

Учебное пособие рекомендовано к изданию  
экспертно-методическим советом  
Факультета адаптивной физической культуры, рекреации и туризма  
ФГБОУ ВО РУС «ГЦОЛИФК»  
Протокол № \_\_\_\_ « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 г.

Тарханов, И.В. Лабораторный практикум по механоэлектрическим методикам регистрации движений человека: Учебное пособие по спортивной биомеханике для студентов ФГБОУ ВО РУС «ГЦОЛИФК», обучающихся по направлению 49.03.04 «Спорт» профиль «Спортивная подготовка по виду спорта». - М.: «ИКЦ Колос-с», 2023 г. - 41 с.

ISBN 978-5-00129-360-6

Учебное пособие по спортивной биомеханике включает в себя три лабораторных работы. Каждая работа предваряется краткими теоретическими сведениями и сопровождается детальным описанием последовательности действий для измерения биомеханических характеристик физической и технической подготовленности с применением механоэлектрических динамометров.

© «ИКЦ Колос-с», 2023

© И.В. Тарханов, 2023

## Содержание

Введение .....	4
Метод биомеханического обоснования строения двигательного действия и механоэлектрические методики. Динамометрия .....	5
Лабораторная работа 1 Определение кинематики ОЦМ тела человека по силе реакции опоры в прыжковых упражнениях.....	10
Методика и организация исследования.....	12
Контрольные вопросы .....	26
Лабораторная работа 2 Оценка реализационной эффективности техники в прыжковых упражнениях .....	28
Методика и организация исследования.....	29
Контрольные вопросы .....	33
Лабораторная работа 3 Становая динамометрия .....	35
Методика и организация исследования.....	35
Литература.....	38
Приложения.....	40
Приложение А Уравнения регрессии для расчета должной высоты прыжка.	40
Приложение Б Таблица педагогических оценок реализационной эффективности техники подседания .....	41
Приложение В Таблица педагогических оценок реализационной эффективности техники движений маховых звеньев.....	43