

Выходит 1 раз в два месяца

Свидетельство о регистрации средства массовой информации
от 31 марта 2009 г. ПИ № ФС 77-35853

Состав редакционной коллегии:

Шустин Б.Н.,
д.п.н., проф. – главный редактор
Арансон М.В.,
к.б.н. – ответственный редактор

Члены редакционной коллегии:

Балахничев В.В., д.п.н., проф.
Бальсевич В.К.,
д.б.н., чл.-корр. РАО, проф.
Виноградов П.А., д.п.н., проф.
Евсеев С.П., д.п.н., проф.
Калинкин Л.А., д.м.н., проф.
Квашук П.В., д.п.н., проф.
Кравцов А.М.
Панков В.А., д.п.н., проф.
Платонов В.Н.,
д.п.н., проф. (Украина)
Португалов С.Н., к.м.н., проф.
Радчич И.Ю., к.п.н., проф.
Сазаньски Х., д.п.н., проф.
(Польша)

Адрес редакции

105005, г. Москва,
Елизаветинский переулок, д. 10.
Тел. (499) 261-21-64
e-mail: vniifk@yandex.ru
shustin@vniifk.ru

Подписной индекс

в каталоге «Пресса России» – 20953

© Федеральный научный центр
физической культуры и спорта
(ФГБУ ФНЦ ВНИИФК)

Издатель:

ОАО «Издательство «Советский спорт».
105064, г. Москва, ул. Казакова, 18.
www.sovsportizdat.ru
e-mail: sovsport@mail.tascom.ru

Отпечатано в ООО «КОНТЕНТ-ПРЕСС».
127018, г. Москва, ул. Складочная, д. 1,
стр. 18, под. 3, оф. 111.
Тел./факс: (495) 64-888-60, 971-82-90

Содержание

Теория и методика спорта высших достижений

Акопян А.О., Панков В.А., Гаджимагомедов М.А. Физическая подготовленность квалифицированных борцов	3
Годик М.А., Власов А.Е., Годик В.А. Вертикаль сборных команд России по футболу как механизм повышения их эффективности	7
Миллер В.И., Рубин В.С., Мачканова Е.В. Совершенствование технико-физической подготовки в толкании ядра вращательным способом	10
Новиков А.А., Радчич И.Ю., Морозов О.С. Теоретико-методологические положения управления подготовкой высококвалифицированных спортсменов	13
Передельский А.А., Султанова Р.А. Гендерная проблема женского бокса	19
Юров И.А. Психодинамические корреляты спортивной успешности	22

Теория и методика детско-юношеского спорта

Абиев З.А. Организация нагрузок разной направленности у таэквондистов 13–15 лет в подготовительный период годичного цикла	27
---	----

Медико-биологические проблемы спорта

Воронов А.В., Лемешева Ю.С. Биомеханический анализ техники бега на коньках	34
Стаценко Е.А., Пономарева А.Г., Ковкова А.В. Контроль протекания адаптационных реакций у спортсменов с помощью оценки показателя соотношения анаболических и катаболических процессов	44

Массовая физическая культура и оздоровление населения

Кожевникова Н.Г. Оптимизация двигательной активности студентов-стоматологов как профессионально значимого фактора в будущей деятельности	48
Махов А.С. Оценка эффективности формирования мотиваций к занятиям физическими упражнениями и спортом у людей с инвалидностью	52

Труды молодых ученых

Панков М.В. Исследование физической работоспособности и функционального состояния хоккеистов высокой квалификации в подготовительном периоде годичного цикла тренировки	57
Рыбина И.Л. Учет влияния факторов преаналитического этапа – необходимое условие обеспечения качества в спортивной биохимии	61
Сорокина Л.В., Королев С.А., Толстых С.С., Метляев Г.Н. Комплексная оценка функционального состояния спортсменов восточных боевых единоборств в период предсоревновательной подготовки	65
Старовойт Р.А. Определение межквалификационных различий в выступлении юношей, специализирующихся в зимнем полиатлоне	71
Сведения об авторах	74

Выпуск издания осуществлен
при финансовой поддержке Федерального агентства
по печати и массовым коммуникациям

Editorial board of Sports Science Bulletin:

Shustin B.N.,
Dr. Ped., prof. – editor-in-chief
Aranson M.V.,
PhD (Biology) – executive editor

Editorial board members:

Balakhnichen V.V.,
Dr. Ped., prof.
Balsevich V.K.,
Dr Biol., RAE corr. member, prof.
Vinogradov P.A., Dr. Ped., prof.
Evseev S.P., Dr. Ped., prof.
Kalinkin L.A., Dr. Med., prof.
Kvashuk P.V., Dr. Ped., prof.
Kravtsov A.M.
Pankov V.A., Dr. Ped., prof.
Platonov V.N., Dr. Ped., prof.
(Ukraine)
Portugalov S.N.,
PhD (Medicine), prof.
Radchich I.Ju.,
PhD (Pedagogics), prof.
Sazansky H.,
Dr. Ped., prof. (Poland)

Адрес редакции

105005, г. Москва,
Елизаветинский переулок, д. 10.
Тел. (499) 261-21-64
e-mail: vniifk@yandex.ru
shustin@vniifk.ru

Подписной индекс в каталоге «Пресса России» – 20953

© Федеральный научный центр
физической культуры и спорта
(ФГБУ ФНЦ ВНИИФК)

Подписано в печать 26.06.2012.
Формат 60×90/8. Печ. л. 9,25.
Печать офсетная. Бумага офс. № 1.
Тираж 1000 экз. Изд. № 1681.
Заказ № 475.

