

Общая характеристика избранного вида спорта

вид спорта
ФИО студента

Классификационная характеристика

- Один из видов гимнастики
- Циклический вид
- Максимальная мощность работы
- Олимпийский спорт
- Зимний вид

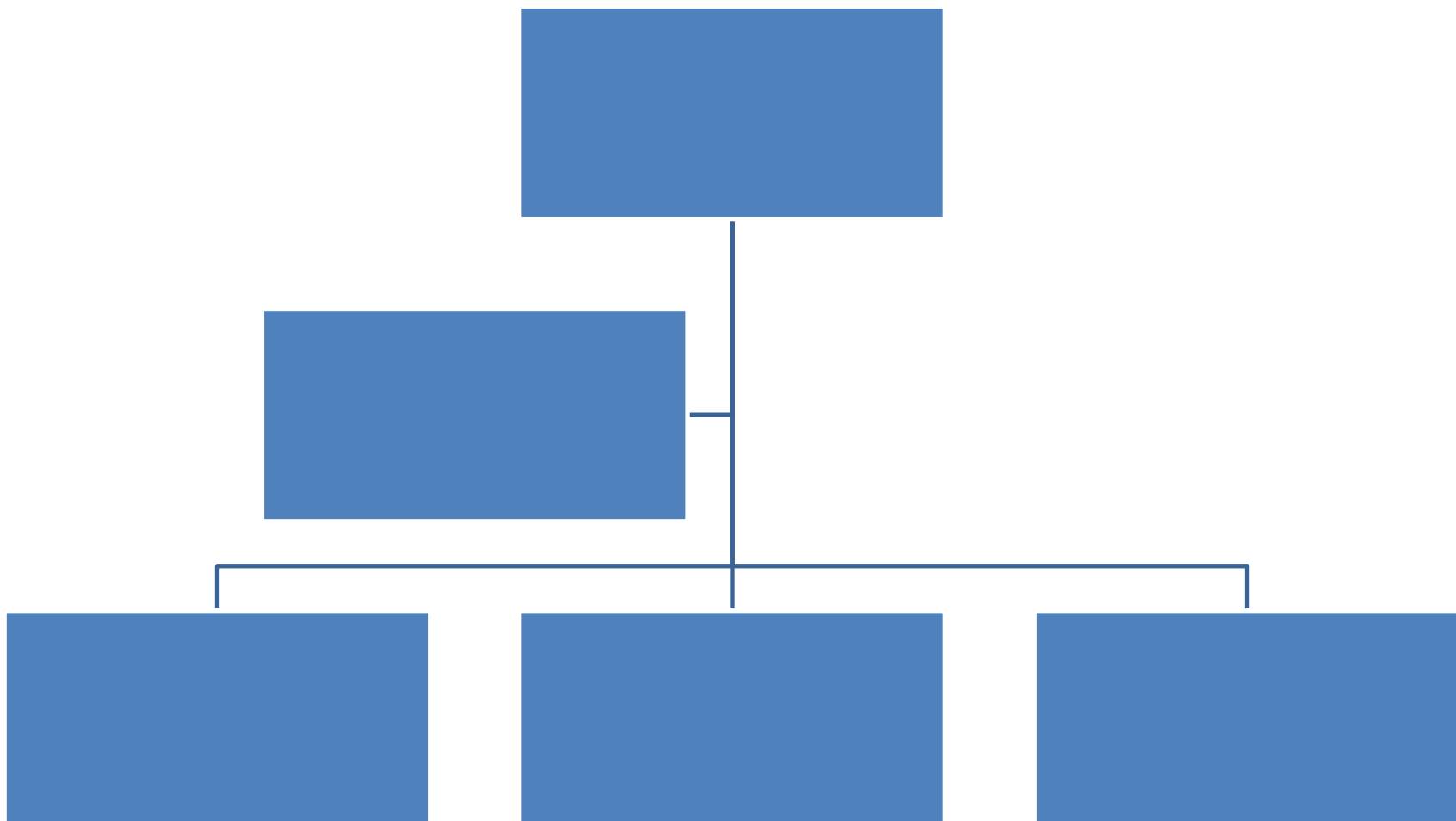
Федеральный стандарт спортивной подготовки

