

**РЕКОМЕНДАТЕЛЬНЫЙ СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**



Муниципальное бюджетное учреждение культуры  
«Центральная межпоселенческая библиотека  
Наро-Фоминского муниципального района»

Информационно-библиографический отдел



Рекомендательный список литературы

Наро-Фоминск  
2017 г.

Наш адрес: Московская область,  
г. Наро-Фоминск,  
ул. Ленина, д. 16, МБУК «ЦМБ»  
Телефон: 8(496)343-99-10

Электронная почта: [nfcmf@yandex.ru](mailto:nfcmf@yandex.ru)

Сайт: [www.cmbnf.ru](http://www.cmbnf.ru)

Муниципальное бюджетное учреждение культуры  
«Центральная межпоселенческая библиотека  
Наро-Фоминского муниципального района»

Информационно-библиографический отдел

## Содержание

Спорт – это жизнь рекомендательный список литературы	3
Указатель имён	11

## Спорт – это жизнь

Рекомендательный список литературы

Наро-Фоминск  
2017 г.

*Спорт – это жизнь:* рек. список лит. / Сост. И.А. Лукьянова; Наро-Фоминская МБУК «ЦМБ», Информ. – библиогр. отдел. – Наро-Фоминск, 2017. – 12 с.: ил.

Рекомендательный список дает возможность всем категориям читателей познакомиться с теми книгами о спорте, которые имеются в фонде Центральной мепоселенческой библиотеки Наро-Фоминского муниципального района. Задача этого издания – проинформировать пользователей о книгах по различным видам спорта.

Амелин, А.Н.  
Бубновский, С.М.  
Букатин, А.Ю.  
Булгакова, Н.Ж.  
Бутин, И.М.  
Васнецова, Н.Ю.  
Вольф, Х.  
Гаткин, Е.Я.  
Гомельский, А.Я.  
Игнатьева, В.Я.  
Кук, М.  
Масленников, И.В.  
Маслов, А.Г.  
Маслова, О.Ю.  
Путин, В.В.  
Цирик, Б.Я.

Составитель: Лукьянова И.А. – библиограф  
Информационно-библиографического  
отдела МБУК «ЦМБ»



**Цирик, Б.Я.** Футбол / Б.Я. Цирик, Ю.С. Лукашин. – М. : Физкультура и спорт, 1999. – 294 с. : ил. – (Азбука спорта).

Эта книга адресована юным читателям и их родителям. Авторы рассказывают, как ребята могут сами заниматься футболом, тренироваться во дворе или на спортивной площадке, отрабатывать удары по мячу и налаживать взаимодействие между игроками. Юные читатели познакомятся также с историей мирового и отечественного футбола, узнают о победителях крупнейших турниров в нашей стране и за рубежом.



**Физическая реабилитация** детей с нарушением функции опорно-двигательного аппарата / Под ред. Н.А. Гросс. – М. : Советский спорт, 2000. – 224 с. : ил.

В книге представлена разработанная авторами и апробированная на практике методика реабилитации детей с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата средствами физической культуры с использованием оригинальных тренажерных устройств. Приведены данные исследований морфологических особенностей и функционального состояния сердечно-сосудистой системы и ее изменений под воздействием физических упражнений. Книга содержит сведения о методиках проведения физиотерапевтических процедур.

## Спорт – это жизнь

Рекомендательный список литературы



**Амелин, А.Н.** Настольный теннис / А.Н. Амелин, В.А. Пашнин. 3-е изд., испр. и доп. – М. : Физкультура и спорт, 1999. – 192 с. : ил. – (Азбука спорта).

Эта книга адресована юным читателям и их родителям. Авторы — неоднократный чемпион страны по настольному теннису, кандидат педагогических наук А. Амелин и известный спортивный журналист В. Пашинин знакомят ребят с историей возникновения этой популярной игры, дают советы по современной экипировке, обучают основным правилам и приемам игры.

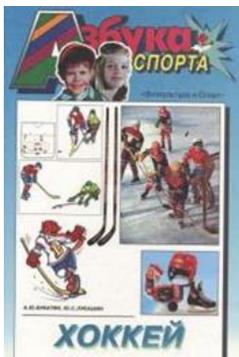
В книге также помещены очерки о выдающихся российских и зарубежных теннисистах, приведены результаты крупнейших международных состязаний.



