

4557/1

А

На правах рукописи

ГАБРЫСЬ ТОМАШ

/Республика Польша/

**АНАЭРОБНАЯ РАБОТОСПОСОБНОСТЬ СПОРТСМЕНОВ:
ЛИМИТИРУЮЩИЕ ФАКТОРЫ, ТЕСТЫ И КРИТЕРИИ,
СРЕДСТВА И МЕТОДЫ ТРЕНИРОВКИ**

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

**Автореферат
диссертации на соискание ученой степени
доктора педагогических наук**

Москва - 2000

А

Работа выполнена в Российской государственной академии физической культуры

Научный консультант: заслуженный деятель науки РФ, доктор биологических наук, профессор Н.И. Волков

Официальные оппоненты: член-корреспондент РАО, профессор, доктор педагогических наук Н.Ж. Булгакова,

Доктор педагогических наук, профессор
Е.А. Разумовский

Доктор биологических наук, профессор
В.А. Сонькин

Ведущая организация – Всероссийский научно-исследовательский институт физической культуры и спорта

Защита состоится „14” „марта” 2000 г. в 14⁰⁰ на заседании диссертационного совета Д.046.01.01. Российской государственной академии физической культуры по адресу: 105122, Москва, Сиреневый бульвар, 4

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке Российской государственной академии физической культуры

Автореферат розослан „24” „января” 2000 г.

Ученый секретарь диссертационного совета,
кандидат педагогических наук, профессор



Т000004557
ЦОБ по ФКиС
РГАФК

М.Е. Кутепов

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность. Изменения, происходящие в сфере энергетического обмена, служат основным фактором, определяющим работоспособность спортсменов в разных видах упражнения. Как известно (Keul J. 1967, Margaria R. 1976, Astrand P.O. Rodahl R. 1986, Волков Н.И. 1990) образование энергии при мышечной деятельности осуществляется за счёт метаболических процессов трех видов: алактатного анаэробного процесса, связанного с использованием внутримышечных резервов АТФ и КрФ, гликолитического анаэробного процесса, который представляет собой многоступенчатый процесс анаэробного ферментативного распада углеводов приводящего к образованию молочной кислоты в работающих мышцах, и аэробного процесса, связанного с потреблением кислорода и окислительной деградацией пищевых веществ, главным образом, углеводов и жиров.

1/4284
Традиционно физиологией и биохимией физических упражнений подробно изучались процессы окислительного метаболизма и связанная с этим эргометрическая феноменология – измерения максимального потребления O_2 , критической мощности, порога анаэробного обмена и тп. (Astrand, Rodahl 1986, Mellerowicz 1979, Knuttgen, Hermansen 1972, Волков Н.И. 1986) Лишь в последнее время возник выраженный интерес исследователей к изучению изменений работоспособности, связанных с анаэробным обменом в работающих мышцах. Одним из стимулов, возбудившим всеобщий интерес к изучению этой проблемы, послужила работа D.L. Dilla (1967), в которой на основе прямых экспериментальных измерениях максимального потребления кислорода у выдающихся бегунов современности, было показано, что за 40 лет развития мировых рекордов в беге с конца 30-х годов и до середины 60-х годов, значение максимального потребления кислорода у ведущих бегунов мира, по сути дела, не изменилось, а существенное улучшение механической