

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СМОЛЕНСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

Факультет физической культуры и спорта
Кафедра теории и методики велосипедного и конькобежного спорта

Заведующий кафедрой:

_____ Воскресенский М.В.

«__» _____ 20__ г.

ЗАВИСИМОСТЬ СПОРТИВНОГО РЕЗУЛЬТАТА ОТ ВЕСО-РОСТОВЫХ И
ВОЗРАСТНЫХ ПАРАМЕТРОВ В КОНЬКОБЕЖНОМ СПОРТЕ.

Выпускная квалификационная работа
по направлению подготовки 49.03.01. «Физическая культура»

Студент-исполнитель:

Петрушенков К А.

Научный руководитель:

доцент

Мелехов П.В.

Оценка за работу _____

(прописью)

Председатель ГЭК:

к.п.н., профессор

Смоленск 2016

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. СОСТОЯНИЕ ВОПРОСА.....	5
1.1. Морфологическая характеристика конькобежцев.....	5
1.2 Влияние возрастных и морфологических показателей на спортивный результат.....	12
1.3 Возраст начала целенаправленно подготовки сильнейших конькобежцев мира.....	15
ГЛАВА 2. ЗАДАЧИ, МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ.....	18
2.1. Задачи исследования.....	18
2.2. Методы исследования.....	18
2.3. Организация исследования.....	20
ГЛАВА 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ.....	22
3.1 Морфологические и возрастные показатели конькобежцев мужчин участников Зимних Олимпийских игр.....	22
3.2. Морфологические и возрастные показатели конькобежцев женщин участниц Зимних Олимпийских игр.....	26
3.3 Взаимосвязь между морфологическими, возрастными показателями у конькобежцев и результатами в беге на коньках.....	32
ВЫВОДЫ	34
ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ.....	35
ЛИТЕРАТУРА.....	36
ПРИЛОЖЕНИЕ.....	39

Введение.

Актуальность. Одним из важных направлений, определяющих прогресс современного спорта является совершенствование мест и условий подготовки, разработка и использование нового инвентаря и оборудования, что существенно влияет на изменение техники и тактики, методики подготовки и, следовательно, на рост достижений в различных видах спорта.

Выделение в структуре многолетней подготовки начального этапа диктуется необходимостью решения комплекса задач для дальнейшего повышения спортивного мастерства. К числу ключевых следует отнести: повышение резервов здоровья; гармонизацию физического развития и подготовленности с учетом исходных недостатков (корректирующие воздействия) и требований вида спорта; выявление одаренных детей для достижения высокого уровня мастерства; формирование интереса к спортивным занятиям; развитие основных двигательных качеств и способностей; овладение элементарными общими и специальными двигательными умениями и навыками; обеспечение социальной адаптации.

Эффективное решение данных задач затруднено недостаточной разработанностью методики спортивной подготовки юных конькобежцев в условиях крытых катков.

Данное решение диктует целесообразность разработки методики спортивной подготовки на начальном этапе в скоростном беге на коньках и имеет в виду разрешение комплекса противоречий между:

- возрастающими требованиями к кинезиологическому потенциалу юных конькобежцев и ограниченными адаптационными возможностями детей и подростков в условиях постоянного снижения резервов здоровья;

- увеличением объема ледовой подготовки в условиях крытых катков и опасностью ранней специализации и интенсификации тренировочного процесса юных конькобежцев, связанных с использованием высоких нагрузок и применением значительного объема специальных средств;

– необходимостью разносторонней физической и технической подготовки с учетом сенситивных периодов развития двигательной функции на начальном этапе тренировки и недостаточным обоснованием структуры и содержания методики спортивной подготовки в условиях крытых катков. Выявленные противоречия позволили обозначить проблему исследования: каково повышение эффективности методики спортивной подготовки юных конькобежцев с учетом изменения условий и времени занятий на льду. Недостаточная изученность исследуемой проблемы в педагогической науке и практике обусловили выбор темы диссертационной работы «Методика спортивной подготовки юных конькобежцев на начальном этапе в условиях крытых катков».

Объект исследования – конькобежцы участники 18 и 22 ЗОИ

Предмет исследования – морфологические, возрастные и спортивные показатели спортсменов

Цель исследования – определение весо-ростовых модельных показателей сильнейших спортсменов и их влияния на спортивные результаты

Рабочая гипотеза. Предполагается, что морфологические характеристики и возраст спортсмена оказывают влияние на спортивные достижения в конькобежном спорте.

Научная новизна. Нами впервые проведен анализ весо-ростовых и возрастных показателей конькобежцев высокой квалификации в многолетнем тренировочном процессе, а также установлена взаимосвязь их показателей со спортивными результатами в беге на коньках на различные дистанции.

Практическая значимость. Результаты работы могут быть использованы тренерами ДЮСШ при наборе и спортивной ориентации конькобежцев, преподавателями учебных заведений физической культуры для улучшения качества теоретической подготовленности студентов

Целью работы являлось исследование морфологических характеристик и влияние весо-ростовых показателей на спортивный результат при беге на коньках.