

ЭЛЕКТРОННОЕ ОСНАЩЕНИЕ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА СОВРЕМЕННОГО СПОРТСМЕНА

Студент гр. 119812 Адамович А.С.

Ст. преп. Рогальский Е.С.

Белорусский национальный технический университет

Что требуется современному спортивному человеку чтобы постоянно повышать свои профессиональные или любительские достижения в выбранном виде спорта? Для этого, помимо объективной силы и выносливости, сегодня необходимо и надежное спортивное оборудование. Спортивное оборудование от настоящих специалистов - это сплав инженерно-технической мысли профессионалов, новаторской идеи спортивных тренеров и ведущих врачей спортивной медицины, учитывающий современные подходы к удобству и комфорту во время занятий и соревнований на данном спортивном оснащении.

Производители предлагают спортсменам специальные тренажеры, которые, как правило, имеют хорошее электронное оснащение. Например, в рукоятки тренажеров могут быть встроены сенсорные датчики, которые измеряют пульс человека во время занятий, что позволяет спортсменам контролировать свою нагрузку. Показатели пульса отображаются на дисплее, который имеют практически все современные тренажеры. На велотренажерах устанавливают велокомпьютеры. Они фиксируют скорость, с которой человек крутит педали, а также километраж «пройденного» им расстояния. Велокомпьютер очень удобный прибор, так спортсмен имеет возможность самостоятельно оценить, насколько эффективно идет его тренировка.

Все тренажеры имеют несколько видов спортивных программ, загруженных в комплектующие их компьютеры. Некоторые из этих программ являются неизменяемыми, другие, имеющие пользовательские режимы, можно корректировать. В зависимости от вида спортивного оборудования и его производителя, количество программ в тренажерах может быть разным. Загруженные в компьютер спортивные режимы отличаются друг от друга уровнем нагрузки и «привязкой» к индивидуальным планам тренировок спортсмена. Они имеют так же режим записи физиологических параметров спортсмена в процессе тренировки. Спортсмен может оценить, сколько времени он занимается, скорость своего движения, выбранный уровень интенсивности, количество калорий, которые он смог потратить за время занятий. Современные тренажеры настолько совершенны и функциональны, что заменяют персонального тренера.