- Дата и номер приказа
- Ссылка
- Влияние физических качеств и телосложения на спортивный результат
 - Выносливость – 3
 - Координация – 3
 - Гибкость – 2
 - Телосложение - 1

Учебная программа по виду спорта

- Фото автора презентации с рабочей программой
- Перечень разделов

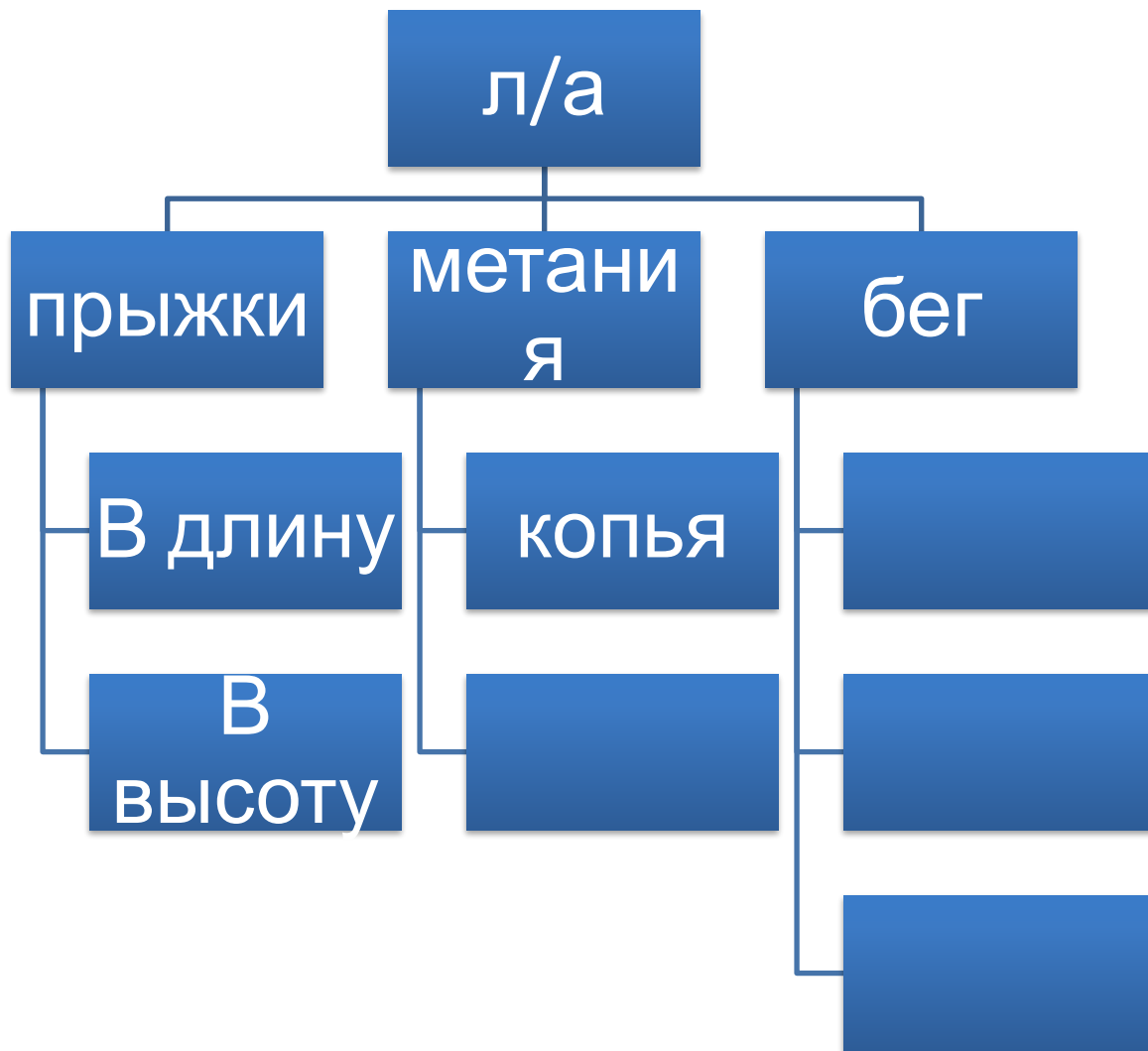
Система управления развитием избранным видом спорта в РФ



