

75.1я73
Т 33

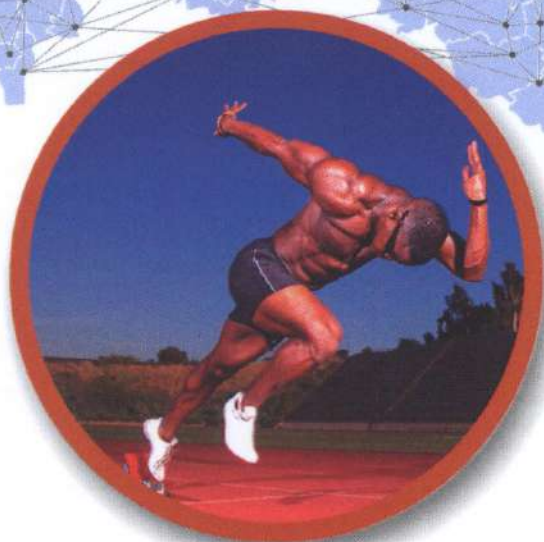
ВЫСШЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ



Под редакцией С. Е. Шивринской

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ИЗБРАННОГО ВИДА СПОРТА

2-е издание



СООТВЕТСТВУЕТ
ПРОГРАММАМ
ВЕДУЩИХ НАУЧНО-
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ
ШКОЛ

 **Юрайт**
издательство
biblio-online.ru

Оглавление

Авторский коллектив	5
Предисловие	6
Введение.....	9
Глава I. Спортивный отбор и спортивная ориентация: понятия, сущностные характеристики, особенности реализации в циклических и командно-игровых видах спорта	10
1.1. Основные понятия проблемы спортивного отбора, их взаимосвязь и сущностные характеристики	10
1.2. Структура спортивного отбора: этапы, целевые установки, содержание	18
1.2.1. Общие основы функционирования системы спортивного отбора.....	18
1.2.2. Специфические особенности спортивного отбора в спортивных играх, легкой атлетике и лыжных гонках.....	27
1.3. Организация и методы спортивного отбора, их особенности на различных этапах спортивной подготовки в легкой атлетике, лыжных гонках и командно-игровых видах спорта	32
1.3.1. Общие основы организации спортивного отбора	32
1.3.2. Специфические особенности методики спортивного отбора в легкой атлетике, лыжных гонках и спортивных играх.....	41
1.4. Актуальные проблемы теории и практики спортивного отбора.....	50
<i>Выводы по главе I</i>	<i>53</i>
<i>Тестовые задания</i>	<i>55</i>
<i>Задания для самостоятельной работы.....</i>	<i>57</i>
<i>Рекомендуемая литература</i>	<i>58</i>
Глава II. Общие основы и специфические характеристики видов подготовки в легкой атлетике, лыжных гонках и спортивных играх.....	60
2.1. Теоретическая подготовка	62
2.2. Физическая подготовка.....	67
2.3. Техническая подготовка.....	78
2.4. Тактическая подготовка.....	87
2.5. Психологическая подготовка.....	98
2.6. Интегральная подготовка	107
2.7. Актуальные проблемы спортивной подготовки.....	113
<i>Выводы по главе II</i>	<i>117</i>
<i>Тестовые задания</i>	<i>118</i>

<i>Задания для самостоятельной работы</i>	120
<i>Рекомендуемая литература</i>	121

Глава III. Общие положения и особенности подготовки и проведения соревнований в беговых видах легкой атлетики, лыжных гонках и спортивных играх 123

3.1. Основные понятия и общие положения организации проведения соревнований.....	125
3.2. Характеристика системы спортивных соревнований в беговых видах легкой атлетики.....	138
3.3. Характеристика системы спортивных соревнований в лыжных гонках.....	149
3.4. Характеристика системы соревнований в командных спортивных играх (баскетбол, волейбол, футбол)	158
3.5. Актуальные проблемы системы спортивных соревнований.....	172
<i>Выводы по главе III</i>	175
<i>Тестовые задания</i>	177
<i>Задания для самостоятельной работы</i>	179
<i>Рекомендуемая литература</i>	180

Заключение.....182

Новые издания по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта» и смежным дисциплинам.....185

Ключ к тестовым заданиям первой главы.....187

Ключ к тестовым заданиям второй главы.....188

Ключ к тестовым заданиям третьей главы.....189