

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
СИБИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

В. А. АИКИН, Ю. В. КОРЯГИНА

СОВРЕМЕННЫЕ АСПЕКТЫ
СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ
В ТРИАТЛОНЕ ЗА РУБЕЖОМ

Научно-методическое пособие

ОМСК 2015

Рецензенты:

доктор педагогических наук, профессор Попков В. Н.
доктор педагогических наук, профессор Горская И. Ю.

Современные аспекты спортивной тренировки в триатлоне за рубежом : научно-методическое пособие / сост. В. А. Аикин, Ю. В. Корягина.— Омск : Изд-во СибГУФК, 2015. — с. 24

В научно-методическом пособии представлены современные научные данные зарубежных лабораторий по основным аспектам организации тренировочного процесса и соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов и резерва сборных команд в триатлоне. Основное внимание зарубежные исследователи уделяют определению факторов спортивной результативности, экономичности движений и медико-биологическим аспектам подготовки.

Основанием для выполнения настоящей работы явилось техническое задание и тематический план государственного задания по выполнению прикладных научных исследований в области физической культуры и спорта на 2015 г. в соответствии с приказом Минспорта России от 17 декабря 2014 г. № 1030.

Научно-методическое пособие предназначено для тренеров, спортсменов, аспирантов, магистрантов и студентов, также может быть использовано слушателями курсов повышения квалификации тренеров, научными работниками, специалистами комплексных научных групп и всеми лицами, интересующимися современными аспектами спортивной подготовки триатлонистов.

Печатается по решению редакционно-издательского совета университета.

© ФГБОУ ВПО СибГУФК, 2015

Содержание

Введение.....	3
1. Применение современных информационно-технологических систем в подготовке и тестировании триатлонистов	4
2. Факторы результативности в триатлоне	7
3. Медико-биологические аспекты подготовки триатлонистов	155
Заключение	19
Литература	20