**ИНФОРМАЦИЯ ОТ А.А. БЕККЕРА**

Согласно пункту 1 повестки дня текущего Президиума Совета Федерации:

*«Об итогах Совета Федерации прыжков на лыжах с трамплина и лыжного двоеборья России 28 сентября в г. Сочи (Краснодарский край) и вопросах, которые согласно Постановлению Совета ФПЛДР, должны быть рассмотрены на ближайшем заседании Президиума Совета ФПЛД России».*

*Отв. Дубровский Д.Э., Беккер А.А., Рапопорт Л.А., Шишлаков, А.К., Директор ГАУ СО СШОР «АИСТ» Миленький Я.И., Горшунова А.Г., Мустафин Л.М., Постаногов А.В.*

предоставляю ответы по меня касающимся п.4. и п.6. Постановления Совета Федерации прыжков на лыжах трамплина и лыжного двоеборья России от 28 сентября 2023 года.

***Пункт 4****. Подготовить предложения по повышению эффективности подготовки сборных команд России по лыжному двоеборью и в установленном порядке внести изменения* *в Целевую комплексную программу подготовки сборных команд России к Олимпийским играм 2026 года в Кортина Д'Ампеццо (Италия).*

*Ближайшее заседание Президиума Совета ФПЛД России. Отв. Вице-президент ФПЛД России Беккер А.А.*

Результаты выступлений отечественных двоеборцев на международной арене в последние годы свидетельствуют о крайней неэффективности используемой методики подготовки сборных команд России.

Весной 2023 тренерским штабом юниорской сборной команды совместно со специалистами Аналитического управления ЦСП была разработана концепция подготовки двоеборцев к новому сезону, и на основе этой концепции подготовлен соответствующий план спортивной подготовки команды.

Спецификой указанного плана являлся учет периодизации различных видов нагрузки (циклической, прыжковой, силовой) и построение тренировочных микро- и мезо- циклов, позволяющее добиться эффекта интерференции, т.е. минимизировать отрицательное влияние различных видов нагрузки друг на друга для получения максимального положительного эффекта и в циклической подготовке, и в прыжках с трамплина, и в силовой подготовке во всех ее аспектах – гипертрофия, максимальная сила, взрывная сила.

Также был разработан план научно-методического сопровождения юниорской сборной. Спецификой такого плана являлись:

* постоянный контроль и фиксация объемов и интенсивности тренировочных нагрузок и тщательный оперативный контроль реакции организма спортсменов на эти нагрузки;
* практически ежедневный контроль физического состояния спортсменов;
* увеличение числа этапных комплексных обследований (ЭКО) команды в подготовительном периоде, проводимых в разных лабораториях (Сочи, Чайковский, Москва) по единому, согласованному с ЦСП протоколу тестирования.

Проведенное 15 ноября очередное (третье в текущем сезоне) этапное комплексное обследование показало следующее:

* у всех спортсменов команды начиная с июня месяца отмечается постоянный рост интегрального показателя физической подготовленности (особенно заметный рост этого показателя у М. Хлопцева – на 29% и у Н. Лысенина – на 25%);
* к началу соревновательного периода значительно повысились показатели относительного МПК, достигнув очень «серьезных» величин – у Лысенина 72 Мл/кг/мин, у Хлопцева 70 Мл/кг/мин, у Чаплыгина 65 Мл/кг/мин;
* в настоящее время у большинства спортсменов юниорской команды такие показатели как мощность при работе ногами, экономичность бега, потребление кислорода на уровне ПАНО достигли, а у некоторых даже превзошли соответствующие модельные показатели для взрослых спортсменов.

Тем не менее, для уверенной рекомендации по применению указанной методики в подготовке национальной сборной команды, необходимо дождаться окончания сезона и подведения результатов выступления спортсменов на важнейших стартах – Спартакиада сильнейших, Чемпионат и Первенство России, финал Кубка России.

