

4423/1

А

На правах рукописи

С А М О Й Л О В

Геннадий Васильевич

**ОСОБЕННОСТИ СПЕЦИАЛЬНОЙ
СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКИ
ЖЕНЩИН В ТРОЙНОМ ПРЫЖКЕ**

(13.00.04 - Теория и методика физического воспитания,
спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной
физической культуры)

АВТОРЕФЕРАТ

диссертации на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук

Москва – 2002

А

А

Работа выполнена в Российской государственной академии физической культуры.

Научный руководитель - доктор педагогических наук,
профессор ПОПОВ В.Б.

Официальные оппоненты: доктор педагогических наук,
профессор Стрижак А.П.
доктор педагогических наук,
профессор Шестаков М.П.

Ведущая организация - Всероссийский научно-исследовательский институт физической культуры и спорта

Защита диссертации состоится “ 19 ” марта 2002 г. на заседании специализированного совета К 314/003.01 в Российской государственной академии физической культуры по адресу: Москва, Сиреневый бульвар, 4

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке института.

Автореферат разослан “ 18 ” февраля 2002 г.

Ученый секретарь
диссертационного совета, к.п.н.

И.В.Чеботарева

А

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность. Социальное, культурное и экономическое развитие человеческого сообщества приводит к необходимости переоценки роли женщин во всех сферах деятельности. В спорте это выражается в том, что виды деятельности, ранее считавшиеся чисто мужскими, включаются в программу женских соревнований. Это приводит к необходимости дополнительного обоснования вопросов, связанных с индивидуализацией подготовки, выявления особенностей подготовки женщин в новых для них видах, которая отличается от тренировки мужчин в силу принципиальных различий в их биологической роли (Г.А.Гончарова, 1964; Ф.А.Иорданская, 1998; И.Бетхольд, 1998). Большинство специалистов, изучавших проблему “женщина и спорт” отмечают, что нельзя механически переносить средства и методы подготовки мужчин в тренировку женщин (В.Г.Бершадский, 1975; Н.В.Свечникова, А.Р.Радзиевский, Ю.Т.Похоленчук, К.Г.Беляева, 1974; Н.Д.Граевская, И.Б.Петров, Н.И.Беляева, 1983; М.А.Годик, 1998; С.С.Чернов, 2000 и др.).

Тройной прыжок как скоростно-силовой вид легкой атлетики предъявляет самые высокие требования к физической подготовленности спортсменов. Одной из сторон повышения эффективности движений является снижение экстремально высоких ударных нагрузок, возникающих при отталкиваниях, что актуально для прыгуньи. Научные разработки Н.Г.Озолина (1970, 1985), В.М.Зациорского (1970), Ю.В.Верхошанского (1970, 1988), Л.П.Матвеева (1977), и других отражают неразрывное единство специфики техники спортивного упражнения со спецификой подготовки. Необходимость научного обоснования в подборе средств и методов в специализированной подготовке женщин в тройном прыжке определяет актуальность данного исследования.

Цель работы – выявить особенности применения системы средств скоростно-силовой подготовки в тройном прыжке у женщин для дальнейшего совершенствования.

Объектом исследования явилась специальная скоростно-силовая подготовка в тройном прыжке.

Предметом исследования явились факторы, отображающие специфику использования средств специальной скоростно-силовой подготовки в тройном прыжке у женщин.

БИБЛИОГРАФИЯ