

4763

А

На правах рукописи

Кулагин Сергей Иванович

***Использование музыкального сопровождения  
в учебно-тренировочном процессе гиревиков.***

13.00.04 – теория и методика физического воспитания,  
спортивной тренировки, оздоровительной  
и адаптивной физической культуры.

**АВТОРЕФЕРАТ**

**диссертации на соискание ученой степени  
кандидата педагогических наук**

Малаховка - 2002

А

А

Работа выполнена в Московской государственной академии физической культуры.

**Научный руководитель:**

кандидат педагогических наук, профессор Биндусов Е. Е.

**Официальные оппоненты:**

доктор педагогических наук, профессор Коджаспиров Ю. Г.

доктор педагогических наук, профессор Сячин В. Д.

**Ведущая организация** – Московский педагогический государственный университет.

Защита состоится "21" февраля 2002 г. в 12<sup>00</sup> часов на заседании диссертационного совета К 311.007.01 Московской государственной академии физической культуры.

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

Автореферат разослан "15" января 2



Т000004763

ЦОБ по ФКиС  
РГАФК

Ученый секретарь  
диссертационного Совета  
к.п.н., профессор

Биндусов Е. Е.

### *Общая характеристика работы*

**Актуальность исследования.** Современный гиревой спорт характеризуется большими объемами и интенсивностью тренировочного процесса, высокими нервно-психическими напряжениями в соревновательный и предсоревновательный периоды. В связи с этим возникает необходимость применения дополнительных фармакологических и иных стимуляторов для достижения высокого результата.

Установлено, что раздражение слухового анализатора, помимо своего специфического сенсорного эффекта (слух), оказывает на организм общее физиологическое действие, что отражается на реакциях других органов и систем. Так слуховые раздражители способствуют изменению пульса, дыхания, артериального давления, улучшают остроту зрения, влияют на некоторые другие физиологические процессы, происходящие в организме (И. М. Догель, 1988; Л. Я. Дорфман, 1997; Н. И. Иванов, 1969).

4763 Все звуки можно разделить на две большие группы: шумы и музыкальные тоны. В основе музыкальных тонов лежат периодические звуковые колебания, а в основе шума – непериодические (Г. Гельмгольц, 1875). Музыкальные звуки, звуковые впечатления и звуковые образы, составляющие основу музыки, способствуют возникновению эмоций (Ю. Г. Коджаспиров, 1994, В. В. Медушевский, 1976, М. Р. Могенович, 1966, В. Б. Новгородцев, 2000, V. Ankerberg, W. Vohn, 1992 ).

Различные музыкальные произведения способны вызывать у спортсменов бесконечно большую гамму эмоций, которые помогают спортсмену преодолевать тренировочные нагрузки, ускоряют течение восстановительных процессов, способствуют оптимальному настрою спортсменов на соревновательную борьбу (Ю. Г. Коджаспиров, 1987).

Музыка – это своеобразный системный звуковой раздражитель, способный вызвать физиологические сдвиги и, таким образом, влиять на состояние человеческого организма, на различные его физиологические и психологические

