

46°36/1

А

На правах рукописи

**Швыгина Наталья Владимировна**

**Дифференцированная методика восстановления спортивной  
работоспособности легкоатлетов после травм  
голен и голеностопного сустава**

13.00.04. - Теория и методика физического воспитания,  
спортивной тренировки и оздоровительной  
физической культуры

**А В Т О Р Е Ф Е Р А Т**

**ДИССЕРТАЦИИ НА СОИСКАНИЕ УЧЁНОЙ СТЕПЕНИ  
КАНДИДАТА ПЕДАГОГИЧЕСКИХ НАУК**

Москва - 2000

А

Работа выполнена в Российской государственной академии  
физической культуры

Научный руководитель - Профессор, к. м. н. **Валеев Н.М.**

Официальные оппоненты:

- Профессор, д. п. н. **Сячин В.Д.**
- Заслуженный деятель науки РФ,  
профессор, д. м. н. **Чоговадзе А.В.**

Ведущая организация – Всероссийский Научно-исследовательский  
институт физической культуры и спорта

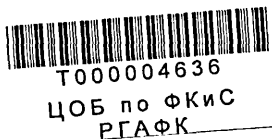
Защита состоится "19" декабря 2000 года в 14.00 часов на заседании  
диссертационного совета Д 046.01.01. в Российской государственной  
академии физической культуры по адресу:  
105122, г. Москва, Сиреневый бул, 4.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке Российской  
государственной академии физической культуры.

Автореферат разослан "17" ноября 2000г.

Учёный секретарь  
диссертационного совета

к. п. н., проф. \_\_\_\_\_ **Ю.Н. Примаков**



## Содержание диссертации

Актуальность проблемы. Травматические повреждения (заболевания) нижних конечностей при занятиях легкой атлетикой занимают значительное место и существенно влияют на работоспособность спортсменов. Внезапное прекращение высокоинтенсивной мышечной и психо-нервной деятельности отрицательно сказывается не только на состоянии опорно-двигательного аппарата, но и на функции внутренних органов и систем.

Состояние детренированности, которое неизбежно следует за спортивной травмой, ведет к снижению основных физических качеств, техники двигательных действий и умений в избранном виде спорта.

Реабилитация спортсменов разных видов спорта, и, в частности, легкоатлетов после травм коленного сустава изучены достаточно широко у нас и за рубежом. (З.С. Миронова – 1976г., 1977г., 1982г.; В.Ф. Башкиров – 1981г., 1983г., 1987; М.И. Гершбург 1981г., 1992; Д. Шойлев – 1983г., Wiedenmann R.W., Lau H., Wiebe H. 1985г.)

В то же время реабилитация легкоатлетов после травм голени и голеностопного сустава исследовано недостаточно, в основном, теми же авторами.

В опубликованных работах основное внимание уделяется стационарному (больничному) этапу реабилитации и только в ряде случаев затрагивается поликлинический этап. Вопросы же построения тренировочных занятий реабилитационной направленности на этапе спортивной тренировки, т.е. при возобновлении полноценной тренировки, не изучены совсем.

Изучение литературных источников по теме диссертации показало, что формирование методики восстановления работоспособности спортсменов осуществляется в основном исходя лишь из характера травматического повреждения, снижения работоспособности и ряда физических качеств. Никакой биомеханической оценки функционального дефекта и спортивно-педагогической оценки нарушений двигательного акта у травмированных спортсменов для разработки методики и формирования программы реабилитации другими авторами не проводилось. Отсутствуют в литературе и данные о распределении травмированных спортсменов по определенным группам (классам) для проведения дифференцированной реабилитации. Лишь в одной работе (С.П. Миронов, М.Б. Цыкунов – 1999г.) мы обнаружили указание о необходимости оценки биомеханического дефекта двигательного акта, но методика проведения этой оценки в ней не представлена. Всё это определяет актуальность нашей работы и её практическую значимость

Целью нашего исследования является разработка дифференцированной методики восстановления спортивной работоспособности и формирование программы реабилитации легкоатлетов на разных этапах восстановления с учетом медико-биологических, биомеханических и спортивно-педагогических показателей.

Исследование включает в себя следующие задачи:

ВВЕДЕНИЕ  
ОБЪЕКТ И ПРЕДМЕТ ИССЛЕДОВАНИЯ  
ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ИССЛЕДОВАНИЯ  
ОБЪЕКТ И ПРЕДМЕТ ИССЛЕДОВАНИЯ  
ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ИССЛЕДОВАНИЯ