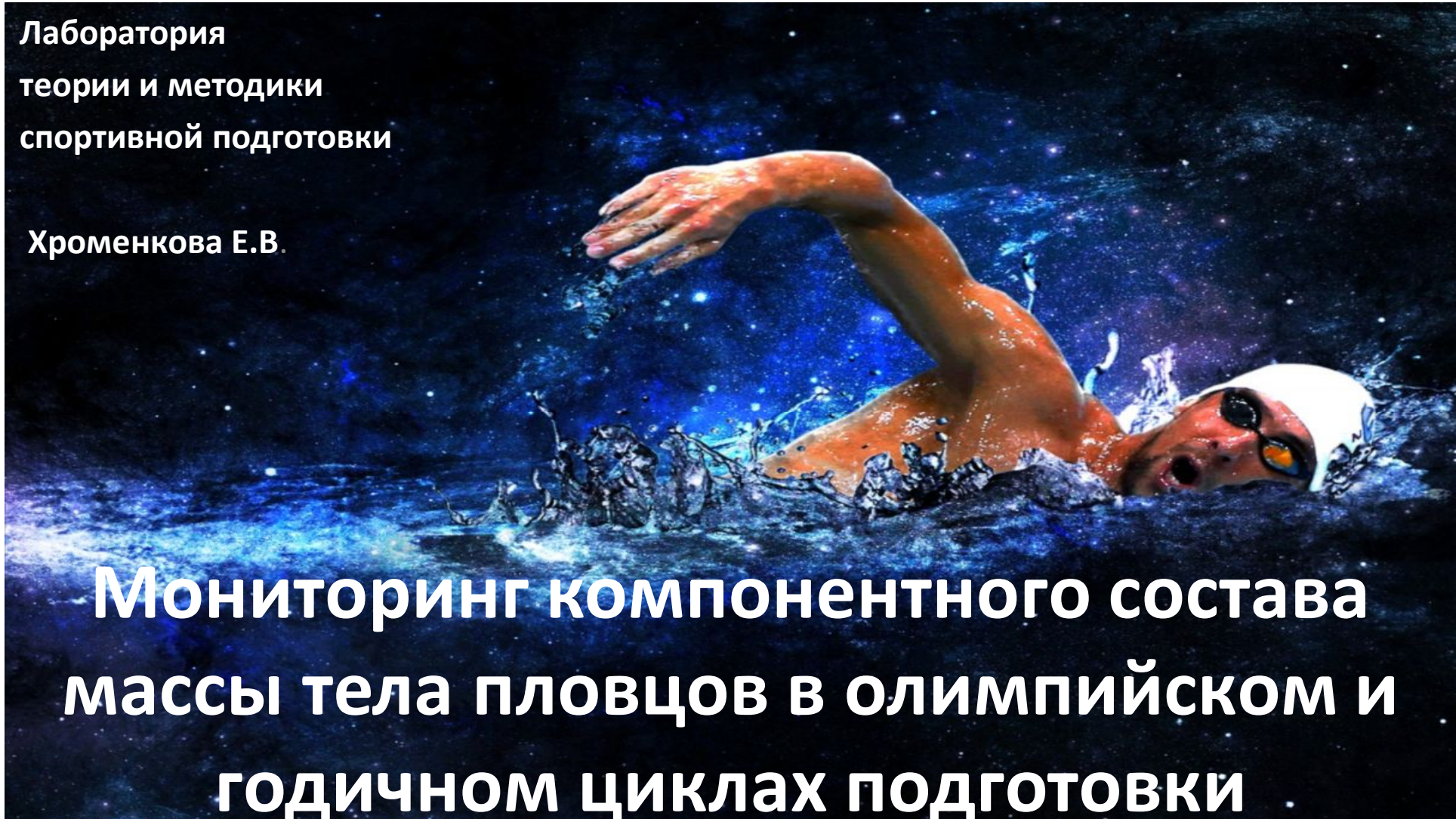


Лаборатория
теории и методики
спортивной подготовки

Хроменкова Е.В.



