

Контактная информация: lidia.serova@bk.ru

Статья поступила в редакцию 15.10.2018

УДК 796.922.093.642

**ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ДИАГНОСТИКА И ПРОГНОЗИРОВАНИЕ
СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ БИАТЛОНИСТОК РОССИИ В
ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ГОНКАХ НА ЭТАПАХ КУБКА МИРА**

Владимир Ильич Сиваков, доктор педагогических наук, профессор, Елена Викторовна Перепелюкова, кандидат педагогических наук, доцент, Ольга Александровна Комиссарова, старший преподаватель, Евгений Леонидович Бачериков, кандидат биологических наук, доцент, Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Уральский государственный университет физической культуры, г. Челябинск

Аннотация

В работе представлена и рассмотрена энергетическая диагностика в прогнозировании соревновательной деятельности биатлонисток России на этапах Кубка мира в индивидуальных гонках, имеющее тактическое значение для успешной соревновательной деятельности. Энергетическая диагностика позволяет точно оценить функциональное состояние, специальную и соревновательную подготовленность без дополнительных методов в полевых условиях на различных этапах Кубка мира не только у биатлонисток и биатлонистов, но и у спортсменов различных видов спорта в определении успешной или неуспешной соревновательной деятельности.

Ключевые слова: эстафета, биатлонистка, этап Кубка мира, энергосистема, функциональное состояние, спортивный результат.

**ENERGY DIAGNOSTICS AND FORECASTING OF COMPETITIVE ACTIVITY OF
RUSSIAN BIATHLETES IN INDIVIDUAL RACES AT THE WORLD CUP**

Vladimir Ilyich Sivakov, the doctor of pedagogical sciences, professor, Elena Viktorovna Perepelyukova, the candidate of pedagogical sciences, professor, Olga Alexandrovna Komissarova, the senior teacher, Evgeniy Leonidovich Bacherikov, the candidate of biological sciences, senior lecturer, South Ural State University of Humanities and Education, Chelyabinsk, Ural State University of Physical Culture, Chelyabinsk

Annotation

The article presents and examines the energy diagnostic in forecasting the competitive activities of the Russian biathletes at the World Cup stages in individual races, which have tactical meaning for successful competition. Energy diagnostic allows us to assess accurately the functional state, special and competitive readiness without additional methods in field conditions at various stage of the World Cup, not only among biathlonists, but also among athletes of various sports in determining successful or unsuccessful competitive activity.

Keywords: relay, biathlonist, World Cup stage, power supply system, functional state, sports result.

ВВЕДЕНИЕ

Квантовая диагностика и прогнозирование соревновательной деятельности биатлонисток России на этапах Кубка мира в индивидуальных гонках имеет тактическое значение для успешной соревновательной деятельности. Квантовая диагностика позволяет точно оценить функциональное состояние, специальную физическую подготовленность без дополнительных методов, отборочных стартов у биатлонисток и биатлонистов в определении успешной или неуспешной соревновательной деятельности.

Энергетический метод позволяет получать качественную информацию о функциональной подготовленности биатлонисток и биатлонистов из других стран мира и

эффективно планировать, и оценивать учебно-тренировочные и соревновательные нагрузки. При этом квантовым методом энергетический контроль и оценка функционального состояния специальной физической подготовленности определяется оперативно как для биатлонистов, так и для других спортсменов (циклических, ациклических и смешанных видов спорта).

Цель исследования: энергетическое обоснование квантовой диагностики и прогнозирование соревновательной деятельности биатлонисток на этапах Кубка мира в индивидуальных гонках.

Задача исследования: представить энергетическую диагностику в прогнозировании соревновательной деятельности биатлонисток на этапах Кубка мира в индивидуальных гонках.

Методы исследования: метод квантовой оценки энергетического и функционального состояния биатлонистов. Квантовый метод – это контактное или дистанционное воздействие на энергосистему спортсменов, применяемое для диагностики, оценки восстановления функционального состояния спортсменов до и после выполнения учебно-тренировочной и соревновательной нагрузки. При этом не имеет значения расстояние между квантовым методом спортсменов или командой в процессе повышения восстановления цветовой энергосистемы и функционального состояния.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Охарактеризуем энергосистему биатлонисток и соответственно их функциональное состояние, специальную физическую подготовленность от старта до финиша. 11.01.2018 г. Рупольдинг, индивидуальная гонка пятнадцать километров. Результаты энергетического анализа биатлонисток показали, что они имеют доминирующий розовый, желто-розовый, темно-розовый, светло-красный, зелено-красный, коричнево-розовый цвет энергии и, чем ближе к финишу, тем цветовой фон энергии от розовых оттенков сменяется до слабого светло-розового, зеленого цвета, что свидетельствует о снижении функциональных возможностей по окончании дистанции.

