

УДК: 796.32(07)

Т 33

**ЛЕКЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ
ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ИЗБРАННОГО ВИДА
СПОРТА (КИКБОКСИНГ)**

Направление подготовки 034300.62
«Физическая культура»

2014

Содержание

Лекция 1. Введение в специальность	Стр. 3
Лекция 2. Кикбоксинг в отечественной системе физвоспитания	17
Лекция 3. Классификация, систематика и терминология кикбоксинга	23
Лекция 4. Техника кикбоксинга	31
Лекция 5. Тактика кикбоксинга	64
Лекция 6. Физические качества кикбоксера	84
Лекция 7. Психические качества кикбоксера	106
Лекция 8. Типы и организация занятий	118
Лекция 9. Кикбоксинг как средство физкультурно- оздоровительной работы с населением. Спортивно-массовые мероприятия	128
Лекция 10. Научно-исследовательская работа в кикбоксинге состояние и перспективы научно-исследовательской работы в кикбоксинге	140

ЛЕКЦИЯ 1
ВВЕДЕНИЕ В СПЕЦИАЛЬНОСТЬ

План лекции

1. Предпосылки возникновения и развития кикбоксинга
2. История кикбоксинга
3. Кикбоксинг – бурно эволюционирующий вид спорта
4. Международные и отечественные организации кикбоксинга
5. География кикбоксинга
6. Ведущие отечественные спортсмены, тренеры и специалисты кикбоксинга
7. Совершенствование правил проведения поединков. Новые дисциплины кикбоксинга
8. Любительский и профессиональный кикбоксинг
9. Теория и методика кикбоксинга как дисциплины в системе высшего образования.
10. Компетенции