

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФГБОУ ВО «СМОЛЕНСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

Факультет физической культуры и оздоровительных технологий

Кафедра гуманитарных наук

Заведующий кафедрой гуманитарных наук

_____ Ефременков К.Н.

«__» _____ 2016 г.

БИАТЛОН В ПРОГРАММЕ СОВРЕМЕННЫХ
ЗИМНИХ ОЛИМПИЙСКИХ ИГР

Выпускная квалификационная работа
по направлению подготовки 39.03.03 «Организация работы с молодежью»

Студент-исполнитель _____ Сандуляк В.С.

Научный руководитель _____ Лазарев В.Ф.

Оценка за работу _____

Председатель ГЭК _____ Егоров А.Г.

Смоленск 2016

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
Глава 1. СОСТОЯНИЕ ВОПРОСА	6
1.1. Из истории возникновения биатлона как вида спорта.....	6
1.2. История развития биатлона в нашей стране	8
1.3. Разновидности биатлона (летний биатлон, ачери-биатлон).....	13
Глава 2. ЗАДАЧИ, МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ.....	21
2.1. Задачи исследования.....	21
2.2. Методы и организация исследования	21
Глава 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ.....	23
3.1. Классический биатлон в программе современных зимних Олимпийских игр.....	23
3.2. Анализ выступления биатлонистов нашей страны на зимних Олимпийских играх	28
ВЫВОДЫ.....	39
ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ.....	41
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	43

ВВЕДЕНИЕ

Через минутный интервал один за другим стартуют лыжники. У каждого за плечами винтовка, а впереди – 20 километров очень трудного, по снежному бездорожью пути, четыре огневых рубежа, полуторачасовое напряжение упорной борьбы, требующей от спортсмена выдержки, расчетливости, хладнокровия.

Так начинаются соревнования в биатлоне – современном зимнем двоеборье, одном из самых молодых видов лыжного спорта (латинское «bi» – означает дважды, греческое «atlon» – состязание).

Биатлонист должен в совершенстве не только владеть лыжной техникой, обладать колоссальной выносливостью, но и уметь во время длительной, изнурительной гонки, проходящей по сильнопересеченной местности, стрелять предельно точно.

По правилам соревнований биатлонист на дистанции должен произвести на четырех огневых рубежах по пять выстрелов. Всего – двадцать. Результаты стрельбы исключительно важны. Каждый промах – это штрафные минуты, которые добавляются ко времени, показанному спортсменом в гонке.

Сложность соревнований в биатлоне обуславливается также тем, что на дистанции спортсмен не может пользоваться никакой посторонней помощью. Ему разрешается лишь заменить одну лыжу и лыжную палку. Перед стартом и после финиша оружие и снаряжение обязательно проверяются. Если при проверке у спортсмена не окажется полного комплекта маркированного снаряжения и оружия, он снимается с соревнований, а показанный им результат аннулируется.

Винтовка биатлониста должна весить не менее 3,5 кг. Для стрельбы используются патроны калибра 5,6 мм. В индивидуальной гонке и гонке преследования спортсмен стартует с боезапасом в 20 патронов, в спринте – 10, в эстафете – 16. Расстояние до мишеней на всех огневых рубежах 50 метров,

установлены они на высоте один метр, диаметр мишени для стрельбы лежа 4,5 см, стоя – 11,5 см.

Результат в биатлоне определяется по лучшему времени прохождения дистанции соревнований с учетом штрафного времени за стрельбу.

Специфическая особенность биатлона заключается в комплексном сочетании в одном соревновании различных по физиологическому воздействию на организм видов спорта – лыжной гонки и стрельбы. Если лыжная гонка (определяющий вид спорта в биатлоне) представляет собой продолжительную работу динамического характера, то спортивно-пулевая стрельба – статический вид спорта, требующий сосредоточения внимания, абстрагирования от посторонних раздражителей. Эти компоненты взаимосвязаны и взаимозависимы. Биатлон нельзя рассматривать как механическое соединение двух видов спорта: лыжной гонки и стрельбы. Раздельными специальными тренировками в гонках на лыжах и в стрельбе можно достичь высоких результатов в каждом из видов в отдельности, однако успешно реализовать такую подготовку в соревнованиях спортсмены могут не всегда. Только рациональное сочетание этих двух составных частей биатлона в комплексной подготовке может обеспечить успех.

Биатлон входит в программу зимних олимпийских игр. Ежегодно проводятся первенства мира среди мужчин и юниоров. Теперь все чаще в международных соревнованиях принимают участие женщины. Популярность биатлона растет из года в год, об этом свидетельствует возросшее число стран – участниц международных соревнований. В нашей стране биатлоном занимается более 100 тысяч человек.

В связи с актуальностью вопросов, связанных с особенностями развития биатлона, как одного из самых популярных современных зимних видов спорта мы и выбрали тему данной выпускной квалификационной работы.

Целью работы является рассмотрение истории возникновения и развития биатлона, а также обобщение итогов выступления сборной команды

нашей страны по данному виду спорта на самых представительных спортивных форумах современности – зимних Олимпийских играх.

Объект исследования – процессы, связанные с подготовкой, организацией и проведением соревнований по биатлону с момента их возникновения и до сегодняшнего дня.

Предмет исследования – изучение и анализ официальных документов Международного олимпийского комитета, Международных федераций по видам спорта, материалов Союза биатлонистов России.

Рабочая гипотеза исследования предполагает, что детальный анализ процесса возникновения, становления и дальнейшего развития биатлона как одного из самых популярных видов спорта, входящих в программу современных зимних Олимпийских игр позволит более дифференцированно подойти к вопросу подготовки членов сборной команды нашей страны к очередному олимпийскому циклу.