



**ВЫСТАВКА
НОВЫХ
ПОСТУПЛЕНИЙ**

Бобков В. В. Режиссура спортивно-массовых представлений и праздников в вузе : учебное пособие / В. В. Бобков. – Санкт-Петербург : Лань, 2024. – 107 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-507-48113-2.

В учебном пособии предпринята попытка всестороннего и взаимосвязанного изложения всей совокупности вопросов, связанных с подготовкой, организацией и проведением спортивно-массовых представлений и праздников. Подробно разбирается каждый из компонентов, который необходимо проработать, чтобы мероприятие получилось.

796.093.41(07)
Б 725

ВЫСШЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ

РЕЖИССУРА СПОРТИВНО-МАССОВЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ И ПРАЗДНИКОВ В ВУЗЕ



В. В. Бобков



E.LANBOOK.COM

Максин А. Изучение бальных танцев : учебное пособие / А. Максин. – 2-е изд., испр. – Санкт-Петербург : ПЛАНЕТА МУЗЫКИ : Лань, 2024. – 42,[4] с. – (Учебники для вузов. Специальная литература). – ISBN 978-5-8114-1054-5.

А. Максин (Венгеров) - московский балетный актер, автор книги "Изучение бальных танцев". Первое издание было выпущено в 1839 году. В книге изложена методика и описаны правила изучения бальных танцев. Произведение А. Максина - частичка истории русской танцевальной культуры, документ эпохи - не утратило своей ценности и сегодня. Книга будет интересна всем любителям танцевального искусства.



Спортивные игры: настоящее и будущее : материалы 13-й научно-практической конференции с международным участием кафедры теории и методики спортивных игр НГУ им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. Вып. 13 / НГУ физической культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург ; редакционная группа: Б. Е. Лосин, М. А. Сергазинова, Т. И. Князева. – Санкт-Петербург : Издательско-полиграфическая ассоциация высших учебных заведений, 2024. – 137 с.

Сборник содержит работы специалистов в области спортивных игр. В представленных материалах рассматриваются вопросы технико-тактической и физической подготовки спортсменов, а также медико-биологические и психологические аспекты.

796:061.2/3

С 734 Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург



**СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ:
НАСТОЯЩЕЕ И БУДУЩЕЕ**

Материалы
13-й научно-практической конференции
с международным участием
кафедры теории и методики спортивных игр
НГУ им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

Выпуск 13

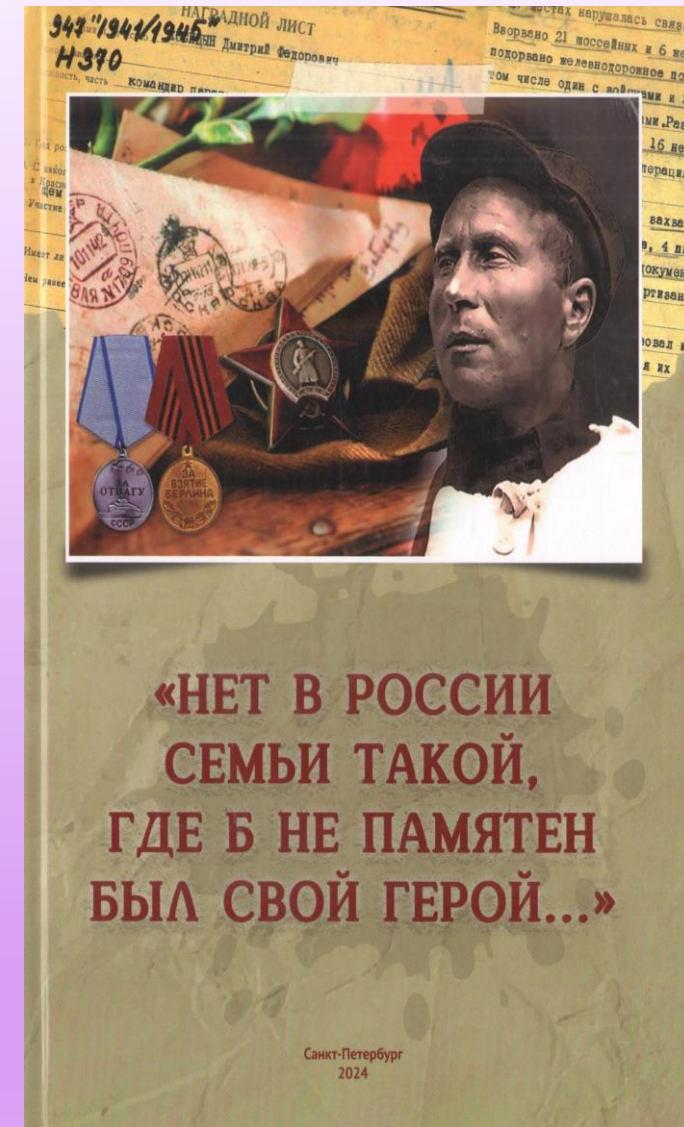


*К 90-летию кафедры теории и методики
спортивных игр*

Санкт-Петербург
Издательско-полиграфическая ассоциация
высших учебных заведений
2024

