

УДК 796.91

Кубаткин В.П. Особенности методики тренировки конькобежцев высшей квалификации: Лекция/Моск. обл. Гос. институт физической культуры. - Малаховка, 1992. - 21 с.

## П л а н

|   |        |
|---|--------|
| ВВЕДЕНИЕ.....   | стр. 3 |
| I. КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ РАЗЛИЧНЫХ СТОРОН ПОДГОТОВЛЕННОСТИ<br>( МАСТЕРСТВА ) КОНЬКОБЕЖЦЕВ .....   | 3      |
| I.1. Некоторые исходные понятия, относящиеся к<br>изучаемому разделу .....  | 3      |
| I.2. Критерии оценки технико- тактического.<br>( спортивного ) мастерства .....   | 5      |
| I.3. Физиологическая характеристика тренировочного<br>процесса в конькобежном спорте и критерии<br>функциональных (аэробных и анаэробных )<br>возможностей конькобежцев ..... | 9      |
| I.4. Эргометрические показатели и их характеристика   | 16     |
| РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА .....  | 21     |

С - Московский областной Государственный институт физической культуры, 1992.