Содержание

Характеристика двигательной деятельности баскетболистов 4

Распределение учебного материала
в группах спортивного совершенствования 6

Особенности подготовки юношей
к соревновательным нагрузкам
в группах спортивного совершенствования 21

Программа восстановительных мероприятий 24

Заключение 43

Список литературы 49