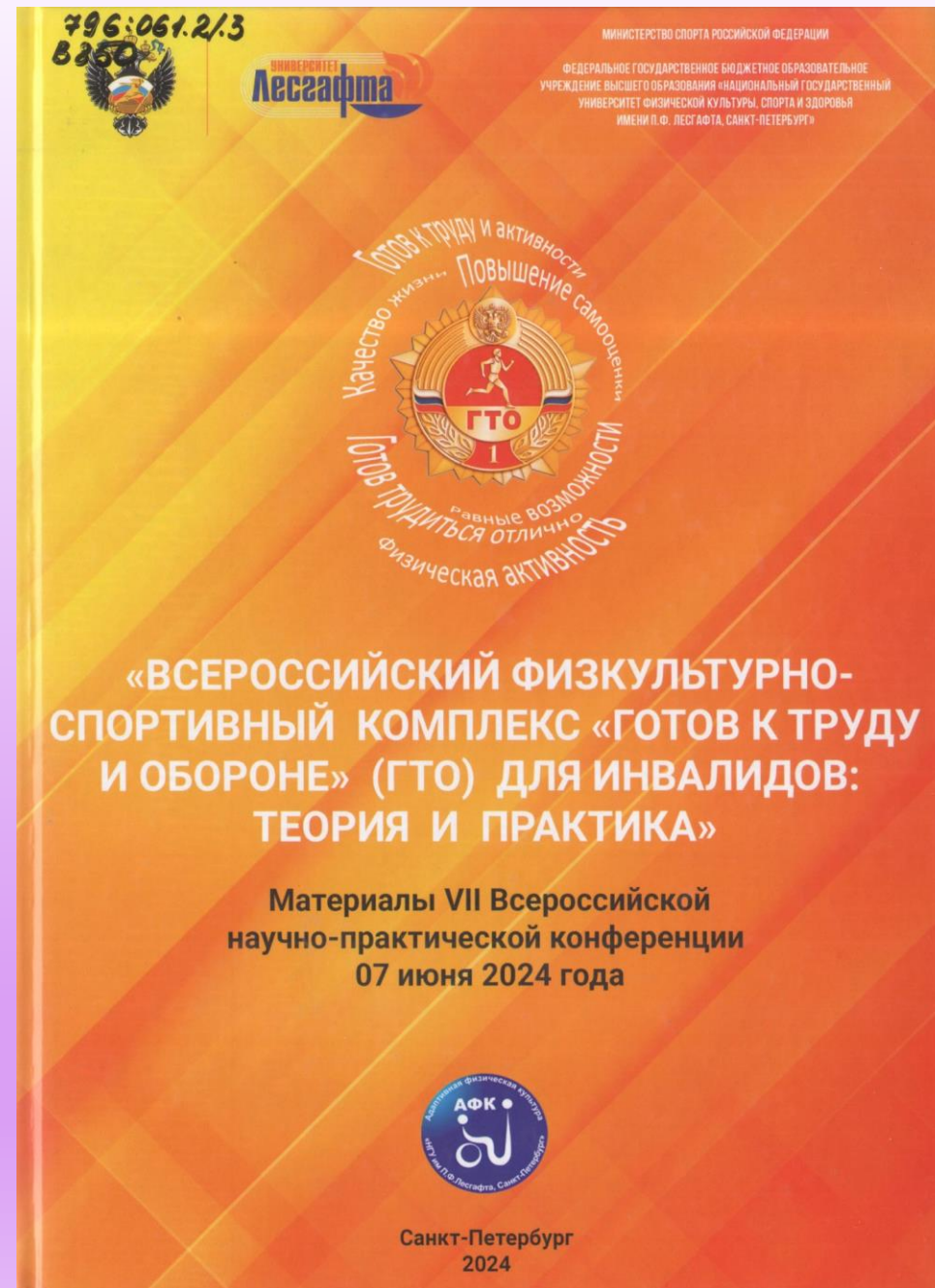
Наш "Бессмертный полк". "Нет в России семьи такой, где б не памятен был свой герой..." / Министерство спорта Российской Федерации ; НГУ физической культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург ; составители: В. В. Пыж, Ю. А. Кожевникова, А. С. Петриченко. – Санкт-Петербург : ПОЛИТЕХ-ПРЕСС, 2024. – 189. : ил. – ISBN 978-5-7422-8609-7.

Настоящее издание подготовлено на основе архивных материалов фондов "Память народа", "Галерея памяти. Парк патриот" и др., а также рассказов преподавателей и студентов о родственниках - участниках в Великой Отечественной войне, на основе семейных архивов - писем, фотографий, воспоминаний, выдержек из боевых донесений, наградных документов. Герои книги - простые люди, ставшие защитниками Отечества, авторы - их потомки, студенты и преподаватели Национального государственного университета физической культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта, Института медицинского образования Национального медицинского исследовательского центра им. В. А. Алмазова и Северо-Западного государственного медицинского университета им. И. И. Мечникова. Данное издание направлено на сохранение исторической памяти о Великой Отечественной войне и адресовано широкому кругу читателей, в том числе обучающимся в высших учебных заведениях, а также преподавателям, осуществляющим организацию гражданско-патриотического и духовно-нравственного воспитания. Оно может быть полезно студентам при подготовке к занятиям по дисциплинам "История России", "Основы Российской государственности", "Великая Отечественная война: без срока давности" и др.



Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО) для инвалидов: теория и практика : материалы VII Всероссийской научно-практической конференции (07 июня 2024 года) / Министерство спорта Российской Федерации ; НГУ физической культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – Санкт-Петербург : [б. и.], 2024. – 218 с.

Сборник содержит материалы VII Всероссийской научно-практической конференции «Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов: теория и практика», проходившей 07 июня 2024 года в Национальном государственном университете физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург.



Величко Т. И. Лечебная физическая культура и лечебное плавание в ортопедии : учебно-методическое пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению подготовки "Физическая культура" / Т. И. Величко, В. А. Лоскутов, И.В. Лоскутова. – 3-е изд., стер. – Санкт-Петербург : Лань, 2024. – 123 с. – (Высшее образование) – ISBN 978-5-507-45548-5.

В учебном пособии рассмотрены возможные нарушения опорно-двигательного аппарата, а также вопросы применения элементов лечебной физической культуры и лечебного плавания в занятиях со студентами подготовительных и специальных медицинских групп. На основе анализа лечебного дозированного плавания в пособие включены комплексы специальных плавательных упражнений с использованием различных стилей плавания и их элементов. Главное внимание уделено методике построения занятий и применению специальных средств физической культуры для профилактики и уменьшения нарушений опорно-двигательного аппарата.

УДК 796.035(072)
В 276

ВЫСШЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ

ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ЛЕЧЕБНОЕ ПЛАВАНИЕ В ОРТОПЕДИИ



