

А
Утверждено на заседании кафедры
теории и методики велосипедного спорта
«19» мая 2011 года протокол №23/10-11

Рекомендовано к изданию
экспертно-методическим советом РГУФКСМиТ

«28» июня 2011 года протокол №5

Краткая аннотация

Велосипедный спорт – один из наиболее бурно развивающихся в мире видов спорта, самый популярный и массовый летний олимпийский вид в нашей стране. Необходимость введения курса «Теория и методика велосипедного спорта» обусловлена благоприятными естественными природно-климатическими условиями для занятий велосипедным спортом, простотой в овладении движениями велосипедиста, отсутствием необходимости в специальных дорогостоящих спортивных сооружениях предназначенных для занятий велосипедным спортом, экономической доступностью велосипедного инвентаря. Эти факторы в сочетании с наивысшим по сравнению с другими физкультурными средствами двигательной активности оздоровительным эффектом позволили велосипеду стать национальным средством укрепления здоровья россиян, включая инвалидов, практически на протяжении всей жизни – от 3-4 лет до 80-90-летнего возраста.

Учебный материал «Курс лекций» по теории и методике велосипедного спорта построен в соответствии с требованиями Федерального Государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования цикла специальных дисциплин на основе учебного плана по специальности 032101.65 «Физическая культура и спорт», специализации «Теория и методика избранного вида спорта».

Целью курса лекций является организация самостоятельной работы студентов по овладению теоретическим материалом учебной дисциплины «Теория и методика велосипедного спорта».

Задачами курса лекций является раскрытие содержания учебной дисциплины «Теория и методика велосипедного спорта», обеспечение студентов наиболее актуальной информацией по учебной дисциплине «Теория и методика велосипедного спорта», а также управление познавательной деятельностью студентов.

Курс лекций «Теория и методика велосипедного спорта» (раздел 1) составлен в соответствии с Государственным образовательным стандартом высшего профессионального образования, одобрено Экспертно-методическим советом РГУФКСМиТ, рекомендовано для студентов РГУФКСМиТ по специальности 032101.65 «Физическая культура и спорт», РГУФКСМиТ. – М., 2011. – с.133.

Авторы:

Ковылин М.М., Заслуженный тренер России, тренер Высшей категории, кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой теории и методики велосипедного спорта РГУФКСМиТ.

Захаров А.А. Заслуженный работник физической культуры РФ, профессор, кандидат педагогических наук, заведующий кафедрой РГУФКСМиТ.

Максимова В.М. Заслуженный мастер спорта, профессор кафедры теории и методики велосипедного спорта РГУФКСМиТ, кандидат педагогических наук.

Мартынов Г.М., Заслуженный преподаватель РГУФКСМиТ, Заслуженный мастер спорта, Заслуженный тренер России, Заслуженный работник физической культуры Российской Федерации, тренер Высшей категории, Национальный комиссар Федерации велосипедного спорта России, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики велосипедного спорта РГУФКСМиТ.

Недоуцук Ю.И., преподаватель кафедры теории и методики велосипедного спорта РГУФКСМиТ.

Казаков А.Ю., преподаватель кафедры теории и методики велосипедного спорта РГУФКСМиТ.

Семенов С.В., преподаватель кафедры теории и методики велосипедного спорта РГУФКСМиТ.

Рецензент: Попов О.И., доктор педагогических наук, профессор, Российский государственный университет физической культуры, спорта и туризма.

Рецензент: Цыганков Э.С., доктор педагогических наук, профессор, Заслуженный тренер России, Российский государственный университет физической культуры, спорта и туризма.

Рецензент: Боген М.М., доктор педагогических наук, профессор, Российский государственный университет физической культуры, спорта и туризма.

Рецензент: Байковский Ю.В., кандидат педагогических наук, профессор, Заслуженный тренер России, Российский государственный университет физической культуры, спорта и туризма.

Оглавление

| | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| Введение..... | 6 |
| Раздел 1. Велосипедный спорт как олимпийский вид спорта и эффективное средство оздоровления населения..... | 7 |
| Лекция 1. Введение в специализацию..... | 7 |
| 1.1. Цель курса..... | 8 |
| 1.2. Задачи курса..... | 8 |
| 1.3. Место курса в профессиональной подготовке выпускника..... | 9 |
| 1.4. Особенность изучаемого курса..... | 9 |
| 1.5. Формы организации учебного процесса..... | 10 |
| 1.6. Требования к уровню освоения содержания курса..... | 11 |
| 1.7. Объем и сроки изучения..... | 12 |
| 1.8. Тематический план курса (дневная форма обучения)..... | 12 |
| 1.9. Тематический план курса (заочная форма обучения)..... | 21 |
| Контрольные вопросы..... | 22 |
| Лекция 2. История велосипедного спорта..... | 22 |
| 2.1. Начало развития велосипедного спорта в России..... | 22 |
| 2.2. Хронология и процесс устройства колеса..... | 26 |
| 2.3. Первые изобретатели самобеглых колясок и самокатов..... | 27 |
| 2.4. Устройство самобеглой коляски Л.Л. Шамшуренкова..... | 27 |
| 2.5. Устройство самодвижущегося экипажа (самокатки) И.П. Кулибина..... | 31 |
| 2.6. Устройство двухколесного самоката Е.М. Артамонова..... | 32 |
| 2.7. Зарубежные изобретения и изобретатели велосипедов..... | 35 |
| Контрольные вопросы..... | 38 |
| Лекция 3. Характеристика новых олимпийских дисциплин в велосипедном спорте..... | 38 |
| 3.1. Омниум..... | 39 |
| 3.2. Командный спринт..... | 40 |
| 3.3. Кейрин..... | 42 |
| 3.4. Командная гонка преследования..... | 46 |
| Контрольные вопросы..... | 51 |
| Лекция 4. Спортивные достижения национальной команды велосипедистов – высшие в мире..... | 51 |
| 4.1. Хронология побед российских велосипедистов на Олимпийских играх. | 51 |
| Контрольные вопросы..... | 52 |

| | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| Лекция 5. Велосипедный спорт в России – национальное средство укрепления здоровья населения..... | 53 |
| <i>Контрольные вопросы.....</i> | <i>60</i> |
| Лекция 6. Организация и содержание подготовки с использованием велосипеда дошкольников, школьников, студенческой молодежи, военнослужащих и с населением старшего возраста..... | 61 |
| 6.1. Проведение занятий с использованием велосипеда с дошкольниками..... | 62 |
| 6.2. Проведение занятий с использованием велосипеда со школьниками..... | 63 |
| 6.3. Проведение занятий с использованием велосипеда со студенческой молодежью..... | 77 |
| 6.4. Проведение занятий с использованием велосипеда с военнослужащими..... | 84 |
| 6.5. Проведение занятий с использованием велосипеда с населением старшего возраста..... | 86 |
| <i>Контрольные вопросы.....</i> | <i>92</i> |
| Лекция 7. Общее руководство и финансирование физкультурно-спортивной отрасли в сфере велосипедного спорта..... | 93 |
| <i>Контрольные вопросы.....</i> | <i>115</i> |
| Рекомендуемая литература..... | 121 |