



Zhelyazkov, Tsvetan

Bases del entrenamiento deportivo

En este libro se exponen ciertos aspectos básicos teórico-metodológicos y de aplicación del entrenamiento deportivo moderno con deportistas altamente cualificados. Éstos reflejan el carácter interdisciplinario de la actividad cognoscitiva y práctica en la esfera del gran deporte y la necesidad de una sólida preparación metodológica de estos profesionales.

Este libro se presenta dividido en tres partes. La primera parte introduce al lector en las funciones sociales del deporte moderno y en las bases metodológicas del entrenamiento deportivo. Esta parte dedica una especial atención a ciertas cuestiones discutibles sobre los criterios de la forma deportiva y las posibilidades de optimizarla.

La segunda parte está dedicada a algunos problemas teórico-metodológicos y prácticos de la preparación física, técnica, táctica y psíquica.

La tercera parte presenta y utiliza los datos de investigaciones científicas de destacados especialistas de la esfera de las ciencias pedagógicas, médico-biológicas y psicosociales, así como también ejemplos de los sistemas líderes de preparación deportiva en los países de la Europa del Este.



| | |
|---------------|-------------------------|
| Editorial | Paidotribo |
| Col·lecció | Entrenamiento Deportivo |
| Enquadernació | Tapa blanda o rústica |
| Pàgines | 424 |
| Mida | 215x150x mm. |
| Pes | 650 |
| Idioma | Español |
| Tema | Deportes |
| EAN | 9788480195447 |
| PVP | 16,90 € |
| PVP sense IVA | 16,25 € |



9788480195447