

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЕМ
АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
БЕЛОРЕЧЕНСКИЙ МУНИЦИПАЛЬНЫЙ РАЙОН КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ»

МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
БЕЛОРЕЧЕНСКИЙ МУНИЦИПАЛЬНЫЙ РАЙОН
КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

352635, Россия, Краснодарский край
г. Белореченск, ул. Красная, 66
ОГРН 1072303000142 ИНН 2303026107

E-mail: bel_cro@mail.ru

тел. 8(86155)22595

Вх. № _____ от _____
Исх. № 140 от 05.03.26

Рецензия

на методическую разработку «Особенности учебно-тренировочного процесса
женщин в спортивной (вольной) борьбе»,
тренера-преподавателя отделения вольной борьбы
муниципального бюджетного учреждения
дополнительного образования спортивная школа № 1
города Белореченска муниципального образования
Белореченский муниципальный район Краснодарского края
Исакова Рената Эдуардовича

Данная разработка предназначена для работы тренеров-преподавателей по вольной борьбе, в чьих группах есть девушки, и включает в себя рекомендации по подготовке женщин-борцов на этапах спортивной подготовки.

Актуальность методической разработки связана с интенсивным освоением женщинами тех видов спорта, которые до недавнего времени считались привилегией только мужчин, в частности, вольная борьба. А также существует недостаток разработок по методике подготовки женщин в спортивной борьбе. Большинство исследований по изучению влияния спорта на организм и обоснованию режима и методики тренировки было проведено на спортсменах-мужчинах, и их результаты зачастую механически переносятся на тренировочный процесс женщин.

Методическая разработка посвящена особенностям учебно-тренировочного процесса девушек в спортивной борьбе, связанным с анатомо-физиологическими и социально-психологическими особенностями женского организма. Эти особенности требуют учёта при планировании учебно-тренировочных занятий, чтобы обеспечить эффективность и учитывать специфику вида борьбы.

При создании материала Ренат Эдуардович опирался на собственный педагогический опыт, раскрыл причины, которые усложняют подготовку девушек. На основании этих причин тренер-преподаватель поделился своими наработками по повышению уровня общей физической и специальной

физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовки девушек.

Методическая разработка имеет узконаправленный характер и рекомендована к использованию в организациях дополнительного образования, реализующих программы в области физической культуры и спорта по вольной борьбе.

Руководитель МКУ ЦРО



Н.Н. Сидорова

Главный специалист МКУ ЦРО

Д.А. Ниязмамедова