

**Д. Т. Онгарбаева
Г. Б. Мадиева
В. В. Якубов**

**ОСНОВЫ
ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ
ПОДГОТОВКИ
В ИЗБРАННОМ ВИДЕ
СПОРТА (ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА)**

Учебно-методическое пособие

Алматы 2015

УДК 796.42(075)
ББК 75.711
О 58

*Рекомендовано к изданию
кафедрой физического воспитания и спорта и
РИСО КазНУ им. аль-Фараби*

Рецензенты:

к.п.н., завкафедрой легкой атлетики КазАСТ **Х.К. Унтаев**
к.п.н., профессор, завкафедрой борьбы КазАСТ **М.Н. Шенетюк**
профессор, завкафедрой физвоспитания и
спорта КазНУ им. аль-Фараби **А.И. Арещенко**

Онгарбаева Д.Т.

О 58 Основы технико-тактической подготовки в избранном виде спорта (легкая атлетика): учебно-методическое пособие / Д.Т. Онгарбаева, Г.Б. Мадиева, В.В. Якубов. – Алматы: Қазақ университеті, 2014. – 86 с.
ISBN 978-601-04-1110-4

В комплексной системе подготовки специалистов по физической культуре дисциплина «Основы технико-тактической подготовки в избранном виде спорта (легкая атлетика)» призвана обеспечить готовность выпускников данного профиля для работы в образовательных учреждениях различных типов.

В первом разделе учебно-методического пособия авторами в доступной форме раскрыты общие вопросы спортивной технической подготовки: основные понятия и определения; качественные и количественные показатели техники; основные средства, методы и особенности их использования при обучении технике; этапы и закономерности формирования двигательного навыка; методика оценки правильности движения и исправления ошибок.

Во второй части изложены основы техники легкоатлетических упражнений: типовая схема обучения, последовательность изучения и основы техники наиболее распространенных видов легкой атлетики.

УДК 796.42(075)
ББК 75.711

Учебное издание

*Онгарбаева Дамат Туралбаевна
Мадиева Галия Баянжановна
Якубов Вячеслав Владимирович*

**ОСНОВЫ
ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ
В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА
(ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА)**

Учебно-методическое пособие

Выпускающий редактор *Э.А. Сулейменова*
Компьютерная верстка и
дизайн обложки *К.С. Умирбековой*

В оформлении обложки использованы фото с сайтов
[www. kainar-edu.kz](http://www.kainar-edu.kz)

ИБ №8174

Подписано в печать 14.04.15. Формат 60x84 1/16. Бумага офсетная.
Печать цифровая. Объем 5,43 п.л. Тираж 110 экз. Заказ №763.
Издательский дом «Қазақ университеті»
Казахского национального университета им. аль-Фараби.
050040, г. Алматы, пр. аль-Фараби, 71. КазНУ.

Отпечатано в типографии издательского дома «Қазақ университеті».