



# «Обгоняя зимний ветер»

## К Дню зимних видов спорта





Freestyle Skiing  
Слоупстейл  
Фристайл  
слоупстейл



Ice Hockey  
Хоккей на льду



Luge  
Санный спорт



Nordic Combined  
Лыжное  
двоеборье



Short Track  
Speed Skating  
Шорт-трек



Skeleton  
Скейтон



Ski Jumping  
Прыжки на лыжах  
с трамлина



Snowboard Cross  
Сноуборд-кросс



Snowboard  
Halfpipe  
Сноуборд  
хафпайп



Snowboard  
Parallel Events  
Сноуборд  
параллельные  
виды



Speed Skating  
Скоростной бег  
на коньках



Праздник был учрежден по инициативе правительства и Олимпийского комитета России и приурочен к годовщине открытия Олимпиады в Сочи 2014 года.

Впервые был проведен 7 февраля 2015 года, однако позже было принято решение перенести дату праздника на первые выходные после этой даты.

*День зимних видов спорта* — общенациональный *праздник олимпизма, спорта и здорового образа жизни*, в рамках которого проходит большое количество любительских соревнований по снежным и ледовым видам спорта, мастер-классы и автограф-сессии профессиональных спортсменов.

*Главная цель* учреждения *Дня зимних видов спорта* — это не только дань уважения российским профессиональным спортсменам, но пропаганда здорового образа жизни среди всех слоев населения, *привлечение к занятиям физкультурой и спортом* как можно большего числа людей, и *в первую очередь — подрастающего поколения.*



Alpine Skiing  
Горные лыжи



Biathlon  
Биатлон



Bobsleigh  
Бобслей



Cross-Country  
Skiing  
Лыжные гонки



Curling  
Кёрлинг



Figure Skating  
Фигурное катание  
на коньках



Freestyle Skiing  
Aerials  
Фристайл  
акробатика



Freestyle Skiing  
Halfpipe  
Фристайл  
хафпайп



Freestyle Skiing  
Moguls  
Фристайл  
могул



Freestyle Skiing  
Ski Cross  
Фристайл  
ски-кросс



Snowboard  
Slopestyle  
Сноуборд  
слоупстейл



Freestyle Skiing  
Slopestyle  
Фристайл  
слонпстайл



Ice Hockey  
Хоккей на льду



Luge  
Санний спорт



Nordic Combined  
Лыжное  
двоеборье



Short Track  
Speed Skating  
Шорт-трек



Skeleton  
Скелетон



Ski Jumping  
Прыжки на лыжах  
с трамплина



Snowboard Cross  
Сноуборд-кросс



Snowboard  
Halfpipe  
Сноуборд  
хафпайп



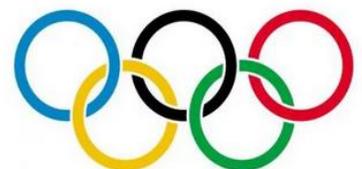
Snowboard  
Parallel Events  
Сноуборд  
параллельные  
виды



Speed Skating  
Скоростной бег  
на коньках



**SOCHI**  
2014



# Зимние виды спорта

## Ледовые виды спорта

- Скоростной бег на коньках;
- Шорт - трек;
- Фигурное катание;
- Керлинг
- Хоккей

## Лыжный спорт

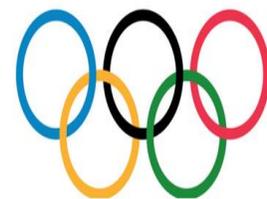
- Сноубординг;
- Фристайл;
- Лыжное двоеборье;
- Горнолыжный спорт;
- Прыжки на лыжах с трамплина;
- Лыжные гонки;
- Биатлон

## Санные виды спорта

- Бобслей;
- Скелетон;
- Санний спорт



**BEIJING 2022**



Alpine Skiing  
Горные лыжи



Biathlon  
Биатлон



Bobsleigh  
Бобслей



Cross-Country  
Skiing  
Лыжные гонки



Curling  
Кёрлинг



Figure Skating  
Фигурное катание  
на коньках



Freestyle Skiing  
Aerials  
Фристайл  
акробатика



Freestyle Skiing  
Halfpipe  
Фристайл  
хафпайп



Freestyle Skiing  
Moguls  
Фристайл  
могул



Freestyle Skiing  
Ski Cross  
Фристайл  
ски-кросс



Snowboard  
Slopestyle  
Сноуборд  
слонпстайл



# Электронные издания

в подписке

Мурманского арктического  
государственного университета

Электронно-библиотечные системы

«Юрайт» и «Университетская библиотека онлайн»





Freestyle Skiing  
Slopestyle  
Фристайл  
слоупстайл



Ice Hockey  
Хоккей на льду



Luge  
Санный спорт



Nordic Combined  
Лыжное  
двоеборье



Short Track  
Speed Skating  
Шорт-трек



Skeleton  
Скейтон



Ski Jumping  
Прыжки на лыжах  
с трамплина



Snowboard Cross  
Сноуборд-кросс



Snowboard  
Halfpipe  
Сноуборд  
хафпайп

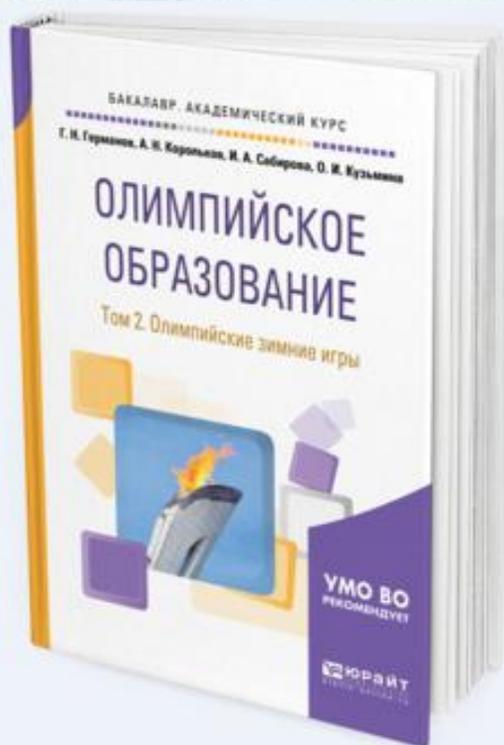


Snowboard  
Parallel Events  
Сноуборд  
параллельные  
виды



Speed Skating  
Скоростной бег  
на коньках

Олимпийское образование в 3 т. Том 2. Олимпийские зимние игры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов, А. Н. Корольков, И. А. Сабирова, О. И. Кузьмина. — М. : Юрайт, 2022. — 493 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09298-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/494623> (дата обращения: 01.02.2022)



Олимпийское образование, цель которого — приобщение к идеалам и ценностям олимпизма, занимает все более важное место в системе образования, воспитания и обучения детей и молодежи. В то же время этот вид деятельности является конкретным, предметным и проверяемым, как любой процесс усвоения знаний и совокупность знаний, полученных в результате обучения.

