



# **Борисов Михайло Анатолійович**

**Викладач  
вищої кваліфікаційної категорії,  
викладач-методист,  
почесний працівник ФКіС,  
стаж педагогічної діяльності  
27 років.**

## **МЕТОДИЧНА СПРЯМОВАНІСТЬ.**

Підвищення ефективності фізичного виховання і тренування шляхом оптимізації об'єктивної оцінки стану рухових функцій в конкретних умовах спортивної діяльності.

Надання характеристики методом визначення тренуваності на основі аналізу, зіставлення даних педагогічних спостережень, лікарських досліджень і спортивно-технічних показників.

# **ПЕДАГОГІЧНИЙ КОНТРОЛЬ У ТРЕНУВАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ (НА ПРИКЛАДІ ТРЕНУВАННЯ КАРАТИСТІВ)**

Викладач Борисов М.А., спираючись на дослідницьку діяльність (випробування, виконання контрольних нормативів, розв'язання спеціальних тестів) розробив практичні рекомендації для викладачів, інструкторів-тренерів, студентів.

1. Індивідуальний підхід у визначенні техніко-тактичної майстерності, а також виявлення рухових якостей повинно постійно проводитися з урахуванням функціональних можливостей організму і рівня розвитку вольових якостей. Сукупність цих якостей є вирішальними чинниками високих спортивних досягнень.

2. Правильність підбору планів і контрольних випробувань є одною із складових педагогічного контролю. Це дозволяє тренеру спостерігати динаміку, розвитку якостей спортсмена під впливом тренувального і змагального навантаження.

3. У процесі проведення випробувань спортсмени повинні показувати максимальні результати. Доцільно використовувати різні види заохочувань.

4. Тренер повинен прагнути до цілеспрямованої зміни показників за рахунок управління тренувальними навантаженнями.

## **ОСНОВНА ПЕДАГОГІЧНА ІДЕЯ:**

1. Застосування педагогічного контролю в підвищенні ефективності фізичного виховання і тренувального процесу, шляхом оптимізації на основі об'єктивної оцінки стану рухових функцій спортсменів в конкретних умовах спортивної діяльності.

2. Михайло Анатолійович у роботі застосовує методи, які впливають на мотивацію до занять фізичною культурою та спортом. Пропонує тести випробування і контрольні нормативи, що не вимагають у використанні складної, спеціальної апаратури, але широко застосовуються в спортивній практиці для отримання конкретної інформації про стан тренуваності спортсменів, ефективної побудови і корекції програм навчальному-тренувальному процесі, а також професійного підбору талановитих спортсменів.

3. Рішення завдань, що стоять перед тренерами в різні періоди і етапи підготовки, не мислеме без лікарсько-педагогічного контролю саме тому педагогічні дослідження в ході навчально-тренувального процесу на різних етапах підготовки ставлять метою з'ясування, як збільшується тренувальність спортсменів. Оцінка фізичної, технічної і тактичної підготовки на основі чисельних спостережень, порівняльних характеристик дозволить тренеру моделювати процес підготовки програмувати засоби і методи навчально-тренувального процесу.

## **Визначення ступеню розвитку рухових функцій за допомогою тестів**



## **Оцінка техніко-тактичної підготовленості на заняттях ПСМ (кіокушин карате)**



**Індивідуальний підхід у визначенні техніко-тактичної майстерності**



**Розвиток фізичних якостей (сили) на заняттях з кіокушин карате**