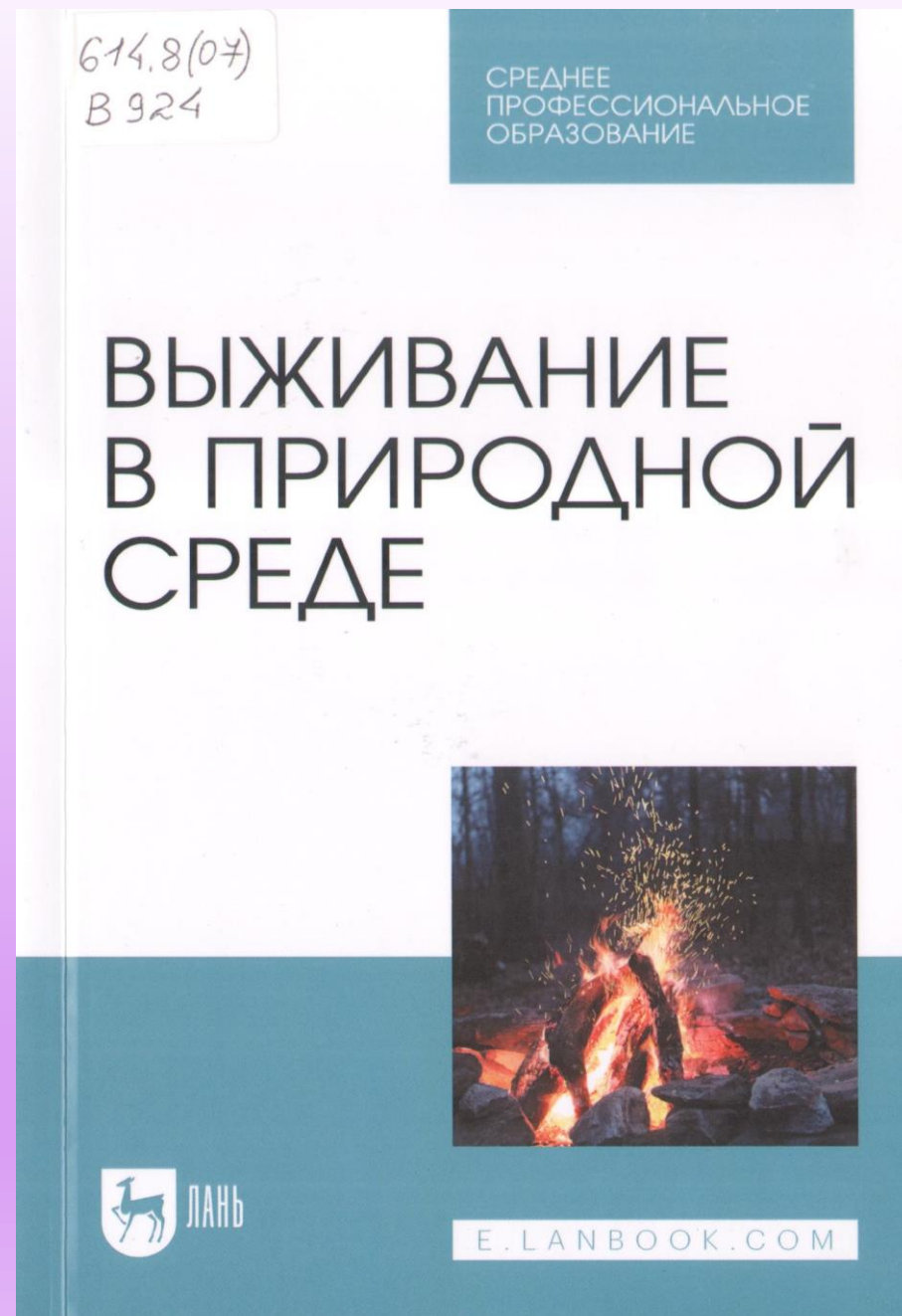
Т. И. Величко
В. А. Лоскутов
И. В. Лоскутова



E.LANBOOK.COM

Выживание в природной среде : учебное пособие / В. И. Усольцев, А. В. Усольцев, А. А. Мартышин [и др.] ; под ред. В. И. Усольцева. – Санкт-Петербург : Лань, 2024. – 52 с. – (Среднее профессиональное образование). – ISBN 978-5-507-48037-1.

В книге представлены вопросы безопасного поведения в условиях автономного существования. Даны рекомендации по построению временного укрытия, разведению костра, добыче воды, ориентированию на местности, уделено внимание первой доврачебной помощи. Книга предназначена для студентов средних специальных учебных заведений, а также будет полезна туристам и широкому кругу читателей.



Гимазов Р. М. Теория и методика физической культуры и спорта: обучение двигательным действиям : учебное пособие / Р. М. Гимазов. – 2-е изд., стер. – Санкт-Петербург : Лань, 2024. – 154 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-507-48879-7.

В учебном пособии представлен материал для процесса двигательного обучения на основе нового направления, которое основывается не на положениях формирования двигательного навыка в виде условного рефлекса, а на положениях формирования функциональных систем с учетом закономерностей развития ловкости человека. Особенность процесса обучения состоит в том, что он направлен на обучение достижения заданного двигательного результата в постепенно усложняющихся условиях, выполнение самого двигательного действия становится лишь средством достижения его цели. Пособие адресовано прежде всего обучающимся по программам бакалавриата физической культуры, спорта. Материалы пособия могут быть использованы магистрантами, аспирантами, тренерами.

УДК 011.3 (07)
Г 480

ВЫСШЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА: ОБУЧЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫМ ДЕЙСТВИЯМ



Р. М. Гимазов



E.LANBOOK.COM

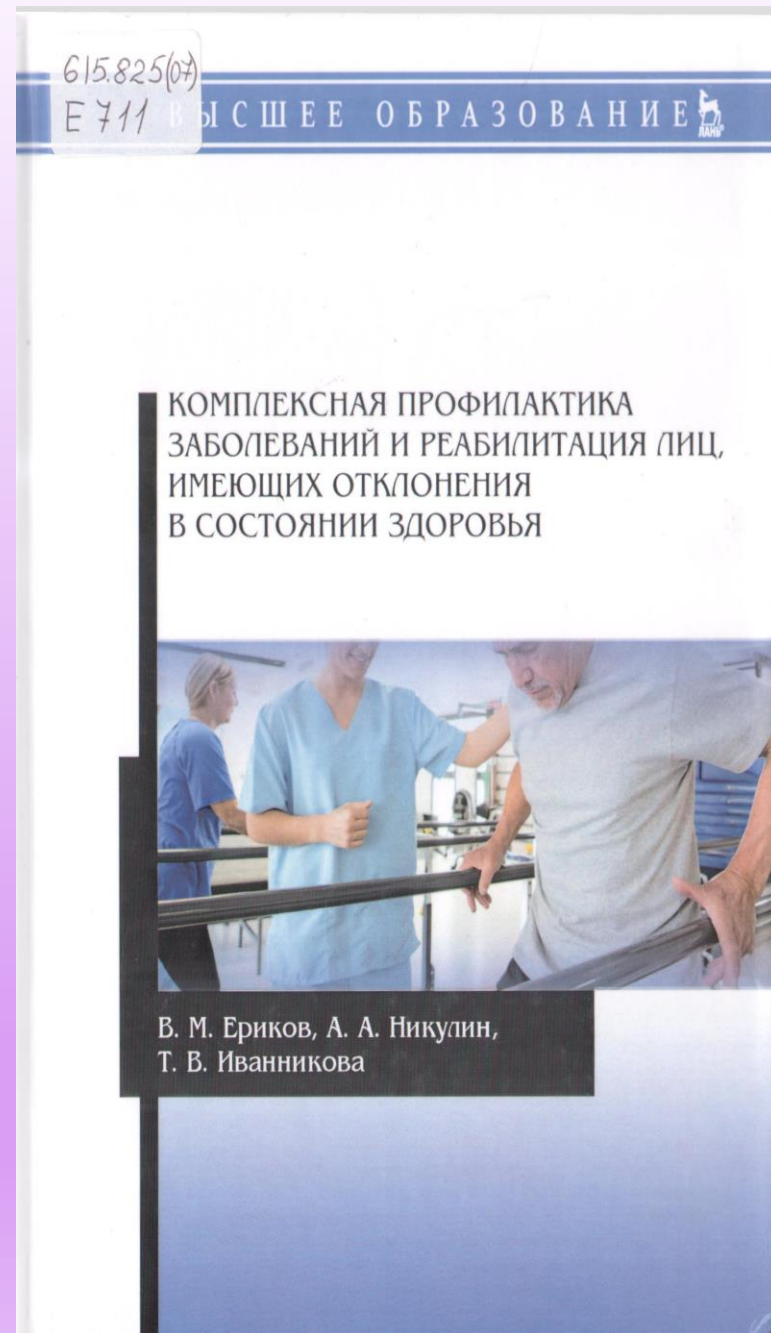
Евсеев С. П. Инклюзивный спорт: обоснование оптимальных моделей развития : монография / С. П. Евсеев, А. В. Аксенов ; Министерство спорта Российской Федерации ; НГУ физической культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – Санкт-Петербург : ПОЛИТЕХ-ПРЕСС, 2024. – 183 с. : ил. – ISBN 978-5-7422-8649-3.

