**Плотников Артем Олегович Техническая подготовка юных тхэквондистов на основе оперативной информации о двигательных действиях соперника**

ОГЛАВЛЕНИЕ ДИССЕРТАЦИИ

кандидат наук Плотников Артем Олегович

ВВЕДЕНИЕ

ГЛАВА 1 СОВРЕМЕННЫЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ В ТХЭКВОНДО НА ОСНОВЕ ОПЕРАТИВНОЙ ИНФОРМАЦИИ О ДВИГАТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЯХ СОПЕРНИКА

1.1 Место и роль двигательных реакций в системе подготовки тхэквондистов

1.2 Основные навыки тхэквондиста как базовая структура формирования технического мастерства

1.3 Методы развития и диагностики двигательных реакций тхэквондиста

1.4 Формирования технического мастерства тхэквондистов на основе исследования временных факторов двигательных действий

1.5 Анализ структуры и содержания соревновательного поединка

в тхэквондо

Заключение по первой главе

ГЛАВА 2 МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

2.1 Методы исследования

2.2 Организация исследования

ГЛАВА 3 ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ЮНЫХ ТХЭКВОНДИСТОВ НА ОСНОВЕ ОПЕРАТИВНОЙ ИНФОРМАЦИИ О ДВИГАТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЯХ СОПЕРНИКА

3.1 Особенности современного соревновательного поединка в тхэквондо

3.1.1 Причины пропуска результативного удара в поединке тхэквондо

3.1.2 Характеристика ударов, приносящих баллы в поединке тхэквондо

3.1.3 Наиболее успешные боевые позиции, дистанции и зачетные зоны для набора баллов в поединке тхэквондо

3.1.4 Временная структура поединка тхэквондо

3.2 Анализ двигательных реакций тхэквондистов различной спортивной квалификации

3.2.1 Анализ двигательных реакций ног у тхэквондистов

различной квалификации

3.2.2 Изучение способности отмеривания временных интервалов у тхэквондистов различной квалификации

3.3 Особенности восприятия тхэквондистами различной квалификации двигательных проявлений соперника

3.3.1 Причины начала атаки и контратаки в поединках тхэквондо

3.3.2 Особенности зрительного восприятия тхэквондистами различной квалификации ошибочных технических действий соперника

3.3.3 Особенности предвосхищения атаки тхэквондистами различной квалификации

Заключение по третьей главе

ГЛАВА 4 ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ОБОСНОВАНИЕ СОДЕРЖАНИЯ МЕТОДИКИ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ТХЭКВОНДИСТОВ НА ОСНОВЕ ОПЕРАТИВНОЙ ИНФОРМАЦИИ О ДВИГАТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЯХ СОПЕРНИКА

4.1 Сравнительный анализ двигательных реакций в экспериментальной и контрольной группах на начальном этапе эксперимента

4.2 Содержание методики технической подготовки юных тхэквондистов на основе оперативной информации о двигательных действиях соперника

4.3 Оценка эффективности содержания методики технической подготовки юных тхэквондистов на основе оперативной информации о двигательных

действиях соперника по итогам педагогического эксперимента

Заключение по четвертой главе

ВЫВОДЫ

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Приложение А Причины пропуска результативных ударов в поединке

тхэквондо на соревнованиях различного уровня

Приложение Б Варианты заданий для формирования навыка определения ошибочных технических действий соперника и вариантов правильного

реагирования на них

Приложение В Варианты тренировочных заданий по отработке технических действий на основе своевременного и правильного реагирования

тхэквондиста на двигательные проявления соперника

Приложение Г Акты внедрения