

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

РЕЦЕНЗИЯ

на методическую разработку (для тренеров-преподавателей СШ, ССШ, СШОР)
Бариновой Анастасии Михайловны

на тему: «ПРОГРАММА СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ
ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ АКРОБАТОК
ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ
В ЖЕНСКИХ ТРОЙКАХ»

Акробатические упражнения – сложные по координации движения, которые чаще выполняются с опорой на руки, а не на ноги, что для человека очень непривычно. Акробатические элементы выполняются на большой высоте, с вращениями и поворота в безопорном положении. Выполнение этих элементов требует точное соотношение мышечных усилий с силами инерции, согласованности скорости суставных движений со скоростью перемещения всего тела и пространственных ориентиров.

В связи с этим для освоения сложнокоординационных движений в спортивной акробатике необходимо иметь высокий уровень специальной физической подготовленности.

В своей методической разработке Барина А.М. подобрала комплекс тестов и тестовые задания для педагогического тестирования, программу совершенствования специальной физической подготовленности акробаток высокой квалификации, специализирующихся в женских тройках для каждой специализации: верхних, средних и нижних.

Теоретической базой проводимого исследования послужил проведенный автором анализ научно-методической литературы и педагогическое наблюдение по вопросам связанным с организацией учебно-тренировочного процесса в спорте и в спортивных видах гимнастики.

Актуальность и ее практическая значимость соответствует требованиям, предъявляемым к данному виду работ, а полученные результаты дополняют некоторые практические аспекты подготовки в спортивной акробатике, при этом прослеживается теоретическая, методическая и практическая взаимосвязь.

Рецензент:

к.п.н., доцент, доцент кафедры
теории и методики
гимнастики ФГБОУ ВО КГУФКСТ



Подпись/подписи заверяю:

Начальник отдела кадров

Л.В. Жигайлова

10.06.2014