



ФИЗИОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА И ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ



МАТЕРИАЛЫ
МЕЖДУНАРОДНОЙ
НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ
КОНФЕРЕНЦИИ,
посвященной 10-летию науки и технологий РФ

Челябинск, 18 декабря 2024 г.



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

КАФЕДРА ФИЗИОЛОГИИ

**ФИЗИОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА
И ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ**

*Материалы международной научно-практической конференции
«Проблемы и перспективы физиологического сопровождения тренировочного процесса
и физической культуры», посвященной 10-летию науки и технологий РФ*

18 декабря 2024 года

Челябинск 2024

УДК 796:612

ББК 75.07

П 78

Физиологическое сопровождение тренировочного процесса и занятий физической культурой : материалы международной научно-практической конференции «Проблемы и перспективы физиологического сопровождения тренировочного процесса и физической культуры», посвященная 10-летию науки и технологий РФ (18 декабря 2024 г.) / Отв. ред. Н.П. Петрушкина – Челябинск : УралГУФК, 2024. – 112 с.

Редакционная коллегия:

д.м.н., профессор, заведующая кафедрой физиологии Н.П. Петрушкина

к.п.н., доцент Е.В. Звягина

д.п.н., профессор Врублевский Е. П.

Представлены материалы (тезисы) международной научно-практической конференции, отражающие результаты научно-исследовательской работы по направлениям: современные подходы к изучению состояний, возникающих при занятиях физкультурно-оздоровительной, спортивной и рекреационной деятельности, инновационные критерии оценки адаптации к спортивной и физкультурно-оздоровительной деятельности, проблемы оценки функционального состояния спортсменов на различных этапах тренировочного или физкультурно-оздоровительного процесса, эффективность планирования и реализации программ восстановления и сохранения здоровья спортсменов.

ISBN 978-5-93216-644-4

© УралГУФК, 2024

© Коллектив авторов, 2024



MINISTRY OF SPORT OF THE RUSSIAN FEDERATION
FEDERAL STATE BUDGETARY EDUCATIONAL ESTABLISHMENT OF HIGHER EDUCATION
«URAL STATE UNIVERSITY OF PHYSICAL CULTURE»

PHYSIOLOGY DEPARTMENT

PHYSIOLOGICAL SUPPORT OF THE TRAINING PROCESS AND PHYSICAL CULTURE LESSONS

Materials of the Scientists' International Scientific and Practical Conference
«Problems and prospects of physiological support of the training process and physical culture»,
the 10th anniversary of science and technology of the Russian Federation

December, 18th, 2024

Chelyabinsk 2024

UDC 796:612

LBC 75.07

P 78

Physiological support of the training process and physical education: materials of the international scientific and practical conference “Problems and prospects of physiological support of the training process and physical culture”, the 10th anniversary of science and technology of the Russian Federation (December 18, 2024) / Rep. ed. N.P. Petrushkina – Chelyabinsk: UralGUFK, 2024. – 112 p.

Editorial team:

Doctor of Medical Sciences, Professor, Head of the Department of Physiology N.P. Petrushkina

Ph.D., Associate Professor E.V. Zvyagina

Doctor of Pedagogical Sciences, Professor Vrublevsky E. P.

The materials (theses) of the international scientific and practical conference are presented, reflecting the results of research work in the following areas: modern approaches to the study of conditions that arise during physical education, sports and recreational activities, innovative criteria for assessing adaptation to sports and physical education activities, problems of assessing the functional state of athletes at various stages of the training or physical education process, the effectiveness of planning and implementation of programs for restoring and maintaining the health of athletes.

