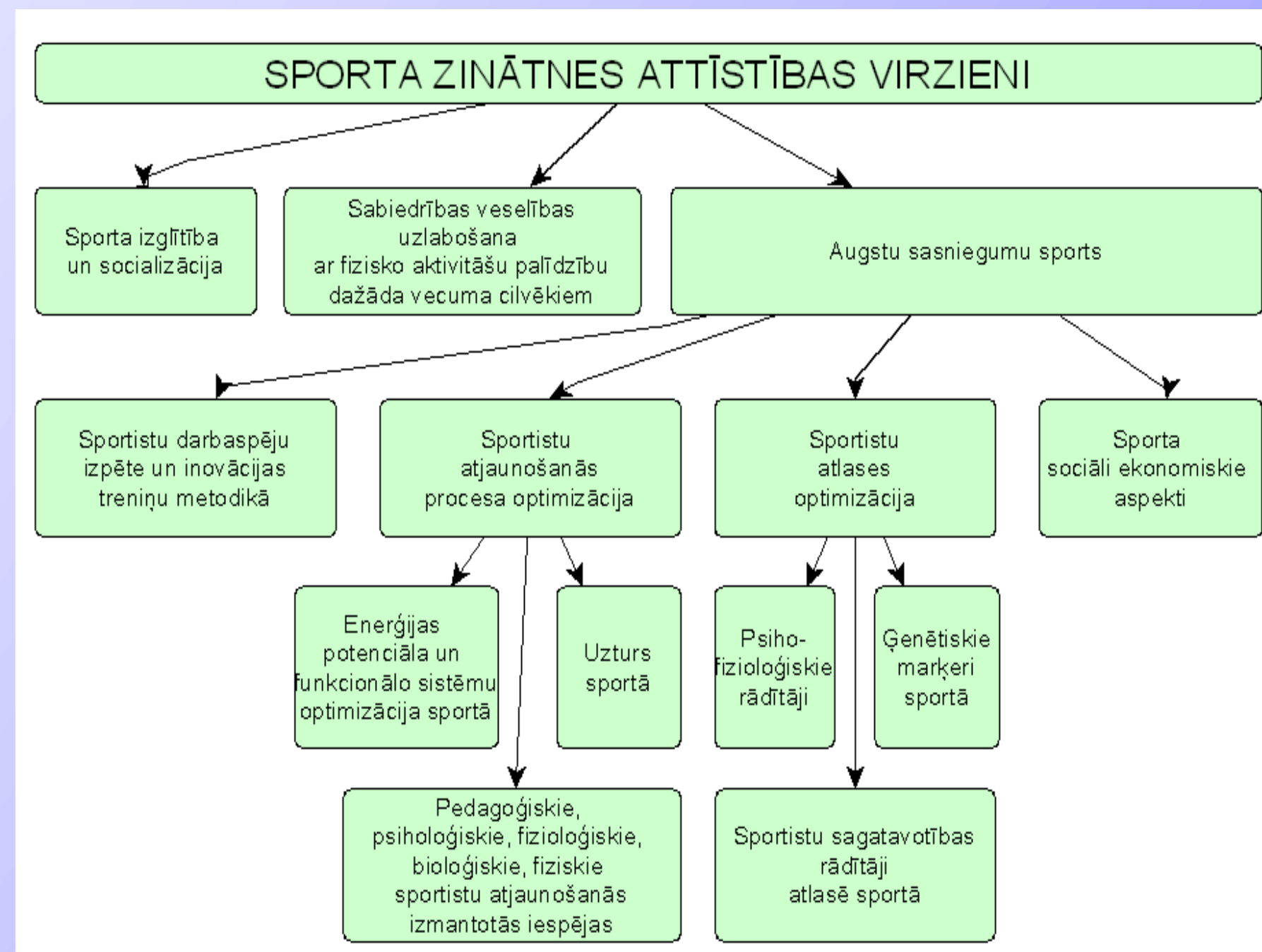




Funkcionālo spēju un fizisko īpašību pētniecības laboratorija

Lokālā un biomehāniskā vibrostimulācija RE 21, Bison Vibro

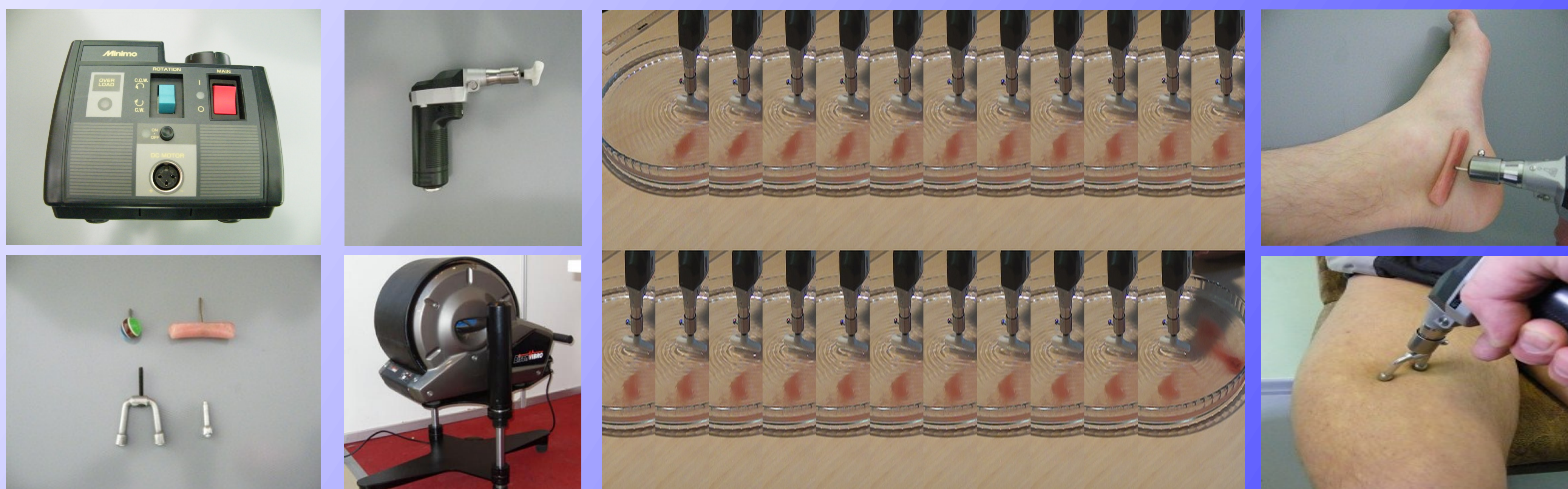
Projekta vadītājs: Dr.paed. U. Ciematnieks



Sporta zinātnieki ir veikuši pētījumus par visa ķermeņa vibrācijas ietekmi uz cilvēka darbaspēju izmaiņām, pētījumu rezultāti uzrādīja darbaspēju pozitīvu dinamiku.

Lokālās vibrostimulācijas iekārta paver iespējas iedarboties uz atsevišķu muskuļu, muskuļu grupu, muskuļa cīpslu, arī uz iekšējiem orgāniem. Lokālā vibrostimulācija tiek veikta perpendikulāri muskuļa virsmai, turklāt tiek ietekmēta tikai konkrēta vieta, neiesaistot vibrācijas seansā citus muskuļus, locītavas, neskarot iekšējos orgānus, kurus nav plānots ietekmēt lokālās vibrostimulācijas seansa laikā. Lokālā vibrostimulācija nodrošina efektīvāku laika un resursu patēriņu konkrēta muskuļa stimulācijai.