**Бубновский, С.М.** Здоровые сосуды, или Зачем человеку мышцы? / Сергей Бубновский. – М.: Эксмо, 2012. – 192 с.: ил. – (Оздоровление по системе доктора Бубновского).

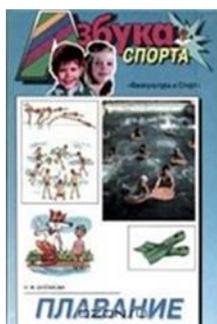
В своей новой книге доктор Бубновский предлагает читателям уникальную систему упражнений для лечения сосудистых заболеваний и связанных с ними проблем сердца и головного мозга (гипертония, тромбофлебит, аритмия, боли в сердце, атеросклероз, инфаркт и др.). Как связано появление сосудистых заболеваний с угасанием мышечной системы? Остеохондроз и ишемическая болезнь сердца - что общего? Почему даже при правильном питании появляются холестериновые бляшки в сосудах? Откуда взялся атеросклероз у детей? Какие упражнения нормализуют давление?

Сергей Михайлович отвечает на эти вопросы в доступной форме, основываясь на своей многолетней врачебной практике. Автор противопоставляет избыточному назначению лекарственных препаратов применение простых, но эффективных упражнений. В книге даны рекомендации, которые помогут разобраться в основных ошибках и заблуждениях на пути к выздоровлению. Издание адресовано всем, кто заинтересован в своем здоровье и желает избавиться от лекарственной зависимости и сохранить возможность активного долголетия.



**Букатин, А.Ю.** Хоккей / А.Ю. Букатин, Ю.С. Лукашин. – М. : Физкультура и спорт, 2000. – 182 с. : ил. – (Азбука спорта).

Эта книга адресована юным читателям и их родителям, а также преподавателям физкультуры, инструкторам и тренерам, работающим с юными хоккеистами. Авторы знакомят с историей хоккея с шайбой, с основами его техники и тактики, правилами этой популярной игры, экипировкой, инвентарем и оборудованием. В книге рассказывается о крупнейших турнирах, лучших хоккеистах мира, приводятся советы знаменитых игроков и тренеров.



**Булгакова, Н.Ж.** Плавание / Н.Ж. Булгакова. – М. : Физкультура и спорт, 1999. – 84 с. : ил. – (Азбука спорта).

Эта книга, написанная известным отечественным специалистом, членом-корреспондентом Российской академии педагогических наук, заведующим кафедрой Российской академии физической культуры, доктором педагогических наук, профессором Н.Ж. Булгаковой, адресована широкому кругу читателей — детям и их родителям, дошкольным и школьным педагогам и инструкторам.

Она рассказывает о том, какую важную роль в жизни человека играет умение плавать, знакомит с техникой спортивного плавания, методикой обучения различным способам плавания, разнообразными упражнениями и играми на суше и в воде, наконец, учит приемам спасения тонущих и оказания первой помощи пострадавшим.

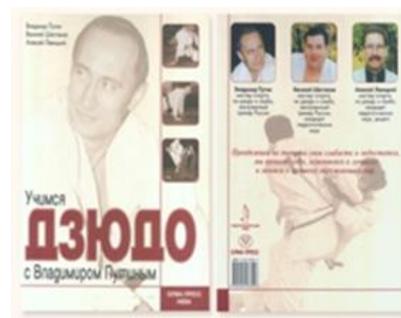


**Маслова, О.Ю.** Физическая культура: педагогические основы ценностного отношения к здоровью: учебное пособие / О.Ю. Маслова; под ред. М.Я. Виленского. – М. : КНОРУС, 2013. – 184 с. – (Бакалавриат).



Определяются психолого-педагогические основы здоровьесберегающего образовательно-воспитательного процесса, направленного на развитие студента как личности, формирование его ценностного отношения к здоровью и физической культуре.