ISBN 978-5-93216-644-4

© UralSUPC, 2024

© Group of authors, 2024

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|---|----|
| Аношкин М.В. ИССЛЕДОВАНИЕ ТРЕНИРОВАННОСТИ И ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ЮНЫХ БАСКЕТБОЛИСТОВ 14-15 ЛЕТ | 9 |
| Баландин А.О. ВЫЯВЛЕНИЕ УРОВНЯ АГРЕССИИ У БАСКЕТБОЛИСТОВ 20-21-ЛЕТНЕГО ВОЗРАСТА, ВЫСТУПАЮЩИХ ЗА СБОРНУЮ КОМАНДУ УРАЛГУФК..... | 10 |
| Бикметов А.В., Заварухина С.А. ВАРИАБЕЛЬНОСТЬ СЕРДЕЧНОГО РИТМА – ИНФОРМАТИВНЫЙ МЕТОД МОНИТОРИНГА ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СО- СТОЯНИЯ СПОРТСМЕНА | 13 |
| Волошина В.Р. ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПРОГРАММ ВОССТАНОВЛЕНИЯ И ПОДДЕРЖАНИЯ ЗДОРОВЬЯ СПОРТСМЕНОВ | 15 |
| Гордей К.А. СОЦИАЛЬНЫЙ МЕДИА-МАРКЕТИНГ (SMM) ФИТНЕС-ТРЕНЕРОВ В ИНТЕГРАЦИИ ОНЛАЙН И ОФФЛАЙН ТРЕНИРОВОК . | 16 |
| Григорьева И.В., Волкова Е.Г., Кондратенко И.А. ИНДИВИДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ПЛОВЦОВ | 19 |
| Григорьева И.В., Волкова Е.Г., Кондратенко И.А. РАБОТА МЫШЦ В УСТУПАЮЩЕМ РЕЖИМЕ И ИХ ИЗМЕНЕНИЕ ПРИ УТОМЛЕНИИ..... | 20 |
| Гурина А.А. ДИНАМИКА СТАТИЧЕСКОЙ КООРДИНАЦИИ ПРИ ФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ ДЕТЕЙ С РАССТРОЙСТВОМ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА | 21 |
| Дарвиш Т.А., Херувимова С.А., Гарифьянова Н.Р. СРАВНЕНИЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕВОЧЕК 10-12 ЛЕТ ЗАНИМАЮЩИХСЯ ВОЛЕЙБОЛОМ | 24 |
| Даниленко Т.А. ЗНАЧЕНИЕ ДЫХАТЕЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ УЛУЧШЕНИЯ РАБОТЫ СИСТЕМ ОРГАНИЗМА ЖЕНЩИН ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА (НА ПРИМЕРЕ ВЕТЕРАНОВ СПОРТА)..... | 25 |
| Данилюк А.А. ВЛИЯНИЕ АКВААЭРОБИКИ НА ОРГАНИЗМ ЧЕЛОВЕКА | 28 |

| | |
|---|----|
| Дружинина Е.В. КОРРЕКЦИЯ ПОСЛЕРОДОВЫХ ОСЛОЖНЕНИЙ У ЖЕНЩИН В ПОДГОТОВКЕ К ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫМ ЗАНЯТИЯМ..... | 30 |
| Заварухина С.А., Зотова Ю.Е. НУТРИТИВНО-МЕТАБОЛИЧЕСКИЙ СТАТУС ГИМНАСТОК..... | 31 |
| Замойский С.Н. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ АЭРОБНОЙ ГИМНАСТИКИ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ | 33 |
| Комарова А.А. ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ ПРЕДМЕТОВ СОПРОТИВЛЕНИЯ У ЛЕГКОАТЛЕТОВ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В БЕГЕ НА КОРОТКИЕ ДИСТАНЦИИ НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ ПОДГОТОВКИ | 36 |
| Колесникова Ю.Н. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СРЕДСТВ ЗАКАЛИВАНИЯ В ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ | 37 |
| Котляров А.Д., Довнар А.Ю. СИЛОВАЯ ПОДГОТОВКА ДЕВУШЕК, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ВОДНЫМ ПОЛО | 40 |
| Кудря О.Н. ПОИСК ИНФОРМАТИВНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ОПЕРАТИВНОГО КОНТРОЛЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА В УСЛОВИЯХ СРЕДНЕГОРЬЯ..... | 42 |
| Лебедь А.Д. СРАВНЕНИЕ ПРЕДСТАРТОВОГО СОСТОЯНИЯ ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ТЕННИСОМ | 45 |
| Мазаева А.Д., Насонова А.А. ДОСТУПНЫЕ ПРОГРАММЫ ПОДДЕРЖКИ ЗДОРОВЬЯ ДЛЯ СТУДЕНТОВ..... | 48 |
| Мелентьева Н.Н. ПОДГОТОВКА ЮНОШЕЙ 9-11 КЛАССОВ К ОЛИМПИАДНЫМ ЗАДАНИЯМ ПРАКТИЧЕСКОГО ТУРА РАЗДЕЛА «СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ» | 49 |
| Мингажина В.Т. СРЕДСТВА ПРОФИЛАКТИКИ ПЛОСКОСТОПИЯ У СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ..... | 52 |
| Мудрагель К.О. ФАКТОРЫ СТРЕССА, ВЛИЯЮЩИЕ НА ПРЫГУНИЙ С ШЕСТОМ | 54 |

