

ОСОБЕННОСТИ КИНЕМАТИЧЕСКИХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ТЕХНИКИ КОНЬКОВОГО ХОДА Й. КЛЭБО

Ю. Ю. Кучеров (МГУ имени А. А. Кулешова)

Науч. рук. **А. В. Кучерова**,

канд. пед. наук, доцент

Индивидуальность технической подготовки лыжников-гонщиков в настоящее время неоспорима. В литературе существует неоднозначная полемика по поводу различных вариантов освоения и совершенствования техники коньковых ходов. Следует отметить, что даже эталон техники меняет свои показатели

в зависимости от рейтинга спортсменов практически каждый сезон. И как правило эталонные характеристики сопоставляются с техникой наиболее успешных спортсменов сезона.

Начиная с 2017 года, техника олимпийского чемпиона Йоханнеса Клебо привлекла внимание тренеров и самих спортсменов из разных стран. Действительно, техника этого спортсмена уникальна и заслуживает должного внимания для изучения с позиции биомеханического анализа, а именно, кинематических показателей конькового одновременного одношажного хода [1].

Анализ материалов видеорегистрации конькового одновременного одношажного хода этого спортсмена показал значимые отличия его техники от анализируемых нами техник спортсменов белорусской сборной. Была изучена фазовая структура движений спортсмена при перемещении указанным вариантом техники и выполнен анализ кинограмм передвижений И. Клебо и спортсменов национальной сборной Республики Беларусь по лыжным гонкам.

Были выявлены различия в угловых характеристиках техники в момент постановки палок на снег, в момент отталкивания ног и переноса центра тяжести. Кинетограмма движений техники И.Клебо показала также отличия в угловых движениях выноса рук при отталкивании руками по соотношению с положением туловища.

Таким образом, можно утверждать, что проведенный анализ позволяет отметить ключевые позиции кинематических характеристик, которые следует более детально изучить с целью совершенствования техники белорусских спортсменов.

Литература

1. Лыжный спорт. Йоханнес Клебо : Рожденный побеждать [Электронный ресурс] // Лыжный спорт. – Режим доступа: <https://www.skisport.ru/news/cross-country/90825/>. – Дата доступа: 21.03.2019.