

## ОСОБЕННОСТИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В БИАТЛОНЕ

Джима Юлия, гр. ЖТ-81

Наиболее важной задачей при анализе соревновательной деятельности является определение ее структуры. Оценка деятельности спортсменов в условиях соревнований дает возможность определить уровень как отдельных ее сторон, так и всей подготовленности в целом, что позволяет судить о степени реализации потенциальных возможностей спортсмена и определяет пути дальнейшего совершенствования подготовки и спортивно-технического мастерства.

В биатлоне определяющими факторами соревновательной деятельности являются скорость прохождения дистанции, время подготовки и ведения стрельбы, точность стрельбы.

Анализ исследований различных авторов, изучавших влияние факторов, составляющих стрелковый компонент, на спортивно-технический результат, показал их разноречивость, связанную, видимо, с тем, что стрелковый компонент соревновательной деятельности является более вариативным и менее стабильным фактором, чем гоночный из-за влияния на него высокой эмоциональной напряженности при стрельбе, метеорологических условий и ряда других факторов.

Так, в исследованиях Мулика В.В. установлено, что на результаты стрельбы биатлонистов влияют факторы:

- объективные - освещенность мишеней, сила, скорость и направление ветра, наличие осадков во время стрельбы;
- субъективные - скорость подхода к огневому рубежу, показатели ЧСС перед стрельбой, темп, ритм и последовательность стрельбы, правильность принятия изготровки и подбора прицельных приспособлений в зависимости от состояния погодных условий, функциональное состояние нервно-мышечного аппарата и зрительного анализатора, антропометрических данных спортсмена.

В ряде исследований (Nitsceche K, 1982; Загурский Н.С., Степанов А.Н., Беловалов В.С., 1989; Астафьев Н.В., Безмельницын Н.Г., 1990) установлено, что структура соревновательной деятельности в биатлоне состоит из различных компонентов, на которые оказывают влияние вид соревнований (спринт, гонка, эстафета), пол и возраст спортсменов. Наряду с этим, качественные характеристики данных компонентов изменяются в зависимости от длины дистанции, количества огневых

рубежей, порядка начисления штрафного времени за стрельбу (штрафные минуты). Однако следует подчеркнуть, что в процессе подготовки спортсменов, в отличие от спортивного результата, который постоянно повышается, структура соревновательной деятельности изменяется неоднозначно. Следовательно, при построении тренировочного процесса следует исходить из необходимости достижения не только запланированного спортивного результата, но и запланированных структуры и величины отдельных компонентов соревновательной деятельности спортсменов.

В ряде работ, посвященных анализу соревновательной деятельности в биатлоне (Шикунов М.И., 1987; Громыко В.Н., 1993), выявлено отсутствие статистически достоверных коэффициентов корреляции между временными характеристиками движений на различных отрезках дистанции и при подходе к линии огня и результатами стрельбы. Противоположного мнения придерживается В.Я.Субботин (1985), который утверждает, что снижение результативности стрельбы и увеличение времени выполнения стрелковых упражнений находятся в глубокой зависимости от степени напряженности предшествующей работы, то есть скорости, и чем ниже квалификация спортсмена, тем выше эта зависимость.

Наряду с этим, О.А.Солдатовым (1989) выявлена нецелесообразность снижения скорости бега перед огневыми рубежами, поскольку это приводит к излишней потере времени. Автор рекомендует выполнять стрельбу в таком состоянии утомления, при котором возможна качественная стрельба. Последнее требует оптимального распределения силы на всей дистанции гонки.

Учитывая современные тенденции в сокращении времени стрельбы, можно сделать заключение, что одним из резервов повышения спортивно-технических результатов в биатлоне являются сохранение достаточно высокой скорости передвижения по дистанции (в частности – в подходе к огневому рубежу) и сокращение времени выполнения технических действий непосредственно на огневом рубеже (до 25-35 сек.).

Выявлены разноречивые мнения на состояние данного вопроса, что позволяет предположить – изучение факторов, влияющих на эффективность соревновательной деятельности, является актуальной проблемой подготовки квалифицированных биатлонистов.

Науч. рук. – Серик А.Е., *ст. преподаватель*