



ДЕРЖАВНА СЛУЖБА
ІНТЕЛЕКТУАЛЬНОЇ
ВЛАСНОСТІ
УКРАЇНИ

УКРАЇНА

(19) **UA** (11) **94894** (13) **U**
(51) МПК
A63B 23/04 (2006.01)

(12) ОПИС ДО ПАТЕНТУ НА КОРИСНУ МОДЕЛЬ

(21) Номер заявки: **u 2014 04788**

(22) Дата подання заявки: **05.05.2014**

(24) Дата, з якої є чинними
права на корисну
модель: **10.12.2014**

(46) Публікація відомостей **10.12.2014, Бюл.№ 23**
про видачу патенту:

(72) Винахідник(и):

**Тищенко Валерія Олексіївна (UA),
Кокарев Борис Валерійович (UA)**

(73) Власник(и):

**Тищенко Валерія Олексіївна,
вул. Героїв Сталінграду, 15, кв. 6, м.
Запоріжжя, 69095 (UA),
Кокарев Борис Валерійович,
вул. Новгородська, 24, кв. 100, м.
Запоріжжя, 69076 (UA)**

(74) Представник:

Ривюк Мар'яна Іванівна

(54) СВІТЛОВА ПЛАТФОРМА ВДОСКОНАЛЕННЯ ТЕХНІЧНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ У СПОРТИВНІЙ АЕРОБІЦІ ТА ФІТНЕСІ (СПВТМСАФ)

(57) Реферат:

Світлова платформа вдосконалення технічної майстерності у спортивній аеробіці та фітнесі містить ламіновану поверхню з вставками, а також захисне покриття, що виконане прозорим, під яким розміщені світлодіоди у вставках, що мають форму кола. Платформа тисненням розбита на 4 рівних квадрати.

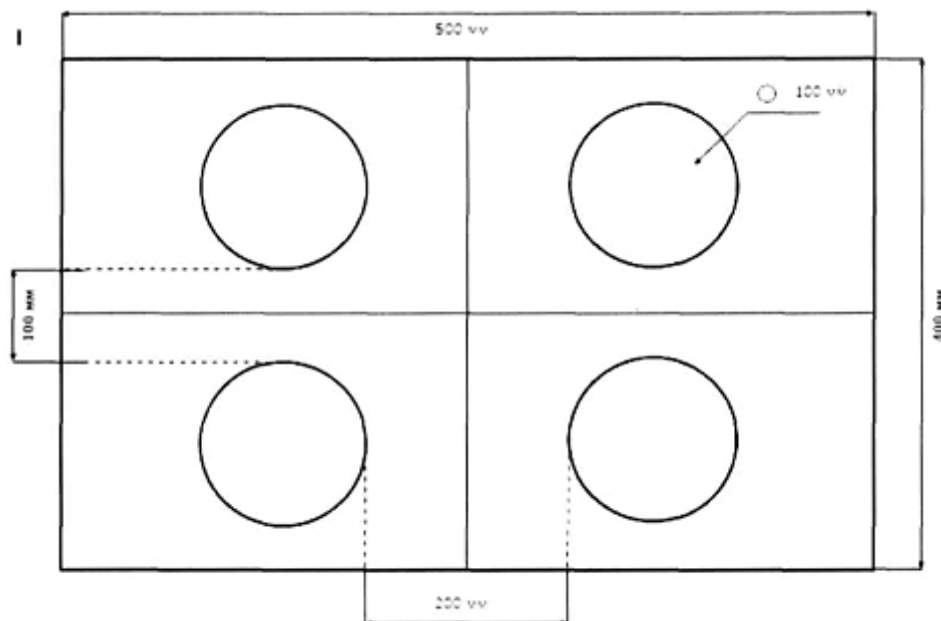


Рис. 1. Світлова платформа вдосконалення технічної майстерності у спортивній аеробіці та фітнесі

UA 94894 U

Корисна модель належить до фізичного виховання та спорту і може бути використана для відпрацювання вправ зі спортивної аеробіки.

Відомі платформи вдосконалення технічної майстерності різної модифікації використовують в спортивній аеробіці для тренування м'язів ніг і використання регульованого навантаження для

вдосконалення витривалості м'язів ніг, рухомості їх суглобів.

Зокрема відома платформа вдосконалення технічної майстерності (патент України на корисну модель № 30604, МПК (2006) А61В 5/103, А63В 22/00, А63В 26/00, А63В 23/04, опубл.03.2008), яка складається з опорної плити, оснащеної демпферним елементом та міститься датчик хитання і/або прискорення. Однак основною задачею даної платформи є коливні рухи (хитання), що робить дану конструкцію ідеальною для тренувань зі сноубордингу, однак звужує рамки застосування для таких видів спорту як фітнес та аеробіка.

