ГУ «Республиканский научно - «УТВЕРЖДАЮ»

практический центр спорта»

Директор РНПЦ спорта

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Г.М.Загородный

«\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_2016г.

**План**

работы специалиста КНГ по вольной борьбе

**Иванова Ивана Ивановича,**

*Указать основное место работы и должность*,

в период проведения УТС на базе ОСК «Стайки» с 08 по 18 февраля 2016г.

На основании письма РЦОП по единоборствам от 09.02.2016 № 01-05/273 и запроса главного тренера мужской национальной команды по вольной борьбе Ласицы А.М. определена цель:

оценка состояния сердечно-сосудистой системы (ССС) по данным электрокардиограмм и переносимости выполняемых физических нагрузок с формированием индивидуальных рекомендаций по тренировочному режиму каждого конкретного спортсмена.

Этапы проведения исследований:

1. Сбор анамнеза и анализ имеющейся медицинской документации по каждому спортсмену индивидуально.
2. Исходная оценка состояния сердечно-сосудистой системы (ССС) по данным электрокардиограмм спортсменов
3. В ходе выполнения тренировочных заданий в процессе проведения учебно-тренировочного сбора оценка толерантности к физическим нагрузкам и реакции ССС на переносимую нагрузку – последующее проведение электрокардиографии в 12 стандартных отведениях.
4. Формирование рекомендаций по тренировочному режиму нагрузок в соответствии с полученными данными.

Консультативная работа с тренерами и спортсменами с предложениями по индивидуальной коррекции УТП и возможной фармкоррекции.

Примерный объём работ и сроки выполнения:

12.12.2015 – 3 часа (15:00-18:00)

23.12.2015 – 3 часа (15:00-18:00)

Специалист КНГ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.И.Иванов

Руководитель КНГ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.П.Пупкин

Согласовано:

Начальник АОП \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.И.Бадуев