После этого нужно будет провести факторный анализ, чтобы установить корреляционные связи между отдельными показателями тестирований и результатами выступлений спортсменов как в отдельных дисциплинах двоеборья (прыжки, гонка), так и в двоеборье в целом.

На основе этих данных нужно будет внести соответствующие поправки в планы спортивной подготовки и уже после этого рекомендовать к использованию в тренировочном процессе всех сборных команд России по лыжному двоеборью.

Что касается внесения изменений в ЦКП – по результатам тестирования юниорской сборной команды России по лыжному двоеборью Аналитическое управление ЦСП планирует внести изменения в модельные характеристики лыжника-двоеборца (кстати, последний раз корректировка такой модели проводилась более 10 лет назад). После этого на основании скорректированных модельных показателей будут внесены изменения и дополнения в соответствующие разделы ЦКП.

***Пункт 6****. Взять под особый контроль ход реконструкции большого московского трамплина, а также вопросы реконструкции и строительства трамплинов в гг.* *Санкт-Петербург, Уфа,* *Нижний Новгород,* *Сортавала.*

*Ближайшее заседание Президиума Совета ФПЛД России. Отв. Беккер А.А., Дубровский Д.Э., Вашурин Е.В.*

Я нахожусь на постоянной связи с проектировщиками, конструкторами и строителями, занимающимися реконструкцией большого московского трамплина.

Длительная пауза в реконструкции была связана с заменой подрядчиков. В настоящий момент основной сдерживающий фактор – это критически малое пространство для зоны выката (64,3 м). Причина – построенная канатная дорога через Москва-реку и соответствующий «гараж» для размещения кабин этой канатки, находящийся в зоне выката трамплина.

Расчеты показывают, что в такой ситуации для безопасного торможения прыгунов необходимо возведение контруклона со значительным углом (11,3 градуса). Это в свою очередь требует строительства подпорной стены значительного размера. В настоящий момент конструкторы ищут техническое решение, которое позволит построить такую стену.

Более того, эксперт FIS Ричард Кайзер, приславший мне соответствующие формулы для расчета параметров контруклона, утверждает, что такой контруклон решит проблему «зимнего» торможения, но для безопасного торможения на искусственном покрытии потребуется увеличить зону выката еще на 10 – 15 м, а это уже нерешаемая в имеющихся условиях задача.

По трамплинам в Нижнем Новгороде моя работа состояла в расчете геометрических параметров при проектировании трамплина, текущее состояние объекта мне неизвестно.

Что касается трамплинов в Уфе, Санкт-Петербурге и Сортавала, ко мне за консультациями никто не обращался, я не имею никакой информации по этим объектам.

Согласно повестке дня Президиума по вопросу «Об итогах летнего подготовительного периода, об утверждении составов сборных команд России по прыжкам на лыжах с трамплина и лыжному двоеборью (основного и юниорского составов) и задачах для участия в главных стартах сезона 2023-2024 гг., итоги Методической комиссии Минспорта России от 11.10.2023 г.» по двоеборью информацию предоставит старший тренер сборной команды России С.Ю. Ширяев.

В части юниорской команды считаю вступление спортсменов удовлетворительным:

* на летнем Первенстве России Е. Герчу стал победителем, Н. Лысенин занял второе место.
* на летнем Чемпионате России Н. Лысенин занял 7 место, Е. Герчу дважды был в 9-м.

К сожалению серьезную травму получил лидер команды Н. Маклыгин – вероятнее всего он пропустит нынешний сезон.

Предлагаемый состав юниорской сборной – Е. Герчу, Л. Костянец, Н. Лысенин, М. Хлопцев, Д. Чаплыгин.

Основные задачи в предстоящем сезоне:

* для всей команды успешное выступление на Первенстве России среди юниоров;
* дополнительно для Костянца и Чаплыгина успешное выступление на юношеском Первенстве России;
* для всей команды успешное выступление на Спартакиаде сильнейших и на Чемпионате России.