

**Научно-методическое обеспечение федерального  
экспериментального (инновационного) проекта «Совершенствование  
системы подготовки спортивного резерва по лыжным гонкам и  
биатлону».**

В рамках реализации проектной деятельности продолжается внедрение методических рекомендаций, разработанных по итогам гранта «Актуализация воспитательного потенциала спортивной среды образовательных организаций, реализующих программы спортивной подготовки по биатлону и лыжным гонкам в Тюменской области», в подготовку спортсменов групп круглогодичного пребывания.

1. Манжелей И.В., Халманских А.В., Носкова Л.Н., Дмитриева С.В. Воспитание в спортивной среде: учебное пособие и методические рекомендации. - Тюмень: Издательство «ТюмГУ», 2020. - 111 с.

2. Манжелей И.В. Актуализация воспитательного потенциала спортивной среды учреждений, реализующих программы спортивной подготовки по биатлону и лыжным гонкам в Тюменской области: монография / [И. В. Манжелей и др.; под науч. ред. И. В. Манжелей]; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, Тюменский государственный университет, Институт физической культуры ; Региональная общественная организация «Олимпийский совет Тюменской области». — Тюмень: Издательство Тюм.ГУ, 2020. — 148 с.

По результатам экспериментальной работы, были защищены магистерские диссертации на тему:

1. «Совершенствование стрелкового компонента техники обработки спускового механизма у биатлонистов 14-16 лет»;
2. «Формирование психологической готовности лыжников-гонщиков 14-16 лет к соревновательной деятельности».

Продолжается участие команды ГАУ ТО «ОСШОР по лыжным гонкам и биатлону Л.Н. Носковой» в международных и всероссийских научно-методических конференциях и конгрессах:

1. Стратегия формирования здорового образа жизни населения средствами физической культуры и спорта: целевые ориентиры, технологии и инновации. Международная научно-практическая конференция, посвященная памяти профессора В.Н. Зуева (Тюмень);
2. Всероссийская научно-практическая конференция «Современная система спортивной подготовки в биатлоне» (Омск);
3. Инновационные аспекты физкультурно-спортивной деятельности: Всероссийская научная конференция с международным участием (Якутск);
4. Физическая культура и спорт: интеграция науки и практики: международная научно-практическая конференция (Ставрополь);
5. Олимпийский спорт и спорт для всех: XXVI Международный научный конгресс «Олимпийский спорт и спорт для всех» (Казань);
6. Актуальные проблемы, современные тенденции развития физической культуры и спорта с учетом реализации национальных проектов: III Всероссийская научно-практическая конференция с международным участием (Москва);
7. Вопросы функциональной подготовки в спорте высших достижений: Всероссийская научно-практическая конференция (Омск).

На сегодняшний день, один из партнеров федеральной экспериментальной площадки, РОО «ОЛИМПИСКИЙ СОВЕТ ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ», получил поддержку на реализацию проекта «VR – технологии детскому и массовому спорту» в конкурсе на предоставление грантов Губернатора Тюменской области на развитие гражданского общества. Старт проекта состоялся 4 октября 2021г. Сам проект позволит реализовать возможность разработки и внедрения VR (продукта) тренажера. Основной целью является популяризация в Тюменской области базовых видов спорта – лыжных гонок и биатлона, продвижение в подростковой среде ценности здорового образа жизни, тренировка навыков двигательной активности в лыжной гонке и стрельбе с применением специализированного программно-аппаратного комплекса на основе технологий виртуальной реальности.

## Список статей за 2021 год:

1. Халманских А.В. Совершенствование стрелкового компонента техники обработки спускового механизма у биатлонистов 14-16 лет / А.В. Халманских, Л.А. Гурьев, А.И. Токарева, Н.И. Овчинникова // Современная система спортивной подготовки в биатлоне: материалы IX Всероссийской научно-практической конференции «Современная система спортивной подготовки в биатлоне» (Омск, 21 апреля 2021 г.). – Омск: Изд-во СибГУФК, 2021.
2. Халманских А.В. Реализация проекта «Совершенствование системы подготовки спортивного резерва по лыжным гонкам и биатлону» в Тюменской области / А.В. Халманских, Л.Н. Носкова, Е.Т. Колунин, Е.Ю. Коротких // Инновационные аспекты физкультурно-спортивной деятельности: Всероссийская научная конференция с международным участием: сборник материалов и докладов. - Якутск: Медиа-холдинг «Якутия», 2021. – С. 537
3. Загурский Н.С., Романова Я.С. Инновационные подходы к анализу параметров стрелковой подготовленности биатлонистов с использованием беспроводного оптического сенсора SCATT MX – W2 // Теория и практика физической культуры. – 2021.– № 5.– С. 15-18
4. Абрамова Е.А., Эйхман Е.А. Анализ индивидуально-типологических особенностей биатлонисток // Современная система спортивной подготовки в биатлоне: материалы IX Всероссийской научно-практич. конф., 21 апреля 2021 г., г. Омск / под общ. ред. Н.С. Загурского. – Омск: Изд-во СибГУФК, 2021. – С. 3-6
5. Полторацкая Т.В., Романова Я.С. Совершенствование стрелкового компонента подготовленности у биатлонистов на этапе совершенствования спортивного мастерства // Олимпийский спорт и спорт для всех: сборник научных трудов по материалам XXVI Международного научного конгресса «Олимпийский спорт и спорт для всех» – Казань: ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСиТ», 2021. – С. 27-29.

