

УДК 796.912

Авторы: **М.В. Соловых.**

В настоящих методических рекомендациях рассматриваются вопросы подбора, поиска средств, а также методы подготовки начинающих фигуристов.

Методические рекомендации предназначены для студентов МГАФК.

© Соловых М.В., 1999

© Оформление ГВКГ им. Н.Н. Бурденко, 1999

ВВЕДЕНИЕ

Процесс подготовки начинающих фигуристов предполагает применение различных средств тренировки, методов строго регламентированного, соревновательного, игрового упражнений, средств и методов словесного, наглядного или иного воздействия, а также других факторов, повышающих эффективность тренировочного процесса.

Объективные изменения, произошедшие к настоящему времени в фигурном катании, в частности потеря массовости и популярности, привели к поиску новых форм организации работы в платных секциях фигурного катания на коньках. Основной задачей такой организации является вовлечение в занятия фигурным катанием как можно большего количества занимающихся путем совершенствования средств и методов подготовки.

Правильно подобранные средства и методы подготовки должны способствовать повышению уровня технического мастерства, всестороннему физическому развитию, развитию моральных и волевых качеств личности и раскрытию творческих способностей начинающих фигуристов.

Опытная работа по определению эффективности средств и методов тренировки проводилась с начинающими фигуристами на базе общеобразовательной школы № 1192 и детского сада Митинского района г. Москвы в период с сентября 1998 г. по май 1999 г. В исследовании приняли участие 25 юных фигуристов 1989-1993 гг. рождения.

СОДЕРЖАНИЕ

	Стр.
Введение	3
Средства и методы подготовки начинающих фигуристов в секциях фигурного катания на базе общеобразовательных школ и дет- ских садов в подготовительный период обучения	4
Средства и методы подготовки начинающих фигуристов в секциях фигурного катания на базе общеобразовательных школ и дет- ских садов в соревновательном периоде обучения	9
Сценарий проведения новогоднего карнавала	11
Список рекомендуемой литературы	19