

Forma patvirtina
Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto
ministro
2021 m. d. įsakymu Nr. V-

(Aukšto meistriškumo sporto programos priemonių, kurioms įgyvendinti skirta valstybės biudžeto lėšų, įvykdymo pusmečio ataskaitos forma)

2021m. Balandžio 16 d. valstybės biudžeto lėšų naudojimo sutartis Nr. S-589

Vykdytojas: Lietuvos nacionalinė slidinėjimo asociacija, Žemaitės g.6-401, Vilnius, 8-69939955,

remigijus.arlauskas@spaineta.lt

(vykdytojo pavadinimas, kodas, buveinės adresas, telefonas, el. paštas)

**AUKŠTO MEISTRIŠKUMO SPORTO PROGRAMOS PRIEMONIŲ, KURIOMS ĮGYVENDINTI SKIRTA VALSTYBĖS BIUDŽETO
LĖŠŲ, ĮVYKDYMO PUSMEČIO ATASKAITA**

2022 -01-08, nr.SMP-02

(ataskaitos sudarymo data ir numeris)

Eil. Nr.	Programos priemonės pavadinimas	Vykdyto data	Vykdyto vieta*	Planinė vertinimo kriterijaus reikšmė	Faktinė vertinimo kriterijaus reikšmė	Pastabos
1	2	3	4	5	6	7
1.1.	Snieglenčių sportas ir slidinėjimas laisvuuoju stiliumi 1.1. Dalyvavimas tarptautinėse varžybose, MTS. Europos Taurė, MTS	14-19.11.2021	Landgraaf, NED	užimta vieta 20-40 , FIS tašk.(5-120 "FIS points"). . Motiejui Moraskui: užimti top 30 vietą Pasaulio taurės etape ir pasiekti 100 FIS taškų "Slopestyle" ir "Big Air" rungtyse.	M.Moraskas 33 v. – (SS), 21.90 FIS taškai P.Ivanovaitė-16 v.(SS),5 FIS taškai. L.P.Galagher-51v.(SS), 3,2 FIS taškai.	Sezonas prasidėjo liepos mėn. Ant ledyno, Bnger park ant oro pagalvės, ir MTS Snow arenoje ir varžybų turas.

1.1.1. 1.	Pasaulio Taurė Chur BA, MTS Prinoth X camp, Banger Park	06.10-.23.10.2021	Chur, SUI ir Passo Stelvio, ITA; Banger Park, AUT	užimta vieta 20-40 , FIS tašk.(5-120 "FIS points"). . Motiejui Morauskui: užimti top 30 vietą Pasaulio taurės etape ir pasiekti 100 FIS taškų "Slopestyle" ir "Big Air" rungtyse.	M.Morauskas 49 v.(BA), - 0.30 FIS taškai.	MTS Banger Parke patobulintas šuolis iki 3 x360 ,o Prinoth Camp su aukšto lygio sportininkais ledyne įrengtame parke patobulinti triukai. Wcup Chur- ant dartinės rampos BA rungtis, įpatingas statinys, 19000 žiūrovų, sportininkui labai nedaug trūko užbaigti savo triuką, bet nepavyko nusileidimas.M .Morauskas dar neįvykdė tikslo,pasiekti Pekino OŽ normatyvą, top 30 Wcup,tikimės 2022 m.gero rezultato.

1.1. 2.	TV, MTS	06-.13.11.2021	Glacier 3000, SUI	užimta vieta 20-40 , FIS tašk.(5-120 "FIS points"). . Motiejui Morauskui: užimti top 30 vietą Pasaulio taurės etape ir pasiekti 100 FIS taškų "Slopestyle" ir "Big Air" rungtyse.	M.Morauskas 21v.(SS)- 29.70 FIS tašk..	Lapkričio 06 d. – lapkričio 13, MTS ir varžybų turas.
1.2.	1.2. Dalyvavimas MTS ruošiantis Žiemos olimpinėms žaidynėms, EYOF, PČ, PJC, FIS MTS	01.07.-31.12.2021	Vilnius, Druskininkai, Drèverna	Vertinti ar sportininkai atlieka varžybinius triukus: Motiejus Morauskas turi atlikti 3x 360 laipsnių triukas ant batuto arba ant sniego; Patricija Ivanovaite 1x360 laipsnių, Luke Putys Galagher 2x360 laipsnių.	M.Morauskas, kineziterapijos sesijų metu koregavo savo šuolių techniką. Drèvernoje su vėjo atvaru ir „vake parke“ M.Morauskas atliko 3x360 laipsnių triukus.	Snow arena, Druskininkuose jau veikė-tai ženkliai pagerino sąlygas tobulėti ten įrengtame sniego parke. L.Putys- Gallagher ir P.Ivanovaitė galėjo treniruotis bendrą fizinį ir spec.techninį pasirengimą .
1.2. 1.	Les 2 alpes ir Banger Park, MTS	01-14.07.2021.	Les 2 alpes,FRA ir Banger Park, AUT	Vertinti ar sportininkai atlieka varžybinius triukus: Motiejus Morauskas turi atlikti 3x 360 laipsnių triukas ant batuto arba ant	M.Morauskas, L.Putys- Gallagher., P.Ivanovaitė. treneris P.Morkūnas ir kinezeterapiautas P.Jnušas.	Stovykla prasidėjo Banger Park, AUT, 2 d.sportininkai lavimo 1x1 ir 1x2 ir 3x3 x 360