6. Загурский Н.С., Романова Я.С. Оценка физической подготовленности биатлонистов на этапе начальной подготовки и тренировочном этапе // Актуальные проблемы, современные тенденции развития физической культуры и спорта с учетом реализации национальных проектов: материалы III Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. 22–23 апреля 2021 г. / под науч. ред. Л. Б. Андриющенко, С. И. Филимоновой. – Москва: ФГБОУ ВО «РЭУ им. Г. В. Плеханова», 2021.

7. Коротких Е.Ю. Обоснование проекта «VR - технологии для здоровья и спорта» // Е.Ю. Коротких, А.В. Халманских, Г.В. Кузьмичева // Стратегия формирования здорового образа жизни населения средствами физической культуры и спорта: целевые ориентиры, технологии и инновации. Материалы Международной научно-практической конференции, посвященной памяти профессора В.Н. Зуева. Тюмень: «Вектор Бук», 2021. – С. 364-367

8. Sprung A. Изучение индивидуально-типологических особенностей биатлонистов сборной команды Австрии / A. Sprung, А.В. Халманских // Стратегия формирования здорового образа жизни населения средствами физической культуры и спорта: целевые ориентиры, технологии и инновации. Материалы Международной научно-практической конференции, посвященной памяти профессора В.Н. Зуева. Тюмень: «Вектор Бук», 2021. – С. 234-237

9. Совершенствование физической подготовленности высококвалифицированных биатлонисток с учетом особенностей женского организма: методические рекомендации / Я.С. Романова, Н.С. Загурский. – Омск: ООО «ЮНЗ», 2021. – 49 с.

10. Романова Я.С., Загурский Н.С., Михалев В.И. Взаимосвязь лабильных компонентов массы тела с показателями соревновательной деятельности и модельные характеристики морфологического статуса

высококвалифицированных биатлонисток // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 8 (198). – С. 252-259.

### **Статьи по лыжным гонкам**

1. Махамбетов Т.Ж. Анализ тренировочных нагрузок лыжников-гонщиков на этапе начальной подготовки // Современная система спортивной подготовки в биатлоне: материалы IX Всероссийской научно-практич. конф., 21 апреля 2021 г., г. Омск / под общ. ред. Н.С. Загурского. – Омск: Изд-во СибГУФК, 2021. – С. 98-103

2. Полторацкая Т.В. Анализ соревновательной деятельности лыжников-гонщиков на этапах многолетней подготовки // Современная система спортивной подготовки в биатлоне: материалы IX Всероссийской научно-практич. конф., 21 апреля 2021 г., г. Омск / под общ. ред. Н.С. Загурского. – Омск: Изд-во СибГУФК, 2021. – С. 118-121

3. Реуцкая Е.А., Полторацкая Т.В. Динамика изменения скоростно-силовых качеств и силовой выносливости мышц плечевого пояса у лыжников-гонщиков в подготовительном периоде // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 10 (200). – С. 329-335.

4. Реуцкая Е.А. Исследование интенсивности соревновательных нагрузок лыжников-гонщиков в лыжном спринте на этапах спортивной подготовки // Наука и спорт: современные тенденции – Казань: Изд-во ФГБОУ ВО ПГАФКСиТ – 2021. – № 3 (9). – С. 91-97.

5. Полторацкая Т.В. Анализ распределения тренировочных нагрузок у лыжников-гонщиков на этапе совершенствования спортивного мастерства в годичном макроцикле // Вопросы функциональной подготовки в спорте высших достижений: Материалы VIII Всероссийской научно-практич. конф. / Сибирский государственный университет физической культуры и спорта (24-25 ноября 2021 г.) – Омск: Изд-во СибГУФК, 2021. – в печати.

6. Щапов Е.В. Модели многолетней подготовки лыжников-гонщиков // Вопросы функциональной подготовки в спорте высших достижений:

Материалы VIII Всероссийской научно-практич. конф. / Сибирский государственный университет физической культуры и спорта (24-25 ноября 2021 г.) – Омск: Изд-во СибГУФК, 2021. – в печати.

