



Комплексный контроль и учет в подготовке спортсмена.дпо

- 1 Вид планирования спортивной подготовки на 1 год называется
- 2 Организационно-методический документ, определяющий содержание работы на учебно-тренировочный год, а также наиболее целесообразную методическую последовательность прохождения материала по периодам и месяцам на протяжении годичного цикла тренировки
- 3 Документ, определяющий конкретное содержание занятий на определенный учебно-тренировочный цикл или календарный срок (например, на месяц).
- 4 Документ, моделирующий программу предстоящих соревнований (чередование нагрузок и отдыха) и включающий средства для достижения максимальной работоспособности (на данный период тренировки)
- 5 Измерение и оценка различных показателей в циклах тренировки с целью определения уровня подготовленности спортсмена
- 6 Контроль за оперативным состоянием спортсмена, в частности за готовностью к выполнению очередной попытки, очередного упражнения, к проведению схватки, боя и т.д.
- 7 Оценка в микроциклах подготовки результатов контрольных соревнований, динамики нагрузок и их соотношений, регистрация и анализ повседневных изменений уровня подготовленности спортсмена, уровня развития его техники и тактики
- 8 Измерение и оценка в конце этапа (периода) подготовки различных показателей соревновательной и тренировочной деятельности спортсмена, динамики нагрузок и спортивных результатов на соревнованиях или в специально организованных условиях
- 9 Основным документом учета в спортивной школе является:
- 10 Вид плана, определяющего основное направление и продолжительность учебной работы для того или иного контингента занимающихся спортсменов