Contents

Theory and methodics of elite sports

<i>Akopyan A.O., Pankov V.A., Gajimagometov M.A.</i> Physical fitness of elite wrestlers	3
<i>Godik M.A., Vlasov A.E., Godik V.A.</i> National team vertical in football as mechanism for Efficiency improvement	7
<i>Miller V.I., Rubin V.S., Machkanova E.V.</i> Improvement of technical and physical training in the rotational method of shot put	10
<i>Novikov A.A., Radchich I.Ju., Morozov O.S.</i> Theoretical and methodologic postulates for training management of elite athletes	13
<i>Peredel'sky A.A., Sultanova R.A.</i> The gender problem of women's boxing	19
<i>Jurov I.A.</i> Psychological correlates of sports success	22

Theory and methodics of children and youth sports

<i>Abiev Z.A.</i> Organization of different type loads in 13-15 year old taekwondo athletes in preparation period of the year cycle	27
---	----

Biomedical aspects in sport

<i>Voronov A.V., Lemesheva Ju.S.</i> Biomechanical analysis of skating technique	34
<i>Statsenko E.A., Ponomareva A.G., Kovkova A.V.</i> Adaptation reactions in athletes controlling by means of anabolic and catabolic processes marker	44

Mass physical training and improvement of the population

<i>Kozhevnikova N.G.</i> Optimization of movement activity of dental students as a professional factor in their future work	48
<i>Makhov A.S.</i> Estimation of efficiency of formation of motivations to employment by physical exercises and sports at people with physical disability	52

Works of young scientists

<i>Pankov M.V.</i> Assessment of physical working capacity and functional state of elite hockey players during preparation period of year training cycle	57
<i>Rybina I.L.</i> Correction for the preanalytical factors is a necessary condition for quality assurance in sports biochemistry	61
<i>Sorokina L.V., Korolev S.A., Minaev S.N., Metlaev G.N.</i> Complex estimation of the functional condition of sportsmen of east single combats in precompetitive preparation	65
<i>Starovoyt R.A.</i> Determination of interqualifying distinctions in performance of the young men specializing in winter polyatlone	71
Information about authors	74

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА СПОРТА ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ БОРЦОВ

А.О. АКОПЯН, В.А. ПАНКОВ, М.А. ГАДЖИМАГОМЕДОВ,
ФГБУ ФНЦ ВНИИФК

Аннотация

Исследована физическая подготовленность высококвалифицированных борцов вольного стиля Республики Дагестан (24 чел., возраст 19–23 года, масса тела 60–84 кг). Для оценки уровня физического развития использовались традиционные тесты: бег на 60 м (с), прыжок в длину с места (см), жим штанги, лежа (кг), подъем по канату без помощи ног 4 м (раз). Выявлено значительное отставание физических качеств от модельных характеристик в данном виде спорта. Экспериментальная группа выполняла программу круговой тренировки в динамическом режиме, направленную на повышение специальных силовых качеств. В состав круговой тренировки входили 6 комплексных упражнений, которые выполнялись в режиме 30" – работа + 30" – отдых. Вес штанги составлял 30–35% от индивидуального максимума. Каждое комплексное упражнение выполнялось в три подхода с отдыхом в 30". Отдых между упражнениями составлял 3 мин. После эксперимента отмечается положительная динамика, выраженная в баллах стандартной шкалы, по всем тестам. Результаты эксперимента подтверждают предложенную гипотезу о необходимости совершенствования динамической силы борцов, обеспечивающую развитие координационной составляющей базовых двигательных стереотипов в борьбе.

Ключевые слова: борьба вольная, спортсмены высокой квалификации, силовая подготовленность.

Abstract

Physical fitness of elite freestyle wrestlers from Dagestan ($n = 25$, age 19–23 years, body mass 60–84 kg) has been assessed. Test used for fitness assessment are standard: 60 m run (s), standing long jump (sm), barbell bench press (kg), 4-m rope climbing with hands only (№ of climbs). Significant lag comparing to model characteristics for this sport has been revealed. Experimental group performed circuit training program developed for improvement of special strength qualities. Program include 6 complex exercises performed in the following mode: 30 s – work + 30 s – rest. Barbell weight was 30–35% of individual 1RM. Three sets of each exercise with 30 s rest between sets were used. Positive dynamics in all tests, in balls, was found after program completion. Experiment results corroborated our hypotheses about necessity of dynamic strength improvement in wrestlers to develop coordination component of basic wrestling movement stereotypes.

Key words: freestyle wrestling, elite athletes, strength capacities.

В современных социальных условиях квалифицированные спортсмены-единоборцы в подавляющем большинстве не отвечают высоким требованиям состояния здоровья, функциональным и физическим возможностям [1]. Именно к этим фактам относятся снижение результатов спортсменов высокого класса на ответственных соревнованиях тренировочного цикла и недостаточная преемственность при переходе из молодежного состава в команды основного состава.

В этой связи в ФНЦ ВНИИФК совместно с Республиканским центром олимпийской подготовки Дагестана

были проведены специальные исследования по оценке физической подготовленности квалифицированных борцов в возрасте 19–23 лет, выступающих в средних весовых категориях (60–84 кг). Для оценки уровня физического развития использовались традиционные тесты: бег на 60 м (с), прыжок в длину с места (см), жим штанги, лежа (кг), подъем по канату без помощи ног 4 м (раз).

С целью определения взаимосвязи физической подготовленности борцов и уровня технико-тактического мастерства в батарею тестов был включен тест с бросками