В монографии рассматриваются модели реализации инклюзивного спорта в Российской Федерации и в мировом спортивном сообществе. Дается критический анализ этих моделей, обосновываются оптимальные модели осуществления соревновательной деятельности в инклюзивном формате, а также оптимальные модели организации инклюзивного учебно-тренировочного процесса. Монография предлагается для специалистов, работающих в области олимпийского, паралимпийского, сурдолимпийского спорта, а также в сфере специального олимпийского движения.



Ериков В. М. Комплексная профилактика заболеваний и реабилитация лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья : учебное пособие / В. М. Ериков, А. А. Никулин, Т. В. Иванникова ; Рязанский государственный университет им. С. А. Есенина. – 3-е изд., стер. – Санкт-Петербург : Лань, 2024. – 190 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-8114-7437-0.

В пособии рассматриваются основные направления и задачи комплексной реабилитации, обоснование использования средств лечебной физической культуры, значение физической культуры в поддержании, сохранении здоровья, реабилитации лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья, а также рассматриваются правовые аспекты реабилитации инвалидов. Учебное пособие адресовано студентам высших учебных заведений, обучающимся по направлению «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)», методистам и инструкторам по лечебной физической культуре, а также всем интересующимся проблемами адаптивной физической культуры.



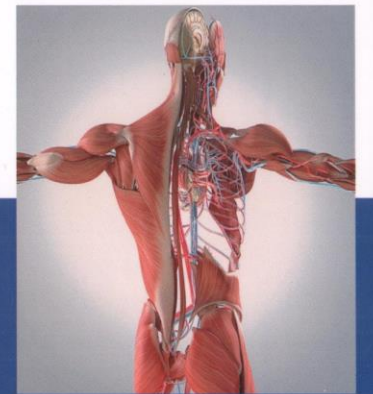
Калмин О. В. Анатомия нервной системы : учебное пособие / О. В. Калмин, О. А. Калмина. – Санкт-Петербург : Лань, 2024. – 231 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-507-47997-9.

В пособии приведены сведения о внешнем и внутреннем строении спинного и головного мозга, их оболочек, проводящих путей центральной нервной системы, а также о строении и областях иннервации черепных и спинномозговых нервов. Пособие содержит большое количество иллюстративного материала. Учебное пособие предназначено для студентов вузов.

