

Результаты, полученные при исследовании техники выполнения ударов ногой с различными двигательными установками показывают, что подбор подготовительных и специальных упражнений для совершенствования техники ударов ногой, выполненный с учетом данных результатов, поможет существенно повысить его соревновательную эффективность.

1. Макаридин, Д. Н. Модельные характеристики сильнейших спортсменов в каратэ (WKF) в связи с проблемой спортивного отбора / Д. Н. Макаридин // Теория и практика физ. культуры: тренер: журнал в журнале. – 2006. – № 7. – С. 19–21.

## **АНАЛИЗ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЖЕНСКОЙ НАЦИОНАЛЬНОЙ КОМАНДЫ В КОМАНДНОЙ ГОНКЕ ПРЕСЛЕДОВАНИЯ НА ТРЕКЕ В 2017 ГОДУ**

***Кутас П.П., Дворяков М.И., Каминский В.В.***

Белорусский государственный университет физической культуры  
(Минск, Республика Беларусь)

Подготовка команды к ответственным соревнованиям требует научно-методического и финансового обеспечения [1]. Чемпионат Европы по велосипедному спорту в гонках на треке 2017 года в Берлине отразил состояние в этом виде спорта как в Европе, так и в Беларуси.

Цель исследования заключается в аналитическом обосновании совершенствования системы спортивной подготовки национальной команды в женской командной гонке преследования на треке.

Задача исследования – определить динамику соревновательной деятельности в командной гонке преследования на главных стартах сезона 2016–2017 годов.

Для решения поставленных задач использовались следующие методы исследования: анализ документальных материалов, педагогические наблюдения, математико-статистический анализ.

На чемпионате Европы 2017 года в Берлине команда Республики Беларусь занимает в командной гонке преследования 8-е место.

Необходимо отметить, что проигрыш командам победительницам на Кубках мира, чемпионате мира и чемпионатах Европы 2015–2016 годов составлял 13–16 с, к тому же только на первом километре 4–5 с [2]. Проигрыш на чемпионате Европы в Берлине команде Италии составил уже более 17 с. На каждом километре команда Беларуси стабильно проигрывала примерно по 4,2–4,3 с. В стыковом раунде команда Беларуси показала результат 4.35,273 с, что на 2,515 с лучше, чем в предварительном заезде. Следует отметить, что улучшение общего результата произошло за счет более быстрого прохождения второго километра на 2,032 с.

В результате анализа выяснилось, что во временном соотношении прохождения дистанции плодотворность соревновательной деятельности белорусской команды остается на том же уровне, что и в предолимпийском цикле. Команды Польши, России, Франции, у которых Беларусь выигрывала, значительно улучшили свои результаты.

Таким образом, на основании исследований и анализа соревновательной деятельности женской национальной команды в командной гонке преследования можно сделать следующие выводы:

– при подготовке национальной команды к ответственным стартам на уровне чемпионатов Европы имеются сложные закономерности формирования состава команды и готовности велосипедистов для участия в современном календаре соревнований;

– конечный результат национальной команды в командной гонке преследования зависит от низкой стартовой и дистанционной скорости.

1. Полищук, Д. А. Велосипедный спорт: науч. издание / Д. А. Полищук. – К.: Олимп. лит-ра, 1997. – С. 247–258.

2. Кутас, П. П. Анализ подготовки национальной команды по велосипедному спорту и прогноз ее выступления на Олимпийских играх / П. П. Кутас // Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре, спорту и туризму: материалы XIV Междунар. науч. сессии по итогам НИР за 2015 г., Минск, 12–14 апр. 2016 г.: в 3 ч. / Белорус. гос. ун-т физ. культуры; редкол.: Т. Д. Полякова (гл. ред.) [и др.]. – Минск: БГУФК, 2016. – Ч. 1. – С. 58–61.

## **ВЕДУЩИЕ ГРУППЫ МЫШЦ В ПОПЕРЕМЕННОМ КОНЬКОВОМ ХОДЕ У ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ**

*Кучерова А.В., Лединская О.Ю.*

Могилевский государственный университет им. А.А. Кулешова  
(Минск, Республика Беларусь)

Уровень развития силовых способностей у лыжника-гонщика предопределяет возможность технически рационально подбирать способ передвижения на лыжах на различных рельефах трассы, а также эффективно решать тактические задачи во время соревнований. При этом особое значение имеет своевременное включение в работу определенных мышечных групп, которые заранее должны быть подготовлены к реализации локальной мышечной выносливости.

В исследованиях, проведенных российскими учеными П.А. Сиделевым и А.Г. Баталовым по оценке реализации технико-тактической подготовленности сильнейших лыжников на этапах Кубка мира, было выявлено, что при прохож-