

Сбор данных для разработки модельных характеристик лыжников и биатлонистов по ключевым параметрам и этапам подготовки

С 20 по 26 июня 2022 г. сотрудниками НИИ ДЭУ СибГУФК было проведено комплексное тестирование лыжников-гонщиков и биатлонистов. Всего было обследовано 94 спортсменов 2003-2008 г.р., из них 60 лыжников-гонщиков) и 34 биатлониста.

Оценка специальной подготовленности лыжников и биатлонистов включала проведение следующих тестирований:

- Психофизиологическое тестирование;
- Оценка статического равновесия (стабилографию);
- Оценка компонентного состава тела;
- Электрокардиографию сердца до и после нагрузки;
- Исследование функциональных возможностей мышц пояса верхних конечностей при помощи ступенчатого теста на лыжном тренажере ConceptSkiErg (лыжники и биатлонисты);
- У биатлонистов – исследование уровня стрелковой подготовленности при помощи стрелкового тренажера SCATT;
- Оценка специальной подготовленности при помощи теста Конкони на лыжероллерах (лыжники и биатлонисты).

По результатам проведенного тестирования уточнены модельные характеристики лыжников и биатлонистов по ключевым параметрам специальной подготовленности.

Тренерам даны рекомендации по отбору спортсменов для поступления в ОСШОР им. Л.Н. Носковой, а также коррекции тренировочного процесса с учетом динамики изменения показателей специальной подготовленности действующих спортсменов ОСШОР им. Л.Н. Носковой.

Индивидуальные рекомендации и анализ данных будут представлены тренерам для дальнейшей работы и коррекции тренировочного процесса.