Також відомі платформи (так звані степ-платформи) вдосконалення технічної майстерності (Інтернет-ресурс <http://www.prival.net.ua/step-platformy.html>), де як зусилля навантаження використовують чисто механічні сили гравітаційного походження, пружні властивості елементів опору (пружин, амортизаторів різного типу) або електромагнітні зусилля електромеханічних перетворювачів, що обертаються, і те, що вони є занадто громіздкими і часто малоінформативними.

Найбільш близьким до запропонованої є олімпійська платформа вдосконалення технічної майстерності (Інтернет-ресурс <http://fitness.ru/catalogue/45/50/373/2023/?height=500&width=600>), що являє собою ламіновану поверхню (платформу) з тришарової фанери з дерев'яною вставкою завтовшки 2 см з тисненим логотипом TuffStuff. На платформу нанесено захисне гумове покриття товщиною 5 см.

Недоліком є те, що дана платформа призначена в першу чергу для доповнення тренажерів. Окрім цього, не в останню чергу важливо враховувати легкість та мобільність тренажерних пристроїв, дешевизну та легкість масового виробництва.

В основу корисної моделі поставлена задача вдосконалення платформи для можливості тренування проблемних в плані відпрацювання вправ зі спортивної аеробіки та фітнесу, а також зробити її зручною, мобільною та економічною у виготовленні.

Поставлена задача вирішується тим, що у світловій платформі вдосконалення технічної майстерності у спортивній аеробіці та фітнесі, яка містить ламіновану поверхню з вставками, а також захисне покриття, згідно з корисною моделлю, захисне покриття виконане прозорим, під яким розміщені світлодіоди у вставках, що мають форму кола, а сама платформа тисненням розбита на 4 рівних квадрати.

Ламінована поверхня (платформа) має розмір 500 на 400 мм, яку розбито на 4 рівних квадрати. У кожному з них, за допомогою світлодіодів, які спалахують послідовно у заданому напрямі та ритмі (за годинниковою стрілкою або проти), за покриттям ідентичну до поверхні для виступів, розміщено круги діаметром 100 мм. Відстань між кругами - 200 мм у довжину та 100 мм завширшки. Таке вирішення даної платформи дає можливість відпрацьовувати найскладніші вправи зі спортивної аеробіки та фітнесу відповідно до існуючого класифікатора елементів складності, зокрема

На фіг. 1 наведено креслення платформи.

На фіг. 2 - схема відпрацювання вправи "Молдован" за допомогою пристрою

Згідно з правилами змагань міжнародної федерації гімнастики (FIG), на 2013-2016 рр. розроблено Положення (регламент) проведення Чемпіонату України з переліком вправ. Розглядаючи критерій "складність", легко відмітити такі відмінності. У традиційних видах композиція повинна включати 10 елементів з 4 різних підгруп (А, В, С, D), 4 з яких необхідно виконувати як самостійний елемент, показаний без зв'язку з іншими елементами, що мають технічну складність. Рівень складності оцінюється від 0,1 до 1,0 бала.

Проведеними дослідженнями було встановлено, що найбільш проблемними в плані відпрацювання у навчально-тренувальних заняттях та виконання під час змагань, є вправи групи "В". Зокрема нашу увагу привернув найскладніший елемент цієї групи, а саме: група В 137 (статична сила), підгрупа "упор кутом з поворотом на 720°" ("Молдован" - В straddle /1 support 2/1 turn (Moldovan)). Його цінність - 0,7 бала. Сутність вправи: прийняти положення упор кутом, ноги нарізно, повернутися на 720°, змінюючи положення рук і ніг (нарізно - разом - нарізно) після кожного повороту на 180°.

За умовами навчальної задачі для спортсменів зі стереотипом лівобічного обертання круги спалахують послідовно, проти годинникової стрілки. Для спортсменів зі стереотипом правобічного обертання круги спалахують послідовно, за перебігом годинникової стрілки. Для спрощення задачі пристрій може бути розташований на платформі заввишки до 300 мм. Що

дозволяє певні коливання уздовж вертикальної осі, тобто дає змогу опускати стопи донизу, уникаючи зіткнення з поверхнею.

