

СЛОВАРЬ ТЕРМИНОВ

Абриколь – удар, при котором шар, отразившись от борта, попадает в прицельный шар.

Атакующий бильярд – тактика агрессивного ведения матча, когда спортсмен при высоком уровне мастерства выполняет атаку при каждом ударе, зачастую выполняет очень сложные удары, выполняет удары с невысокой вероятностью результативного удара.

Аутогенная тренировка – метод саморегуляции неблагоприятных психических состояний посредством словесного, вегетативного и соматического воздействия.

Бильярд – игра с шарами на специальном столе.

Верхний правый боковик – это удар кием в верхнюю точку, которая располагается на правой стороне «своего» шара.

Верхний левый боковик – это удар кием в верхнюю точку, расположенную на левой стороне «своего» шара.

Внимание – это когнитивный (познавательный) процесс, который обеспечивает упорядочивание поступающей извне информации в порядке приоритетности стоящих перед субъектом задач.

Всемирная Конфедерация Бильярда (WCBS) – организация, которая продвигает бильярдный спорт в виде карамболя, пула и снукера.

Вывихи – полное смещение суставных концов костей, при котором утрачивается соприкосновение суставных поверхностей в области сочленения.

Дуговик – это одна из разновидностей бокового французского удара, когда играемый шар находится в растворе лузы, а биток – на далеком от него расстоянии и, кроме того, еще и «замазан» другими шарами.

Игра от обороны – тактика, при которой спортсмен выполняет удары с высокой вероятностью результативности, а при отсутствии доступных позиций с высокой вероятностью забития шара производит такой прием, как «отыгрыш». В Снукере прием «отыгрыш» зачастую играет с целью завести «биток» в положение «снукер» – когда сопернику не виден очередной шар в прямой видимости и он вынужден играть от одного и более бортов.

Игровой метод – выполнение двигательных действий в условиях игры, в пределах характерных для нее правил, арсенала технико-тактических приемов и ситуаций.

Карамболь – удар, при котором свой шар, отскочив от одно прицельного шара, ударяется о другой.

Клапштос – это удар кием по центру битка.

Контроль – умение остановить биток в заданной точке игровой поверхности стола.

Круазе (оборотный) – разновидность дуплета, при котором прицельный шар, отражаясь от борта, пересекает линию движения битка.

Круговой метод – последовательное выполнение специально подобранных физических упражнений, воздействующих на различные

мышечные группы и функциональные системы по типу непрерывной или интервальной работы.

Левый боковик – это удар кием в среднюю точку, расположенную на левой стороне «своего» шара.

Международный олимпийский комитет (МОК) – высший, постоянно действующий орган современного олимпийского движения.

Мезоцикл представляет собой относительно целостный этап тренировочного процесса продолжительностью от 3 до 6 недель.

Методы спортивной подготовки – способы работы тренера и спортсмена, при помощи которых достигается овладение знаниями, умениями и навыками, развиваются необходимые качества, формируется мировоззрение.

Метод стандартно-непрерывного упражнения – непрерывная мышечная деятельность без изменения интенсивности (как правило, умеренной).

Метод стандартно-интервального упражнения – это, как правило, повторное упражнение, когда многократно повторяется одна и та же нагрузка. При этом между повторениями могут быть различные интервалы отдыха.

Моделирование – процесс построения, изучения и использования моделей для уточнения характеристик и оптимизации хода спортивной подготовки.

Нагрузка физических упражнений (физическая нагрузка) – это определенная мера их влияния на организм занимающихся, а также степень преодолеваемых при этом субъективных и объективных трудностей.

Накат – это удар кием в верхнюю точку шара, которая находится строго над его центром.

Нижний правый боковик – удар кием в нижнюю точку, которая находится на правой стороне битка.

Нижний левый боковик – удар кием в нижнюю точку, которая находится на левой стороне битка.

Обморок – потеря сознания на небольшой промежуток времени, падение.

Обратный винт – разновидность боковика.

Общая выносливость – способность спортсмена к эффективному и продолжительному выполнению работы умеренной интенсивности (аэробного характера), в которой участвует значительная часть мышечного аппарата.

Общая физическая подготовка – процесс гармонического развития двигательных качеств спортсмена без учета специфики вида спорта.

Общеподготовительные упражнения – являются преимущественно средствами общей физической подготовки спортсмена (ОФП).

Оптимальное время сосредоточения» – это сугубо индивидуальная величина, длительность промежутка времени, необходимого для «настройки» на движение.

Основа спортивно-тактического мастерства – это тактические знания, умения, навыки и качества тактического мышления.

Оттяжка – это удар кием в нижнюю точку шара, расположенную строго под центром.

