



НАУЧНАЯ ЭЛЕКТРОННАЯ
БИБЛИОТЕКА
eLIBRARY.RU



КОРЗИНА



ИНФОРМАЦИЯ О ПУБЛИКАЦИИ

eLIBRARY ID: 41147258

EDN: ZFZKPV

DOI: 10.18411/ppip-03-2019-05

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У СТУДЕНТОВ В ВУЗЕ

КАЛИНИНА И.Ф.¹, ФИЛИПОВА Ю.А.²

¹ ГБОУ ВО Московской области «Технологический университет»

² Российский университет кооперации

Тип: статья в журнале - научная статья Язык: русский

Номер: 1 Год: 2019 Страницы: 23-27

ЖУРНАЛ:

ПЕДАГОГИКА И ПСИХОЛОГИЯ: ИССЛЕДОВАНИЯ, ИННОВАЦИИ, ПРАКТИКА

Учредители: Общество с ограниченной ответственностью "Научно-Образовательные Технологии"

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ, КООРДИНАЦИОННЫЕ СПОСОБНОСТИ, СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ, РАЗЛИЧНЫЕ МЕТОДИКИ, PHYSICAL CULTURE, PHYSICAL DEVELOPMENT, COORDINATION ABILITIES, COMPARATIVE ANALYSIS, VARIOUS TECHNIQUES

АННОТАЦИЯ:

В статье рассматривается внедрение и возможность применения методик «Кор Kalinina I.F., Filirova Yu. A. Reebok» и «Бодифлекс» с использованием различных тренажеров в учебном процессе физического воспитания студентов вуза, которые способствуют развитию координационных способностей, повышению функционального состояния, физической подготовленности и мотивации к занятиям по физической культуре. Эти тренировки развивают стабилизацию, равновесие, координацию для лучшего владения телом и оптимизации двигательных действий. Устраняют причину структурных стрессов или дисфункции, снижающих способность занимающегося поддерживать мышечное равновесие и экономно движения. Использование данных методик положительно влияет на формирование креативных способностей в сфере физического совершенствования человека, обеспечивает стабильность и пластичность системы мышечной по-

РОССИЙСКИЙ ИНДЕКС
НАУЧНОГО ЦИТИРОВАНИЯ
Science Index

ИНСТРУМЕНТЫ

Содержание выпуска

Загрузить:

Полный текст (PDF)

Отправить публикацию по электронной почте

kalininaif@mail.ru

Список статей в Google Академия, цитирующих данную

Ссылка для цитирования

Добавить публикацию в подборку

Игровой метод как средство по

Данная публикация входит в список моих работ

Редактировать Вашу заметку к публикации

Обсудить эту публикацию с другими читателями

Показать все публикации этой