

Снежина Томова
Илко Илиев
Димитър Димитров

Велислав Цеков
Силвия Чакова
Иво Лалев

СПОРТНА АНИМАЦИЯ

Учебно ръководство

Трето преработено и допълнено издание

Тази книга или части от нея не могат да бъдат размножавани, разпространявани по електронен път и копирани без писменото разрешение на издателя.

© Снежина Томова, Илко Илиев, Велислав Цеков, Силвия Чакова, Димитър Димитров, Иво Лалев, автори, 2014.

© Издателство „Наука и икономика“, 2014.

2014
Издателство „Наука и икономика“
Икономически Университет – Варна

ISBN 978-954-21-0746-0

СЪДЪРЖАНИЕ

Предговор.....	7
----------------	---

Глава първа

МЕТОДИЧЕСКИ ОСНОВИ НА СПОРТНАТА АНИМАЦИЯ

1.1. Същност и характерни особености на спортната анимация.....	9
1.2. Управление на безопасността при спортната анимация.....	17
1.3. Направления на спортната анимация	25
1.4. Спортният аниматор – централна фигура в системата на спортната анимация в туризма	39

Глава втора

ВОДНИ СПОРТОВЕ, ПРИЛОЖИМИ В СПОРТНАТА АНИМАЦИЯ

2.1. Плуване.....	51
2.2. Водна аеробика	63
2.3. Водна топка.....	67
2.4. Дайвинг.....	69
2.5. Водни ски	71
2.6. Каякинг	73
2.7. Уиндсърфинг.....	74
2.8. Кайтсърфинг	77
2.9. Уейкбординг	78
2.10. Флайбординг.....	79
2.11. Педълбординг	80

Глава трета

СПОРТНАТА АНИМАЦИЯ ПРИ ПРАКТИКУВАНЕ НА ЗИМНИ СПОРТОВЕ В ТУРИЗМА

3.1. Поява и развитие на зимните спортове	84
3.2. Зимни курорти в Европа и България	86
3.2. Особенности на спортната анимация при практикуване на зимни спортове в туризма.....	90

Глава четвърта

ИГРИТЕ В СПОРТНАТА АНИМАЦИЯ

4.1. Обща характеристика на играта.....	100
4.2. Плажен волейбол.....	104
4.3. Миниволейбол	111
4.4. Воден волейбол.....	126
4.5. Бадминтон	128
4.6. Тенис.....	133
4.7. Плажен тенис	141
4.8. Мини- и плажен футбол.....	144
4.9. Футбол на маса	171
4.10. Минибаскетбол.....	182
4.11. Боулинг.....	209
4.12. Петанг	214
4.13. Минигольф.....	215
4.14. Голф	217
4.15. Дартс.....	225

Глава пета

СПОРТНА АНИМАЦИЯ И ФИЗИЧЕСКО СЪВЪРШЕНСТВО

5.1. Спортна тренировка	228
5.2. Фитнес	234
5.3. Фитнес програма „Пилатес”	245
5.4. Паневритмията – система за физическо и духовно усъвършенстване	252
5.5. Танцът и модерните гимнастики като част от рекреационното направление на спортната анимация	258
5.6. Креативни танци.....	261
5.7. Каланетика	269
5.8. Фитбол.....	274
5.9. Зумба.....	278
5.10. Български народни танци	283

Използвана литература.....	292
----------------------------	-----