Курс может быть использована студентами, обучающимся по направлениям «Физическая культура», «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)», «Педагогическое образование», а также абитуриентами при сдаче теоретической части вступительных испытаний в высшие учебные заведения, поступающих на программы бакалавриата, школьниками выпускных классов при подготовке к творческому конкурсу (школьной олимпиаде) по предмету «Физическая культура».



Alpine Skiing  
Горные лыжи



Biathlon  
Биатлон



Bobsleigh  
Бобслей



Cross-Country  
Skiing  
Лыжные гонки



Curling  
Кёрлинг



Figure Skating  
Фигурное катание  
на коньках



Freestyle Skiing  
Aerials  
Фристайл  
акробатика



Freestyle Skiing  
Halfpipe  
Фристайл  
хафпайп



Freestyle Skiing  
Moguls  
Фристайл  
могул



Freestyle Skiing  
Ski Cross  
Фристайл  
ски-кросс



Snowboard  
Slopestyle  
Сноуборд  
слоупстайл



Freestyle Skiing  
Slopestyle  
Фристайл  
слоупстайл



Ice Hockey  
Хоккей на льду



Luge  
Санный спорт



Nordic Combined  
Лыжное  
двоеборье



Short Track  
Speed Skating  
Шорт-трек



Skeleton  
Скейтон



Ski Jumping  
Пряжки на лыжах  
с трамплина



Snowboard Cross  
Сноуборд-кросс



Snowboard  
Halfpipe  
Сноуборд  
хафпайп

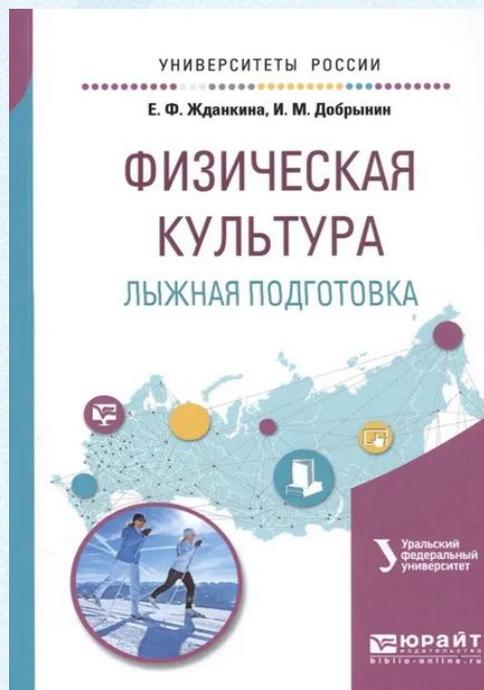


Snowboard  
Parallel Events  
Сноуборд  
параллельные  
виды



Speed Skating  
Скоростной бег  
на коньках

Жданкина, Е. Ф. Физическая культура. Лыжная подготовка : учебное пособие для вузов / Е. Ф. Жданкина, И. М. Добрынин ; под научной редакцией С. В. Новаковского. — М. : Юрайт, 2022. — 125 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10153-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492125> (дата обращения: 01.02.2022).



В работе рассматривается техника ходьбы на лыжах, объясняется значение укрепления организма студента с помощью общеразвивающих и специальных упражнений: без предметов, с предметами и на тренажерах, подобранных для повышения физической подготовленности студентов всех направлений.

Подробно рассматриваются функции мышечной системы, исключение травм посредством устранения анатомического дисбаланса, который часто усугубляется действием на костно-мышечную систему.

В учебном пособии даны практические рекомендации, которые помогут преподавателю вуза, проводящему занятия по обучению и совершенствованию техники лыжных ходов, а также студенту-лыжнику использовать все факторы, способствующие укреплению здоровья, заложить прочную основу для дальнейших занятий лыжным спортом и повышения спортивных результатов.



Alpine Skiing  
Горные лыжи



Biathlon  
Биатлон



Bobsleigh  
Бобслей



Cross-Country  
Skiing  
Лыжные гонки



Curling  
Кёрлинг



Figure Skating  
Фигурное катание  
на коньках



Freestyle Skiing  
Aerials  
Фристайл  
акробатика



Freestyle Skiing  
Halfpipe  
Фристайл  
хафпайп



Freestyle Skiing  
Moguls  
Фристайл  
могул



Freestyle Skiing  
Ski Cross  
Фристайл  
ски-кросс



Snowboard  
Slopestyle  
Сноуборд  
слоупстайл



Freestyle Skiing  
Slopestyle  
Фристайл  
слупстайл



Ice Hockey  
Хоккей на льду



Luge  
Санный спорт



Nordic Combined  
Лыжное  
двоеборье



Short Track  
Speed Skating  
Шорт-трек



Skeleton  
Скейтон



Ski Jumping  
Прыжки на лыжах  
с трамплина



Snowboard Cross  
Сноуборд-кросс



Snowboard  
Halfpipe  
Сноуборд  
хафпайп

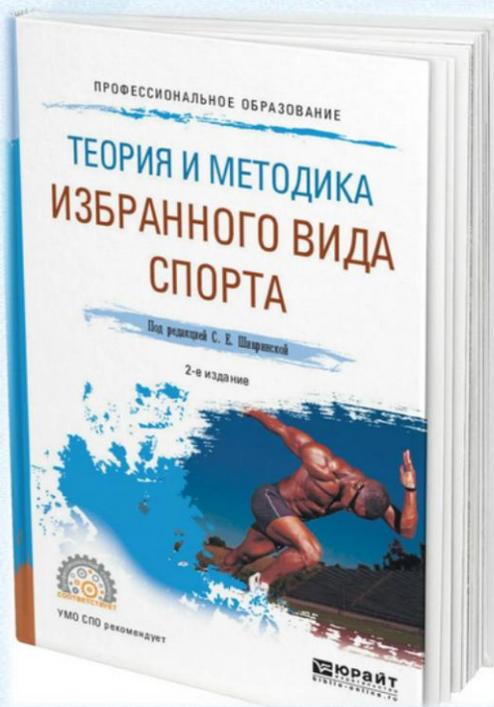


Snowboard  
Parallel Events  
Сноуборд  
параллельные  
виды



Speed Skating  
Скоростной бег  
на коньках

Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Юрайт, 2022. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492815> (дата обращения: 01.02.2022).



В учебном пособии показаны общие научно-теоретические представления и особенности спортивного отбора и спортивной ориентации в различных видах спорта, даны определения основных видов спортивной подготовки, выделены общие положения и иллюстрирована специфика тренировочного процесса.

Отдельная глава посвящена особенностям подготовки и проведения соревнований в беговых видах легкой атлетики, лыжных гонках и спортивных играх.

Для студентов высших учебных заведений, а также преподавателей и слушателей центров и институтов повышения квалификации в области физической культуры и спорта.



