

На правах рукописи

Алагиров Арсен Кимович

**КОМПЛЕКСНОЕ ВАРИАТИВНОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ
ВНЕШНИХ СИЛ УПРАВЛЯЮЩЕГО ВОЗДЕЙСТВИЯ
В ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ МЕТАТЕЛЕЙ ДИСКА**

Специальность 01.02.08 – Биомеханика

Автореферат
диссертации на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук

Нальчик 2001



Работа выполнена в Кабардино-Балкарском государственном университете им. Х.М. Бербекова.

Научные руководители: заслуженный изобретатель РФ,
доктор педагогических наук,
профессор **Ю.Т. Черкесов**,
кандидат педагогических наук,
доцент **А.А. Эльгайтаров**

Официальные оппоненты: доктор педагогических наук,
профессор **В.И. Жуков**
кандидат педагогических наук,
доцент **Ю.А. Джаубаев**

Ведущая организация: Ростовский государственный университет

Защита диссертации состоится " 3 " мая 2001 года в 10 ⁰⁰
часов на заседании диссертационного совета К.212.076.01 при Кабардино-
Балкарском госуниверситете (360004 г. Нальчик, ул. Чернышевского, 173).

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке КБГУ.

Автореферат разослан " 30 " мая 2001 года



Т 000004670

ЦОБ по ФКиС
РГАФК

Ученый секретарь
диссертационного совета,
кандидат педагогических наук,
доцент

А.А. Кожемов

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность. Обострившаяся борьба на мировой спортивной арене и связанные с нею негативные явления, представляющие опасность для здоровья спортсменов, а также опыт и результаты спортивной тренировки, которые свидетельствуют о недостаточной эффективности традиционных тренировочных средств [М.М. Боген, 1985; В.И. Жуков, 1991; С.М. Вайцеховский, 1971; В.Н. Курьсь, 1989; 1991; О.Я. Григалка, 1970, 1985; Л.С. Дворкин, 1982; Л.И. Иванова, 1977, 1987; В.В. Кузнецов, 1961, 1968, 1970, 1972, 1974, 1975; Е.М. Лутковский, 1970; и др.], побуждают многих ученых и специалистов к поиску резервов оптимизации педагогического процесса в области физической культуры и спорта. При этом возникает необходимость повышения уровня естественно-научных знаний педагогов и тренеров и овладения навыками обращения с современными техническими средствами и тренажерами.

Именно с применением различного рода нетрадиционных технических средств обучения многие исследователи [В.Г. Алабин, 1974; 1975; 1979; 1981; В.И. Жуков, 1999; Д.И. Денискин, 1972; С.Д. Добровольский, 1971; 1972; 1973; 1980; И.П. Ратов, 1965; 1970; 1974; 1994; Ю.Т. Черкесов, 1976; 1980; 1991; 1993; 1995; Т.П. Юшкевич, 1974; и др.] связывают возможности повышения уровня физической подготовленности и технического мастерства.

Большими возможностями в этом плане обладают "Машины управляющего воздействия" [Ю.Т. Черкесов, 1993], которые обеспечивают эффективное освоение и совершенствование двигательных действий при помощи управляемых режимов сопротивления и облегчения. Их действенность и полезность доказана рядом исследований в скоростно-силовых видах спорта [В.И. Жуков, 1993; А.М. Доронин, 1994; А.И. Мацко, 1994; А.А. Эльгайтаров, 1996; М.М. Эбзеев, 1999; и др.].

Не умаляя значения и эффективности применения машин управляющего воздействия для реализации потенциальных возможностей занимающихся, следует отметить, что некоторые из них обладают определенными недостатками. Это побудило нас к разработке методики тренировки метателей диска на основе применения комплексного вариативного использования различных управляемых сопротивлений, создаваемых *более совершенным техническим средством*, и к экспериментальной проверке ее эффективности.

Объектом исследования являлась система подготовки метателей диска.

Предмет исследования – процесс совершенствования двигательных действий в метании диска в условиях взаимодействия спортсмена с внешней предметной средой, создающей управляемые сопротивления.