				sniego; Patricija Ivanovaite 1x360 laipsnių, Luke Putys Gallagher 2x360 laipsnių		triukus ant pagalvės Vėliau ledyne spec.snieglenčių čiuožimo technika“carving“ ir spec.triukai sniego parke.Ledyne kelias diena buvo nepalankus vėjas, tai sutrukdė maximum išnaudoti treniruotes tobulėjimui. Tačiau pirmą kart turint kinezeterapiautą pavyko užimti sportininkus vystant fizinį pasirengimą.
1.2. 2.	MTS -WHYJ treniruočių stovykla	01.11.-13.11.2021	<u>Hintertux (Austrija)</u>	Vertinti ar sportininkai atlieka varžybinius triukus: Motiejus Morauskas turi atlikti 3x 360 laipsnių triukas ant batuto arba ant sniego; Patricija Ivanovaite 1x360 laipsnių, Luke Putys Gallagher 2x360 laipsnių	L.Putys- Gallagher.	Stovykla kartu su tarptauine komanda „WYYJ“ praėjo gerai, ir pasiruošė dalyvauti EC varžyboms Landfraaf, NED dalyvauti.

1.3.	1.3. dalyvavimas FIS stovyklose „FIS camp“	10- 17.10. 2021	Landgraaf, NED	dalyvių skaičius,2-3. Dvi stovyklos:kovo- balandžio mėn. ir rugsėjo-spalio- lapkričio, Tarptautinė Slidinėjimo federacija, datas skelbia, kai būna suderinta vieta ir laikas.	1 -treneris.P.Morkūnas, sportininkai L.P.Galagher ir P.Ivanovaitė	Stovykla buvo aukšto lygio su video filmavimu, su Know- how perdavimu treneriams.Snieg o parkas buvo paruoštas vėliau organizuojamai Europos Taurėi – tai sportininkai galėjo modeliuoti savo triukus būsimoms varžybos lapkričio mėn..
2.1.	Kalnų slidinėjimas. 1.1. Dalyvavimas tarptautinėse varžybose. FIS Pasaulio čempionatas Italijoje, Kortina da Ampezzo. Pasaulio Taurės Varžybos, Europos Taurės varžybos, FIS kalendoriaus varžybos, Europos Jaunių Olimpini Festivalis Suomija.			užimta vieta, Andrej Drukarov FIS pasaulio čempionatas 20-30 v.;FIS taškai- 30.;G.Šinkūnaitė, J.V.Lapienis- FIS Pasaulio čempionate 50-80 v.,; FIS taškai- 160.		
2.1. 1.	World CUP	24.10.2021	Seldenas, AUT	-,-	59 v. GS A.Drukarov-.	Pasiekta A.Drukarov aukščiausia vieta Pasaulio Taurės varžybose, karjeroje.
2.1. 2.	World CUP	14.11.2021	Lech/ Zuers, SUI	-,-	47 v. PS A.Drukarov – .	Pasiekta aukščiausia vieta istorijoje,

