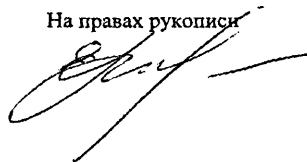


5023/2

А

На правах рукописи



Метелькова Елена Владимировна

Тактика бега сильнейших конькобежцев мира и  
педагогические предпосылки построения тренировочного процесса

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 – 2005

А

Работа выполнена на кафедре теории и методики конькобежного спорта и фигурного катания на коньках Российского государственного университета физической культуры, спорта и туризма

Научный руководитель: кандидат педагогических наук, профессор  
Панов Герман Михайлович

Официальные оппоненты: доктор педагогических наук, профессор  
Топышев Олег Павлович  
доктор биологических наук  
Воронов Андрей Владимирович

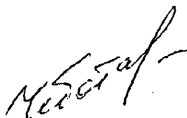
Ведущая организация: Московская государственная академия  
физической культуры

Защита состоится «7» марта 2006 года в 13:00 часов на заседании диссертационного совета К.311.003.01 при Российском государственном университете физической культуры, спорта и туризма по адресу: 105122, Москва, Сиреневый бульвар 4, ауд.603.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке Российского государственного университета физической культуры, спорта и туризма.

Автореферат разослан «  »                      2006 года.

Ученый секретарь  
диссертационного совета,  
кандидат педагогических наук,  
доцент



Чеботарева И.В.

## Общая характеристика работы

**Актуальность и проблематика исследования.** Тактика в циклических видах спорта, включая скоростной бег на коньках, играет большую роль в реализации физических, технических, психических и функциональных возможностей, приобретённых спортсменом в процессе многолетней подготовки, и является важным фактором в достижении высоких спортивных результатов в условиях соревновательной деятельности. [Н.Г.Озолин, 1970; А. Kuhlow, 1974; Е.П. Степаненко, 1977; В.Л. Уткин, 1984; Ф.П. Суслов, В.Л. Сыч, Б.Н. Шустин, 1995; Л.П. Матвеев, 2001; Ю.Ф. Курамшин, 2004 и мн. др.].

Наблюдения за сильнейшими конькобежцами мира и России, анализ доступной отечественной и зарубежной литературы показали, что вопросам тактики и тактической подготовки на современном этапе развития скоростного бега на коньках, как в теории, так и на практике не уделяется должного внимания [Г.М. Панов, 2000; Б.А. Стенин, 2001].

Принятые в 1996 г. Международным союзом конькобежцев изменения в правилах соревнований не имеют научного обоснования. Установлено, что в конькобежном спорте нет четких и объективных критериев оценки тактической подготовленности, отсутствуют достоверные модельные характеристики технико-тактических действий конькобежцев в условиях соревнований. С 1998 г. конькобежцы используют принципиально новую модель коньков – “клапскейты”, и, если их положительное влияние на биомеханику движений и увеличение скорости бега уже доказано [Е.А. Пильщикова, 1999; Jos de Koning, 1999 и др.], то возможное их воздействие на тактику бега не изучалось.

В связи с указанным было принято решение провести специальное исследование тактики бега сильнейших конькобежцев мира 1992-2005 гг. на всех соревновательных дистанциях у женщин и мужчин, в том числе, с учётом использования новой модели коньков, что определяет актуальность работы.

**Объект исследования** – тактическая подготовка сильнейших конькобежцев мира на основе анализа их соревновательной деятельности и оптимизация тренировочного процесса.



**Предмет исследования** - тактика бега сильнейших конькобежцев мира и модельные характеристики технико-тактических действий, включая бег на новой модели коньков.

**Гипотеза исследования.** Предполагалось, что существенно повысившийся в последние годы уровень подготовленности конькобежцев и связанное с этим значительное увеличение скоростей бега на всех дистанциях в соревновательных условиях, в том числе, при использовании новой модели коньков, привели к определённым изменениям в тактике скоростного бега на коньках. В связи с этим, так же возникла необходимость проверки отдельных теоретических положений и практических рекомендаций, лежащих в её основе, возможной разработки объективных критериев оценки уровня тактической подготовленности конькобежцев и модельных характеристик технико - тактических действий.

**Целью исследования** является поиск и формирование нетрадиционных педагогических подходов (предпосылок) построения тактической подготовки конькобежцев различной спортивной квалификации на основе анализа особенностей современной тактики бега сильнейших конькобежцев мира на всех соревновательных дистанциях.

**Задачи исследования:**

1. Исследовать основные параметры тактики бега (количество шагов, их длина, темп и т.д.) и их динамику у сильнейших конькобежцев мира на всех соревновательных дистанциях.
2. Определить возможные различия в тактике бега сильнейших конькобежцев мира на старой и новой («клапскейтах») модели коньков.
3. Выявить типичные варианты тактики бега сильнейших конькобежцев мира на различных дистанциях и частоту их применения в соревновательной деятельности.
4. Разработать педагогические предпосылки построения тренировочного процесса тактической подготовки конькобежцев различной квалификации.

**Методы исследований:**

Для решения поставленных задач были использованы известные общие – научные и специфические методы исследований, в число которых входили: изучение и обобщение научно-методической и учебной литературы; математический и графический анализ документальных материалов (протоколы

соревнований); педагогические методы исследования соревновательной деятельности спортсменов; математические методы статистики.

### Организация исследований:

1. Исследование тактики бега проводилось на основе математической и графической обработки протоколов чемпионатов Европы, мира, и зимних Олимпийских игр за период с 1992 по 2003 год - всего 84 протокола. Анализу подверглась соревновательная деятельность 356 сильнейших конькобежцев мира (женщины – 161, мужчин – 195), с общим количеством проанализированных графиков – 4520 (таблица 1).

Таблица 1

Количество проанализированных графиков тактики бега сильнейших конькобежцев мира.

Группа	Дистанции соревнований (м)					Итого
	1000	1500	3000	5000	10 000	
Мужчины	663	601	–	670	453	2387
Женщины	636	576	570	351	–	2133
Всего	1299	1177	570	1021	453	4520

2. Для исследования динамики основных параметров тактики бега каждый круг дистанций был условно разделен на следующие стандартные отрезки: внутренний поворот; переходная прямая; наружный поворот; финишная прямая. Таким образом, для анализа слагаемых тактики бега каждая из дистанций была разделена на следующее количество отрезков: 500 м – 6; 1000 м – 13; 1500 м – 15; 3000 м – 30; 5000 м – 50; 10 000 м – 100. Такое деление каждой дистанции на отрезки было проведено впервые, что позволило получить более качественную информацию о тактике бега конькобежцев. На каждом отрезке фиксировалось время пробегания (с помощью электронного секундомера "Sciko system printer – SP12" с печатающим устройством) и подсчитывалось количество шагов; затем рассчитывались средние показатели темпа бега (шаг/мин); длины шагов (см) и скорости бега (м/с).

Указанные показатели были зафиксированы у 88 – мужчин (384 забега, в том числе 185 на 500 м, 81 на 1000 м, 42 на 1500 м, 44 на 5000 м и 32 на 10 000 м) и у 65 женщин (352 забега, в том числе 157 на 500 м, 85 на 1000 м, 33 на 1500 м, 47 на 3000 м и 30 на 5000 м). Полученные индивидуальные данные группировались в зависимости от стартовой дорожки отдельно для женщин и мужчин.