Alpine Skiing  
Горные лыжи



Biathlon  
Биатлон



Bobsleigh  
Бобслей



Cross-Country  
Skiing  
Лыжные гонки



Curling  
Кёрлинг



Figure Skating  
Фигурное катание  
на коньках



Freestyle Skiing  
Aerials  
Фристайл  
акробатика



Freestyle Skiing  
Halfpipe  
Фристайл  
хафпайп



Freestyle Skiing  
Moguls  
Фристайл  
могул



Freestyle Skiing  
Ski Cross  
Фристайл  
ски-кросс



Snowboard  
Slopestyle  
Сноуборд  
слупстайл



Freestyle Skiing  
Slopestyle  
Фристайл  
слоупстайл



Ice Hockey  
Хоккей на льду



Luge  
Санный спорт



Nordic Combined  
Лыжное  
двоеборье



Short Track  
Speed Skating  
Шорт-трек



Skeleton  
Скейтон



Ski Jumping  
Прыжки на лыжах  
с трамплина



Snowboard Cross  
Сноуборд-кросс



Snowboard  
Halfpipe  
Сноуборд  
хафпайп

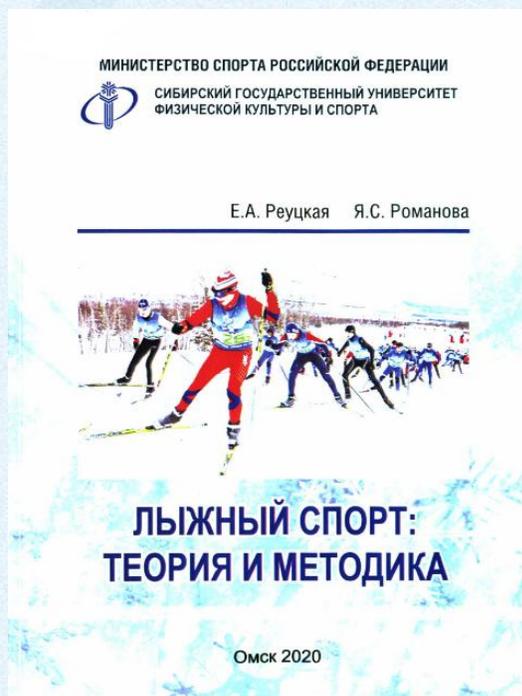


Snowboard  
Parallel Events  
Сноуборд  
параллельные  
виды



Speed Skating  
Скоростной бег  
на коньках

Реуцкая, Е. А. Лыжный спорт: теория и методика : учебное пособие / Е. А. Реуцкая, Я. С. Романова. – Омск : СибГУФК, 2020. – 198 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=607569> (дата обращения: 01.02.2022). – ISBN 978-5-91930-147-9. – Текст : электронный.



В основной части учебного пособия излагается базовый, обязательный для усвоения учебный материал, составляющий теоретический предмет учебной дисциплины: история развития видов лыжного спорта и их современное состояние; техника передвижения на равнинных лыжах; основы методики обучения технике передвижения на лыжах; организация и проведение массовых соревнований по лыжным гонкам.

Учебный материал изложен в соответствии с современными образовательными технологиями, включает исторический, теоретический и методический материал к дисциплине «Теория и методика обучения базовым видам спорта: лыжный спорт» по направлению подготовки (специальности) 49.03.01 «Физическая культура», профили подготовки «Спортивная подготовка в избранном виде спорта», «Физкультурное образование», «Физкультурно-оздоровительная деятельность».



Alpine Skiing  
Горные лыжи



Biathlon  
Биатлон



Bobsleigh  
Бобслей



Cross-Country  
Skiing  
Лыжные гонки



Curling  
Кёрлинг



Figure Skating  
Фигурное катание  
на коньках



Freestyle Skiing  
Aerials  
Фристайл  
акробатика



Freestyle Skiing  
Halfpipe  
Фристайл  
хафпайп



Freestyle Skiing  
Moguls  
Фристайл  
могул



Freestyle Skiing  
Ski Cross  
Фристайл  
ски-кросс



Snowboard  
Slopestyle  
Сноуборд  
слоупстайл



Freestyle Skiing  
Slopestyle  
Фристайл  
слоупстайл



Ice Hockey  
Хоккей на льду



Luge  
Санный спорт



Nordic Combined  
Лыжное  
двоеборье



Short Track  
Speed Skating  
Шорт-трек



Skeleton  
Скейтон



Ski Jumping  
Прыжки на лыжах  
с трамплина



Snowboard Cross  
Сноуборд-кросс



Snowboard  
Halfpipe  
Сноуборд  
хафпайп



Snowboard  
Parallel Events  
Сноуборд  
параллельные  
виды



Speed Skating  
Скоростной бег  
на коньках

Сорокин, С. Г. Лыжный спорт в высших учебных заведениях (на примере лыжных гонок) : учебное пособие / С. Г. Сорокин, В. Г. Турманидзе ; Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского. – Омск : ОмГУ, 2017. – 112 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563139> (дата обращения: 01.02.2022). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-7779-2145-1. – Текст : электронный.

С. Г. Сорокин, В. Г. Турманидзе

**ЛЫЖНЫЙ СПОРТ  
В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ  
(на примере лыжных гонок)**

Учебное пособие



Представлен материал по технике, методике обучения способам передвижения на лыжах. Даны рекомендации по подготовке лыжного инвентаря, по организации и проведению групповых и индивидуальных занятий со спортивной и оздоровительной направленностью.

Для преподавателей, студентов, занимающихся лыжными гонками, а также для всех любителей лыжного спорта, желающих повысить свое техническое мастерство и укрепить здоровье.



Alpine Skiing  
Горные лыжи



Biathlon  
Биатлон



Bobsleigh  
Бобслей



Cross-Country  
Skiing  
Лыжные гонки



Curling  
Кёрлинг



Figure Skating  
Фигурное катание  
на коньках



Freestyle Skiing  
Aerials  
Фристайл  
акробатика



Freestyle Skiing  
Halfpipe  
Фристайл  
хафпайп



Freestyle Skiing  
Moguls  
Фристайл  
могул



Freestyle Skiing  
Ski Cross  
Фристайл  
ски-кросс



Snowboard  
Slopestyle  
Сноуборд  
слоупстайл



Freestyle Skiing  
Slopestyle  
Фристайл  
слоупстайл



Ice Hockey  
Хоккей на льду



Luge  
Санный спорт



Nordic Combined  
Лыжное  
двоеборье



Short Track  
Speed Skating  
Шорт-трек



Skeleton  
Скейтон



Ski Jumping  
Прыжки на лыжах  
с трамплина



Snowboard Cross  
Сноуборд-кросс



Snowboard  
Halfpipe  
Сноуборд  
хафпайп



Snowboard  
Parallel Events  
Сноуборд  
параллельные  
виды



Speed Skating  
Скоростной бег  
на коньках

Обучение классическим лыжным ходам : учебно-методическое пособие / авт.-сост. Н. Н. Мелентьева, Н. В. Румянцева. – М. : Спорт, 2016. – 217 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=460918> (дата обращения: 01.02.2022). – ISBN 978-5-9907240-1-3. – Текст : электронный.



Проанализирована техника классических лыжных ходов, представлена методика обучения этим ходам, систематизированы возникающие ошибки, а также приведены вопросы и тестовые задания для самоконтроля. Методические разработки по изучению техники классических лыжных ходов составлены для обучения учащихся общеобразовательных школ и занимающихся в детско-юношеских спортивных школах.