Mūsdienās tehnoloģijas, kas izmanto vibrāciju, ir aktuālas, kā arī parādās iespēja uzlabot cilvēka funkcionālās spējas, viņam pašam tikai pasīvi piedaloties šajā procesā. Lokālā vibrostimulācija atstāj ietekmi uz spēka un ātruma izpausmes formu dinamiku; to iespējams izmantot kā treniņā, tā arī sacensībās, lokālā vibrostimulācija atstāj ietekmi arī uz nervu sistēmas darbību pasīvas vibrostimulācijas laikā.



- 1.Ciematnieks U. Lokālās vibrostimulācijas ietekme uz spēka izpausmēm. LSPA promocijas darbs, Rīga, 2012.
- 2.Ciematnieks U., Čupriks L., Lesčinskis M., Saulīte S. Effectiveness of local vibration training in increasing the knee joint extension strength in isokinetic regime. LASE Journal of Sport Science. Semiannual/June 2011 Vol.2 Nr.1, P. 34. – 46. Indexed in IndexCopernicus, ISSN 1691-7669.
- 3.Ciematnieks U., Ņeizāns N., Prūsis S., Čupriks L. Vibrostimulation in bobsleigh. LASE Journal of Sport Science. Semiannual/June 2011 Vol.2 Nr.1, P. 3 – 11. Indexed in IndexCopernicus, ISSN 1691-7669.

Laboratorijas darbības mērķi: Veidot teorētisko un materiālo bāzi pētījumu veikšanai sporta zinātnē un radniecīgās zinātnes jomās.