611.8(04)
К174

ВЫСШЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ

АНАТОМИЯ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ



О. В. Калмин
О. А. Калмина

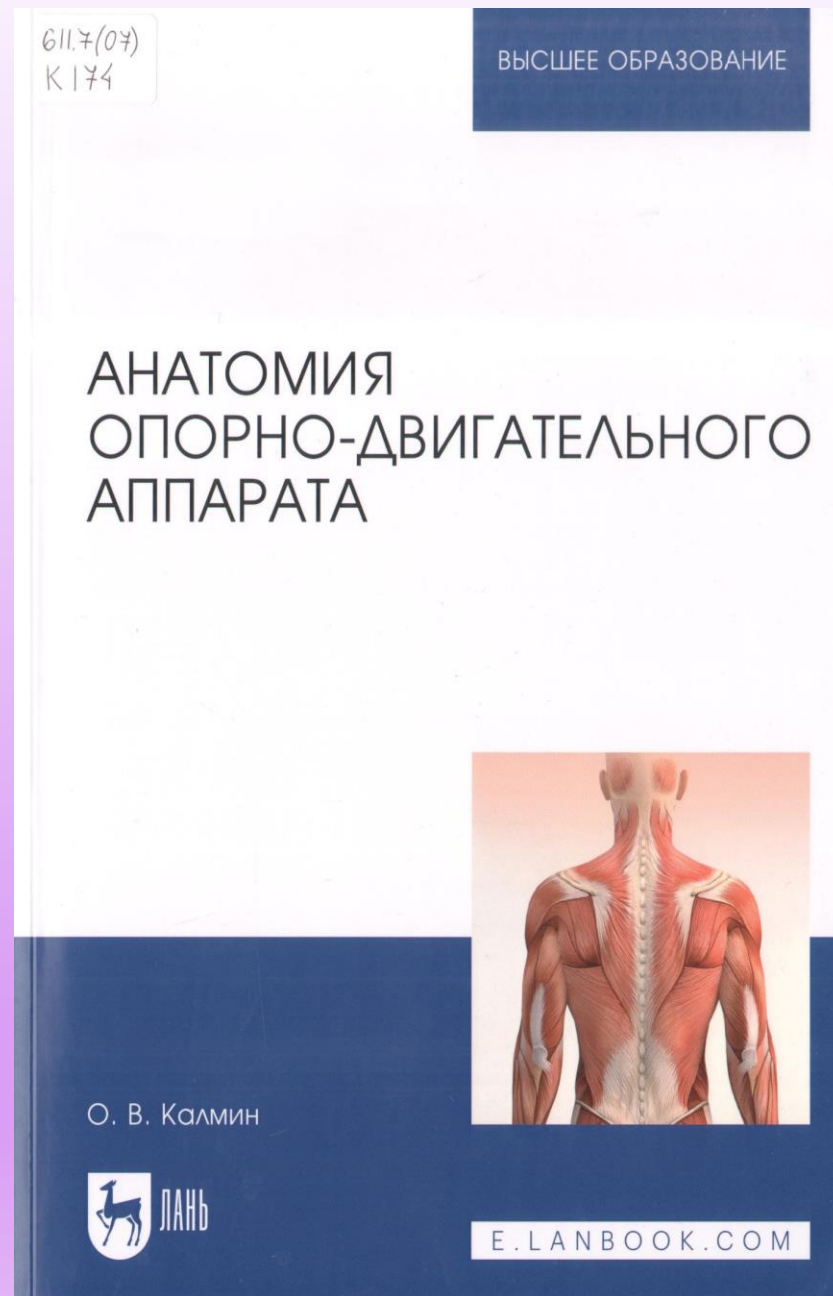


ЛАНЬ

E.LANBOOK.COM

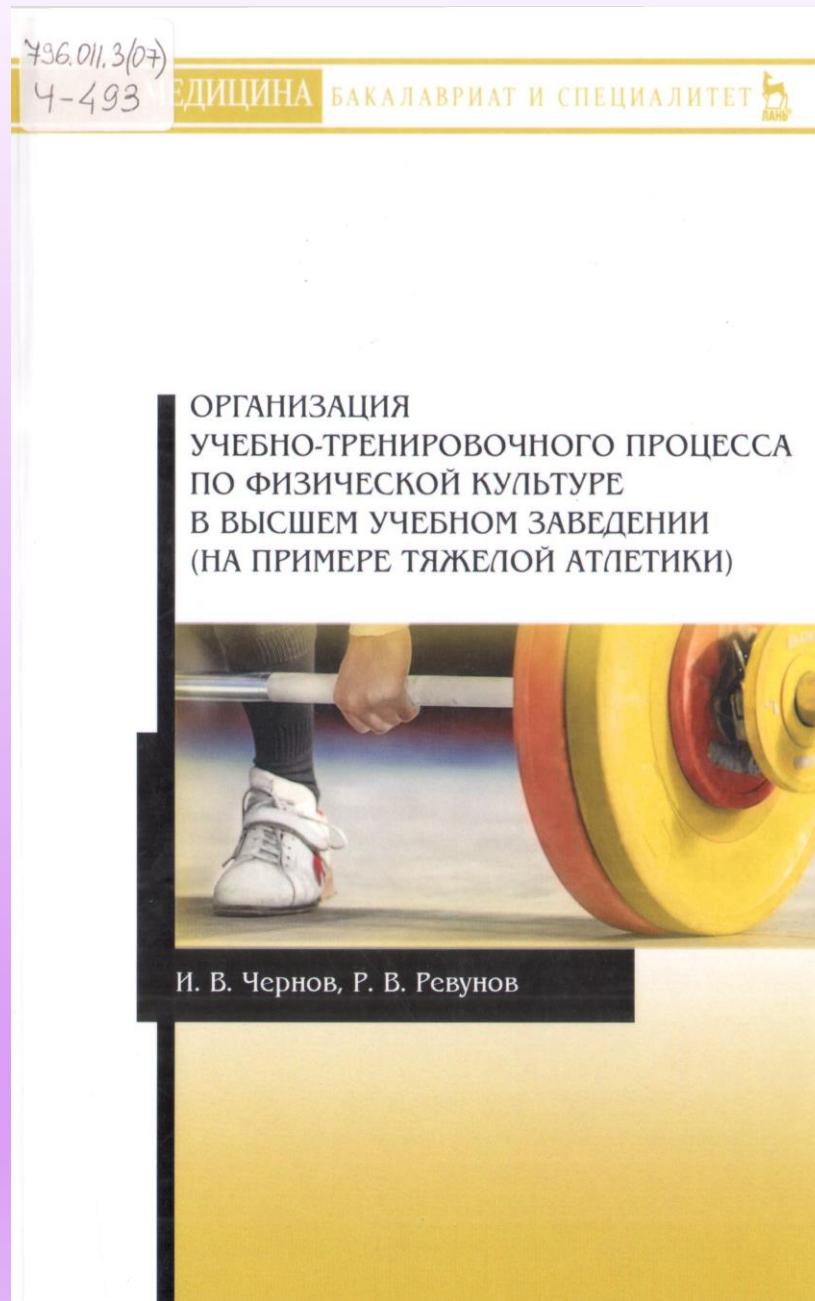
Калмин О. В. Анатомия опорно-двигательного аппарата : учебное пособие / О. В. Калмин. – Санкт-Петербург : Лань, 2024. – 260 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-507-47999-3.

В пособии представлены в виде таблиц обобщенные и систематизированные данные о строении, кровоснабжении, венозном и лимфатическом оттоке и иннервации суставов, мышц, содержимом отверстий и каналов черепа, мышечных каналов и борозд, клетчаточных пространствах тела. Пособие содержит большое количество иллюстративного материала. Учебное пособие предназначено для студентов вузов.



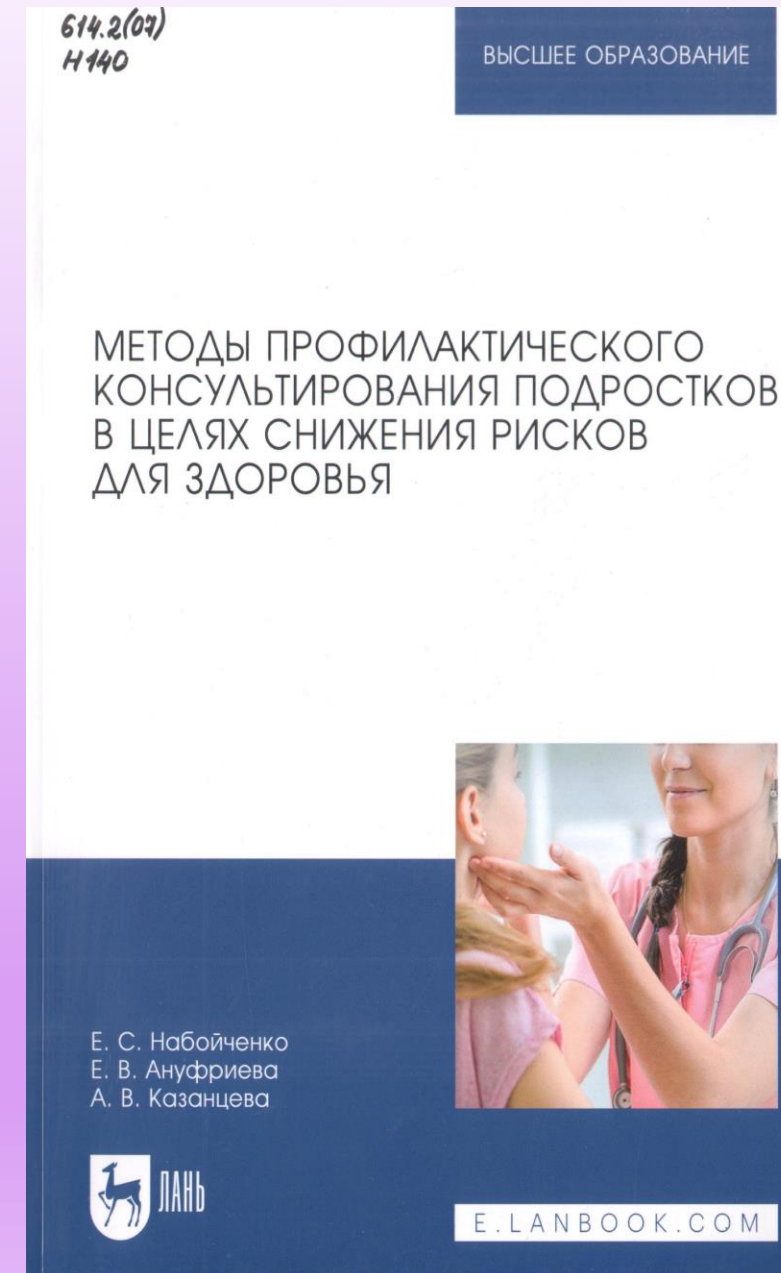
Чернов И. В. Организация учебно-тренировочного процесса по физической культуре в высшем учебном заведении (на примере тяжелой атлетики) : учебное пособие / И. В. Чернов, Р. В. Ревунов. – Санкт-Петербург : Лань, 2024. – 102 с. – (Учебники для вузов. Специальная литература) (Медицина. Бакалавриат и специалитет) – ISBN 978-5-8114-3764-1.

