

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

А в т о р е ф е р а т
диссертации на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук

Омск – 2001

А

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.



Т 000004707

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. Карблис, 1978; А. С. Максимов, 1984; В. Н. Платонов, 1986; Ф. П. Суслов, 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-