Пособие предназначено для студентов дневного и заочного отделений факультетов физической культуры педагогических вузов, учителей физической культуры общеобразовательных школ и тренеров по лыжным гонкам.

Учебно-методическое пособие соответствует стандарту направления подготовки 44.03.01 – «Педагогическое образование» (профиль «Физкультурное образование») (квалификация — бакалавр).



Alpine Skiing  
Горные лыжи



Biathlon  
Биатлон



Bobsleigh  
Бобслей



Cross-Country  
Skiing  
Лыжные гонки



Curling  
Кёрлинг



Figure Skating  
Фигурное катание  
на коньках



Freestyle Skiing  
Aerials  
Фристайл  
акробатика



Freestyle Skiing  
Halfpipe  
Фристайл  
хафпайп



Freestyle Skiing  
Moguls  
Фристайл  
могул



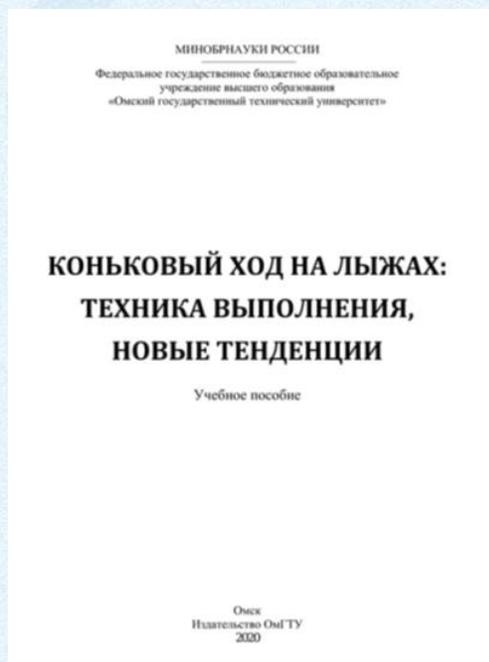
Freestyle Skiing  
Ski Cross  
Фристайл  
ски-кросс



Snowboard  
Slopestyle  
Сноуборд  
слоупстайл



Коньковый ход на лыжах: техника выполнения, новые тенденции : учебное пособие / О. В. Мараховская, Т. А. Сагиев, М. Ю. Славнова [и др.] ; Омский государственный технический университет. – Омск : ОмГТУ, 2020. – 88 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=682116> (дата обращения: 01.02.2022). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-8149-3118-4. – Текст : электронный.



Представлены обоснование и анализ последних разработок техники всех видов конькового хода, организация и методика тренировки. Даны имитационные и подводящие упражнения.

Учебное пособие написано в соответствии с программой по лыжной подготовке и требованиями, предъявляемыми к сдаче зачета по дисциплине «Физическая культура». Предназначено для студентов 1–3-х курсов всех специальностей и форм подготовки, а также для преподавателей физической культуры.





Freestyle Skiing  
Slopestyle  
Фристайл  
слоупстайл



Ice Hockey  
Хоккей на льду



Luge  
Санный спорт



Nordic Combined  
Лыжное  
двоеборье



Short Track  
Speed Skating  
Шорт-трек



Skeleton  
Скейтон



Ski Jumping  
Пряжки на лыжах  
с трамплина



Snowboard Cross  
Сноуборд-кросс



Snowboard  
Halfpipe  
Сноуборд  
хафпайп



Snowboard  
Parallel Events  
Сноуборд  
параллельные  
виды



Speed Skating  
Скоростной бег  
на коньках

Корельская, И. Е. Лыжный спорт с методикой преподавания : учебное пособие / И. Е. Корельская ; Северный (Арктический) федеральный университет им. М. В. Ломоносова. – Архангельск : САФУ, 2015. – 114 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=436420> (дата обращения: 01.02.2022). – Библиогр.: с. 110. – ISBN 978-5-261-01062-3. – Текст : электронный.



В учебном пособии в соответствии с учебными дисциплинами «Лыжный спорт с методикой преподавания» и «Лыжный спорт» представлены краткие теоретические основы обучения в лыжном спорте, техника и методика обучения лыжным ходам, описаны подвижные игры на лыжах. Дан обзор истории лыжного спорта в мире и в России.

Список рекомендуемой литературы и тестовые задания помогут закрепить полученные знания. Завершает издание краткий терминологический словарь.

Учебное пособие предназначено для студентов вузов, обучающихся по направлениям подготовки «Физическая культура».



Alpine Skiing  
Горные лыжи



Biathlon  
Биатлон



Bobsleigh  
Бобслей



Cross-Country  
Skiing  
Лыжные гонки



Curling  
Кёрлинг



Figure Skating  
Фигурное катание  
на коньках



Freestyle Skiing  
Aerials  
Фристайл  
акробатика



Freestyle Skiing  
Halfpipe  
Фристайл  
хафпайп



Freestyle Skiing  
Moguls  
Фристайл  
могул



Freestyle Skiing  
Ski Cross  
Фристайл  
ски-кросс



Snowboard  
Slopestyle  
Сноуборд  
слоупстайл



Freestyle Skiing  
Slopestyle  
Фристайл  
слоупстайл



Ice Hockey  
Хоккей на льду



Luge  
Санный спорт



Nordic Combined  
Лыжное  
двоеборье



Short Track  
Speed Skating  
Шорт-трек



Skeleton  
Скейтон



Ski Jumping  
Прыжки на лыжах  
с трамплина



Snowboard Cross  
Сноуборд-кросс



Snowboard  
Halfpipe  
Сноуборд  
хафпайп



Snowboard  
Parallel Events  
Сноуборд  
параллельные  
виды



Speed Skating  
Скоростной бег  
на коньках

Фарбей, В. В. Современные взгляды на биатлон будущего / В. В. Фарбей, В. В. Фарбей ; Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена. – Санкт-Петербург : РГПУ, 2018. – 408 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=577514> (дата обращения: 01.02.2022). – ISBN 978-5-8064-2520-2. – Текст : электронный.



В монографии раскрыта технология построения учебно-тренировочного процесса и методические приемы, нацеленные на улучшение спортивно-технических результатов в биатлоне на основе диагностики ключевых проблем качества стрельбы и увеличения скоростных качеств спортсменов. Предложены конкретные схемы организации и проведения учебно-тренировочного процесса. Данные материалы могут быть использованы тренерами при подготовке биатлонистов разного уровня.