Учебное пособие разработано в соответствии с действующими федеральными государственными образовательными стандартами высшего образования. В теоретическом разделе представлена методика организации учебного процесса по физической культуре в соответствии с требованиями базовой части блока 1 ФГОС ВО. В практической части отражены планы-конспекты занятий по физической культуре как элективной дисциплины по видам спорта (на примере тяжелой атлетики). Также в учебном пособии рассмотрены вопросы организации работы спортивного клуба при высшем учебном заведении. Издание предназначено для преподавателей физической культуры высших учебных заведений, тренеров, спортсменов.



Набойченко, Е. С. Методы профилактического консультирования подростков в целях снижения рисков для здоровья : учебное пособие / Е. С. Набойченко, Е. В. Ануфриева, А. В. Казанцева ; под редакцией Е. С. Набойченко. – Санкт-Петербург : Лань, 2024. – 50 с. : ил. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-8114-7913-9.

Пособие содержит описание технологии профилактики и формирования здорового образа жизни, включающее методики консультирования с элементами мотивационного интервью подростков. Учебное пособие разработано с учетом действующих нормативно-правовых актов Минздрава России, методических рекомендаций Всемирной организации здравоохранения с целью внедрения эффективных методик формирования здоровьесберегающего поведения и пропаганды ценностей здоровья среди обучающихся подростков с учетом их психологических особенностей. Для студентов высших учебных заведений, обучающихся по профилям и специальностям медицинского, педагогического, социально-психологического, физкультурного и других профилей и специальностей, связанных с профилактической деятельностью среди граждан. Издание может быть рекомендовано для широкой целевой аудитории специалистов, в задачи профессиональной деятельности которых входит проведение профилактической работы с подростками и молодежью, включая специалистов центров медпрофилактики, центров здоровья, кабинетов и отделений профилактики, центров общественного здоровья, кабинетов здорового ребенка при поликлиниках и консультативно-диагностических центров.



Основы спортивного питания : настольная книга тренера / Р. Андинг, К. А. Билс, Н. А. Берд [и др.] ; Министерство спорта Российской Федерации, Федеральный центр подготовки спортивного резерва, Москва. – Москва : ПРИНТЛЕТО, 2024. – 511 с. : ил. – (Библиотека ассоциации "Федерация спортивной медицины"). – ISBN 978-5-6052084-2-6.

В книге обобщены современные знания в области питания спортсменов, в частности потребности в питательных веществах, жидкости и электролитах. Рассмотрены энергетический баланс, состав и масса тела у спортсменов, а также вопросы применения диетических добавок. Освещены особенности спортивного питания для различных групп населения, занимающихся спортом (юные спортсмены, спортсмены высокой квалификации, возрастные спортсмены, женщины). Особое внимание уделено оценке, нарушениям и индивидуальным особенностям питания у спортсменов. отдельная часть книги посвящена рекомендациям по спортивному питанию для представителей разных видов спорта. Книга может быть полезна спортсменам, преподавателям и студентам вузов физического воспитания и спорта, специалистам в области питания, спортивным врачам.

796.04:61
0-753

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ЦЕНТР ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА



ОСНОВЫ СПОРТИВНОГО ПИТАНИЯ

Настольная книга тренера

796.01:61
С 174

Под редакцией Г. А. Макаровой

Самоконтроль - основа профессионального роста спортсменов : настольная книга спортсмена / М. Г. Авдеева, Т. В. Аксенова, Г. Д. Алексанянц [и др.] ; коллектив авторов под редакцией Г. А. Макаровой. – Москва : ПРИНТЛЕТО, 2024. – 607 с. : ил. – (Библиотека ассоциации "Федерация спортивной медицины"). – ISBN 978-5- 6052059-4-4.

Авторы обратились к теме самоконтроля в спорте, которая предусматривает необходимый объем знаний, умений и навыков в различных областях медицины и медико-биологического сопровождения спорта, включая нормальную и функциональную анатомию, физиологию напряженной мышечной деятельности, питание спортсменов, экстремальные ситуации. Книга может быть полезна спортсменам и специалистам различного профиля, принимающих участие в обеспечении тренировочного процесса.



**САМОКОНТРОЛЬ —
ОСНОВА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО
РОСТА СПОРТСМЕНА**

Настольная книга спортсмена

Самообследование основной образовательной программы подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре : учебно-методическое пособие / составители Т. Е. Алексеева, Т. Ф. Гаврильева. – Санкт-Петербург : Лань, 2024. – 113 с.

В учебно-методическом пособии приведена технология проведения самообследования основной профессиональной образовательной программы (ОПОП) подготовки кадров высшей квалификации в аспирантуре. Изложена последовательность составления отчета самообследования, состоящая из текстовой и табличной форм, содержащих информацию по ОПОП, необходимую для проведения государственной аккредитации. Данная методика может быть использована при составлении рейтинга или оценке качества ОПОП в образовательной организации. Издание предназначено для научно-педагогических работников вузов и научных организаций, слушателей курсов повышения квалификации, методических служб, руководителей и специалистов по обеспечению качества образования и всех интересующихся вопросами самообследования основных образовательных программ высшего образования.

378.1(042)
С 176

МАГИСТРАТУРА
И АСПИРАНТУРА

Т. Е. Алексеева, Т. Ф. Гаврильева
(составители)

САМООБСЛЕДОВАНИЕ
ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ПРОГРАММЫ ПОДГОТОВКИ
НАУЧНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ
КАДРОВ В АСПИРАНТУРЕ

