

РЕЦЕНЗИЯ

на монографию *«Специфические нагрузки и относительные показатели физической работоспособности и максимального потребления кислорода дзюдоисток»*,
авторы: Манолаки Виктор, Мруц Иван, Манолаки Вячеслав

Исследование МПК и физической работоспособности спортсменов широко внедрено в практику в области спортивной медицины, работу тренеров, педагогов и исследователей. Достаточно высокая информативность теста PWC_{170} и его методическая простота способствует тому, что его применяют не только врачи, но и тренеры.

В настоящее время разработаны стандарты, нормативы необходимые для оценки индивидуальных результатов тестирования физической работоспособности и максимального потребления кислорода (МПК) не только спортсменов, но и при массовых обследованиях различных категорий населения. Однако большим неудобством при этом является процесс перерасчетов и математической обработки, которая утомляет и отнимает много времени.

На основании проведенных многочисленных исследований и эмпирического опыта авторы предлагают новый нетрадиционный подход к определению относительных показателей физической работоспособности и максимального потребления кислорода у дзюдоисток с применением специфических нагрузок (бросков манекена через плечо). В данной работе изложены результаты проведенных научных исследований по проблемам физической и функциональной подготовки борцов-женщин. Монография изложена в двух частях. На основе

усовершенствованного метода определения частоты сердечных сокращений «интервалометрии» авторами разработана оригинальная методика определения относительных показателей физической работоспособности $PWC_{170}(V)$ и максимального потребления кислорода МПК/кг с применением нагрузок специфического характера.

Первая часть включает результаты исследований специальной физической подготовки и методику определения физической работоспособности, вторая часть – относительных показателей максимального потребления кислорода дзюдоисток. Каждая из частей содержит специальные таблицы (номограммы), позволяющие определить относительные показатели физической работоспособности $PWC_{170}(V)/кг$ и максимального потребления кислорода МПК/кг и получить точные сведения о функциональном состоянии спортсмена, а также вносить своевременные коррективы в учебно-тренировочный процесс. Материалы и результаты проведенных исследований, представленные в монографии, были зарегистрированы в АГЕPI и подтверждены сертификатами на Авторские Права.

Используя ранее разработанную И.Д. Мруц методику определения частоты сердечных сокращений – «интервалометрию», позволяющую с большой точностью, по сравнению с

обычным способом измерения ЧСС за 6, 10 или 15 сек. (погрешность ниже на 10 – 15 %) пальпаторно фиксировать ЧСС испытуемых, авторы разработали и предлагают оригинальную и, в то же время, простую методику определения относительных показателей максимального потребления кислорода дзюдоисток.

С помощью специальных таблиц – номограмм как для дзюдоисток различных весовых категорий и квалификации разработаны таблицы, которые в значительной мере упрощают вычислительные процедуры и позволяют ускорить процесс получения срочной информации о функциональном состоянии кардиореспираторной системы организма

испытуемых.

Следует отметить, что примененные авторами нововведения и преобразования математических формул и уравнений выполнены корректно.

Данная монография может быть использована, как в качестве методического пособия, так и в качестве справочника для тренеров, педагогов, студентов, магистрантов и докторантов в их педагогической и научно-исследовательской деятельности и получения срочной информации.

Монография, подготовленная Манолаки В.В., Мруц И.Д. и Манолаки В.Г. рекомендуется для опубликования в печати.

Полевая-Секэрянэ Анжела,

доктор педагогических наук,

доцент,

Государственный университет физического воспитания и спорта РМ