

Оглавление

Глава I. МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ.....	4
ОСНОВНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ДВИГАТЕЛЬНЫХ НАВЫКОВ В СПОРТИВНОЙ БОРЬБЕ	4
ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ ИЗУЧЕНИЯ ТЕХНИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ	6
МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ К ПРОЦЕССУ ОБУЧЕНИЯ	14
МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ И СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ В ТЕХНИКЕ	21
ГЛАВА II. НРАВСТВЕННОЕ ВОСПИТАНИЕ И ВОЛЕВАЯ ПОДГОТОВКА БОРЦА	32
РОЛЬ ТРЕНЕРА В ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ	40
ВОЛЕВАЯ ПОДГОТОВКА БОРЦА	42
Глава III. ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАНЯТИЙ НА ПЕРВОМ ГОДУ ОБУЧЕНИЯ	59