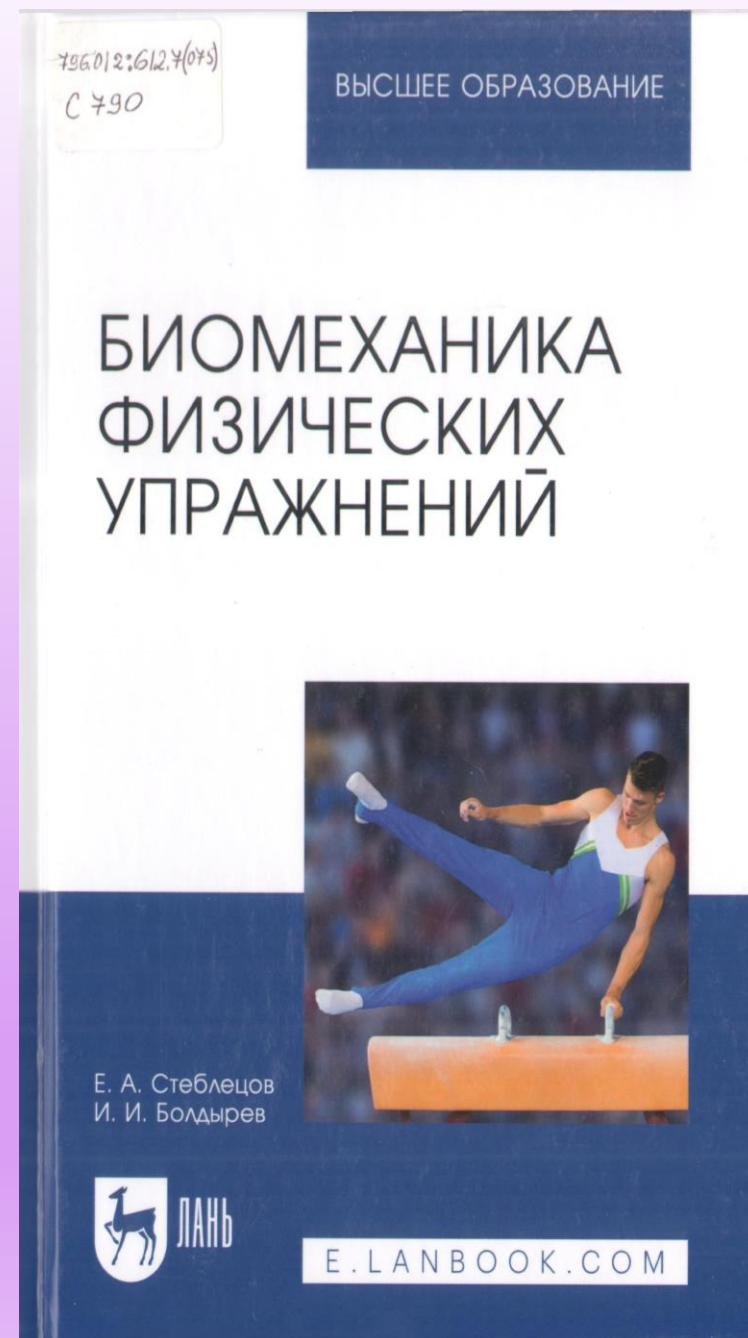


www.e.lanbook.com

ЭБС
ЛАНЬ

Стеблецов, Е. А. Биомеханика физических упражнений : учебник / Е. А. Стеблецов, И. И. Болдырев. – 2-е изд., стер. – Санкт-Петербург : Лань, 2024. – 218 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-507-47440-0.

В учебнике рассматриваются вопросы построения учебной дисциплины "Биомеханика физических упражнений", ее место в учебном плане, истории появления и взаимосвязь с другими научными дисциплинами. Проводится исторический обзор развития и становления биомеханики. Подробно описываются физические основы биомеханики, биомеханика скелетно-мышечной системы человека и биомеханика двигательных способностей человека.



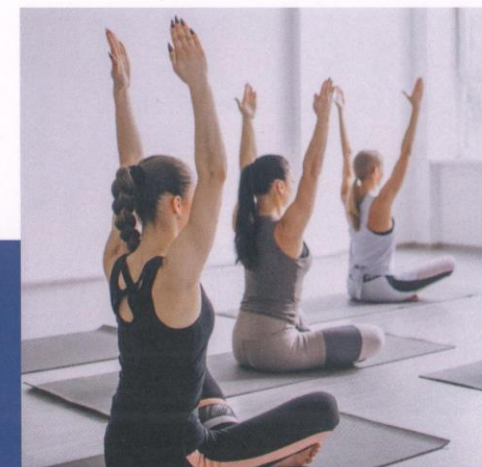
Смелкова Е. В. Физическая культура в вузе для девушек. Оздоровительная гимнастика : учебное пособие / Е. В. Смелкова, Г. Г. Шаламова. – Санкт-Петербург : Лань, 2024. – 97 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-507-48401-0.

В учебном пособии представлены упражнения, которые помогут девушкам-студентам достичь хороших результатов для формирования пропорциональной фигуры. Представлены теоретические сведения по дисциплине "Физическая культура" и комплексы физических упражнений для различных мышечных групп.

УДК 796.011.3(07)
С 501

ВЫСШЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ВУЗЕ ДЛЯ ДЕВУШЕК. Оздоровительная гимнастика



Е. В. Смелкова
Г. Г. Шаламова



E.LANBOOK.COM

Манжелей И. В. Мониторинг качества физического воспитания студентов : учебное пособие / И. В. Манжелей, Е. А. Симонова. – Санкт-Петербург : Лань, 2024. – 126 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-507-48571-0.

В учебном пособии представлены основные понятия проблемы физического воспитания, приведены структура и содержание физкультурно-спортивных компетенций. Описаны цели, функции, содержание и организация мониторинга физического воспитания студентов, особое внимание уделено критериально-измерительному инструментарию для мониторинга условий и результатов физического воспитания студентов.

796.011.3(07)
М 233

ВЫСШЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ

МОНИТОРИНГ КАЧЕСТВА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ



И. В. Манжелей
Е. А. Симонова



E.LANBOOK.COM

Журин А. В. Волейбол. Техника игры : учебное пособие / А. В. Журин. – 4-е изд., стер. – Санкт-Петербург : Лань, 2024. – 54 с. – (Среднее профессиональное образование). – ISBN 978-5-507-47339-7.

Цель пособия – оказание методической помощи в реализации задач физического воспитания в условиях образовательной организации среднего профессионального образования посредством освоения технических приемов игры в волейбол. Учебное пособие рекомендовано студентам и преподавателям образовательных организаций среднего профессионального образования.



Коновалов В. Л. Баскетбол : учебное пособие / В. Л. Коновалов, В. А. Погодин. – 4-е изд., стер. – Санкт-Петербург : Лань, 2024. – 80 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-507-49139-1.

В учебном пособии содержится материал по теоретическому разделу дисциплины, который позволяет систематизировать и углубить знания по баскетболу. Отдельно освещены вопросы исторического развития баскетбола, характеристика инвентаря и оборудования, методика обучения баскетболу, основные правила игры. Представлена классификация техники игры, физическая и тактическая подготовка баскетболиста, правила соревнований. Пособие предназначено для студентов всех направлений физкультурных и нефизкультурных вузов, изучающих баскетбол.

