

Методические материалы¹ утверждены и рекомендованы
Экспертно-методическим советом
института _____

Протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.

Методические материалы утверждены и рекомендованы
на основании решения заседания кафедры биомеханики и ЕНД
(наименование)

Протокол № 18 от «20» 04 2022 г.

УДК 796.8:612.76(07)

Составитель: Вагин Андрей Юрьевич, к.п.н. доцент кафедры биомеханики и
естественнонаучных дисциплин

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Биомеханические основы оценки техники ударных действий в
спортивных единоборствах / Вагин А.Ю. – М.: Колос-с. - 2024.- 41 с.

ISBN 978-5-00129-433-7

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

¹ Утверждение и обновление Методических материалов, а также указание на составителя вводится для ООП
ВО, реализуемых с 2021 года набора.

Оглавление

Стр.

Введение

- | | | | |
|-----|--|--|--|
| 1 | | Основные подходы в биомеханике спорта при изучении техники двигательных действий | |
| 1.1 | | Детерминистическая модель техники ударных действий в спортивных единоборствах | |
| 1.2 | | . Использование системного подхода при изучении реализации разгона звеньев тела при выполнении ударных действий в спортивных единоборствах | |
| 2 | | Оценка техники выполнения прямого удара рукой в каратэ у спортсменов различной квалификации | |
| 3 | | Оценка механизмов реализации разгона ударного звена при выполнении различных вариантов выполнения прямого удара рукой в каратэ | |
| 4 | | Оценка механизма разгона ударного звена при выполнении удара ногой low kick в спортивных единоборствах | |

Список литературы