

УДК 796. 323. 2. 015. 134: 372. 8 (024): 796. 077. 5 (075.8)  
Г 89

Рецензенты:

к.п.н., профессор В.П. Черемисин  
к.п.н., доцент В.М. Левин

Грошев, А.М. Обеспечение надёжности бросков мяча в баскетболе: учебно-методическое пособие / А.М. Грошев; Моск. гос. акад. физ. культуры. – Малаховка, 2012. – с. 18.

Учебно-методическое пособие содержит материал по определению наиболее рациональных путей обеспечения надёжности бросков мяча в баскетболе и управлению процессом их обучения и совершенствования. Конкретные практические рекомендации позволят оптимизировать процесс обучения и повышения надёжности бросков мяча как основного технического приёма, определяющего результативность игрока.

Учебно-методическое пособие предназначено для студентов высших учебных заведений физической культуры, обучающихся по специальности 032101 «Физическая культура и спорт», бакалавров по направлению 034300.62 «Физическая культура», а также может быть полезным для специалистов по теории и методике баскетбола.

Одобрено и утверждено научно-методическим советом  
МГАФК в качестве учебно-методического пособия

©А.М. Грошев, 2012

©Московская государственная академия физической культуры, 2012

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	4
I. Методические приемы, обеспечивающие результативность бросков мяча в корзину у баскетболистов.....	5
II. Подвижность и устойчивость временных, пространственных и силовых компонентов в обеспечении надежности двигательных действий.....	9
III. Значение сенсорных систем в обеспечении точностных движений.....	11
IV. Роль функционального состояния организма при выполнении точностных движений.....	13
V. Практические рекомендации.....	16
VI. Список литературы.....	17