

**МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

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

**НОВОЕ В СИСТЕМЕ  
СПОРТИВНОЙ  
ПОДГОТОВКИ В ГРЕБЛЕ  
НА БАЙДАРКАХ И КАНОЭ:  
ЗАРУБЕЖНЫЙ ОПЫТ.**

**Выпуск 23**

научно-методическое пособие

**Краснодар  
2021**

УДК: 797.122(072)

ББК: 75.717.7я73

Н74

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

Рецензенты: **А.А. Карнов**, кандидат педагогических наук, старший преподаватель кафедры теории и методики плавания, парусного и гребного спорта, Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар;  
**С.Н. Лыфарь**, Заслуженный тренер России, специалист по охране труда МБУ МОГК «ЦПСР № 4»

Авторы-  
составители: доктор педагогических наук, профессор **А.И. Погребной**  
кандидат педагогических наук **И.О. Комлев**  
переводчик: **Е.В. Литвишко**

**Н74 Новое в системе спортивной подготовки в гребле на байдарках и каноэ:** научно-методическое пособие / авт.-сост.: А.И. Погребной, И.О. Комлев, переводчик: Е.В. Литвишко. – Выпуск 23. – Краснодар: КГУФКСТ, 2021. – 76 с.

В научно-методическом пособии раскрываются приоритетные направления зарубежных исследований, касающиеся разработки новых методов анализа движений и тестирования гребцов, изучения специфики тренировочного процесса, соревновательной деятельности и медико-биологических факторов в гребле на байдарках и каноэ высокого класса.

Научно-методическое пособие содержит переведенные и научно отредактированные материалы зарубежной периодической печати, включающие таблицы, схемы и иллюстрации. Рекомендуется тренерам, специалистам по физической культуре и спорту, преподавателям, студентам, магистрантам и аспирантам вузов физической культуры.

УДК: 797.122(072)

ББК: 75.717.7я73

© КГУФКСТ, 2021

© Погребной А.И., Комлев И.О.,  
составление, 2021

© Литвишко Е.В.,

перевод на русский язык, 2021

## ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие.....	4
Введение.....	5
Гребля на байдарках и каноэ .....	6
Новые методы анализа движений и тестирования гребцов .....	6
Тренировка в гребле на байдарках и каноэ.....	27
Соревновательная деятельность гребцов.....	48
Медико-биологические факторы в гребле на байдарках и каноэ .....	58
Список использованных источников.....	74

## **ПРЕДИСЛОВИЕ**

В настоящих методических рекомендациях использованы результаты НИОКР «Разработка научно-методических материалов по различным аспектам подготовки спортсменов высокого класса по базовым видам спорта в Южном федеральном округе (по материалам зарубежной печати)», выполненной в соответствии с государственным заданием Министерства спорта Российской Федерации ФГБОУ ВО «Кубанскому государственному университету физической культуры, спорта и туризма» № 777-00010-21-00 на 2021 год.