						Paralelinis slalomas.
2.1. 3.	World CUP	11.12.2021	Val dIsere, FRA	-„-	Nefinišavo (GS)A.Drukarov.	A.Drukarov, besitreneriuodams su SUI Europa cup komanda, pakeitė slides į Rossignol, varžybų taktikalaimėti arba pasiekti maksimum rezultata- dėl to įvyksta rizikos faktorius ir sportininkas nefinišuoja 1 užbėgimo arba bandymo..
2.1. 4.	Europa CUP	02-03.12.2021.	Zinal, SUI	-„-	A.Drukarov- 22 v.(FIS t.25,61) ir 25 v.(FIS t.26,83) GS.	Tai labai aukšto svietos EC varžybose, kas leidžia tikėtis geros EC užskaitos galutinėje rikiuotėje.
2.1. 5.	FIS varžybos	21.12.2021.	Glungerzer, AUT	-„-	A.Drukarov- 1 v.(FIS t.25,28) GS.	Pirma sezono 2021 ir 2022 m. pergalė.
2.1. 6.	FIS varžybos	09-10.10 .2021 ir 16-17.11.2021	Snow Arena, LTU	-„-	G.Šinkūnaitė 4 v. SL-120,07 FIS taškų ir 2 v.144,18 FIS t. V.Aleksandravičius -1 v.SL(116,13 FIS t.) ir 3 v. SL, 108,67 FIS t.	Gabija Šinkūnaitė įvykdė Pekino Olimpinių žaidynių normatyvą. V.Aleksandravičius NE.
2.1. 7.	FIS varžybos	18-21.12.2021	Kronplatz, ITA	-„-	G.Šinkūnaitė – SL, DNF.(Nefinišavo), GS-31 v.(FIS t.168,71.)	Varžybos tikruose kalnuose parodė, kad dar reikia

					spec.treniruočių kalnuose..
2.2.	<p>1.2. Dalyvavimas MTS vadovaujantis pasirengimo programa. MTS Italijoje, Šveicarijoje, Lietuvoje Snow Arenoje. Dalyvavimas MTS Andrej Drukarov, kartu su Šveicarijos Europos taurės rinktine, Dalyvavimas MTS "Baltic ski team" komanda G.Šinkūnaitė ir V.Aleksandravičius; Dalyvavimas MTS Italija ir Šveicarija J.V. Lapienis.</p>			<p>Fizinio pasirengimo patikrinai MTS metu ir/ar po jų: 1.)Išplėstinis kompleksinis testavimas: EKG, PD ramybėje, standartinio fizinio krūvio ir atsigavimo metu, Ruffje testas; kraujospūdžio matavimas; fizinio išsivystymo rodikliai; psichomotorinių funkcijų tyrimai; raumenų galingumas įvairiose energijos gamybos zonose: VRSG, AARG; AARG nustatymas atliekant maksimalų 10s trukmės krūvį veloergometru ir rankų darbo ergometru SkiErg; 60s trukmės testas rankų darbo ergometru SkiErg; ANS nustatymas pagal PD ir</p>	

			<p>La koncentraciją ir krūvio dydį jį atliekant veloergometru; aerobinės ištvermės įvertinimas ties kritinio intensyvumo riba ir anaerobinės apykaitos slenksčiu tyrimą atliekant dujų analizatoriumi Oxycon Mobile; biocheminiai tyrimai – La, urėjos, gliukozės, trigliceridų, cholesterolio, bilirubino, Hb koncentracijos kraujyje ir kraujo Ht nustatymas. 2.)</p> <p>Etapinis testavimas: EKG, PD ramybėje, standartinio fizinio krūvio ir atsigavimo metu, Ruffje testas; kraujospūdžio matavimas; fizinio išsivystymo rodikliai; psichomotorinių funkcijų tyrimai; VRSG, AARG; AARG nustatymas atliekant maksimalų 10s trukmės krūvį veloergometru</p>	
--	--	--	--	--

			<p>ir rankų darbo ergometru SkiErg; 60s trukmės testas rankų darbo ergometru SkiErg; ANS nustatymas pagal PD ir La koncentraciją ir krūvio dydį jį atliekant veloergometru; biocheminiai tyrimai – La koncentracijos po specialių testų, šlapalo koncentracijos nustatymas po fizinių krūvių ir atsigavimo metu, kraujo Hb koncentracijos ir Ht nustatymas. 3.) Operatyvus testavimas: EKG, PD ramybėje, standartinio fizinio krūvio ir atsigavimo metu, Ruffje testas; kraujospūdžio matavimas; psichomotorinių funkcijų tyrimai; biocheminiai tyrimai – La, urėjos, Hb koncentracijos kraujyje ir kraujo Ht nustatymas.</p>	
--	--	--	---	--