Alpine Skiing  
Горные лыжи



Biathlon  
Биатлон



Bobsleigh  
Бобслей



Cross-Country  
Skiing  
Лыжные гонки



Curling  
Кёрлинг



Figure Skating  
Фигурное катание  
на коньках



Freestyle Skiing  
Aerials  
Фристайл  
акробатика



Freestyle Skiing  
Halfpipe  
Фристайл  
хафпайп



Freestyle Skiing  
Moguls  
Фристайл  
могул



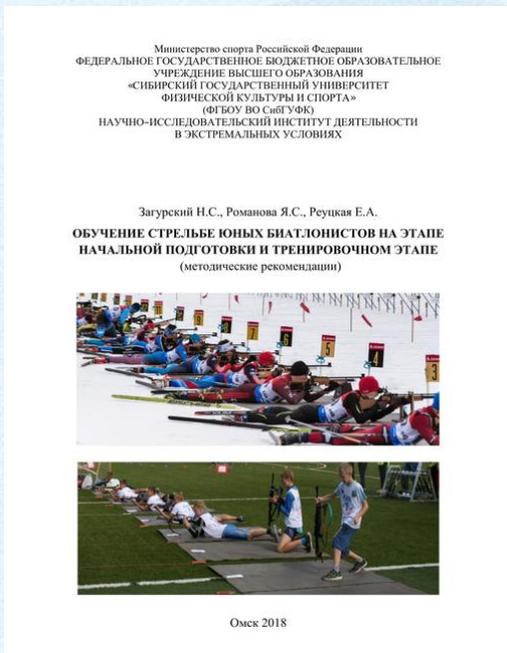
Freestyle Skiing  
Ski Cross  
Фристайл  
ски-кросс



Snowboard  
Slopestyle  
Сноуборд  
слоупстайл



Загурский, Н. С. Обучение стрельбе юных биатлонистов на этапе начальной подготовки и тренировочном этапе: метод. рекомендации / Н. С. Загурский, Я. С. Романова, Е. А. Реуцкая ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта [и др.]. – Омск : СибГУФК, 2018. – 85 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573629> (дата обращения: 01.02.2022). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-91930-112-7. – Текст : электронный.



Реуцкая, Е. А. Совершенствование процесса подготовки юных биатлонистов на этапе начальной подготовки и тренировочном этапе: метод. рекомендации / Е. А. Реуцкая, Н. С. Загурский, Я. С. Романова ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта [и др.]. – Омск : СибГУФК, 2018. – 115 с. : табл., граф. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573668> (дата обращения: 01.02.2022). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-91930-113-4. – Текст : электронный.





Freestyle Skiing  
Slopestyle  
Фристайл  
слоупстайл



Ice Hockey  
Хоккей на льду



Luge  
Санный спорт



Nordic Combined  
Лыжное  
двоеборье



Short Track  
Speed Skating  
Шорт-трек



Skeleton  
Скейтон



Ski Jumping  
Прыжки на лыжах  
с трамплина



Snowboard Cross  
Сноуборд-кросс



Snowboard  
Halfpipe  
Сноуборд  
хафпайп

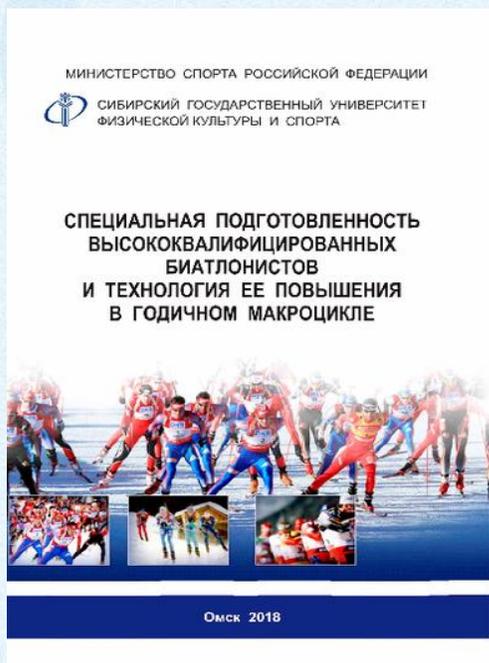


Snowboard  
Parallel Events  
Сноуборд  
параллельные  
виды



Speed Skating  
Скоростной бег  
на коньках

Специальная подготовленность высококвалифицированных биатлонистов и технология ее повышения в годичном макроцикле / В. И. Михалев, Е. А. Реуцкая, Я. С. Романова, В. А. Аикин ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский гос. ун-т физ. культуры и спорта, 2018. – 153 с. : табл., граф., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573625> (дата обращения: 01.02.2022). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-91930-103-5. – Текст : электронный.



В монографии представлены современные научные данные и результаты экспериментальных исследований, раскрывающие тенденции мирового биатлона и пути оптимизации тренировочного процесса российских спортсменов, проанализированы структура и содержание тренировочного процесса биатлонистов высокой квалификации, предложены методики тестирования функциональной и стрелковой подготовленности, позволяющие эффективно решать вопросы управления тренировочным процессом высококвалифицированных биатлонистов.

Монография предназначена для тренеров, спортсменов, аспирантов, магистрантов и студентов, также может быть использована слушателями курсов повышения квалификации, научными работниками, специалистами комплексных научных групп и всеми лицами, интересующимися современными аспектами спортивной подготовки.



Alpine Skiing  
Горные лыжи



Biathlon  
Биатлон



Bobsleigh  
Бобслей



Cross-Country  
Skiing  
Лыжные гонки



Curling  
Кёрлинг



Figure Skating  
Фигурное катание  
на коньках



Freestyle Skiing  
Aerials  
Фристайл  
акробатика



Freestyle Skiing  
Halfpipe  
Фристайл  
хафпайп



Freestyle Skiing  
Moguls  
Фристайл  
могул



Freestyle Skiing  
Ski Cross  
Фристайл  
ски-кросс



Snowboard  
Slopestyle  
Сноуборд  
слоупстайл



Загурский, Н. С. Повышение эффективности стрелковой подготовки высококвалифицированных биатлонистов: метод. рекомендации / Н. С. Загурский, Я. С. Романова ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта [и др.]. – Омск : СибГУФК, 2016. – 108 с. : табл., граф., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573630> (дата обращения: 01.02.2022). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-91930-116-5. – Текст : электронный.

Министерство спорта Российской Федерации  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«СИБИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»  
(ФГБОУ ВО СибГУФК)  
НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ИНСТИТУТ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ  
УСЛОВИЯХ

Н.С. Загурский, Я.С. Романова  
ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ СТРЕЛКОВОЙ ПОДГОТОВКИ  
ВЫСОККВАЛИФИЦИРОВАННЫХ БИАТЛОНИСТОВ  
(методические рекомендации)



Омск 2016

В методических рекомендациях рассматриваются вопросы повышения эффективности стрелковой подготовки высококвалифицированных биатлонистов. Основной акцент сделан на совершенствование устойчивости системы «спортсмен-оружие» и стрельбе в условиях постоянно изменяющегося направления ветра.

Методические рекомендации предназначены для тренеров, спортсменов, аспирантов, магистрантов и студентов, а также могут быть использованы слушателями курсов повышения квалификации, научными работниками и всеми лицами, интересующимися современными аспектами спортивной подготовки в биатлоне.





