

4707

А

На правах рукописи

ВЕТРЕНКО АЛЕКСЕЙ АЛЕКСЕЕВИЧ

**СТРУКТУРА ЭТАПА СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ
В БЕГЕ НА СВЕРХМАРАФОНСКИЕ ДИСТАНЦИИ**

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

Автореферат
диссертации на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук

Омск – 2001

А

Работа выполнена на кафедре легкой атлетики Сибирской государственной академии физической культуры

Научный руководитель:
доктор педагогических наук, профессор В.Н.Коновалов

Официальные оппоненты:
доктор педагогических наук, профессор Ю.Г.Травин
доктор педагогических наук, доцент С.В.Барбашов

Ведущая организация: Уральская государственная академия физической культуры

Защита диссертации состоится 26 сентября 2001г.
в 14⁰⁰ часов на заседании диссертационного совета
Д 311. 001. 01 в Сибирской государственной академии
физической культуры по адресу:
644009, г. Омск, ул. Масленникова 144.

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



T000004707
ЦОБ по ФКиС
РГАФК

Автореферат разослан _____ 2001г.

Ученый секретарь диссертационного совета,
кандидат педагогических наук,
профессор

В.Н.Попков

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. Анализ специальной литературы показал, что проблеме построения тренировочного процесса в беге на ультрамарафонские дистанции специалистами в области спортивной тренировки не уделяется должного внимания. Имеется ряд публикаций обзорного характера (Н.Байрамгалин, 1995; Н.Иванов, 1996; П. Дешеппер, 1995), но все они затрагивают вопросы построения тренировочного процесса лишь поверхностно, а зачастую в них приводятся лишь итоговые результаты выступлений ультрамарафонцев.

Безусловно, что прогресс результатов в беге на ультрамарафонские дистанции обеспечивался за счет детально разработанной методики подготовки в беге на сверхдлинные дистанции (А.Балашов, 1998; С.В Барбашов, 1988; А.И.Галимов, 1991; И.Ю.Козловский, 1989; А.И. Полунин, 1995; В.Н. Коновалов, 1983-1999; П..Г.Шорец, 1978; D.Gostill, 1976; П.Б.Кароблис 1978; А.С.Максимов, 1984; В.Н.Платонов, 1986; Ф.П. Су-слов, 1990 и др.).

В настоящее время вопросы организации тренировочного процесса ультрамарафонцев находятся в стадии эмпирических находок отдельных тренеров и спортсменов и недоступны для широкой аудитории.

На наш взгляд решение проблемы оптимизации процесса специальной физической подготовки ультрамарафонцев высокой квалификации следует связывать с обобщением теоретических положений и поиском новых организационно-методических концепций тренировки.

Работа выполнена в соответствии со Сводным планом НИР по физической культуре и спорту на 1995-1999 г.г. по теме 2.1.1. «Программирование и организация тренировочного процесса в видах спорта с преимущественным проявлением выносливости».

Объектом исследования является система подготовки спортсменов в беге на ультрамарафонские дистанции в годичном цикле.

Предметом исследования является методика специальной физической подготовки в беге на ультрамарафонские дистанции на этапе специальной подготовки.

Целью исследования явилось совершенствование процесса специальной физической подготовленности бегунов на ультрамарафонские дистанции на основе выявленных структурных особенностей организации тренировочного процесса в годичном цикле.

Рабочая гипотеза. Было сделано предположение, что организация тренировочного процесса на этапе специальной подготовки ультрамара-

7075