



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.



Argitaletxea	Paidotribo
Bilduma	Entrenamiento Deportivo
Azalak	Tapa blanda o rústica
Orrialdeak	424
Neurria	215x150x mm.
Pisua	650
Hizkuntza	Español
Gaia	Deportes
EAN	9788480195447
PVP	16,90 €
PVP,BEZik gabe	16,25 €



9788480195447