Freestyle Skiing  
Slopestyle  
Фристайл  
слоупстайл



Ice Hockey  
Хоккей на льду



Luge  
Санный спорт



Nordic Combined  
Лыжное  
двоеборье



Short Track  
Speed Skating  
Шорт-трек



Skeleton  
Скейтон



Ski Jumping  
Пряжки на лыжах  
с трамплина



Snowboard Cross  
Сноуборд-кросс



Snowboard  
Parallel  
Halfpipe  
Сноуборд  
хафпайп

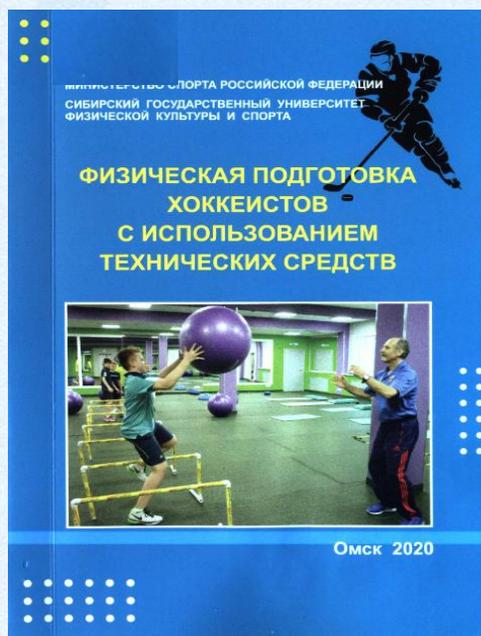


Snowboard  
Parallel Events  
Сноуборд  
параллельные  
виды



Speed Skating  
Скоростной бег  
на коньках

Физическая подготовка хоккеистов с использованием технических средств : учеб.-метод. пособие / В. Н. Коновалов [и др. ] ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта – Омск : СибГУФК, 2020. – 188 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=607558> (дата обращения: 01.02.2022). – Библиогр.: с. 185-186. – ISBN 978-5-91930-144-8. – Текст : электронный.



В учебно-методическом пособии обобщены современные подходы к организации физической подготовки хоккеистов с использованием средств общей и специальной подготовки. На основе современных научных данных и результатов собственных исследований авторы демонстрируют различные упражнения на льду и вне льда с использованием технических средств для совершенствования физической подготовленности хоккеистов., а также предлагают подходы к повышению безопасности хоккеистов с использованием технических средств. К каждому разделу прилагаются вопросы для самоконтроля.

Пособие предназначено для бакалавров, обучающихся по направлению 49.03.01 «Физическая культура», по дисциплинам «Спортивная подготовка в избранном виде спорта», «Тренажёры в спорте», а также для аспирантов, преподавателей, магистрантов, слушателей ФПК и тренеров по хоккею.



Alpine Skiing  
Горные лыжи



Biathlon  
Биатлон



Bobsleigh  
Бобслей



Cross-Country  
Skiing  
Лыжные гонки



Curling  
Кёрлинг



Figure Skating  
Фигурное катание  
на коньках



Freestyle Skiing  
Aerials  
Фристайл  
акробатика



Freestyle Skiing  
Halfpipe  
Фристайл  
хафпайп



Freestyle Skiing  
Moguls  
Фристайл  
могул



Freestyle Skiing  
Ski Cross  
Фристайл  
ски-кросс



Snowboard  
Slopestyle  
Сноуборд  
слоупстайл



Freestyle Skiing  
Slopestyle  
Фристайл  
слоупстайл



Ice Hockey  
Хоккей на льду



Luge  
Санный спорт



Nordic Combined  
Лыжное  
двоеборье



Short Track  
Speed Skating  
Шорт-трек



Skeleton  
Скейтон



Ski Jumping  
Прыжки на лыжах  
с трамплина



Snowboard Cross  
Сноуборд-кросс



Snowboard  
Halfpipe  
Сноуборд  
хафпайп

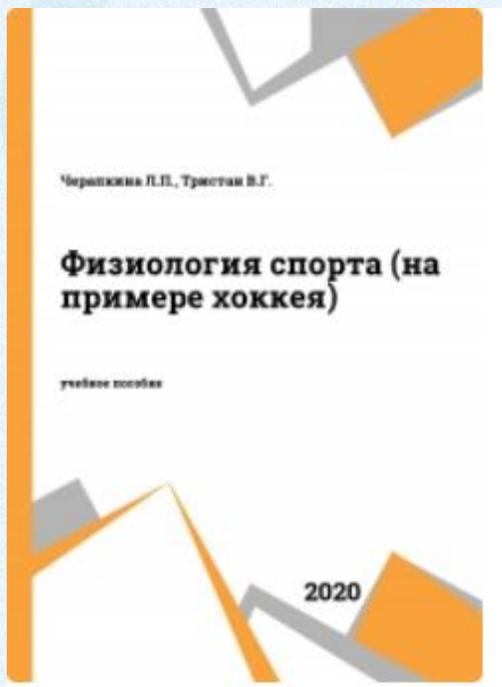


Snowboard  
Parallel Events  
Сноуборд  
параллельные  
виды



Speed Skating  
Скоростной бег  
на коньках

Черапкина, Л. П. Физиология спорта (на примере хоккея) : учебное пособие / Л. П. Черапкина, В. Г. Тристан. – 2-е изд. перераб. и доп. – Омск : СибГУФК, 2020. – 156 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=607557> (дата обращения: 03.02.2022). – Библиогр.: с. 155. – ISBN 978-5-91930-133-2. – Текст : электронный.



В пособии содержатся материалы по физиологии спорта, позволяющие познакомиться с основными представлениями о функциях организма человека и механизмах их регуляции при занятиях хоккеем с шайбой. Основное внимание сосредоточено на раскрытии основных закономерностей морфофункциональной адаптации организма к специфической спортивной деятельности, определении подходов к спортивному отбору и оптимизации тренировочного процесса.

С учетом отдельных замечаний и предложений читателей новый материал пособия представлен тремя дополнительными главами: «Физиологические аспекты тренировки юных хоккеистов», «Физиологические основы спортивной тренировки хоккеистов», «Отдельные психофизиологические аспекты подготовки хоккеистов».

Пособие предназначено для студентов, обучающихся по направлению 49.03.01 «Физическая культура» (профили: «Спортивная подготовка в избранном виде спорта», «Физкультурное образование», «Физкультурно-оздоровительная деятельность»), в рамках реализации дисциплины «Физиология спорта».



Alpine Skiing  
Горные лыжи



Biathlon  
Биатлон



Bobsleigh  
Бобслей



Cross-Country  
Skiing  
Лыжные гонки



Curling  
Кёрлинг



Figure Skating  
Фигурное катание  
на коньках



Freestyle Skiing  
Aerials  
Фристайл  
акробатика



Freestyle Skiing  
Halfpipe  
Фристайл  
хафпайп



Freestyle Skiing  
Moguls  
Фристайл  
могул



Freestyle Skiing  
Ski Cross  
Фристайл  
ски-кросс



Snowboard  
Slopestyle  
Сноуборд  
слоупстайл



Freestyle Skiing  
Slopestyle  
Фристайл  
слоупстайл



Ice Hockey  
Хоккей на льду



Luge  
Санный спорт



Nordic Combined  
Лыжное  
двоеборье



Short Track  
Speed Skating  
Шорт-трек



Skeleton  
Скейтон



Ski Jumping  
Прыжки на лыжах  
с трамплина



Snowboard Cross  
Сноуборд-кросс



Snowboard  
Halfpipe  
Сноуборд  
хафпайп



Snowboard  
Parallel Events  
Сноуборд  
параллельные  
виды



Speed Skating  
Скоростной бег  
на коньках

Скоростно-силовая подготовка хоккеистов высокой квалификации в подготовительном периоде : учебное пособие / А. В. Турманидзе, В. Г. Турманидзе, А. А. Фоменко, Ю. И. Сиренко ; Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского. – Омск : ОмГУ, 2018. – 96 с. : табл., схем., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563138> (дата обращения: 03.02.2022). – Библиогр.: с. 79-84. – ISBN 978-5-7779-2243-4. – Текст : электронный.



