорта с относительно стабильным проявлением динамических характеристик
3. Виды спорта с постоянно и вариативно изменяющимися, в соответствии с соревновательной ситуацией, динамическими и кинематическими характеристиками

С течением времени техника видов спорта совершенствуется в зависимости от изменений правил соревнований и судейства, усовершенствования спортивного инвентаря и оборудования

Следует отметить и зависимость техники видов спорта от изменения правил проведения соревнований