

Министерство спорта Российской Федерации
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»
(ФГБОУ ВО КГУФКСТ)

УДК 797.12

Пер. № НИОКТР 124020200031-7

Пер. № ИКРБС

УТВЕРЖДАЮ
Ректор КГУФКСТ,
д-р пед. наук, проф.
_____ С.М. Ахметов
« ____ » _____ 2024 г.

ОТЧЕТ
О НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ РАБОТЕ

РАЗРАБОТКА И НАУЧНОЕ ОБОСНОВАНИЕ ТЕХНОЛОГИИ ИНТЕГРАЦИИ
ТЕХНИЧЕСКОЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ПЛОВЦОВ 11-14 ЛЕТ НА
ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ
(промежуточный, этап 1)

Руководитель НИР,
д-р пед. наук,
профессор

_____ А.И. Погребной

Краснодар, 2024

РЕФЕРАТ

Отчет 166 с., 1 кн., 11 рис., 13 табл., 127 источн., 5 прил.

УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ЭТАП, КВАЛИФИЦИРОВАННЫЕ ПЛОВЦЫ, СОПРЯЖЕННЫЕ ВОЗДЕЙСТВИЯ, ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА, ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА, ТРЕНИРОВОЧНАЯ НАГРУЗКА, ГОДИЧНЫЙ ЦИКЛ, ИНТЕГРАЦИЯ.

Объектом исследований является процесс подготовки пловцов на учебно-тренировочном этапе (УТЭ). С 2022 года в федеральном стандарте спортивной подготовки по виду спорта «плавание» этап именуется «учебно-тренировочный (спортивной специализации)», однако в теме он обозначен «тренировочным» согласно действующей на период подачи заявки редакции.

Цель научного исследования – разработка и научное обоснование технологии интеграции технической и физической подготовки пловцов за счет сопряженного развития физических качеств и совершенствования техники движений на учебно-тренировочном этапе.

Цель первого этапа работы – определение современных тенденций технической и физической подготовки пловцов на учебно-тренировочном этапе и выявление многолетней динамики их подготовленности.

Методы проведения работы: анализ отечественной и зарубежной литературы по теме исследования, документов планирования, констатирующий педагогический эксперимент, методы оценки физической и технической подготовленности пловцов, метод лактометрии, методы математической статистики.

Результаты работы и их научная новизна. В рамках первого этапа работы: а) выявлены основные тенденции сочетания физической и технической подготовки пловцов учебно-тренировочного этапа, возрастные и гендерные особенности организма пловцов; б) определено содержание и планирование нагрузок на протяжении всего учебно-тренировочного этапа и в структуре годового макроцикла; в) выявлена многолетняя динамика

показателей физической и технической подготовленности пловцов на учебно-тренировочном этапе;

По результатам работы разработаны методические рекомендации для тренеров: «Динамика физической и технической подготовленности пловцов на учебно-тренировочном этапе».

Областью применения результатов работы являются: тренировочный процесс квалифицированных пловцов, содержание программ подготовки, переподготовки и повышения квалификации тренеров.

Потенциальными потребителями результатов работы являются специалисты, сотрудники групп научно-методического обеспечения подготовки пловцов высокой квалификации, тренеры спортивных школ, обучающиеся ВУЗов физической культуры. Результаты проведенного исследования внедрены в практику, о чем свидетельствуют акты внедрения, а также доложены на международных, всероссийских и региональных научных конференциях в 2024 году. По теме работы были опубликованы статьи в журналах, включенных в перечень ВАК и Scopus, а также систему цитирования РИНЦ.

Получено свидетельство о государственной регистрации базы данных в Федеральном институте промышленной собственности (РОСПАТЕНТ).