Раскрываются вопросы совершенствования скоростно-силовых параметров хоккеистов высокой квалификации, физиологические и биохимические механизмы их проявления, а также факторы, которые обеспечивают успешный перенос скоростно-силового потенциала спортсменов в соревновательную деятельность.

Детально представлены алгоритмы управления функциональным состоянием хоккеистов в подготовительном и соревновательном периодах подготовки, когнитивная модель функционирования субъектов соревновательного матча в динамике его реализации, тренировочные комплексы, воспроизведение которых позволяет увеличить скоростно-силовые показатели хоккеистов.

Для тренеров и преподавателей по хоккею, спортсменов различной квалификации, студентов высших учебных заведений и учащихся школы высшего спортивного мастерства.



Alpine Skiing  
Горные лыжи



Biathlon  
Биатлон



Bobsleigh  
Бобслей



Cross-Country  
Skiing  
Лыжные гонки



Curling  
Кёрлинг



Figure Skating  
Фигурное катание  
на коньках



Freestyle Skiing  
Aerials  
Фристайл  
акробатика



Freestyle Skiing  
Halfpipe  
Фристайл  
хафпайп



Freestyle Skiing  
Moguls  
Фристайл  
могул



Freestyle Skiing  
Ski Cross  
Фристайл  
ски-кросс



Snowboard  
Slopestyle  
Сноуборд  
слоупстайл



Freestyle Skiing  
Slopestyle  
Фристайл  
слоупстайл



Ice Hockey  
Хоккей на льду



Luge  
Санный спорт



Nordic Combined  
Лыжное  
двоеборье



Short Track  
Speed Skating  
Шорт-трек



Skeleton  
Скейтон



Ski Jumping  
Прыжки на лыжах  
с трамплина



Snowboard Cross  
Сноуборд-кросс



Snowboard  
Halfpipe  
Сноуборд  
хафпайп

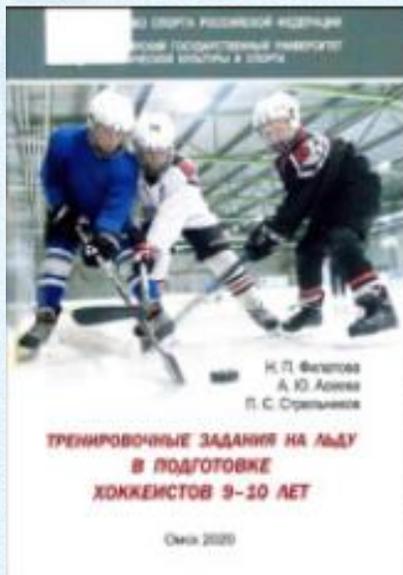


Snowboard  
Parallel Events  
Сноуборд  
параллельные  
виды



Speed Skating  
Скоростной бег  
на коньках

Филатова, Н. П. Тренировочные задания на льду в подготовке хоккеистов 9–10 лет : учебное пособие / Н. П. Филатова, А. Ю. Асеева, П. С. Стрельников. – 2-е изд. – Омск : СибГУФК, 2020. – 88 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=607561> (дата обращения: 03.02.2022). – Библиогр.: с. 85-87. – ISBN 978-5-91930-134-9. – Текст : электронный.



В учебном пособии представлены теоретические основы ледовой подготовки юных хоккеистов групп начальной подготовки, данные научных исследований о срочной реакции организма юных спортсменов на выполнение наиболее часто используемых тренировочных заданий на льду, различной направленности, а также рекомендации по построению тренировочных заданий на льду физической, технической, технико-тактической, игровой направленности.

Учебное пособие предназначено для студентов, обучающихся по направлению 49.03.01 «Физическая культура», осваивающих дисциплину «Теория спорта», «Теория детско-юношеского спорта», для магистрантов, обучающихся по направлению 49.04.03 «Спорт», осваивающих дисциплину «Общая теория спорта и технологии подготовки», а также может быть использовано аспирантами, обучающимися по научной специальности 13.00.04, слушателями курсов повышения квалификации, тренерами по хоккею.



Alpine Skiing  
Горные лыжи



Biathlon  
Биатлон



Bobsleigh  
Бобслей



Cross-Country  
Skiing  
Лыжные гонки



Curling  
Кёрлинг



Figure Skating  
Фигурное катание  
на коньках



Freestyle Skiing  
Aerials  
Фристайл  
акробатика



Freestyle Skiing  
Halfpipe  
Фристайл  
хафпайп



Freestyle Skiing  
Moguls  
Фристайл  
могул



Freestyle Skiing  
Ski Cross  
Фристайл  
ски-кросс



Snowboard  
Slopestyle  
Сноуборд  
слоупстайл



Freestyle Skiing  
Slopestyle  
Фристайл  
слоупстайл



Ice Hockey  
Хоккей на льду



Luge  
Санный спорт



Nordic Combined  
Лыжное двоеборье



Short Track  
Speed Skating  
Шорт-трек



Skeleton  
Скейтон



Ski Jumping  
Прыжки на лыжах  
с трамплина



Snowboard Cross  
Сноуборд-кросс



Snowboard  
Halfpipe  
Сноуборд  
хафпайп



Snowboard  
Parallel Events  
Сноуборд  
параллельные  
виды



Speed Skating  
Скоростной бег  
на коньках

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«СИБИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»  
(ФГБОУ ВО СИБГУФК)  
НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ИНСТИТУТ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ

ТЕХНОЛОГИЯ УПРАВЛЕНИЯ ТРЕНИРОВОЧНЫМ  
ПРОЦЕССОМ  
И СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ  
ЮНЫХ ХОККЕИСТОВ НА ЭТАПАХ МНОГОЛЕТНЕЙ  
СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ



Омск 2018

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«СИБИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»  
(ФГБОУ ВО СИБГУФК)  
НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ИНСТИТУТ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ

Н.В. Павлова

Совершенствование общей и специальной  
подготовки юных хоккеистов в многолетнем  
тренировочном цикле



Омск 2017

Технология управления тренировочным процессом и соревновательной деятельностью юных хоккеистов на этапах многолетней спортивной подготовки: метод. рекомендации / под ред. Н. В. Павловой ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта [и др.]. – Омск : СибГУФК, 2018. – 107 с. : табл., граф., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573677> (дата обращения: 03.02.2022). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-91930-110-3. – Текст : электронный.

Павлова, Н. В. Совершенствование общей и специальной подготовки юных хоккеистов в многолетнем тренировочном цикле: метод. рекомендации / Н. В. Павлова ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта [и др.]. – Омск : СибГУФК, 2017. – 79 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573666> (дата обращения: 03.02.2022). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-91930-119-6. – Текст : электронный.