				varžybinės veiklos tyrimai, rezultatų analizė, videojrašų analizė; maisto papildų programos sudarymas.		
2.2. 1.	Dalyvavimas MTS Andrej Drukarov, kartu su Šveicarijos Europos taurės rinktine,	01.10.-31.12.2021.	St.Luc, Šveicarija; Livigno, Italija; Reiteralm, Austrija; Berchtesgaden, Vokietija; Fogaria, ITA; Santa Katerina, ITA.	-,-	Nėra duomenų..	Dėl COVID - 19 pandemijos ir karantino sąlygų sportininkai negalėjo atlikti testų.
2.2. 2.	Dalyvavimas MTS "Baltic ski team" komanda G.Šinkūnaitė;	01.07-01.12.2021	Passo San Pellegrino, ITA;Kronplatz, ITA; Saas Fee, SUI	-,-	Nėra duomenų.	Dėl COVID - 19 pandemijos ir karantino sąlygų sportininkai negalėjo atlikti testų
2.3.	1.3. dalyvavimas FIS camp, MTS, Austrija. Vasaros metu FIS organizuoja stovyklą Pietų Amerikoje Čilė arba Argentina.	-	Sachalinas, RUS	dalyvių skaičius: 1-2 dalyviai, nes FIS vykdo atranką.	Turėjo vykti K.Merkys	Stovykla turėjo vykti Sachaline, RUS bet dėl COVID atšaukta paskutiniu momentu.
3.1.	Lygumų Slidinėjimas 1.1. Dalyvavimas tarptautinėse varžybose, FIS varžybų organizavimas LTU.			Užimta vieta, FIS tašk. Užimta vieta. 1-30 vietos; 59-119 FIS taškai		

3.1.1.	FIS varžybos	13.-14.11.2021	Vuokatti, FIN	-„-	T.Strolija-21v.(SP)-222,19 ir M.Vaičiulis-16 v. FIS 197,34 t. M.Vaičiulis- 11 v.(10 km)-121 FIS t. E.Šimonutis- 14v.Sprint.-166,61 FIS t.	Pratinomės prie kelionių su COVID-19 pandemijos reikalavimais.
3.1.2.	FIS varžybos	28-29.12.2021	Maduona, LAT	-„-	T.Strolija-2 v.(10 km-91,01 FIS t. M.Vaičiulis-1 v.(sprint)-89,81 FIS t. E.Savickaitė-7v.Sprint.;5v.(5km)-164.60 FIS t.	Varžybos metų pabaigoje, parodė, kad pasiruošimas vykdomas gerai, sportininkai pasiekia gerus FIS taškus.
3.1.3.	FIS Pasaulio Taurė	10-12.12.2021	Davos, SUI	-„-	T.Strolija-100 v.(15 km-142,12 FIS t. M.Vaičiulis-88 v.(sprint)-131,02 FIS t.	Pagrindinė užduotis treniruotis ir varžytis aukštikalnėse, kad paruošti organizmą Pekinas 2022.
3.1.4.	FIS Pasaulio Taurė	18.-21.12.2021	Dresden, GER	-„-	T.Strolija-82 v.Sprint(FIS t.-161,52) M.Vaičiulis-61 v.(sprint)-95,51 FIS t. Komandinis sprintas- 34 v.	Svarbiausia užduotis didinti greitį aukščiausio lygio varžybose ir ugdyti komandinę dvasią ir patirtį „team sprint“, ruošiantis Pekinas 2022.
3.1.5.	FIS Riedslidžių Jaunimo Taurė	27.-29.08.2021.	Maduona, LAT	-„-	E.Savickaitė- 6 v. Sprintas, I.Dainytė – 7 v. (10 km), FIS t.288,62.	Riedslidžių technika patobulinta, varžybinė patirtis, ir geri FIS taškai, puiki įžanga žiemos sezonui artėjant.

3.2.	1.2. MTS ruošiantis 2020-2021 m. sezono Pasaulio slidinėjimo čempionatui, PT; PT 2021-2022 sezonas			Fizinio pasirengimo patikrinimai MTS metu ir/ar po jų: ŠSD ir kraujospūdžio ritmo kreivė treniruočių stovyklos metu; Laktato koncentracijos lygis kraujyje.		
3.2. 1.	MTS	21.11.-23.12.2021	Bruksvalna, Idre, SWE	-"-	Nėra duomenų	Dėl COVID - 19 pandemijos ir karantino sąlygų sportininkai negalėjo atlikti testų
3.2. 2.	MTS	13-27.10.2021 ir 06.-20.11.2021	Vuokatti, FIN	-"-	M.Vaičiulio tyrimai: Tyrimai atlikti po 2,5 metų pertraukos, po startų Pjongčango olimpinėse žaidynėse. Fizinio išsivystymo rodikliai kito mažai. Kūno masė išlieka stabili – 84,0 kg. Plaštakų jėga padidėjusi vidutiniškai po 8 kg kiekviena ir dabar siekia 62 ir 58 kg. GPT stabilūs,	Dėl COVID - 19 pandemijos ir karantino sąlygų T.Strolia neatliko testų

