

УДК 796.011.2

ББК 75.1

Т 46

Рецензенты:

доктор педагогических наук, профессор *Сячин В.Д.*

доктор медицинских наук, профессор *Лысов П.К.*

**Тихомиров, А.К.** Управление подготовкой в спорте: Монография/ Моск. гос. акад. физ. культуры, «Книга и Бизнес». – Малаховка, 2010. – 230 с.: ил.

В монографии рассматриваются актуальные вопросы управления спортивной подготовкой. Значительное место отводится освещению инновационных вопросов интегративного контроля в спорте. Данная работа является результатом теоретико-экспериментального обобщения многолетних исследований автора в ряде технико-эстетических, игровых и циклических видов спорта, но, прежде всего, лонгитудинальных исследований автора, проведенных на этапах многолетней подготовки в фигурном катании на коньках и хоккее с шайбой.

Монография предназначена для тренеров, научных работников и спортсменов. Вместе с тем, она может быть полезна преподавателям и студентам высших учебных заведений физической культуры, реализующим профессиональные образовательные программы по специальности 032101 «Физическая культура и спорт».

*Одобрена и утверждена научно-методическим советом МГАФК в качестве монографии.*

ISBN 978-5-212-01184-5

© Московская государственная академия физической культуры, 2010

© А.К. Тихомиров, 2010

## ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение .....	3
Глава I. Состояние и конкретизация проблемы, методы решения ее задач .....	6
I.1. Контроль в общей теории систем управления и систем управления спортивной подготовкой .....	6
I.2. Контроль за состояниями спортсмена, эффектом подготовки и системой воздействий на спортсмена .....	15
I.3. Постановка проблемы исследования и ее концептуальная разработка .....	28
Глава II. Обоснование методики и технологии интегративного контроля на этапах спортивной подготовки.....	41
II.1. Диагностика исходной подготовленности к незаурядным спортивным достижениям . ....	56
II.2. Контроль за динамикой подготовленности спортсмена . ....	111
II.3. Информативные параметры тренировочных воздействий как объект контроля .....	141
Глава III. Сравнительный анализ динамики тренировочных воздействий и динамики подготовленности спортсмена как важнейшая процедура интегративного контроля .....	179
III.1. Экспериментальное обоснование влияния тренировочных воздействий на процесс оптимизации динамики физической и спортивно-технической подготовленности юных спортсменов .. ....	181
III.2. Экспериментальное сравнение эффективности средств и методов тренировки на основе целенаправленного контроля за факторами воздействий и динамикой подготовленности спортсменов .....	189

III.3. Экспериментальное обоснование эффективности вариантов методики тренировки в связи с целенаправленным контролем за динамикой тренировочных воздействий и динамикой подготовленности спортсменов .....	194
Глава IV. Оптимизация технологии интегративного контроля как действенный инструмент управления спортивной подготовкой на ее предкульминационном этапе в сложнокоординационных видах спорта (обсуждение результатов исследования)..	205
Заключение .....	217
Литература .....	220
Оглавление .....	229