УДК 796.323(07)
К 647

ВЫСШЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ

БАСКЕТБОЛ



В. Л. Коновалов
В. А. Погодин



E.LANBOOK.COM

Мелентьева Н. Н. Лыжный спорт. Методика обучения спускам со склонов и торможениям на лыжах : учебное пособие / Н. Н. Мелентьева, Н. В. Румянцева. – Санкт-Петербург : Лань, 2024. – 72 с. : табл. – (Среднее профессиональное образование). – ISBN 978-5-8114-9720-1.

В учебном пособии проанализирована техника спусков со склонов и торможений на лыжах; представлена методика обучения с серией частных задач и средств (упражнений); систематизированы ошибки, возникающие при выполнении указанных способов передвижения на лыжах; приведены вопросы для самоконтроля. Методические разработки в учебном пособии по изучению техники спусков со склонов и торможений на лыжах составлены для обучения занимающихся общеобразовательных школ и спортивных школ (отделений лыжных гонок). Учебное пособие предназначено для студентов среднего профессионального образования специальности «Физическая культура».

796.92(07)
М473

СРЕДНЕЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАНИЕ

ЛЫЖНЫЙ СПОРТ

Методика обучения
спускам со склонов
и торможениям на лыжах



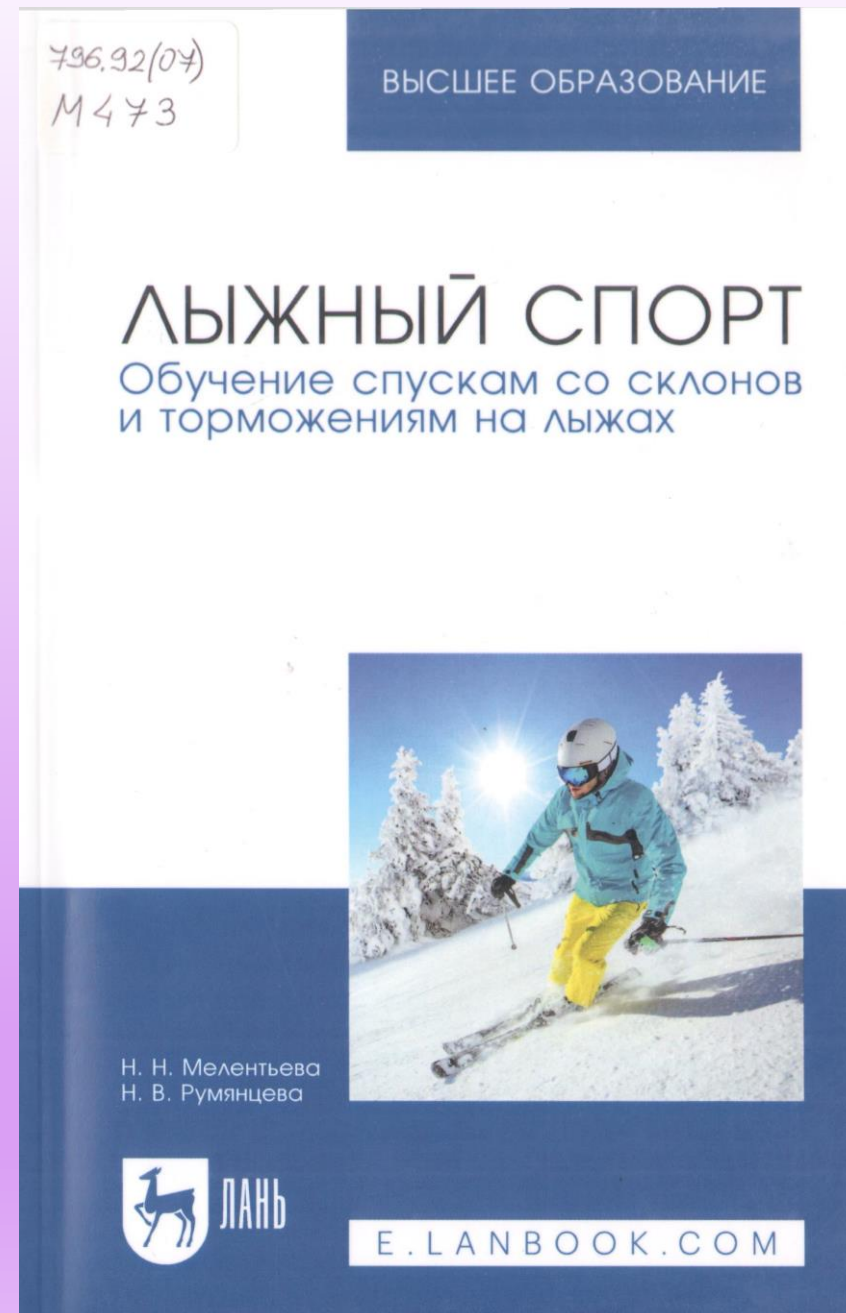
Н. Н. Мелентьева
Н. В. Румянцева



E.LANBOOK.COM

Мелентьева Н. Н. Лыжный спорт. Обучение спускам со склонов и торможениям на лыжах : учебное пособие / Н. Н. Мелентьева, Н. В. Румянцева. – 2-е изд., стер. – Санкт-Петербург : Лань, 2024. – 72 с. : табл. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-8114-8254-2.

В учебном пособии проанализирована техника спусков со склонов и торможений, представлена методика обучения, систематизированы возникающие ошибки, а также приведены вопросы для самоконтроля. Методические разработки по изучению техники спусков со склонов и торможений составлены для обучающихся общеобразовательных и спортивных школ. Пособие предназначено для студентов очного и заочного отделений направлений подготовки «Физическая культура и спорт», «Педагогическое образование» (профиль «Физкультурное образование»), учителей физической культуры общеобразовательных школ и тренеров спортивных школ (отделений лыжных гонок).



Орлова Л. Т. Настольный теннис : учебное пособие / Л. Т. Орлова, А. Ю. Марков. – Санкт-Петербург : Лань, 2024. – 38 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-8114-5362-7.

В учебном пособии рассматриваются вопросы обучения технико-тактическим действиям на этапе начальной подготовки игре в настольный теннис. Большое внимание уделяется технической подготовке у юных теннисистов. Материал насыщен ценными методическими рекомендациями, которые будут интересны тренерам-преподавателям на начальном этапе спортивной специализации. Пособие предназначено для студентов вузов укрупненной группы специальностей "Физическая культура и спорт".



Карачаров С. А. Триатлон. Особенности построения тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства / С. А. Карачаров. – Москва : Спорт, 2024. – 83 с. – (Библиотечка тренера). – ISBN 978-5-907601-50-5.

В книге раскрываются главные вопросы годового и многолетнего планирования тренировочных нагрузок в подготовке спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства, в том числе на примере подготовки юниорской сборной команды России. Имеющийся информативный материал может быть интересен большому кругу тренеров, тренеров-преподавателей ДЮСШ, СШОР, СДЮСШОР, спортсменов, специалистов и любителей триатлона, а также смежных циклических видов спорта.

