

Рецензенты:

Доктор педагогических наук, профессор: Г. Д. Бабушкин

Кандидат педагогических наук, доцент: Н. Н. Ляликова

Развитие и совершенствование координационных способностей спортсменов с учетом уровня квалификации и индивидуально-типологических особенностей: методические рекомендации / И. Ю. Горская, И. В. Аверьянов, А. М. Кондаков. – Омск : изд-во СибГУФК, 2014. – 80 с.

Методические рекомендации подготовлены по материалам собственных исследований, посвященных поиску эффективных технологий координационной подготовки в отдельных видах спорта. В методических рекомендациях представлено теоретическое и методическое обоснование двух разных подходов, базирующихся на учете индивидуально-типологических особенностей в процессе развития и совершенствования общих и специальных координационных способностей. Эффективность разработанных технологий координационной подготовки доказана в процессе проведения серии педагогических экспериментов с участием представителей отдельных видов спорта разного уровня квалификации. В методических рекомендациях кратко раскрыты ключевые моменты, на которых необходимо акцентировать внимание в процессе координационной подготовки, обозначены способы дифференциации средств развития и совершенствования координационных способностей спортсменов с учетом вида спорта, уровня квалификации, индивидуально-типологических особенностей.

Методические рекомендации предназначены для тренеров, спортсменов, аспирантов, магистрантов и студентов. Материалы методических рекомендаций могут быть использованы в учебно-тренировочном процессе разных видов спорта, в учебном процессе образовательных учреждений физкультурного профиля, в процессе реализации курсов повышения квалификации и переподготовки специалистов в сфере физической культуры и спорта.

СОДЕРЖАНИЕ

ОПРЕДЕЛЕНИЯ	стр. 4
ВВЕДЕНИЕ	5
1 Координационная подготовка в спорте: научно-методическое обеспечение на современном этапе (по данным российских и зарубежных информационных источников)	10
2 Научно-методические подходы к проблеме учета индивидуально-типологических различий в процессе многолетней спортивной подготовки	22
3 Теоретико-методологическое обоснование педагогических технологий координационной и психомоторной подготовки в спорте с учетом вида спорта, уровня квалификации, индивидуально-типологических особенностей	30
3.1 Педагогическая технология координационной подготовки спортсменов разного уровня квалификации с учетом морфотипологических особенностей	33
3.2 Педагогическая технология координационной подготовки спортсменов разного уровня квалификации с учетом типа межполушарного взаимодействия	38
3.3 Характеристика средств координационной подготовки	46
3.4 Контроль в процессе развития и совершенствования координационных способностей	71
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	74