Критерии первичного отбора

- Тип телосложения –
- Психологические особенности -
- Тестирование по физической подготовленности –
 - Скоростные способности (бег 20 м)
 - Координационные способности (челночный бег 3*10 м, равновесие)
 - Скоростно-силовые способности (прыжок в длину)

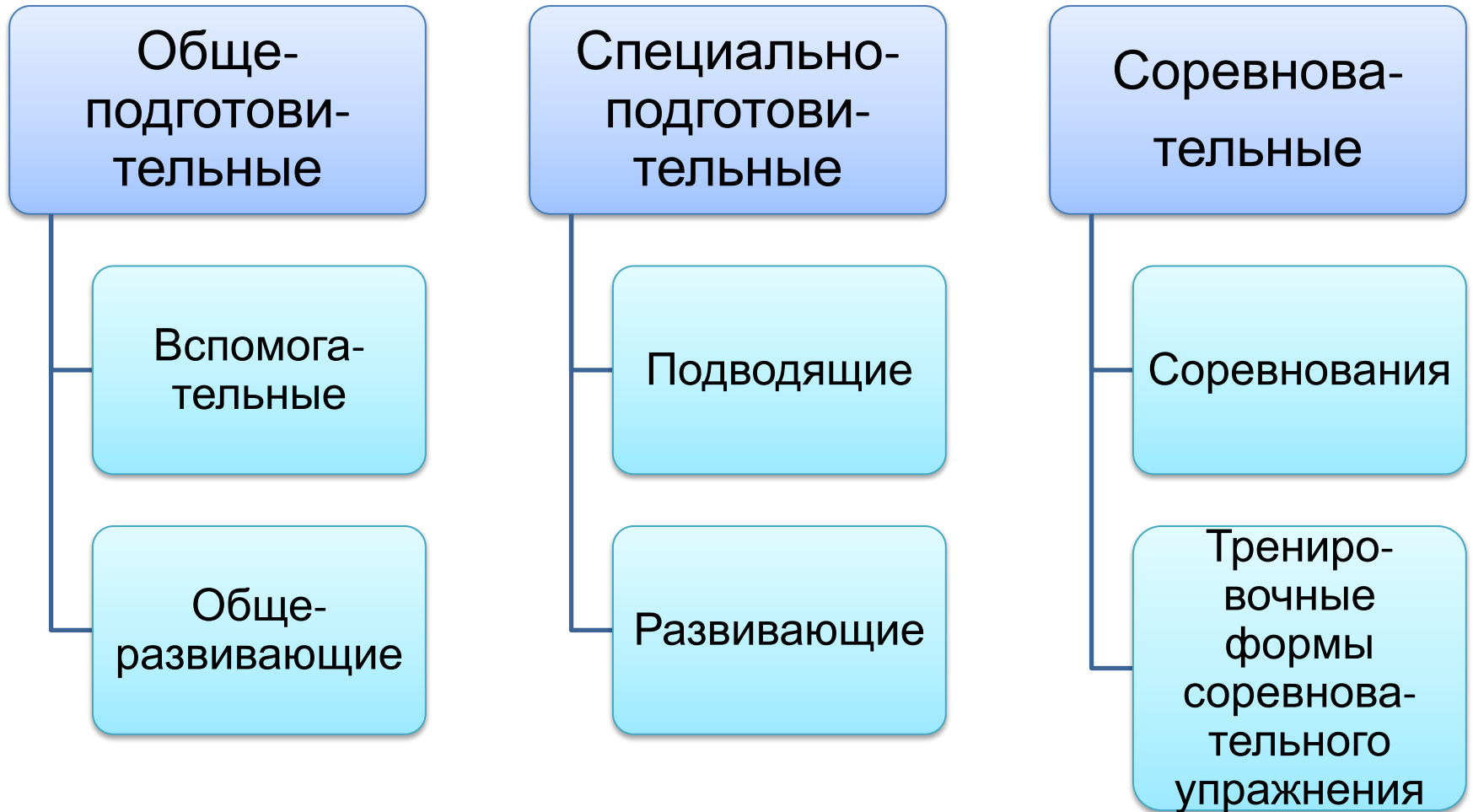
Структура вида спорта (спортивная ориентация)