7. Махамбетов Т.Ж. Анализ распределения тренировочных нагрузок лыжников-гонщиков на этапах начальной подготовки и тренировочного этапа подготовки в годичном макроцикле // Вопросы функциональной подготовки в спорте высших достижений: Материалы VIII Всероссийской научно-практич. конф. / Сибирский государственный университет физической культуры и спорта (24-25 ноября 2021 г.) – Омск: Изд-во СибГУФК, 2021. – в печати.

8. Планирование тренировочного процесса лыжников-гонщиков на этапах многолетней спортивной подготовки: методические рекомендации / Е.А. Реуцкая, Т.В. Полторацкая, Т.Ж. Махамбетов, Е.В. Шапов. – Омск: ООО «ЮНЗ», 2021. – 112 с.

9. Реуцкая Е.А. Анализ распределения тренировочных нагрузок лыжников-гонщиков на различных этапах спортивной подготовки в годичном макроцикле // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. –2021. – № 12 (202). – С. 318-323.

**Участие в конференциях**

№	Название конференции	Тема доклада	Форма участия	Докладчик/содокладчик
1	<p align="center">IV</p> <p>Всероссийская научно-практическая конференция с международным участием «Проблемы и перспективы физического воспитания, спортивной тренировки и адаптивной физической культуры» (Казань, 18-19 февраля 2021 г.)</p>	<p align="center">Совершенствование физической подготовленности лыжников-гонщиков на этапах многолетней спортивной подготовки</p>	<p align="center">Онлайн видеоконференция</p>	<p align="center">Реуцкая Е.А.</p>
2	<p align="center">I</p> <p>Всероссийская научно-практическая конференция «Научно-методические аспекты подготовки спортсменов» (Омск, 14-15 апреля 2021 г.)</p>	<p align="center">Совершенствование стрелкового компонента подготовленности у биатлонистов на этапе совершенствования спортивного мастерства</p>	<p align="center">Очная</p>	<p align="center">Полторацкая Т.В., Романова Я.С.</p>
3	<p align="center">IX</p> <p>Всероссийская научно-практическая конференция «Современная</p>	<p align="center">К проблеме гоночной подготовленности Российских биатлонистов</p>	<p align="center">Очная</p>	<p align="center">Загурский Н.С.</p>

	система спортивной подготовки в биатлоне» (Омск, 21 апреля 2021 г.)			
4	IX Всероссийская научно-практическая конференция «Современная система спортивной подготовки в биатлоне» (Омск, 21 апреля 2021 г.)	Организационно - методические аспекты повышения эффективности подготовки биатлонистов высокой квалификации	Очная	Романова Я.С.
5	IX Всероссийская научно-практическая конференция «Современная система спортивной подготовки в биатлоне» (Омск, 21 апреля 2021 г.)	Сравнение тренировочных и внутренировочных факторов в «успешном» и «провальном» сезонах высококвалифицированной биатлонистки	Очная	Щапов Е.В., Реуцкая Е.А..
6	IX Всероссийская научно-практическая конференция «Современная система спортивной подготовки в биатлоне»	Анализ показателей стрелковой подготовленности биатлонистов сборной команды России в аспекте многолетней подготовки	Очная	Полторацкая Т.В., Загурский Н.С.



	(Омск, 21 апреля 2021 г.)			
7	XXVI Международный научный конгресс «Олимпийский спорт и спорт для всех» (Казань, 8-10 сентября 2021 г.)	Совершенствование стрелкового компонента подготовленности у биатлонистов на этапе совершенствования спортивного мастерства	Онлайн видеоконференция	Полторацкая Т.В.
8	VIII Всероссийская научно-практическая конференция «Вопросы функциональной подготовки в спорте высших достижений» (г. Омск, 24-25 ноября 2021 г)	Оценка функционального состояния биатлонисток высокой квалификации по показателям variability ритма сердца	очная	Кудря О.Н., Реуцкая Е.А.
9	VIII Всероссийская научно-практическая конференция «Вопросы функциональной подготовки в спорте высших достижений» (г. Омск, 24-25 ноября 2021 г)	Динамика индекса напряженности нагрузки в тренировочной и соревновательной деятельности высококвалифицированных биатлонисток в фазах менструального цикла	очная	Полторацкая Т.В., Романова Я.С.
10	Научная конференция	Совершенствование стрелкового	очная	Полторацкая Т.В.,

	обучающихся ФГБОУ ВО СибГУФК (г. Омск, 31 марта – 01 апреля 2021 г)	компонента подготовленности биатлонистов на этапе совершенствования спортивного мастерства		
--	--	--	--	--