

Разработка критериев комплексной оценки спортивной успешности молодых спортсменов, занимающихся биатлоном

БИАТЛОН, БИАТЛОНИСТЫ-ЮНИОРЫ, ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ НАГРУЗОЧНОЕ ТЕСТИРОВАНИЕ, ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ, ФИЗИЧЕСКАЯ РАБОТОСПОСОБНОСТЬ, ДВИГАТЕЛЬНО-КООРДИНАЦИОННЫЕ СПОСОБНОСТИ, ЛЫЖЕРОЛЛЕРНЫЙ ТРЕДБАН, СТАБИЛОПЛАТФОРМА, КРИТЕРИИ СПОРТИВНОЙ УСПЕШНОСТИ

Разработка критериев комплексной оценки спортивной успешности молодых спортсменов, занимающихся биатлоном [Текст]: отчет о НИР (заключит.): / БГПУ; консультант Кобзев В.Ф.; исполн. Целуйко Д.В., Малуха Р.В. и др. - Мн., 2021. - 55 с., 9 рис., 13 табл., 2 прил. - Библиогр.: С. 49-53 (48 назв.). - № ГР 20211219.

**Объект исследования** – функциональное состояние, физическая работоспособность и двигательно-координационные способности спортсменов молодежной сборной Республики Беларусь и ближайшего резерва по биатлону.

**Цель исследований** – разработать критерии спортивной успешности молодых биатлонистов.

**Результаты исследований** – разработаны оценочные шкалы для оценки уровня физической работоспособности и функциональной подготовленности биатлонистов-юниоров: на трех основных уровнях нагрузочного тестирования (на уровне аэробного и анаэробного порогов, а также на пике выполнения нагрузки - на уровне МПК), на начало (май) и конец (октябрь) подготовительного периода; разработаны критерии спортивной успешности при тестировании на лыжероллерном тредбане по содержанию лактата в крови (на 1-й, 3-й, 5-й ступенях и при достижении МПК), при условии выполнения нагрузки на 7 нагрузочных ступенях); определен интегральный показатель эффективности в развитии двигательно-координационных способностей биатлонистов юниорского возраста, равный не менее 50%; в пробах «без помех» и «с визуальными помехами» - 60% и более.

Полученные показатели сопоставлены с результатами выступления спортсменов на внутриреспубликанских и международных соревнованиях.

Результаты исследования **можно будет использовать** для коррекции учебно-тренировочного процесса спортсменов молодежной сборной Республики Беларусь по биатлону и ближайшего резерва, с целью повышения спортивных результатов, а также для отбора наиболее перспективных молодых спортсменов для занятий биатлоном.