Alpine Skiing  
Горные лыжи



Biathlon  
Биатлон



Bobsleigh  
Бобслей



Cross-Country  
Skiing  
Лыжные гонки



Curling  
Кёрлинг



Figure Skating  
Фигурное катание  
на коньках



Freestyle Skiing  
Aerials  
Фристайл  
акробатика



Freestyle Skiing  
Halfpipe  
Фристайл  
хафпайп



Freestyle Skiing  
Moguls  
Фристайл  
могул



Freestyle Skiing  
Ski Cross  
Фристайл  
ски-кросс



Snowboard  
Slopestyle  
Сноуборд  
слоупстайл



Freestyle Skiing  
Slopestyle  
Фристайл  
слоупстайл



Ice Hockey  
Хоккей на льду



Luge  
Санный спорт



Nordic Combined  
Лыжное  
двоеборье



Short Track  
Speed Skating  
Шорт-трек



Skeleton  
Скейтон



Ski Jumping  
Прыжки на лыжах  
с трамплина



Snowboard Cross  
Сноуборд-кросс



Snowboard  
Halfpipe  
Сноуборд  
хафпайп



Snowboard  
Parallel Events  
Сноуборд  
параллельные  
виды



Speed Skating  
Скоростной бег  
на коньках

Туренков, А. Н. Конькобежный спорт: электронное учебное пособие / А. Н. Туренков, А. Д. Белоусов, Н. В. Трусова ; Кемеровский государственный университет, Кафедра медико-биологических основ физического воспитания и спортивных дисциплин. – Кемерово : КемГУ, 2015. – 141 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=481642> (дата обращения: 03.02.2022). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-8353-1785-1. – Текст : электронный.



В работе представлены материалы по истории развития коньков, истории конькобежного спорта, сведения по организации, проведению соревнований и участию в них российских спортсменов. Приводятся сведения по методике обучения технике бега на коньках, методике подготовки и тренировки спортсменов. Раскрываются вопросы проведения занятий с подростками, юношами и девушками. Представлен материал по инвентарю и оборудованию, необходимому для подготовки катков, заливке льда и проведению занятий.

Учебное пособие разработано по дисциплине «Теория и методика конькобежного спорта» для направления подготовки «Физическая культура». Пособие выполнено в соответствии с требованиями учебной программы «Теория и методика конькобежного спорта».

Учебное пособие предназначено для студентов направления подготовки «Физическая культура», а также может быть использовано для студентов специальности «Физическая культура и спорт».



Alpine Skiing  
Горные лыжи



Biathlon  
Биатлон



Bobsleigh  
Бобслей



Cross-Country  
Skiing  
Лыжные гонки



Curling  
Кёрлинг



Figure Skating  
Фигурное катание  
на коньках



Freestyle Skiing  
Aerials  
Фристайл  
акробатика



Freestyle Skiing  
Halfpipe  
Фристайл  
хафпайп



Freestyle Skiing  
Moguls  
Фристайл  
могул



Freestyle Skiing  
Ski Cross  
Фристайл  
ски-кросс



Snowboard  
Slopestyle  
Сноуборд  
слоупстайл



Freestyle Skiing  
Slopestyle  
Фристайл  
слонпстайл



Ice Hockey  
Хоккей на льду



Luge  
Санний спорт



Nordic Combined  
Лыжное  
двоеборье



Short Track  
Speed Skating  
Шорт-трек



Skeleton  
Скейтон



Ski Jumping  
Прыжки на лыжах  
с трамлина



Snowboard Cross  
Сноуборд-кросс



Snowboard  
Halfpipe  
Сноуборд  
хафпайп

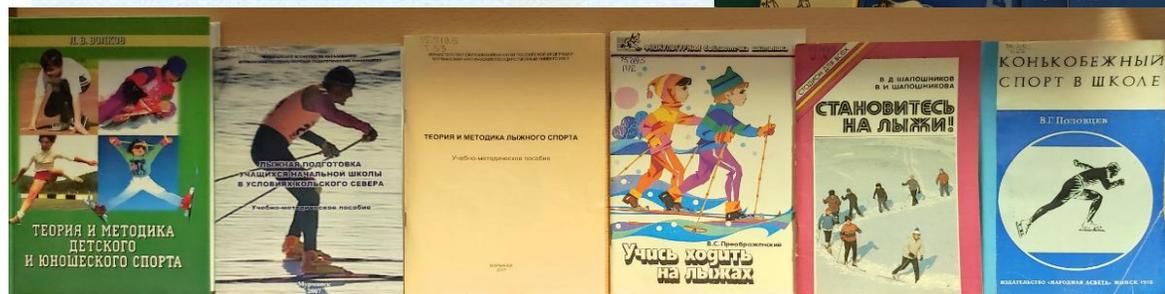
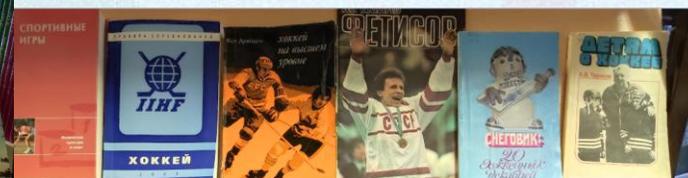
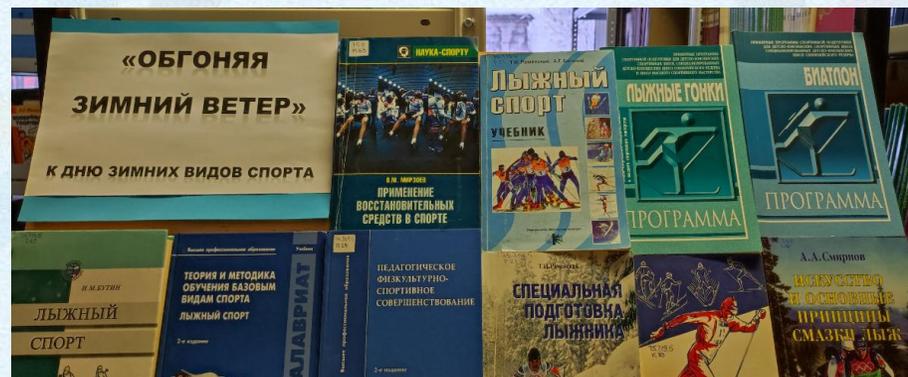


Snowboard  
Parallel Events  
Сноуборд  
параллельные  
виды



Speed Skating  
Скоростной бег  
на коньках

# Спасибо за внимание



Alpine Skiing  
Горные лыжи



Biathlon  
Биатлон



Bobsleigh  
Бобслей



Cross-Country  
Skiing  
Лыжные гонки



Curling  
Кёрлинг



Figure Skating  
Фигурное катание  
на коньках



Freestyle Skiing  
Aerials  
Фристайл  
акробатика



Freestyle Skiing  
Halfpipe  
Фристайл  
хафпайп



Freestyle Skiing  
Moguls  
Фристайл  
могул



Freestyle Skiing  
Ski Cross  
Фристайл  
ски-кросс



Snowboard  
Slopestyle  
Сноуборд  
слонпстайл