58

ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОРДЕНА ЛЕНИНА
ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

На правах рукописи

ИРОШНИКОВА НАТАЛЬЯ ИВАНОВНА

ИССЛЕДОВАНИЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ ФИГУРИСТОВ

(на примере одиночного фигурного катания)

(№ 13.00.04 – Теория и методика физического воспитания и спортивной тренировки)

А в т о р е ф е р а т
диссертации на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук

Москва, 1978.

Работа выполнена на кафедре конькобежного спорта (заведующий кафедрой - кандидат педагогических наук А.И.Безденежных) и в проблемной научно-исследовательской лаборатории программирования тренировки и физиологии спортивной работоспособности (научный руководитель отделения биоэнергетики - кандидат биологических наук, доцент Н.И.Волков) Государственного Центрального ордена Ленина института физической культуры (ректор - кандидат педагогических наук, доцент В.И.Маслов).

Научные руководители:
кандидат биологических наук, доцент Н.И.Волков
кандидат педагогических наук, старший научный сотрудник Е.А.Ширковец

Официальные оппоненты:
доктор педагогических наук, профессор Г.С.Туманян
кандидат педагогических наук А.К.Тихомиров

Ведущее учреждение - Всесоюзный научно-исследовательский институт физической культуры.

Автореферат разослан "24" ноября 1978 г.

Защита диссертации состоится "26" декабря 1978 г. в 15 часов на заседании специализированного совета Д 046.01.01 по присуждению ученой степени кандидата наук в Государственном Центральном ордена Ленина институте физической культуры по адресу: г.Москва, Сиреневый бульвар,4.

Ученый секретарь
специализированного совета А.П.Королева

1027

БІБЛІОТЕКА

ЧИТАЛЬНА ЗАЛА
ЛДУФК

I.ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность. Решение этой проблемы,связанное с установлением максимума аэробных и анаэробных возможностей спортсменов и условий их проявления в специфической двигательной активности фигуристов,является необходимой предпосылкой рационального планирования тренировки,отбора необходимых тренировочных средств и методов,оптимальности распределения элементов соревновательной программы и т.п.

Отсутствие в настоящее время точных данных по этой проблеме отрицательно сказывается на развитие теории и методики этого популярного вида спорта.

Научная новизна. В настоящей работе впервые осуществлялось систематическое исследование динамики аэробных и анаэробных процессов энергообеспечения у фигуристов разного возраста и квалификации в выполнении отдельных тренировочных упражнений и в целом произвольной программы. Установлена закономерность изменений максимальных энергетических возможностей под влиянием специализированной тренировки в фигурном катании. Выявлены наиболее эффективные пути повышения уровня аэробных и анаэробных возможностей фигуристов. Прослежены основные тенденции в изменении содержания и структуры произвольной программы фигуристов - одиночников в течение последнего десятилетия в развитии этого вида спорта.

Практическая значимость. В результате изучения максимальных проявлений аэробной и анаэробной работоспособности фигуристов и степени мобилизации различных источников энергообеспечения при выполнении произвольной программы и отдельных ее час-

АТЛАС АНАТОМИИ
ЖФУЛЬ

тей выявлены наиболее эффективные пути управления процессом подготовки фигуристов-одиночников.Определены принципы рационального построения соревновательной программы выступления фигуристов.Установлены наиболее эффективные средства специальной подготовки фигуристов,направленные на развитие их аэробных и анаэробных возможностей.

ОБЪЕМ И СТРУКТУРА ДИССЕРТАЦИИ

Диссертация изложена на 120 листах машинописного текста, состоит из введения и пяти глав. Первая глава отражает современное состояние вопроса.Во второй главе описаны организация и методика исследования.В третьей,четвертой и пятой главах излагаются результаты собственных исследований автора. В тексте диссертации содержится 45 рисунков и 27 таблиц. Заключают работу выводы,практические рекомендации и список литературы, который содержит 246 источников,из них 86 на иностранных языках.

П.ЗАДАЧИ,МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ

Анализ исследований по изучаемой проблеме,выполненных к настоящему времени, показывает, что среди факторов, обусловливающих специальную работоспособность фигуристов,первостепенное значение приобретает техническая и функциональная подготовленность.Выполнение современных программ произвольного катания требует значительных энергетических затрат и высокого уровня развития их аэробных и анаэробных возможностей.Основываясь на вышесказанном,основными задачами настоящей работы были избраны следующие: