

5082

На правах рукописи

Мехт

Мехтелева Елена Александровна

Специальная подготовленность пловцов 10 - 17 лет, специализирующихся в
способе плавания брасс

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

Автореферат
диссертации на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук

Москва – 2005

А

Работа выполнена на кафедре Теории и методики спортивного и синхронного плавания, аквааэробики, прыжков в воду и водного поло Российского государственного университета физической культуры, спорта и туризма.

Научный руководитель: доктор педагогических наук, профессор
Капкин Анатолий Алексеевич.

Официальные оппоненты: доктор педагогических наук, профессор



T000005082

ЦОБ по ФКИС
РГАФК

Топышев Олег Павлович,

кандидат педагогических наук, профессор

Абсалямов Тимур Минзакирович

Ведущая организация: Московская государственная академия физической культуры

Защита состоится «01» ноября 2005 г. в 13⁰⁰ часов на заседании диссертационного совета К.311.003.01 при Российском государственном университете физической культуры, спорта и туризма по адресу: 105122 г.Москва, Сиреневый бульвар,4, ауд.603.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке Российского государственного университета физической культуры, спорта и туризма.

Автореферат разослан «29» сентября 2005 г.

Ученый секретарь

диссертационного совета

кандидат педагогических наук,

доцент

И.В. Чеботарева

А

Общая характеристика работы

Актуальность. Подготовка спортивного резерва, совершенствование процесса многолетней подготовки юных пловцов является одной из главных проблем теории и методики юношеского спорта. Решение проблемы связано со своевременным выявлением спортивно одаренных детей и подростков, рациональным построением и оптимальным содержанием учебно-тренировочной работы на разных этапах многолетней подготовки, совершенствованием программно - нормативных положений, регламентирующих работу в возрастных группах ДЮСШ и СДЮШОР по плаванию.

Итогом многолетних исследований (Булгакова Н.Ж., Воронцов А.Р., Гордон С.М., Макаренко Л.П., Тимакова Т.С., Чеботарева И.В. и многие другие) стало выявление модельных характеристик и нормативных требований по уровню физического развития и специальной подготовленности пловцов различной специализации и квалификации.

Проведенные ранее в спортивном плавании исследования (Булгакова Н.Ж., Воронцов А.Р., Гордон С.М., Кашкин А.А., Морозов С.Н., Соломатин В.Р., Тимакова Т.С., Фомиченко Т.С., Чеботарева И.В.) в целом решают проблему формирования специальной подготовленности пловцов на разных этапах многолетней подготовки. Брасс является способом, отличающимся по технике и уровню результатов от других способов плавания. В связи с этим назрела необходимость более подробно изучить возрастные и половые особенности возрастной динамики показателей физического развития, специальной силовой подготовленности, основных параметров техники и гидродинамических качеств в процессе многолетней подготовки юных пловцов-бассистов.

Объектом исследований является процесс формирования специальной подготовленности юных пловцов-бассистов 10 – 17 лет на этапах начальной и углубленной специализации.

Предметом исследований служит возрастная динамика особенностей телосложения, силовых, — технических и гидродинамических показателей,

гибкости и скорости плавания в разных энергетических зонах, определяющих спортивные достижения юных пловцов-бассистов 10 - 17 лет.

Проблема исследования связана с необходимостью получения достоверных научных знаний возрастной динамики показателей, определяющих результаты юных спортсменов на этапах начальной и углубленной специализации, и их отбора в группы спортивного совершенствования для достижения в будущей карьере результатов международного уровня.

Гипотеза исследования. Исходя из закономерностей возрастной динамики показателей, определяющих уровень спортивных достижений юных пловцов-бассистов 10 – 17 лет, предполагалось, что на этапах начальной и углубленной специализации планирование средств и методов подготовки, а также эффективность текущего и этапного отбора в группы спортивного совершенствования, можно значительно повысить за счет разработки комплекса показателей, включающих в себя особенности телосложения, силовую и техническую подготовленность, гидродинамические характеристики, гибкость и скорость плавания с учетом возраста, пола, спортивной одаренности.

Новизна диссертационного исследования заключается в том, что впервые на значительном контингенте испытуемых были выявлены статистически достоверные различия и тенденции изменения специальной силовой подготовленности на суше и в воде, особенности телосложения, определяющие величину площади основных рабочих поверхностей рук и ног, участвующих в создании сил, продвигающих тело пловца вперед при плавании брассом, показателей техники и гидродинамики, скорости плавания, характеризующей выносливость в разных зонах энергетического обеспечения, в зависимости от возраста, пола, индивидуальных особенностей.

Установлены основные взаимосвязи между показателями, определяющими особенности телосложения, специальной силовой

подготовленности с техническими параметрами и гидродинамическими качествами, влияющими на скорость плавания.

Выявлены нормативные показатели особенностей телосложения, специальной силовой подготовленности на суше и в воде, показатели техники и гидродинамики, скорости плавания, характеризующей выносливость в различных зонах энергетического обеспечения, позволяют оптимизировать планирование средств и методов подготовки и усовершенствовать методы отбора на разных этапах многолетней тренировки юных пловцов.

Теоретическая значимость работы заключается в разработке научных основ оценки и прогнозирования возрастной динамики показателей, определяющих особенности телосложения, специальной силовой подготовленности на суше и в воде, основных параметров техники, гидростатических и гидродинамических качеств, скорости плавания, характеризующей уровень выносливости пловцов брассистов в различных зонах с преимущественным энергетическим обеспечением в зависимости от индивидуальных особенностей, возраста, пола, спортивной квалификации, индивидуальной динамики роста спортивных результатов.

Практическая значимость настоящего исследования состоит во внедрении методических принципов и практических рекомендаций в детские спортивные школы, что позволяет повысить оптимальность распределения в процессе многолетней подготовки средств и методов тренировки, внести научно – обоснованные коррективы в планирование годовых циклов, повысить надежность отбора на разных этапах многолетней подготовки юных пловцов-брассистов, учитывая индивидуальные особенности, возраст, пол, спортивную квалификацию.

Достоверность результатов исследования определяется корректной и обоснованной постановкой задач работы, продолжительностью педагогического эксперимента, уровнем квалификации спортсменов, применением широкого круга объективных методов исследования,