У биатлонисток сохраняется устойчивый розовый цвет энергии до второй стрельбы, а после второй стрельбы сменяется на слабый светло-розовый и сохраняющийся до финиша. Это свидетельствует о том, что снижается мощность энергосистемы – снижаются и функциональные возможности биатлонисток в соревновательной деятельности. Следует отметить, что розовый цвет энергии – это женский цвет энергии. Присутствие ярко-розовой энергии свидетельствует о высоких функциональных возможностях биатлонисток, а ярко-красный цвет энергии – это мужской цвет энергии, который характерен для биатлонисток, занимающих высокие места в индивидуальной гонке на пятнадцать километров.

Представим изменение цветовой энергии от старта до финиша у Д. Виролайнен и у Т. Акимовой на дистанции пятнадцать километров. У Д. Виролайнен перед стартом выявлен стресс в виде зеленой окружности, а у Т. Акимовой на старте стресс представлен в виде темно-розовой энергии (с преобладанием темной энергии над розовой энергией), что характеризует сильное психическое напряжения функциональной системы. У Д. Виролайнен цвет энергии меняется после первой стрельбы с зелено-розового на светло-красный и розовый цвет, что характеризует развитие адаптационного процесса к соревновательной нагрузке. У Т. Акимовой изменяется энергия с темно-розовой на ярко-розовую, а с ярко-розовой на светло-зеленую энергию. Это свидетельствует о напряженной работе функциональной и сердечно-сосудистой системы.

Д. Виролайнен допускает после второй стрельбы промах, имеет светло-розовую энергию по форме содержания в виде горизонтального квадрата (экрана). Т. Акимова промахивается на третьей стрельбе, цветовая энергия выявлена в форме квадрата (экрана) светло-красная, зеленая в первой половине квадрата, а светло-розовая энергия во второй половине квадрата, также сохраняется напряженная работа функциональной и сердечно-

сосудистой системы.

Д. Виротайнен имеет после четвертой стрельбы красную и светло-красную энергию в форме горизонтального квадрата (экрана) и сохраняет её до финиша. На финише она проигрывает победителю 2.04.5 секунд с результатом стрельбы (0+1+0+0). У Т. Акимовой цветовая энергия выглядит после четвертой стрельбы как квадрат (экран). Энергия делится на светло-розовую вверху, а внизу на светло-зеленую энергию в квадрате (экране), что существенно снижает функциональные возможности биатлонистки и она проигрывает 2.27.8 секунды победителю с результатом стрельбы (0+0+1+0).

Рассмотрим энергосистему у Д. Вирер, победительницы пятнадцатикилометровой дистанции с результатом 41.29.0 секунд, стрельба (0+0+0+0). У Д. Вирер на финише цветовая энергия представлена круглой сферой, в центре доминирует красная энергия, а по краям круглой сферы зеленая энергия. У серебряного призера К. Макарайнен цветовая энергия имеет красную овальную энергию и круглую зеленую сферу, результат соревновательной деятельности 41.41.7 секунды, стрельба (0+0+0+0).

Аналогичную форму цветовой энергии имеет и бронзовый призер Р. Кроуфорд, результат соревновательной деятельности 41.50.2 секунды, показатель стрельба (0+0+0+0). Энергия биатлонистки проявляется в более объемной форме красной энергии с присутствием черной небольшой окружности, что подтверждает переутомление на финише.

У Ю. Джимы, занявшего четвертое место, форма энергии представлена в виде квадрата с преобладанием зеленой энергии в верхней части квадрата (экрана), а в нижней части экрана присутствует слабо выраженная красная энергия, результат соревновательной деятельности 42.14.9 секунды, стрельба (0+0+0+0). У В. Семеренко, занявшей пятое место, энергия имеет форму слабо выраженной красной окружности, а в центре окружности доминирует зеленая энергия, результат соревновательной деятельности 42.21.6 секунды, стрельба (0+0+0+0).

Из анализа энергосистемы биатлонисток и их функциональной подготовленности можно утверждать, что биатлонистки выигрывают в соревновательной деятельности с преобладанием красной мужской цветовой энергии, а не с розовой женской цветовой энергией. При этом форма окружности цветовой энергии способствует высоким результатам, а не форма горизонтального квадрата (экрана) цветовой энергии в соревновательной деятельности.