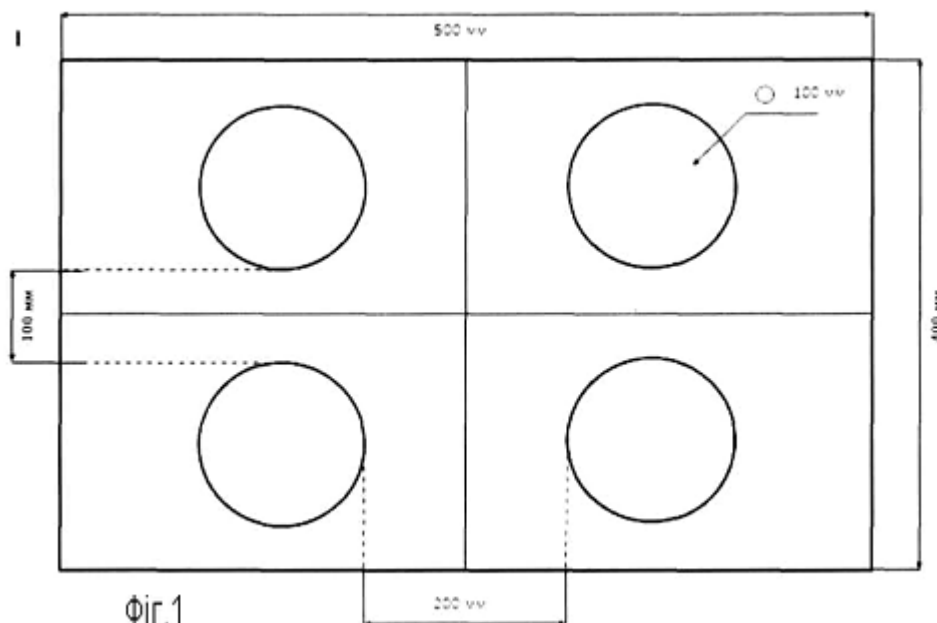
Спортивна аеробіка - це вид спорту, у якому спортсмени виконують безупинний і високоінтенсивний комплекс вправ, що включає з'єднання аеробних ациклічних рухів з різними по складності елементами структурних груп і взаємодії між партнерами. Програма повинна демонструвати постійний рух, гнучкість, силу й використання з семи головних кроків, елементів складності, які виконано з високим ступенем досконалості. Україна має одну з самих представницьких команд Європи. Перед нашими спортсменами щорічно ставляться максимальні задачі: завоювання провідних позицій у світовому професійному і олімпійському спорті.

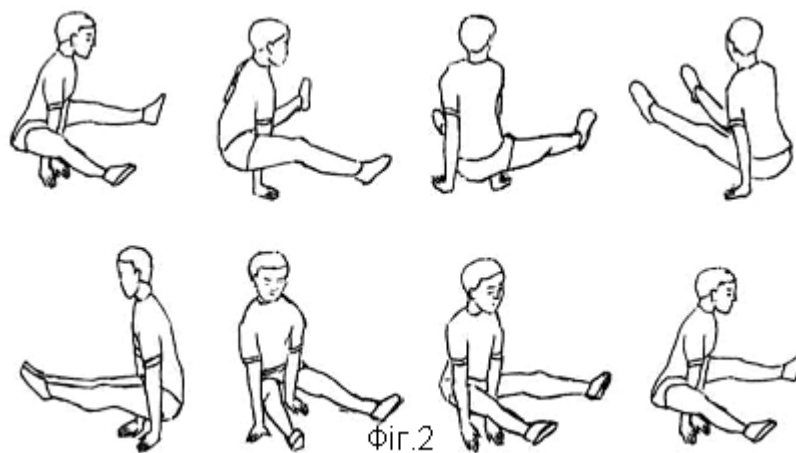
Закономірним є те, що перед спортсменами, які займаються складнокоординаційними видами спорту, завжди стоїть нелегка задача - оволодіти величезною кількістю технічних дій (елементів), тривало зберігати їх в пам'яті і бути готовим до точного їх виконання, як в процесі тренування, так і на змаганнях. Кожного разу, коли мова заходить про спорт вищих досягнень, неминуче постає питання про пошуки додаткових резервів в підготовці спортсменів до найвищих результатів. Тренерів необхідно враховувати особливості сприйняття інформації та їх послідовності всіма учасниками команди. Найвище досягнення успіху пов'язане з вмінням точно розподіляти у часі виконання дії. Спалахування світлодіодів дозволяє слідувати та тренувати точність виконання вправ.

Подальше розширення функціональних можливостей пропонованого тренажерного пристрою для спорту и фітнесу досягнуте за рахунок того, що корпус платформи може бути нерухомо закріплений на будь-якому узвишші округлої або прямокутної форми для виконання вправ як в об'легшеному, так і ускладненому варіанті. Також можливе використання платформи у комплексі з іншими тренажерними пристроями та системами (наприклад з застосуванням тренажера TRX[®]).

ФОРМУЛА КОРИСНОЇ МОДЕЛІ

Світлова платформа вдосконалення технічної майстерності у спортивній аеробіці та фітнесі, яка містить ламіновану поверхню з вставками, а також захисне покриття, яка **відрізняється** тим, що захисне покриття виконане прозорим, під яким розміщені світлодіоди у вставках, що мають форму кола, а сама платформа тисненням розбита на 4 рівних квадрати.





Комп'ютерна верстка І. Скворцова

Державна служба інтелектуальної власності України, вул. Урицького, 45, м. Київ, МСП, 03680, Україна

ДП "Український інститут промислової власності", вул. Глазунова, 1, м. Київ – 42, 01601