Для студентов высших педагогических образовательных учреждений, а также обучающихся в магистратуре и аспирантуре при разработке теоретико-методологического, методического и технологического обеспечения здоровья субъектов образовательного процесса.



**Путин, В.В.** Учимся дзюдо с Владимиром Путиным: Учебно-практическое пособие для тренировок и спортсменов / В.В. Путин, В.В. Шестоков, А.Г. Левицкий. – М. : ОЛМА-ПРЕСС, 2002. – 159 с.: ил.

Данное издание носит учебно-практический и познавательный характер. Ярko и доступно авторы рассказывают о древнейшей борьбе мира - дзюдо, его истории, философии и технике. В книге освещены основные проблемы теории и методики подготовки дзюдоистов. Издание является актуальным и необходимым для отечественного дзюдо и представляет собой полноценное учебное пособие.



**Масленников, И.В.** Лыжные гонки / И.В. Масленников, Г.А. Смирнов; 2-е изд. испр. и доп. – М. : Физкультура и спорт, 1999. – 200 с.: ил. – (Азбука спорта).

Книга адресована юным читателям и их родителям. В ней кратко рассказывается об истории зарождения лыжного спорта в нашей стране, даются советы по современной экипировке, выбору и смазке лыж.

Достаточно подробно описывается техника классических и коньковых ходов. Читатели познакомятся с вопросами лыжной этики, законами тренировки, средствами восстановления после нее. Узнают о контроле и самоконтроле. В книге помещены очерки о выдающихся советских и российских лыжниках.



**Маслов, А.Г.** Полевые туристические лагеря: учебно-метод. Пособие / А.Г. Маслов. – М. : Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000. – 160 с. : ил.

Создание настоящего пособия обусловлено возвращением к одной из форм туристско-краеведческой работы - проведению полевых профильных туристских лагерей. Эта форма работы в плане финансирования имеет несомненные преимущества перед стационарными лагерями. Кроме того, полевые туристские лагеря более действенны в развитии у детей самостоятельности, коллективизма.

Пособие адресовано организаторам летнего отдыха детей: учителям, педагогам дополнительного образования, представителям общественных и иных организаций.



**Бутин, И.М.** Лыжный спорт: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений / И.М. Бутин. – М. : Изд. Центр «Академия», 2000. – 366 с.

В пособии изложены основные вопросы истории возникновения и развития лыж и лыжного спорта, техника и методика обучения способам передвижения на лыжах, организация и методика проведения уроков лыжной подготовки в школе. Отдельные главы посвящены общим основам методики тренировки в лыжном спорте, методике тренировки школьников, а также организации и

проведению соревнований по лыжным гонкам и т.д. Учебное пособие может быть использовано также учителями общеобразовательных школ, тренерами ДЮСШ, студентами и преподавателями средних педагогических учебных заведений.



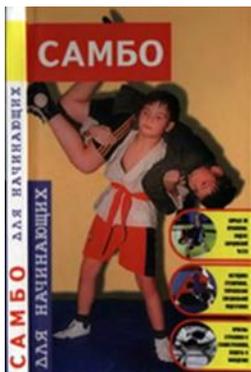
**Васнецова, Н.Ю.** Теннис для начинающих / Н.Ю. Васнецова. – М.: ООО «Изд-во Астроль» : ООО «Изд-во АСТ», 2001. – 160 с. : ил. – (Спорт).

Эта книга рассказывает об одном из наиболее красивых и популярных видов спорта – большом теннисе. Ты сможешь не только познакомиться с историей и правилами этой игры, но и научиться основным приемам и хитростям в обращении с ракеткой и мячом.



**Вольф, Х.** Дзюдо. Техника самообороны / Хорст Вольф; пер. с нем. Г. Товкая. – М. : ФАИР- ПРЕСС, 2002. - 208 с. : ил.– (Боевые искусства).

Данное руководство необходимо всем, кто интересуется дзюдо в целях самообороны и ради спортивных достижений. Все описанные здесь приемы можно сравнительно легко освоить, если отрабатывать их тщательно, в умеренном темпе. Автор подробно знакомит с различными приемами самозащиты, распределяя их по степени возрастающей опасности, дистанциям, болевым приемам. Техника падений, выведения из равновесия, бросков и рычагов сопровождается подробным иллюстративным материалом. Данное руководство будет полезно тренерам, спортсменам-дзюдоистам и всем, кто интересуется боевыми искусствами. Для широкого круга читателей.