				<p>gero lygio – 6,2 l. Psichomotorinių funkcijų rodikliai yra pakankamo lygio. PRL – 175 mls, judesių dažnis – 88. Anaerobinis alaktatinis galingumas atliekant 10 s trukmės testą veloergometru yra sumažėjęs, dabar maksimalus – 1508 W, vidutinis – 1208 W. Šie rodikliai yra labiausiai sumažėjęs lyginant su kitais galingumo ir pajėgumo rodikliais. Maksimalus anaerobinis alaktatinis galingumas atliekant 10 s trukmės krūvį slidinėjimo ergometru yra pakankamai didelis, praktiškai nesiskiria nuo tų rezultatų, pasiektų</p>
--	--	--	--	--

				<p>2017-2018 metais. Anaerobinis glikolitinis pajėgumas (1 min krūvis slidinėjimo ergometru) yra gana didelis – 556 W, esant PD 176 tv/min. Laktato koncentracija didelė – 20, 1 mmol/l, rodo labai didelį glikolitinių reakcijų aktyvumą.</p> <p>Anaerobinės apykaitos slenkstis nustatytas bėgant bėgtakiu. Pasiekus 10,5 km/h greitį PD padidėjo iki 171 tv/min. laktato koncentracija po šio krūvio – 6,2 mmol/l. Todėl realus anaerobinės apykaitos slenkstis - 162 tv/min (anksčiau būdavo 165 tv/min, bėgimo greitis – 11,0 km/h).</p>
--	--	--	--	---

Kraujotakos sistemos funkcinis pajėgumas yra pakankamas, šio tyrimo rezultatai nėra geresni nei prieš 2,5 metų, bet jų lygis yra normalus. Hb koncentracija kinta mažai – 144 g/l.

Išvada. Atliktų tyrimų rezultatai rodo, kad po 2,5 metų pertraukos, sportininkui pradėjus savarankiškai ruoštis naujam slidinėjimo varžybų sezonui, galima teigti, kad specialaus parengtumo lygis yra pakankamai geras. Praktiškai visi rodikliai laikosi panašiam lygyje, kuris buvo pasiektas rengiantis OŽ. Galima teigti, kad sportininkas

						<p>yra pajėgus toliau progresuoti, sudarius jam tinkamas rengimo sąlygas ir dalyvauti tarptautinėse varžybose, atrankos sistemoje ir įvykdyti kvalifikacinius taškus, leidžiančius dalyvauti 2022 metų OŽ.</p> <p>VDU ŠA Sporto mokslo tyrimų laboratorija pasirengusi vykdyti sportininko rengimo mokslinio vykdymo kontrolę.</p>
3.2. 3.	MTS	03-06.11.2021	Ignalina ,LŽSC	-„-	Nėra duomenų	Dėl COVID - 19 pandemijos ir karantino sąlygų sportininkai negalėjo atlikti testų
3.2. 4.	MTS	27-29.12.2021	Maduona, LAT	-„-	Nėra duomenų	Dėl COVID - 19 pandemijos ir karantino sąlygų sportininkai negalėjo atlikti testų

3.3.	1.3. Dalyvavimas MTS ruošiantis Žiemos olimpinėms žaidynėms, EYOF,PJČ			Moksliniai medicininiai tyrimai. ŠSD ir kraujospūdžio ritmo kreivė treniruočių stovyklos metu; Laktato koncentracijos lygis kraujyje.		
3.3. 1.	MTS	06-28.09.2021	Obertilis, AUT,Valdi Fiemme Predazzo ITA	-,-	Nėra duomenų	Dėl COVID - 19 pandemijos ir karantino sąlygų sportininkai negalėjo atlikti testų
3.3. 2.	MTS	08-19.12.2021	Valdi Fiemme, Varena, ITA	-,-	Nėra duomenų	Dėl COVID - 19 pandemijos ir karantino sąlygų sportininkai negalėjo atlikti testų

***Pildoma tik tuo atveju, kai įgyvendinant programos priemonę organizuojamas sporto renginys.**

Prezidentas

(vykdytojo atstovo pareigų pavadinimas) A. V.
(jei vykdytojas antspaudą privalo turėti)

Remigijus Arlauskas

(vardas, pavardė, parašas)