

5. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ

Список литературных источников

1. **Лыжные гонки:** Примерная программа для системы дополнительного образования детей: детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва [Текст] / П. В. Квашук и др. - М. : Советский спорт, 2009. - 72с.
2. Теоретическая подготовка юных спортсменов: Пособие для тренеров ДЮСШ. Буйлин Ю.Ф., Знаменская З.И., Курамшин Ю.Ф. – Физкультура и спорт, 1981
3. Г.С.Туманян. Стратегия подготовки чемпионов.
4. Платонов В.Н. Подготовка квалифицированных спортсменов.-М.:Физкультура и спорт, 1986.
5. И.И.Соловьев, В.В.Ивочкин Спортивная школа: начальный этап.

Перечень аудиовизуальных средств.

Перечень Интернет-ресурсов.

1. Официальный интернет-сайт Министерства спорта Российской Федерации (<http://www.minsport.gov.ru/>).
2. Официальный интернет-сайт Федерации лыжных гонок России (<http://www.flgr.ru/>).
3. Официальный интернет-сайт РУСАДА (<http://www.rusada.ru/>).
4. Официальный интернет-сайт ВАДА (<http://www.wada-ama.org/>).
5. Официальный интернет-сайт Министерства по делам молодежи и спорту Республики Татарстан (<http://mdms.tatarstan.ru/>).
6. Официальный интернет-сайт журнала «Лыжный спорт» (<http://www.skisport.ru/>)

ЛИТЕРАТУРА

1. Детская спортивная медицина: руководство для врачей/ под ред. С.Б.Тихвинского, С.В.Хрущева – 2-е изд. – М.: Медицина, 1991.
2. Лыжный спорт / по ред. В.Д.Евстратова, Г.Б.Чукардина, Б.И.Сергеева – М.: Физкультура и спорт, 1989.
3. Основы управления подготовкой юных спортсменов / под общей ред. М.Я.Набатниковой – М.: Физкультура и спорт, 1982.
4. Система подготовки спортивного резерва / под общ.ред. В.Г.Никитушкина – М.: МГФСО, ВНИИФК, 1994.
5. Современная система спортивной подготовки /под ред. Ф.П.Сулова, В.Л.Сыча, Б.Н.Шустина – М.: издательство «СААМ», 1995.
6. Антонова О.Н., Кузнецов В.С. «Лыжная подготовка. Методика преподавания» учебное пособие для педагогических училищ и колледжей, М.: Издательский центр «Академия» 1999.
7. Бутин И.М. «Лыжный спорт: Учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений» М.: Издательский центр «Академия», 2000.
8. Верхошанский Ю.В. «Основы специальной физической подготовки спортсменов» – М.: Физкультура и спорт, 1988.
9. Волков В.М. «Восстановительные процессы в спорте» – М.: Физкультура и спорт, 1977.
10. Гогунев Е.Н., Мартыанов Б.И.: Психология физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. - М.: Академия, 2002 - 288 с.
11. Горбунов, Г. Д. Психопедагогика спорта / Г. Д. Горбунов. - М. : Советский спорт, 2007. - 296 с.
12. Евстратов В.Д., Виролайнен П.М., Чукардин Г.Б. «Коньковый ход? Не только...» – М.: Физкультура и спорт, 1988.
13. Ермаков В.В. «Техника лыжных ходов» - Смоленск: СГИФК, 1989.
14. Ишмухаметов М., Вяткина Т.Н. Теория и методика лыжного спорта: техническая и силовая подготовка студентов /Учебное пособие для студентов профильных факультетов. ПГГПУ, Пермь. 2013. - 180с.
15. Карелин А.О. «Правильное питание при занятиях спортом и физкультурой», 2011.
16. Манжосов В.Н. «Тренировка лыжника-гонщика» – М.: Физкультура и спорт, 1986.
17. Манжосов В.Н., Огольов И.Г., Смирнов Г.А. «Лыжный спорт» – М.: Высшая школа, 1979.
18. Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты / Матвеев Л.П. - СПб. : Лань, 2005. - 384 с. - (Специальная литература).
19. Мищенко В.С. «Функциональные возможности спортсменов» – Киев: Здоровья, 1990.
20. Поварницын А.П. «Волевая подготовка лыжника-гонщика» – М.: Физкультура и спорт, 1976.
21. Складнев Г.И. «Образовательная программа по лыжным гонкам для групп начальной подготовки и учебно-тренировочных групп учреждений дополнительного образования Пермского края» Пермь 2013г., 2-е издание Пермь КЦФКиЗ, 2013.

22. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учебное пособие. - М.: "Академия", 2000.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса. – М.: Физкультура и спорт, 1985.
2. Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов. – М.: Физическая культура и спорт, 1988.
3. Волков В.М. Восстановительные процессы в спорте. – М.: Физическая культура и спорт, 1977.
4. Грачев Н.П. Интегральная оценка разносторонней подготовленности юных лыжников-гонщиков (методические рекомендации). – М.: ВНИИФК, 2001.
5. Ермаков В.В. Техника лыжных ходов. – Смоленск: СГИФК, 1989.
6. Камаев О.И. Теоретические и методические основы оптимизации системы многолетней подготовки лыжников-гонщиков. – Харьков, 2000.
7. Лыжные гонки: Примерная программа спортивной подготовки специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва и школ высшего спортивного мастерства: Этапы спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства. – М.: Советский спорт, 2004. – 64 с.
8. Лыжный спорт / Под ред. В.Д. Евстратова, Г.Б. Чукардина, Б.И. Сергеева, – М.: Физкультура и спорт, 1989.
9. Макарова Г.А. Фармакологическое обеспечение в системе подготовки спортсменов. – М.: Советский спорт, 2003.
10. Манжосов В.Н. Тренировка лыжника-гонщика. – М.: Физкультура и спорт, 1986.
11. Мартынов В.С. Комплексный контроль в лыжных видах спорта. – М., 1990.
12. Матвеев Л.П. Модельно-целевой подход к построению спортивной подготовки // Теория и практика физической культуры, №2, №3, 2000.
13. Мищенко В.С. Функциональные возможности спортсменов. – Киев: Здоровья, 1990.
14. Раменская Т.И. Техническая подготовка лыжника. – М.: Физкультура и спорт, 1999.
15. Современная система спортивной подготовки/ Под ред. Ф.П. Суслова, В.Л. Сыча, Б.Н. Шустина. – М.: Издательство «СААМ», 1995.
16. Ширковец Е.А., Шустин Б.Н. Общие принципы тренировки скоростно-силовой качеств в циклических видах спорта // Вестник спортивной науки. – М.: Советский спорт, №1, 2003.
17. Филин В.П., Фомин Н.А. Основы юношеского спорта. – М.: Физическая культура и спорт, 1980.
18. Физиология спорта / Под ред. ДЖ.Х. Уилмор, Д.Л. Костилл. – Киев.: Олимпийская литература, 2001.