



НАУЧНАЯ ЭЛЕКТРОННАЯ
БИБЛИОТЕКА
eLIBRARY.RU



КОРЗИНА



ИНФОРМАЦИЯ О ПУБЛИКАЦИИ

eLIBRARY ID: 37535548 EDN: JCVQCV

ЭФФЕКТИВНОСТЬ МЕТОДИКИ "КОР РЕЕВОК" НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ВУЗЕ

КАЛИНИНА И.Ф. ¹

¹ Технологический университет

Тип: статья в журнале - научная статья Язык: русский

Номер: 3 Год: 2019 Страницы: 53-55

Поступила в редакцию: 21.02.2019

УДК: 796.011.3

ЖУРНАЛ:

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА: ВОСПИТАНИЕ, ОБРАЗОВАНИЕ, ТРЕНИРОВКА

Учредители: Научно-издательский центр "Теория и практика физической культуры и спорта"
ISSN: 1817-4779

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:

PHYSICAL EDUCATION, PHYSICAL DEVELOPMENT, REACTIVE NEUROMUSCULAR TRAINING, TRAINING PROCESS EFFICIENCY, ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ, РЕАКТИВНАЯ НЕЙРОМЫШЦЕННАЯ ТРЕНИРОВКА, ЭФФЕКТИВНОСТЬ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА

АННОТАЦИЯ:

Рассматривается внедрение и возможность применения методики «Кор Reebok» с использованием тренажера, вращающегося диска вокруг трех осей, в учебном процессе физического воспитания студентов вуза, который способствует повышению функционального состояния, физической подготовленности и мотивации к занятиям по физической культуре. Эта реактивная нейромышечная тренировка направлена на стабилизацию, развитие равновесия, координацию движений, улучшение владения телом и экономию движения. В ходе научной работы был проведен педагогический эксперимент, в котором приняли участие студенты 1-го курса МГОУ.

РОССИЙСКИЙ ИНДЕКС
НАУЧНОГО ЦИТИРОВАНИЯ
Science Index

ИНСТРУМЕНТЫ

- Содержание выпуска
- Приобрести эту публикацию за 200 руб.
- 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 этого автора
- Найти близкие по тематике публикации