Перелом – частичное или полное нарушение целостности кости в результате ее удара, сжатия, сдавления, перегиба (во время падения).

План-конспект учебно-тренировочного занятия – самый детализированный план, необходимый для построения и управления своим тренировочным процессом.

Планирование как функция управления – это определение целей и задач, а также наиболее эффективных путей их достижения.

Подготовка – это длительный педагогический процесс, направленный на использование всей совокупности тренировочных и внетренировочных средств, методов, форм и условий (лекции, беседы, соревнования, образ жизни, специализированное питание, методы восстановления и т.д.), с помощью которых обеспечивается необходимая степень готовности к спортивным достижениям.

Правый боковик – это удар в среднюю точку, расположенную на правой стороне битка.

Предметом контроля в спорте является содержание учебно-тренировочного процесса, соревновательной деятельности, состояние различных сторон подготовленности спортсменов, их работоспособность, возможности функциональных систем.

Психологическая подготовка – это педагогический процесс, направленный на воспитание личности спортсмена, его моральных и волевых качеств.

Розыгрыш первого удара – выполнение розыгрыша (права начинать матч) в свою пользу, чтобы дальше принимать решение – либо самому начинать матч, либо передать это право сопернику.

Спортивная тактика в ее совершенном виде – это искусство ведения спортивной борьбы.

Специальная физическая подготовка – направлена на развитие двигательных качеств строго в соответствии с требованиями, предъявляемыми спецификой избранного вида спорта.

Специальная выносливость – это способность к эффективному выполнению работы и преодолению утомления в условиях, детерминированных требованиями соревновательной деятельности в конкретном виде спорта.

Спортивная тренировка – это специально организованный педагогический процесс, направленный на достижение высоких спортивных результатов в избранном виде спорта. Спортивная тренировка организуется в рамках системного использования физических упражнений, с одной стороны, и сочетания их с отдыхом и иными средствами восстановления организма.

Средства спортивной подготовки - разнообразные физические упражнения, прямо или опосредованно влияющие на совершенствование мастерства спортсменов. Состав средств спортивной подготовки формируется с учетом особенностей конкретного вида спорта, являющегося предметом спортивной специализации.

Стратегия – это теория спортивной борьбы, понимаемая как искусство управления подготовкой спортсмена и ведения спортивной борьбы.

Специфические принципы спортивной подготовки представляют собой теоретические обобщения, являющиеся основополагающими для разработки методических рекомендаций, лежащих в основе рационально организованной совместной работы тренера и спортсмена по построению системы подготовки к соревновательной деятельности.

Соревновательные упражнения - это целостные действия или совокупность действий, которые служат средством ведения соревновательной борьбы в том же составе, что и в условиях соревнований по избранному виду спорта.

Соревновательный метод – специально организованная соревновательная деятельность, которая в данном случае выступает в качестве оптимального способа повышения результативности тренировочного процесса.

Тактика – составная часть военного искусства, включающая теорию и практику подготовки и ведения боя соединениями, частями (кораблями) и подразделениями различных видов вооружённых сил, родов войск (сил) и специальных войск на суше, в воздухе (космосе), на море и информационном пространстве; военно-теоретическая дисциплина.

Тактика выведения соперника на ошибку – прием, когда после оценки технического уровня соперника в серии отыгрышей выставляется позиция с невысокой вероятностью реализации, вынуждающая соперника к атакующим действиям и допущению им ошибки.

Тактика ускорения или замедления игры – психологический прием для оказания воздействия на соперника для изменения им своих тактических схем, воздействия на его психоэмоциональное состояние.

Тактические умения – форма проявления сознания спортсмена, отражающая его действия на основе тактических знаний.

Тактические навыки – это заученные тактические действия, комбинации индивидуальных и коллективных действий.

Тактическое мышление – это мышление спортсмена в процессе спортивной деятельности в условиях дефицита времени и психического напряжения непосредственно направленное на решение конкретных тактических задач.

Техническая подготовленность – степень освоения спортсменом системы движений, соответствующей особенностям данного вида спорта и направленной на достижение высоких спортивных результатов.

Тренированность – это мера приспособления организма к конкретной работе. Спортивная тренировка может считаться правильной лишь в том случае, если она вызывает правильные положительные анатомо-физиологические изменения в организме. Тренировка является одной из форм подготовки спортсмена.

Управление – совокупность технических приемов, позволяющих изменить траекторию, направление и характер движения битка до или после соударения с прицельным шаром или бортом.

Цель контроля – оптимизация процесса подготовки и соревновательной деятельности на основе объективной оценки различных сторон подготовленности спортсмена и функционального потенциала его организма.

Центр масс в механике – это геометрическая точка, характеризующая движение тела или системы частиц как целого.