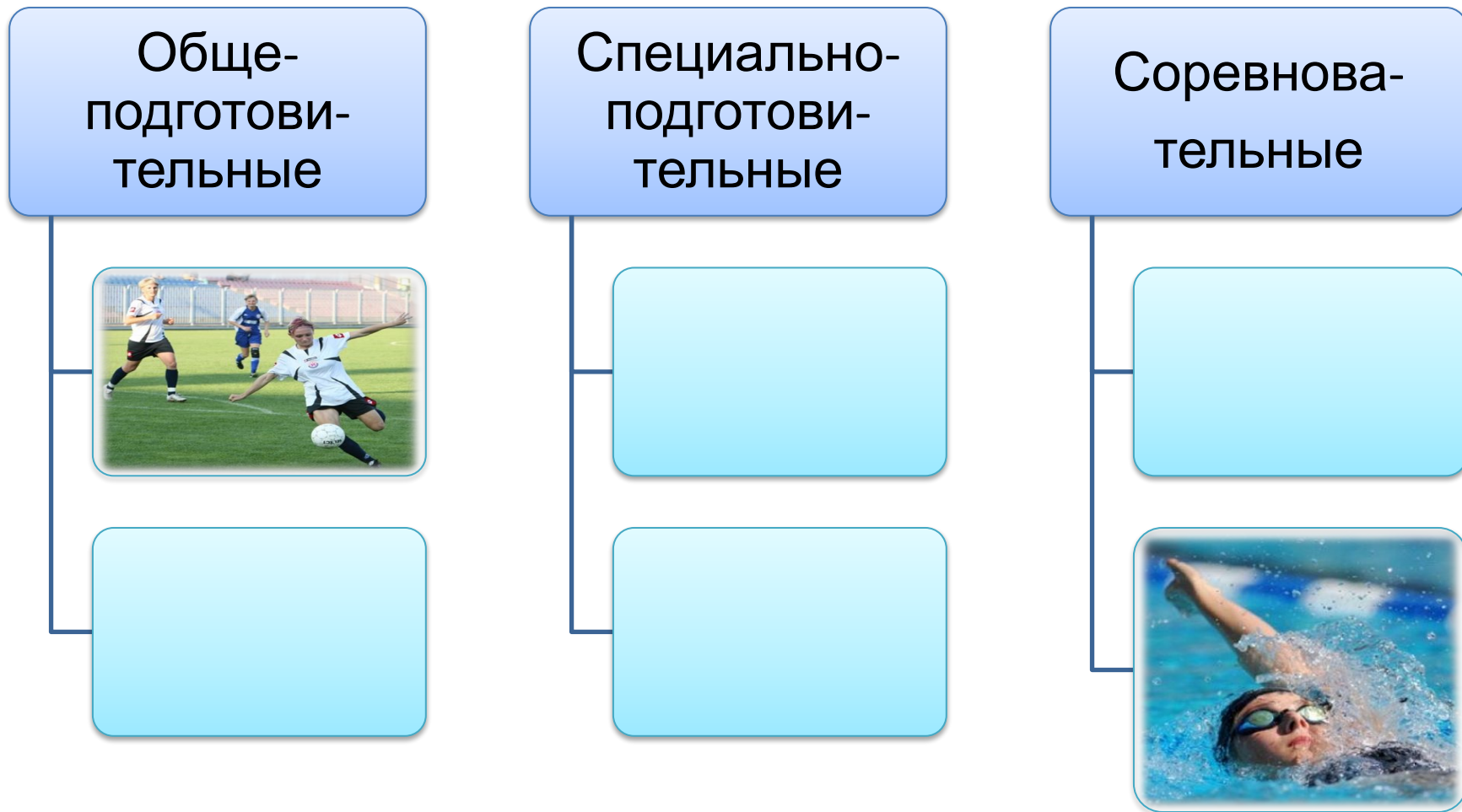
Классификация средств

Вид подготовки	Примеры упражнений
Физическая	
Техническая	
Тактическая	
Психологическая	
Интегральная	

Средства физической подготовки по отношению к структуре соревновательной деятельности:



Средства физической подготовки по отношению к структуре соревновательной деятельности:



Методы спортивной тренировки

Метод	Задачи, которые решаются с его помощью
Повторный	Развитие быстроты простой двигательной реакции
Переменный	
Равномерный	
Интервальный	
Соревновательный	