

Зона легкой атлетики

Функционал:

1. Оценка пространственно-временных параметров движения.
2. Оценка скорости реакции, скоростно-силовых качеств.
3. Научно-методическое сопровождение тренировочного процесса в единоборствах, легкой атлетике, игровых видах спорта.

Применяемые методики:

1. Оценка времени и местоположения касания конечностью пола при выполнении спортивных упражнений; трехмерный кинематический анализ движений.
2. Динамический анализ движений.
3. Анализ технико-тактических элементов выполнения сложных двигательных актов у спортсменов.
4. Тренировка и анализ специальных качеств у спортсменов стрелковых видов спорта
5. Контроль и развитие координационных и когнитивных способностей у спортсменов скоростно-силовых видов спорта.

Получаемые параметры:

1. Скорость, время, время реакции, мощность отталкивания, время без опоры, высота, время касания стопы при беге и ходьбе.
2. Пространственно-временные показатели (перемещение, скорость, ускорение, мощность, суставные углы и т.д.) характеризующие качество выполнения технических действий, а также степень развития физических качеств спортсмена в различных видах спорта.
3. Высота прыжка, мощность прыжка, время контакта с опорой, прыжковая выносливость, баланс развития мышц правой и левой ноги.

