

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ РАЗРАБОТАННОЙ МЕТОДИКИ
ПОДГОТОВКИ ГРЕБЦОВ-БАЙДАРЧНИКОВ ВЫСОКОЙ
КВАЛИФИКАЦИИ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ
ГОДИЧНОГО ЦИКЛА НА ОСНОВЕ ПОСТРОЕНИЯ
ИНДИВИДУАЛЬНЫХ МОДЕЛЕЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ И
ИХ РЕАЛИЗАЦИИ В СИСТЕМЕ
«СПОРТСМЕН-ТРЕНЕР-СПОРТСМЕН»**

учебно-методическое пособие

**Краснодар
КГУФКСТ
2022**

УДК 796.122.2(072)
ББК 75.717.7я73
М54

Печатается по решению редакционного совета
Кубанского государственного университета физической культуры,
спорта и туризма

Рецензенты: **А.И. Быков**, Заслуженный тренер Российской Федерации, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики плавания, парусного и гребного спорта Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар;
О.Н. Савинкова, проректор по научно-исследовательской деятельности, кандидат педагогических наук, доцент, Воронежский государственный институт физической культуры, г. Воронеж.

Автор: доктор педагогических наук, профессор А.И. Погребной

Н54 Методические рекомендации по использованию разработанной методики подготовки гребцов-байдарочников высокой квалификации в подготовительном периоде годичного цикла на основе построения индивидуальных моделей подготовленности и их реализации в системе «спортсмен-тренер-спортсмен»: учебно-методическое пособие / А.И. Погребной. – Краснодар: КГУФКСТ, 2022. – 36 с.

В учебно-методическом пособии представлены научно-обоснованные методические рекомендации по использованию методики подготовки гребцов-байдарочников высокой квалификации в подготовительном периоде годичного цикла на основе разработанных: технологии специального тестирования, способа оперативной оценки и коррекции параметров тренировочных нагрузок гребцов, индивидуальных моделей подготовленности и их реализации в системе «спортсмен-тренер-спортсмен».

Настоящее учебно-методическое пособие рекомендовано тренерам, специалистам по физической культуре и спорту, преподавателям, студентам, магистрантам и аспирантам вузов физической культуры.

УДК 796.122.2(072)
ББК 75.717.7я73

© КГУФКСТ, 2022
© Погребной А.И.,
учебно-методическое пособие, 2022

ПРЕДИСЛОВИЕ

В настоящих методических рекомендациях использованы результаты НИОКР «Разработка методики подготовки гребцов-байдарочников высокой квалификации в подготовительном периоде годичного цикла на основе построения индивидуальных моделей и их реализации в системе «спортсмен-тренер-спортсмен»», выполненной в соответствии с Государственным контрактом № 0173100014421000006 от 21 июня 2021 г. Министерства спорта Российской Федерации.