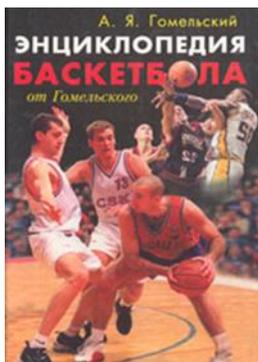


**Гаткин, Е.Я.** Самбо для начинающих / Е.Н. Гаткин. – М. : ООО «Изд-во Астроль»: ООО «Изд-во АСТ», 2001. – 224 с. : ил. – (Спорт).

Эта книга об одном из популярных видов единоборств-самбо. О том, с какого возраста можно приступать к тренировкам, в чем тренироваться, о приемах защиты, страховки и нападения.

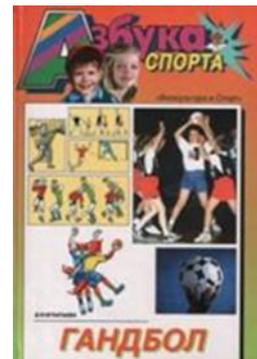
Прочитав книгу, ты узнаешь об истории самбо и известных в мире этой спортивной борьбы именах, познакомишься с правилами соревнований, кодексом борцовской чести. Большое место отведено упражнениям специальной подготовки самбиста, технике приёмов борьбы.

Автор книги - мастер спорта по самбо, тренер спортивного клуба "Атлетика", кандидат медицинских наук, детский хирург.



**Гомельский, А.Я.** Энциклопедия баскетбола от Гомельского /А.Я. Гомельский. – М. : ФАИР-ПРЕСС, 2002. – 352 с. : ил.

Автор энциклопедии Гомельский Александр Яковлевич - патриарх мирового баскетбола, обладатель уникальной коллекции титулов и наград. Его команды завоевывали "золото" на чемпионатах и спартакиадах. Он воспитал плеяду талантливых игроков, ставших знаменитыми во всем мире. В своей книге он дает информацию о баскетбольных структурах (кто и как управляет игрой гигантов), о баскетбольном кодексе, о правилах игры, о баскетбольных школах, о сильнейших игроках, о чемпионатах мира, Европы и Олимпийских играх. В конце издания имеется словарь баскетбольных терминов.



**Игнатъева, В.Я.** Гандбол / В.Я. Игнатъева. – М.: Физкультура и спорт, 2001. – 192 с. : ил. – (Азбука спорота).

Книга рассказывает о гандболе подробно и обстоятельно, начиная с первых шагов. С помощью этой книги ребята могут самостоятельно заниматься гандболом, тренироваться во дворе или на спортплощадке, отрабатывать броски и приемы обороны и нападения, отрабатывать взаимодействие между игроками, поддерживать свою физическую форму. В книге рассказывается также об истории гандбола, даются сведения о важнейших гандбольных соревнованиях. Книга адресована школьникам и их родителям, преподавателям ФК, тренерам начинающих спортсменов, физкультурным организаторам в лагерях отдыха и жилых районах города.



**Кук, М.** 101 упражнение для юных футболистов: возраст 7-11 лет / М. Кук; пер. с англ. Л. Захарович. – М. : ООО «АСТ»: ООО «Астрель», 2003. – 128 с.

Книга известного английского специалиста Малькольма Кука представляет большой интерес для широкого круга читателей - не только юных футболистов, но и тренеров детских спортивных школ и секций, школьных преподавателей физкультуры, родителей юных футболистов.



**Кук, М.** 101 упражнение для юных футболистов: Возраст 12-16 лет / М. Кук; пер. с англ. Л. Захарович. – М. : ООО «АСТ»: ООО «Астрель», 2003. – 128 с.

Это вторая книга известного английского специалиста Малькольма Кука, предназначенная для юных футболистов. На этот раз автор рассказывает о подготовке игроков в возрасте от 12 до 16 лет.