

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

СИБИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Ю. В. Корягина      В. А. Аикин,

СОВРЕМЕННЫЕ АСПЕКТЫ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ  
В ПЛАВАНИИ ЗА РУБЕЖОМ

*Научно-методическое пособие*

ОМСК 2015

Рецензенты:

Кандидат педагогических наук, профессор Бачин В. П.

Кандидат педагогических наук, профессор Франченко А. С.

Современные аспекты спортивной тренировки в плавании за рубежом : научно-методическое пособие / сост. В. А. Аикин, Ю. В. Корягина. – Омск : Изд-во СибГУФК, 2015. – с. 32

В научно-методическом пособии представлены современные научные данные зарубежных лабораторий по основным аспектам организации тренировочного процесса и соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов и резерва сборных команд в плавании. Основное внимание зарубежные исследователи уделяют биомеханическим характеристикам техники движений, медико-биологическому обеспечению и техническому оснащению.

Работа выполнена в соответствии с государственным заданием по выполнению прикладных научных исследований в области физической культуры и спорта на 2015 г. (приказ Минспорта России от 17 декабря 2014 г. № 1030).

Научно методическое пособие предназначено для тренеров, спортсменов, аспирантов, магистрантов и студентов, также может использоваться слушателями курсов повышения квалификации тренеров, научными работниками, специалистами комплексных научных групп и всеми лицами интересующимися современными аспектами спортивной подготовки пловцов.

Печатается по решению редакционно-издательского совета университета.

© ФГБОУ ВПО СибГУФК, 2015

## Содержание

Введение .....	3
1. Применение современных информационно-технологических систем в подготовке и тестировании пловцов .....	5
2. Техника плавания и работоспособность .....	9
3. Медико-биологические аспекты подготовки пловцов .....	14
4. Эргогенные средства в плавании .....	19
Заключение .....	23
Литература .....	25