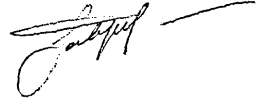


4830

А

*На правах рукописи*



**ГАВРИЛОВ ВЛАДИСЛАВ ВЛАДИМИРОВИЧ**

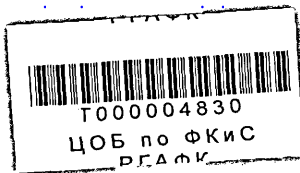
**ВОСПИТАНИЕ ЛОКАЛЬНОЙ СИЛОВОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ  
МЫШЦ ВЕРХНИХ КОНЕЧНОСТЕЙ У БОРЦОВ-САМБИСТОВ**

**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**

**Москва - 2003**

А



А

Работа выполнена в Российской государственном университете физической культуры, спорта и туризма.

Научный руководитель: кандидат педагогических наук,  
доцент **Кулик Николай Георгиевич**

Официальные оппоненты: доктор педагогических наук, профессор  
**Менхин Юрий Владимирович**  
доктор педагогических наук, профессор  
**Свищёв Иван Дмитриевич**

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

Защита диссертации состоится «21» октября 2003 г.  
в 15<sup>30</sup> часов на заседании диссертационного совета К 311.003.01 при  
Российском государственном университете физической культуры, спорта и  
туризма по адресу: Москва, Сиреневый бульвар, д.4.

Автореферат разослан «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2003 г.

Учёный секретарь  
Диссертационного совета

И.В. Чеботарева

А

## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

**Актуальность исследования.** Спортивные достижения в единоборствах определяются достаточно широким спектром требований, предъявляемых к спортсменам в ходе соревнований. Вместе с тем практически все специалисты, такие как В.М. Игуменов (1987), Б.А. Подливаев (1987), В.В. Шиян (1997) и др., изучавшие проблему особенностей проявления технико-тактических возможностей в единоборствах, считают, что способности спортсменов к надежному проявлению результативных технических действий в любых ситуациях противоборства являются основным элементом, определяющим мастерство спортсмена.

1830  
Результаты сравнительного анализа данных различных авторов, изучавших факторы, влияющие на надежность соревновательной техники в спортивной борьбе, позволили выявить один общий момент, характерный для этого вида спорта. В качестве такого обобщающего фактора выделилось утомление борца в соревновательном поединке, которое все исследователи поставили на второе место по уровню его влияния на проявление технико-тактического мастерства борца в условиях ответственных соревновательных поединков В.М. Игуменов (1987), Б.А. Подливаев (1987). Известно, что совершенствование процесса подготовки спортсменов высокого класса неизбежно сопряжено с поиском оптимальных путей повышения физической работоспособности. Физическая работоспособность является фундаментом для становления технико-тактического мастерства и других сторон подготовки, в основном способствующих реализации индивидуальных способностей и потенциальных двигательных возможностей спортсмена.

Физическая подготовка борцов предполагает развитие физических качеств - силы, быстроты, выносливости и гибкости, а также специальной выносливости. Актуальность изучения специальной выносливости у самбистов высокого класса не вызывает сомнений. В ранних исследованиях, проведен-