Из обоснования энергосистемы биатлонисток в соревновательной деятельности в индивидуальной гонке на пятнадцать километров выделим низкий, средний, высокий уровень цветовой энергосистемы и соответственно специальной физической подготовленности.

Биатлонистки имеют низкий уровень цветовой энергосистемы соответственно и функциональную подготовленность с проявлением светло-розовой, светло-салатовой, а также внутри имеется небольшая окружность с зеленым, коричневым, черным, серым, желтым наполнением, а энергия представлена горизонтально в форме квадрата (экрана).

Биатлонистки имеют средний уровень цветовой энергосистемы соответственно и функциональную подготовленность с проявлением розово-зеленой, красно-зеленой, розово-желтой, розово-коричневой, розово-синей энергии. Энергия в форме квадрата (экрана) по горизонтали. Энергия квадрата (экрана) содержит в верхней части квадрата красную энергию, а в нижней части квадрата зеленую, желтую, коричневую, синюю, голубую, светло-красную энергию.

Биатлонистки имеют высокий уровень цветовой энергосистемы соответственно и функциональную подготовленность с проявление красной, красно-зеленой. Форма цветовой энергии круглая, или квадрат по вертикали, но не по горизонтали с внутренней стороны красная энергия по окружности зеленая.

Представим обоснование выявленных уровней энергосистемы у биатлонисток. У Т. Акимовой на старте выявлен низкий уровень энергии темно-розового цвета. У Д. Виротайнен определен средний уровень энергии в сочетании со светло-красной с розовой

энергией. У победителей и призеров соревнования Д. Вирер, К. Макарайнен, Р. Кроуфорд, В. Семиренко установлен высокий уровень энергии в форме окружности красно-зеленой цветовой энергии.

Цветовая энергосистема у биатлонисток меняется по форме и содержанию в зависимости от функциональной подготовленности, состояния утомления, переутомления, перенапряжения в соревновательной деятельности. При этом энергетический контроль и оценка функционального состояния, специальной физической подготовленности выполняется оперативно без специальных лабораторных медицинских исследований, контрольных тестов и стартов.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В заключение отметим, что энергетическое обоснование квантовой диагностики и прогнозирование соревновательной деятельности биатлонисток на этапах Кубка мира в индивидуальных гонках позволит внести определенные коррективы в повышении соревновательной деятельности с учетом цветовой энергосистемы, функциональной и специальной физической подготовленности.

Из выявленных результатов исследования энергосистемы, функциональной подготовленности биатлонисток, можно утверждать, что выигрывают биатлонистки в соревновательной деятельности с преобладанием красной мужской цветовой энергии над розовой женской цветовой энергией в форме окружности, а не квадрата (экрана) в соревновательной деятельности.

Энергетическая диагностика позволяет точно оценить функциональное состояние, специальную и соревновательную подготовленность без дополнительных методов в полевых условиях на различных этапах Кубка мира не только у биатлонисток и биатлонистов, но и у спортсменов различных видов спорта в определении успешной или неуспешной соревновательной деятельности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Квантовый энергетический метод в прогнозировании игровых матчей континентальной хоккейной лиги / В.И. Сиваков, С.А. Айткулов, И.Ф. Черкасов Е.В. Перепелюкова, Л.М. Кравцова // Теория и практика физической культуры. – 2018. – № 6. – С. 62-64.
2. Молекулярно-генетическая детерминация функциональной работоспособности единоборцев разных квалификаций / М.С. Терзи, Е.В. Леконцев, Д.А. Сарайкин, В.И. Павлова, Ю.Г. Камскова // Теория и практика физической культуры. – 2016. – № 7. – С. 21-24.

REFERENCES

1. Aitkulov, S.A., Cherkasov, I.F., Perepelyukova, E.V. and Kravtsova, L.M. (2018), "Quantum energy rating method for competitive performance forecasts in continental hockey league matches", *Theory and Practice of physical Culture*, No. 6, pp. 62-64.
2. Terzi, M.S., Saraykin, D.A., Pavlova, V.I. and Kamskova, J.G. (2016), "Molecular genetic determination of functional capacity of the fighters of different qualifications", *Theory and Practice of physical Culture*, No. 7, pp. 21-24.

Контактная информация: vismaster62@mail.ru

Статья поступила в редакцию 11.10.2018