| | |
|---|----|
| Новик М.В. БИАТЛОН В РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ..... | 57 |
| Осипчук Е.Ю. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ В ВУЗАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ... | 60 |
| Пац Н.В., Окулевич А.А. НЕКОТОРЫЕ ФИЗИОМЕТРИЧЕСКИЕ И ВОЗРАСТНО-ПОЛОВЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕТЕЙ 6 ЛЕТ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ГРУППЫ ЗДОРОВЬЯ..... | 63 |
| Родионова К.А., Звягина Е.В. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПРИЗНАКОВ ПРОЯВЛЕНИЯ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ У СТУДЕНТОВ | 66 |
| Сафронова Г.В. ПОТРЕБНОСТНО-МОТИВАЦИОННЫЙ КОМПОНЕНТ КУЛЬТУРЫ АКТИВНОГО ДОСУГА СТУДЕНТА..... | 68 |
| Сафронова Г.В. МОТИВАЦИЯ К ДОСУГУ ФИЗКУЛЬТУРНО-РЕКРЕАЦИОННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ КАК СРЕДСТВО ПОВЫШЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ | 71 |
| Серебрянникова О.Ю. ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ ТЕСТИРОВАНИЕ КАК ОДНО ИЗ КЛЮЧЕВЫХ СОСТАВЛЯЮЩИХ КОМПЛЕКСНОЙ ОЦЕНКИ ДВИГАТЕЛЬНО-КООРДИНАЦИОННОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ИГРОКОВ ЛИБЕРО СТУДЕНЧЕСКИХ СБОРНЫХ КОМАНД | 74 |
| Семенчуков М.А. ОСОБЕННОСТИ ПРОДВИЖЕНИЯ И ПРЕДОСТАВЛЕНИЯ ФИТНЕС-УСЛУГ С ПРИМЕНЕНИЕМ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ | 77 |
| Сивцов Д.Н. ВЛИЯНИЕ СТРУКТУРНЫХ ЭЛЕМЕНТОВ ГРЕБКА НА КАНОЭ НА ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ МЫШЦ..... | 79 |
| Спицына Д.М. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НЕЙРОГИМНАСТИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ В КОРРЕКЦИИ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ДОШКОЛЬНИКОВ С НАРУШЕНИЕМ ИНТЕЛЛЕКТА | 83 |
| Федорова Т.А. ПРИЗНАКИ ГИПЕРМОБИЛЬНОСТИ СУСТАВОВ У ДЕВОЧЕК 6 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКОЙ | 85 |
| Цекунов С.О. ИССЛЕДОВАНИЕ ИНТЕНСИВНОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ НАГРУЗКИ ПО ПОКАЗАТЕЛЯМ ПУЛЬСОМЕТРИИ | 87 |

| | |
|---|-----|
| Щербаков Д.Д. ОПТИМИЗАЦИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ХОККЕИСТОВ С ПОМОЩЬЮ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ..... | 88 |
| Якубовская А.М. ВОДНАЯ ТЕРАПИЯ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ | 91 |
| Ястребинская С.Д., Марковская Н.Е. ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ В БАССЕЙНЕ ЛИЦ ПОСЛЕ ДВУСТОРОННЕЙ АМПУТАЦИИ НИЖНИХ КОНЕЧНОСТЕЙ..... | 92 |
| Kazarina A.S., Mironova V.M., Fukawa Noriaki RESTORATIVE METHODS IN WORKING WITH STUDENTS AND ATHLETES BASED ON PHYSICAL EDUCATION AND WELLNESS TECHNOLOGIES..... | 93 |
| Kozyreva Yu.V., Stepanenko Vera THE EFFECTIVENESS OF SWIMMING LESSONS IN NORMALIZING THE COURSE OF SCHOOLCHILDREN'S ADAPTATION..... | 97 |
| Milyaev K.S. PHYSICAL TRAINING OF HANDBALL PLAYERS BASED ON THE RESULTS OF THE FUNCTIONAL STATE..... | 100 |
| Petrushkina N.P., Zhukovskaya E.V., Shil'nikova N.S. THE PHYSIOLOGICAL RATIONALE FOR AROMATHERAPY USE IN THE SYSTEM OF IMPROVING THE FUNCTIONING OF ATHLETES' CIRCULATORY SYSTEM..... | 103 |
| Simonova N.A., Komleva E.V. SPEED PECULIARITIES AND CHARACTERISTICS OF NERVOUS PROCESSES IN FORWARDS AND DEFENDERS IN ICE HOCKEY | 108 |
| Shang Mingjunke DYNAMICS OF SPECIAL PREPAREDNESS OF HOCKEY PLAYERS UNDER THE INFLUENCE OF THE MENSTRUAL CYCLE..... | 111 |

БИАТЛОН В РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ

Новик М.В.

