**Пуцов Олександр Іванович. Система відбору важкоатлетів з урахуванням модельних характеристик : Дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.01 / Національний ун-т фізичного виховання і спорту України. — К., 2002. — 170арк. — Бібліогр.: арк. 150-168.**

|  |  |
| --- | --- |
| |  | | --- | | **Пуцов О.І.** Система відбору важкоатлетів з урахуванням модельних характеристик . – Рукопис.  Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту за спеціальністю 24.00.01 – Олімпійський і професійний спорт. – Державний науково-дослідний інститут фізичного виховання і спорту, Київ, 2002.  У дисертаційній роботі вперше запропоновано нестандартні шляхи удосконалення системи відбору найсильніших важкоатлетів України до головних змагань року.  Визначено тенденції розвитку важкої атлетики в світі та Україні, за допомогою яких напрацьовано нові принципи та підходи до формування збірних команд для участі у міжнародних змаганнях. Головними чинниками, котрі впливають на рівень конкуренції найсильніших збірних команд світу, є: збільшення кількості учасників міжнародних змагань, постійне зростання спортивних досягнень, зменшення термінів досягнення етапу максимальної реалізації індивідуальних можливостей, збільшення щільності досягнень у десятках найкращих важкоатлетів світу.  Розроблено модельні показники змагальної діяльності, спеціальної фізичної підготовленості та морфофункціонального стану найсильніших важкоатлетів світу, що використовувалися як критерії відбору та підготовленості у процесі формування збірної команди України.  Загальна оцінка критеріїв відбору та підготовленості важкоатлетів України до головних змагань річного макроциклу здійснювалася шляхом порівняння індивідуальних показників тестування із груповими модельними характеристиками. Оцінювалось десять критеріїв, що було поділено на такі групи: віково-ростові показники, спортивні досягнення та результати тестування.  Запропоновану нами систему відбору впроваджено у практику підготовки важкоатлетів збірної команди України до головних змагань року. | |
| |  | | --- | | 1. У теорії та практиці важкої атлетики ще не досить глибоко розроблено критерії перспективності та комплексна система відбору найближчого резерву до збірної команди України з урахуванням модельних характеристик найсильніших важкоатлетів світу.  2. Визначено тенденції розвитку важкої атлетики у світі та в Україні, за допомогою яких напрацьовано принципи та підходи до формування збірних команд для участі в головних змаганнях року.  Головними чинниками, котрі впливають на рівень конкуренції найсильніших збірних команд світу, є:  - збільшення кількості учасників міжнародних змагань;  - систематичне зростання спортивних досягнень та рівня світових рекордів;  - зменшення періоду досягнення етапу максимальної реалізації індивідуальних можливостей;  - збільшення щільності досягнень у сумі двоєборства у десятках найкращих важкоатлетів світу в окремих вагових категоріях. На Іграх ХХVІІ Олімпіади ця щільність сягає 80,0 % (у ваговій категорії 94 кг), а на чемпіонаті світу 1999 року – 90,0 % у чоловіків (у ваговій категорії 77 кг) і 80,0 % у жінок (відповідно 48 кг). Отже, більшість спортсменів (як чоловіків, так і жінок), які показали однакові результати у сумі двоєборства, перемагають своїх суперників завдяки меншій власній масі тіла;  - урахування моделей змагальної діяльності, спеціальної фізичної підготовленості та морфофункціонального стану спортсменів, як критеріїв відбору.  3. Визначено закономірність щодо строків встановлення світових рекордів.  Протягом двох останніх олімпійських циклів для досягнення перемоги найсильніші важкоатлети світу встановлювали світові рекорди тоді, коли це було потрібно для перемоги. У 1993 – 1996 та 1997 – 2000 рр. 62,5 % світових рекордів було встановлено на Іграх Олімпіад та чемпіонатах світу, а 37,5 % – на інших змаганнях.  4. Тривалість етапу максимальної реалізації індивідуальних можливостей та збереження досягнень у найсильніших важкоатлетів світу коливається від шести до дев’ятнадцяти років. Встановлено, що вона не залежить від вагової категорії важкоатлетів: у категоріях 52–64 кг – 9,21 ± 0,64 роки, у 67,5 – 85 кг – 9,0 ± 0,71 роки та у 90 кг і більше – відповідно 9,52 ± 0,65 років (p>0,05).  Порівняльний аналіз цих двох етапів у спортсменів 70–х та 90–х років свідчить, що ця тривалість збільшилася в середньому на 1,9 роки.  У 65,0 % чоловіків тривалість етапу найвищих досягнень та їх збереження становлять шість–десять років, а у жінок така сама тривалість спостерігається у 72 % респонденток.  5. Розроблено модельні показники змагальної діяльності, спеціальної фізичної підготовленості та морфофункціонального стану найсильніших важкоатлетів світу на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей та збереження досягнень, що використовувалися як критерії відбору до формування збірної команди України під час підготовки до основних змагань олімпійського циклу.  Модельні показники змагальної діяльності найкращих збірних команд світу містили рівень досягнень важкоатлетів у сумі двоєборства (у відсотках до світового рекорду), рівень реалізації змагальних спроб у ривку і поштовху (модель 166–200 %), співвідношення результатів у ривку до поштовху (модель 79–83 %) із врахуванням вікових і ростових моделей призерів Ігор Олімпіад та чемпіонатів світу.  Модельні показники спеціальної фізичної підготовленості важкоатлетів повинні містити максимальні досягнення у спеціально-підготовчих вправах, показники вибухової сили м'язів ніг та тестової вправи – 4-разова тяга ривкова.  Модельні характеристики морфофункціонального стану важкоатлетів повинні містити дані складу тіла (відсоток м'язової та живої маси, а також індекс активної маси тіла).  6. Критерії відбору та підготовленості важкоатлетів України до збірної команди базувалися на порівняльному аналізі динаміки змагальних результатів та їх місцю серед десятки найсильніших важкоатлетів світу.  Аналіз досягнень трьох найкращих важкоатлетів України за два олімпійські цикли 1993–1996 та 1997–2000 рр. свідчить, що саме у середніх і важких вагових категоріях (77, 94, 105, понад 105 кг) наші досягнення найвищі і становлять 90,0 % – 92,0 % від світового рекорду в сумі двоєборства. Отже, саме у цих вагових категоріях наші перспективи на зарахування спортсменів до збірної команди України є найбільш вагомими.  7. Загальна система відбору та підготовленості членів збірної команди України до головних змагань річного циклу складалася із урахуванням моделей віково-ростових показників, динаміки спортивних досягнень та результатів тестування. Напрацьовані нами підходи та принципи проведення завершального ступеня спортивного відбору та підготовленості були випробувані під час підготовки важкоатлетів збірної команди України до головних змагань року. | |