ВОПРОСЫ ДЛЯ САМОКОНТРОЛЯ

по управляемой самостоятельной работе
по учебной дисциплине «Теория спорта»

УСР № 2. Тема: «Техническая подготовка спортсмена»

1. Дать определение понятия «спортивная техника».
2. Двигательное умение и его характеристика.
3. Двигательный навык и его характеристика.
4. Перечислить этапы обучения двигательному действию.
5. Перечислить компоненты готовности обучаемого к эффективному освоению двигательного действия.
6. Цель обучения на этапе начального разучивания двигательного действия.
7. Цель обучения на этапе углубленного разучивания двигательного действия.
8. Цель обучения на этапе закрепления и совершенствования двигательного действия.
9. Стабильность и вариативность спортивной техники.
10. Решение двигательных задач на этапе начального разучивания двигательного действия (условия и результат выполнения упражнения).
11. Решение двигательных задач на этапе углубленного разучивания двигательного действия (условия и результат выполнения упражнения).
12. Решение двигательных задач на этапе закрепления и совершенствования двигательного действия (условия и результат выполнения упражнения).
13. Характеристика качества движений на этапе начального разучивания двигательного действия.
14. Характеристика качества движений на этапе углубленного разучивания двигательного действия.
15. Характеристика качества движений на этапе закрепления и совершенствования двигательного действия.
16. Характеристика ощущений и восприятий движений, переработки информации на этапе начального разучивания двигательного действия.
17. Характеристика ощущений и восприятий движений, переработки информации на этапе углубленного разучивания двигательного действия.
18. Характеристика ощущений и восприятий движений, переработки информации на этапе закрепления и совершенствования двигательного действия.
19. Характеристика программирования и ацтиципации движений на этапе начального разучивания двигательного действия.
20. Характеристика программирования и ацтиципации движений на этапе углубленного разучивания двигательного действия.

21. Характеристика программирования и ацтиципации движений на этапе закрепления и совершенствования двигательного действия.

22. Представление о движениях на этапе начального разучивания двигательного действия.

23. Представление о движениях на этапе углубленного разучивания двигательного действия.

24. Представление о движениях на этапе закрепления и совершенствования двигательного действия.

25. Регулирование движений на этапе начального разучивания двигательного действия.

26. Регулирование движений на этапе углубленного разучивания двигательного действия.

27. Регулирование движений на этапе закрепления и совершенствования двигательного действия.

28. Автоматизированность движений на этапе начального разучивания двигательного действия.

29. Автоматизированность движений на этапе углубленного разучивания двигательного действия.

30. Автоматизированность движений на этапе закрепления и совершенствования двигательного действия.

31. Стабильность двигательного действия на этапе начального разучивания.

32. Стабильность двигательного действия на этапе углубленного разучивания.

33. Стабильность двигательного действия на этапе закрепления и совершенствования.

34. Скорость выполнения и амплитуда движений на этапе начального разучивания двигательного действия.

35. Скорость выполнения и амплитуда движений на этапе углубленного разучивания двигательного действия.

36. Скорость выполнения и амплитуда движений на этапе закрепления и совершенствования двигательного действия.

37. Качество техники движения в стандартных условиях его выполнения на этапе начального разучивания двигательного действия.

38. Качество техники движения в стандартных условиях его выполнения на этапе углубленного разучивания двигательного действия.

39. Качество техники движения в стандартных условиях его выполнения на этапе закрепления и совершенствования двигательного действия.

40. Качество техники движения в вариативных условиях его выполнения на этапе начального разучивания двигательного действия.

41. Качество техники движения в вариативных условиях его выполнения на этапе углубленного разучивания двигательного действия.

42. Качество техники движения в вариативных условиях его выполнения на этапе закрепления и совершенствования двигательного действия.

43. Вариативность техники движений на этапе начального разучивания, углубленного разучивания и на этапе закрепления и совершенствования двигательного действия.