Полесский государственный университет, г.Пинск, Беларусь

Актуальность. В настоящее время круг интересов большинства молодёжи ограничен компьютером и телефоном. Увлечение каким-либо спортом благоприятствует разрастанию кругозора, а также может содействовать приобщению к самостоятельным занятиям спортом.

Ключевые слова. биатлон, развитие, проблемы, перспективы.

Материалы и методы. Анализ научно-методической литературы и архивных данных, анализ статистических данных, анкетирование.

Результаты исследований и их обсуждение. В результате соревнований, связанных с гонками на лыжах и стрельбой, проводимых на протяжении многих лет в нашей стране и за рубежом, и возник биатлон

Несмотря на столь раннее зарождение, биатлон не получил распространения в других странах. Биатлон начал развиваться в современном виде только в начале XX столетия.

В составе сборной сегодня сходят 11 спортсменов, которые проходят подготовку в составе спортивной сборной команды Беларуси принимают непосредственное участие в соревнованиях мирового масштаба.

Расцвет белорусского биатлона пришелся на 90-е годы, когда национальная команда получила право представлять страну за рубежом.

Известная белорусская биатлонистка Дарья Домрачева – четырёхкратная чемпионка, серебряный и бронзовый призёр Олимпийских игр, двукратная чемпионка мира, победительница и призёр этапов Кубка мира, заслуженный мастер спорта, Герой Беларуси.

В Беларуси на сегодняшний день открыто 7 отделений биатлона в ДЮСШ и СДЮСШОР. Общее количество занимающихся составляет около 850 спортсменов. Подготовку биатлонистов ведут квалифицированные специалисты, тренеры-преподаватели.

Заключение. Таким образом, возможно, отметить, что условия, созданные на спортивных базах города Беларуси для занятия биатлоном, позволяют воспитать спортсменов высокого класса. Наличие трассы в зимний период есть у всех школ, однако в летний период не все спортсмены школ могут себе позволить тренироваться на лыжероллерной трассе, и не все школы имеют оборудованное стрельбище.

выявили, что самым эффективным методом будет освещение соревнований по биатлону в городах Беларуси. А так же активная работа по пропаганде биатлона в общеобразовательных учреждениях для привлечения молодого поколения.

Список использованных источников

1. Биатлон: спорт. энцикл./отв. ред. О. Усольцева. - М. : Эксмо, 2014. -56 с.: ил.
2. Горбунов В.В. История зимних олимпийских видов спорта/В. В. Горбунов. -М.: Чистые пруды, 2016.-32 с. - (Б-чка "Первого сентября"). - (Спорт в шк.; Вып. 31).
3. Зубрилов Р.А. Становление, развитие и совершенствование техники стрельбы в биатлоне: монография/Р. А. Зубрилов. - М.: Сов. спорт, 2013.-352 с.: ил.
4. Мирзов, О.М. Применение восстановительных средств в спорте / О.М.Мирзов. – М.: СпортАкадемПресс, 2000. – 202 с.

Актуальность исследования

В настоящее время круг интересов большинства молодёжи ограничен компьютером и телефоном. Увлечение каким-либо спортом благоприятствует разрастанию кругозора, а также может содействовать приобщению к самостоятельным занятиям спортом.

После 2 мировой войны этот вид соревнований окончательно демилитаризировали и в нем начали привлекаться гражданские люди. В 1948 году патрульная гонка была частью Олимпийских игр, а в 1954 биатлон провозгласили как отдельный вид спорта. В 1980 году возник женский биатлон и были установлены его правила. Совместно с тем очень медленно устранялись причины гендерного неравенства, футбол рассматривался как мужской вид спорта. По мере развития женского футбола стали проводиться спортивные мероприятия с изменением международного статуса в мире.

Сегодня биатлон один из самых популярных зимних игр. Только в Австрии и Швейцарии он на вторых ролях, поскольку основным зимним видом спорта там считаются горнолыжные соревнования. Многие страны имеют очень высокий уровень биатлонистов и поэтому биатлон самый напряжённый и любимый зрителями вид зимних соревнований.

Результаты исследования

В результате соревнований, связанных с гонками на лыжах и стрельбой, проводимых на протяжении многих лет в нашей стране и за рубежом, и возник биатлон

В 1767 году в Норвегии впервые были проведены соревнования в передвижении на лыжах со стрельбой. В числе трех номеров программы две награды предусматривались для лыжников, которые во время спуска со склона средней крутизны попадут из ружья в определенную цель на расстоянии 40-50 шагов.

