



Инновационная функциональная диагностика спортсменов пройдет в Тюмени

В центре зимних видов спорта “Жемчужина Сибири” с 22 по 27 июня в рамках работы Федеральной экспериментальной площадки состоится инновационная комплексная функциональная диагностика спортсменов.

Для групп совершенствования спортивного мастерства разработаны четыре критерия эффективности спортивной подготовки: оценка прироста спортивно-технических показателей, результаты соревновательной деятельности, выполнение спортсменом запланированного объема тренировочных нагрузок в соответствии с индивидуальным планом и показатели функционального состояния.

Опираясь на данные критерии, специалисты Федеральной экспериментальной площадки разработали комплексную систему диагностики лыжников и биатлонистов, направленную, в первую очередь, на определение перспективности в моменты перехода от одного этапа спортивной подготовки к последующему.

Комплексная система диагностики состоит из нескольких блоков. Первый – оценка состояния здоровья и функциональных резервов организма – представляет собой углубленное медицинское обследование. Второй – оценка морфофункциональных особенностей лыжников и биатлонистов. Этот блок совмещает несколько методик: оценку физического развития методом индексов, определение компонентного состава тела (жиры, мышцы) и измерение тотальных размеров тела по общепринятой методике.

Третий блок – оценка общей и специальной подготовленности диагностируемых. В частности, специалисты проверят стрелковые навыки биатлонистов, дадут оценку скоростно-силовых показателей и выносливости мышечных групп плечевого пояса спортсменов с помощью лыжного эргометра Skierg Concept2. Также спортсмены выполнят нормативы по общей и специальной подготовке.

Не менее пристальное внимание должно уделяться и психофизиологическим особенностям. Поэтому в рамках четвертого блока специалисты исследуют память, мышление, восприятие и внимание ребят, сенсомоторные реакции, поструральный баланс и устойчивость будущих чемпионов. Кроме того, будет изучен статический тремор в состоянии относительного покоя и после физической нагрузки.

Обследование проведут эксперты Сибирского государственного университета физической культуры (город Омск). Пройдут диагностику воспитанники Областной спортивной школы олимпийского резерва по лыжным гонкам и биатлону Луизы Носковой.

Напомним, проект по совершенствованию системы подготовки спортивного резерва по лыжным гонкам и биатлону был представлен на заседании в Министерстве спорта Российской Федерации от имени ОСШОР Л.Н. Носковой. Затем спортивная школа совместно с РОО "Олимпийский Совет Тюменской области" и Институтом физической культуры ФГАОУ ВО Тюменского государственного университета были признаны Федеральной экспериментальной (инновационной) площадкой.

Целью проекта является обоснование, апробация и внедрение в систему подготовки спортивного резерва по лыжным гонкам и биатлону новых организационных, методических и технологических подходов, направленных на улучшение результатов наших спортсменов. Узнать больше о работе ФЭП можно на сайте.