

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/statya/330007>

Тип работы: Статья

Предмет: Физическая культура и спорт

-

Актуальность проблемы исследования, которая рассматривается в данной статье, заключается в том, что такой вид спорта как самбо требует формирования разного рода силовых качеств, которые необходимы для успешного выступления на соревнованиях и побед на соперником. В самбо важно развивать такие виды силы как взрывная сила, максимальная сила и силовая выносливость. Для развития каждого из указанных видов силы существуют специальные методы, которые начинают применяться в тренировочном процессе спортсменов даже на самых ранних этапах.

Цель статьи – провести сравнительный анализ инновационных технологий силовой подготовки в структуре специальной физической подготовки в самбо на этапах начальной подготовки и спортивной специализации.

1. Аверьянов, И.М., Саблин, Н.Г., Мануйлов, В.В. Специальная физическая подготовка борцов самбо: теоретические и методологические аспекты исследования / И.М. Аверьянов, Н.Г. Саблин, В.В. Мануйлов // Вестник Тамбовского государственного университета. – 2023. – № 1. – С. 104-119.
2. Камышев, С.Б. Развитие силы на занятиях борьбой самбо / С.Б. Камышев // Я – Учитель. Международной сообщество педагогов. – 2019. – URL: https://ya-uchitel.ru/load/fizicheskaja_kultura/raznoe/razvitie_sily_na_zanjatijakh_borboj_sambo/164-1-0-18064 (дата обращения: 01.03.2023).
3. Проклов, М.А. Современные технологии силовой подготовки борцов самбо: начальная подготовка и этап спортивной специализации / М.А. Проклов // Вестник физической культуры. – 2022. – № 12. – С. 33-46.

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/statya/330007>