

РЕЦЕНЗИЯ

на методическую разработку тренера – преподавателя МБОУ ДО СДЮСШ №1 МО г. Краснодар Штуркина Владимира Николаевича на тему «Особенности развития скоростно – силовых качеств физической подготовки в танцевальном спорте»

По структуре представленная работа состоит из двух основных разделов. В первом разделе – теоретической части дана краткая характеристика одному из важных двигательных качеств физической подготовки – скоростно - силовым качествам, в основе которых необходимо развитие как силовых, так и физических качеств быстроты.

Дается определение понятий «сила», ее виды, быстрота (понятие скоростные качества).

Автор обращает особое на внимание на методику и особенности развития скоростно – силовых качеств, как комплексного двигательного действия, которые способствуют развитию многих двигательных качеств, таких как ловкость, координация движений, гибкость.

В разделе «Методические особенности развития скоростно – силовых качеств» автор обращает особое внимание на виды физических упражнений, методику их выполнения на практических тренировочных занятиях.

Во второй практической части работы дана краткая характеристика методик и видов тестирования силы, быстроты, указаны физические упражнения, которые можно включать в подготовительную часть тренировки, заключительный блок занятия и дополнительные вне тренировочные занятия.

Автором разработаны и предложены комплексы физических упражнений для выполнения и использования их в виде специальных заданий, как на тренировочных занятиях, так и в тренажерных залах с применением тренажеров, тренажерных приспособлений.

Представленная методическая разработка В.Н. Штуркина соответствует основным требованиям для оформления методических материалов. Работа написана профессионально грамотно.

Методические материалы могут быть рекомендованы для тренеров-преподавателей, учителей, методистов образовательных и спортивных учреждений, спортсменов.

Рецензент: кандидат педагогических наук,
доцент кафедры теории и методики
гимнастики КГУФКСТ

Береславская Н.В.

Будущий документовед ОК
КГУФКСТ



Самое...

26.08.2024г.