Несмотря на столь раннее зарождение, биатлон не получил распространения в других странах. Биатлон начал развиваться в современном виде только в начале XX столетия.

В 20-30-е годы военизированные соревнования на лыжах были широко распространены в частях Красной Армии. Спортсмены проходили дистанцию 50 км с полной боевой выкладкой, преодолевая различные препятствия.

Впоследствии военизированные гонки на лыжах с оружием видоизменялись, все больше приближаясь к спортивным соревнованиям. Так, появились «Гонки военных патрулей», состоящие из командной гонки на 30км с оружием и стрельбой на финише.

Цель исследования

- Выявление перспектив развития биатлона в Республике Беларусь.

Материал и методы исследования

В исследовании использовались: научно-методическая литература и архивных данных, анализ статистических данных, анкетирование.

Результаты исследования

Расцвет белорусского биатлона пришелся на 90-е годы, когда национальная команда получила право представлять страну за рубежом.

На Олимпиаде в г. Арбервиле (Франция) в гонке на 20 км Евгений Редькин завоевал золотую медаль, а Александр Попов - серебро в эстафетной гонке 4 x 7,5 км в объединенной команде СНГ.

Известная белорусская биатлонистка Дарья Домрачева – четырёхкратная чемпионка, серебряный и бронзовый призёр Олимпийских игр, двукратная чемпионка мира, победительница и призёр этапов Кубка мира, заслуженный мастер спорта, Герой Беларуси.

В Беларуси на сегодняшний день открыто 7 отделений биатлона в ДЮСШ и СДЮСШОР. Общее количество занимающихся составляет около 850 спортсменов. Подготовку биатлонистов ведут квалифицированные специалисты, тренеры-преподаватели.

Результаты исследования

В результате анкетирования были выявлены основные недостатки в развитии биатлона в Беларуси. На первом месте стоит недостаточное финансирование спортивных школ.

Для активного развития биатлона в Беларуси предлагаются следующие пути их решения:

- 1) Необходимо увеличить финансирование для более продуктивной работы с занимающимися, а также реконструкции спортивных сооружений и улучшения материально-технической базы спортивных школ края.
- 2) Увеличить освещение соревнований по биатлону в СМИ.
- 3) В каждой школе отвести отдельный кабинет для медицинского работника, чтобы обеспечить спортсменов качественным медицинским обслуживанием.

Результаты исследования

4) Сделать доступными объекты Академии биатлона для спортивных школ: тренажерный и спортивный зал, стрелковый тир, комнаты для подготовки лыж.

5) Организовывать спортивные лагеря для детей и спортсменов с направленностью на биатлон.

6) Для повышения эффективности тренировочного процесса проводить курсы повышения квалификации тренерского состава или периодически организовывать семинары для обмена опытом между тренерами.

Заключение

Таким образом, возможно, отметить, что условия, созданные на спортивных базах города Беларуси для занятия биатлоном, позволяют воспитать спортсменов высокого класса. Наличие трассы в зимний период есть у всех школ, однако в летний период не все спортсмены школ могут себе позволить тренироваться на лыжероллерной трассе, и не все школы имеют оборудованное стрельбище.

Главная проблема развития биатлона в Беларуси - недостаточное финансирование спортивных школ. Эта проблема решается увеличением притока средств на нужды спортивных школ: приобретение хорошего инвентаря, реконструкция спортивных объектов, закупка специально-технических средств для занятий биатлоном не только в крупных центрах, но и в небольших городах. Для того чтобы привлечь внимание к биатлону нужно как можно активнее привлекать население к занятиям биатлоном. Мы выявили, что самым эффективным методом будет освещение соревнований по биатлону в городах Беларуси. А так же активная работа по пропаганде биатлона в общеобразовательных учреждениях для привлечения молодого поколения

**ФИЗИОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА
И ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ**

*Материалы международной научно-практической конференции
«Проблемы и перспективы физиологического сопровождения тренировочного процесса и физической культуры»*

18 декабря 2024 года

Издание опубликовано в авторской редакции

Подписано в печать 12.12.2024 г. Формат 60x90/16. Бумага офсетная.
Гарнитура «Таймс». Усл.печ.л.7. Тираж 100 экз. Заказ № 69. Цена свободная.

Отпечатано в типографии Уральского государственного университета
физической культуры. 454091, Челябинск, ул.Российская, 258