

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	6
1. МОРФОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ АДАПТАЦИИ ОРГАНИЗМА К МЫШЕЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.....	8
1.1. Общие вопросы адаптации ОДА к физическим нагрузкам.....	8
1.2. Адаптационные изменения костно-суставной системы под влиянием механических факторов.....	16
2. КОЛИЧЕСТВЕННАЯ И БИОМЕХАНИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТСМЕНОВ РАЗЛИЧНЫХ СПОРТИВНЫХ СПЕЦИАЛИЗАЦИЙ (ВИДОВ СПОРТА)	23
2.1. Количественная характеристика специализированной двигательной деятельности у пловцов высшей квалификации	23
2.2. Биомеханическая характеристика передвижений в фехтовальном поединке по их воздействию на опорно-двигательный аппарат	28
2.3. Особенности спортивной деятельности футболистов	33
2.4. Биомеханическая характеристика ударно-толчковых нагрузок у легкоатлетов (на примере прыжков с шестом).....	40
3. НАИБОЛЕЕ НАГРУЖАЕМЫЕ ЗВЕНЬЯ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА У СПОРТСМЕНОВ РАЗЛИЧНЫХ СПОРТИВНЫХ СПЕЦИАЛИЗАЦИЙ (ВИДОВ СПОРТА)	47
3.1. Наиболее нагружаемые звенья ОДА у пловцов.....	47
3.2. Наиболее нагружаемые звенья ОДА у фехтовальщиков.....	49
3.3. Наиболее нагружаемые звенья ОДА у футболистов.....	51
3.4. Наиболее нагружаемые звенья ОДА у прыгунов с шестом	52
4. АДАПТАЦИОННЫЕ ИЗМЕНЕНИЯ КОСТНО-СУСТАВНОЙ СИСТЕМЫ ПОД ВЛИЯНИЕМ МЕХАНИЧЕСКИХ ФАКТОРОВ У СПОРТСМЕНОВ РАЗЛИЧНЫХ СПОРТИВНЫХ СПЕЦИАЛИЗАЦИЙ (ВИДОВ СПОРТА)	57
4.1. Адаптационные изменения костно-суставной системы у пловцов	57
4.2. Адаптационные изменения костно-суставной системы у фехтовальщиков	60
4.3. Адаптационные изменения костно-суставной системы у футболистов.....	65
4.4. Адаптационные изменения костно-суставной системы у прыгунов с шестом	67

5. ВОЗМОЖНОСТЬ УПРАВЛЕНИЯ ПРОЦЕССАМИ АДАПТАЦИИ НАИБОЛЕЕ УЯЗВИМОГО И ТРАВМИРУЕМОГО ЗВЕНА ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА У СПОРТСМЕНОВ РАЗЛИЧНЫХ СПОРТИВНЫХ СПЕЦИАЛИЗАЦИЙ (ВИДОВ СПОРТА)	82
5.1. Возможность управления процессами адаптации наиболее травмируемого звена ОДА у пловцов	83
5.2. Возможность управления процессами адаптации наиболее травмируемого звена ОДА у фехтовальщиков	86
5.3. Возможность управления процессами адаптации наиболее травмируемого звена ОДА у футболистов	91
5.4. Возможность управления процессами адаптации наиболее травмируемого звена ОДА у прыгунов с шестом	92
6. ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ АДАПТАЦИОННОГО ПРОЦЕССА СИСТЕМЫ УПРАВЛЕНИЯ ДВИЖЕНИЯМИ У СПОРТСМЕНОВ С РАЗЛИЧНОЙ НАПРАВЛЕННОСТЬЮ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА	101
6.1. Характеристика групп обследованных спортсменов	104
6.2. Методы исследования биоэлектrogenеза системы управления движениями	105
6.3. Характеристика методов нагрузочного тестирования, применяемых для оценки мобилизующей способности системы управления движениями	107
6.4. Характеристика фармакологических средств коррекции деятельности системы управления движениями и схемы их применения	108
6.5. Характеристика метода гипербарической оксигенации в качестве средства коррекции деятельности системы управления движениями	109
6.6. Особенности формирования адаптационного процесса системы управления движениями у спортсменов с различной направленностью тренировочного процесса	110
6.7. Особенности мобилизации функций системы управления движениями у спортсменов высокого класса при воздействии значительных физических нагрузок различного характера	115
6.8. Оптимизация моторных функций у спортсменов высокого класса различных специализаций с помощью фармакологических препаратов из групп адаптогенов и антигипоксантов	117

6.8.1. Оценка влияния бемитила на оптимизацию моторных функций у спортсменов высокого класса	118
6.8.2. Оценка влияния природного женьшеня на оптимизацию моторных функций у спортсменов высокого класса	120
6.8.3. Оценка влияния препарата «Гинсапа» на оптимизацию моторных функций у спортсменов высокого класса	122
6.8.4. Оценка влияния амтизола на оптимизацию моторных функций у спортсменов высокого класса	124
6.8.5. Оценка комплексного влияния бемитила, амтизола и томерзола на оптимизацию моторных функций у спортсменов высокого класса	126
6.9. Сравнительная характеристика влияния бемитила, природного женьшеня, амтизола и комплексного влияния адаптогенов и антигипоксантов на оптимизацию регуляции моторных функций у спортсменов высокого класса	129
6.10. Оптимизация моторных функций у спортсменов высокого класса различных специализаций с помощью гипербарической оксигенации	133
6.11. Регуляция моторных функций у спортсменов высокого класса и ее оптимизация с помощью адаптогенов, антигипоксантов и гипербарической оксигенации	141
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	165