**Мониторинг компонентного состава
массы тела пловцов в олимпийском и
годовом циклах подготовки**

Цель НМО

**повышение эффективности управления процессом
спортивной подготовки**

за счет:

- применения научных технологий,
- получения объективной информации о функциональном состоянии спортсменов, уровне специальной физической, технической, тактической и психологической подготовленности;
- выработки предложений для своевременной коррекции тренировочного процесса



Объекты контроля

содержание учебно-тренировочного процесса

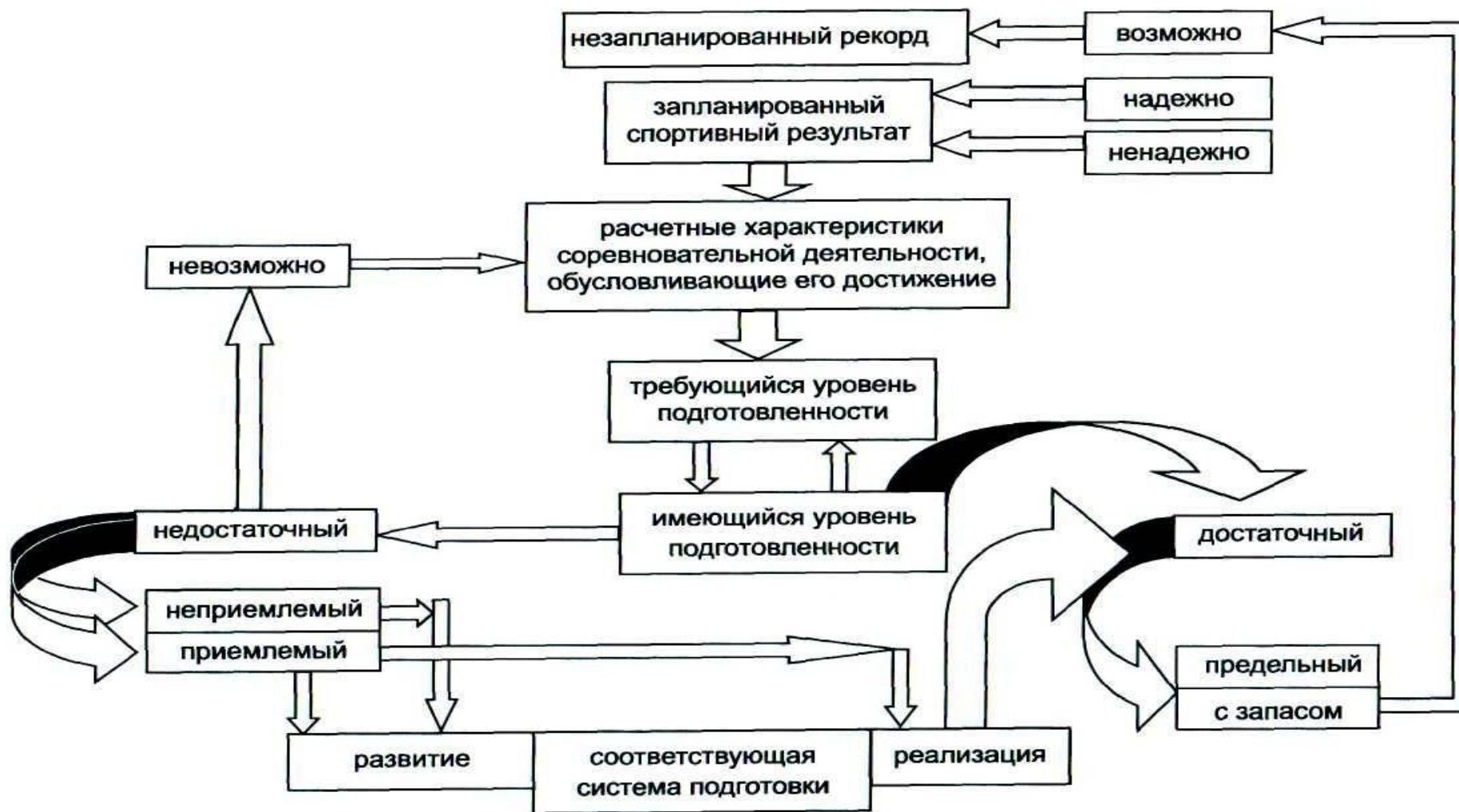
содержание соревновательной деятельности

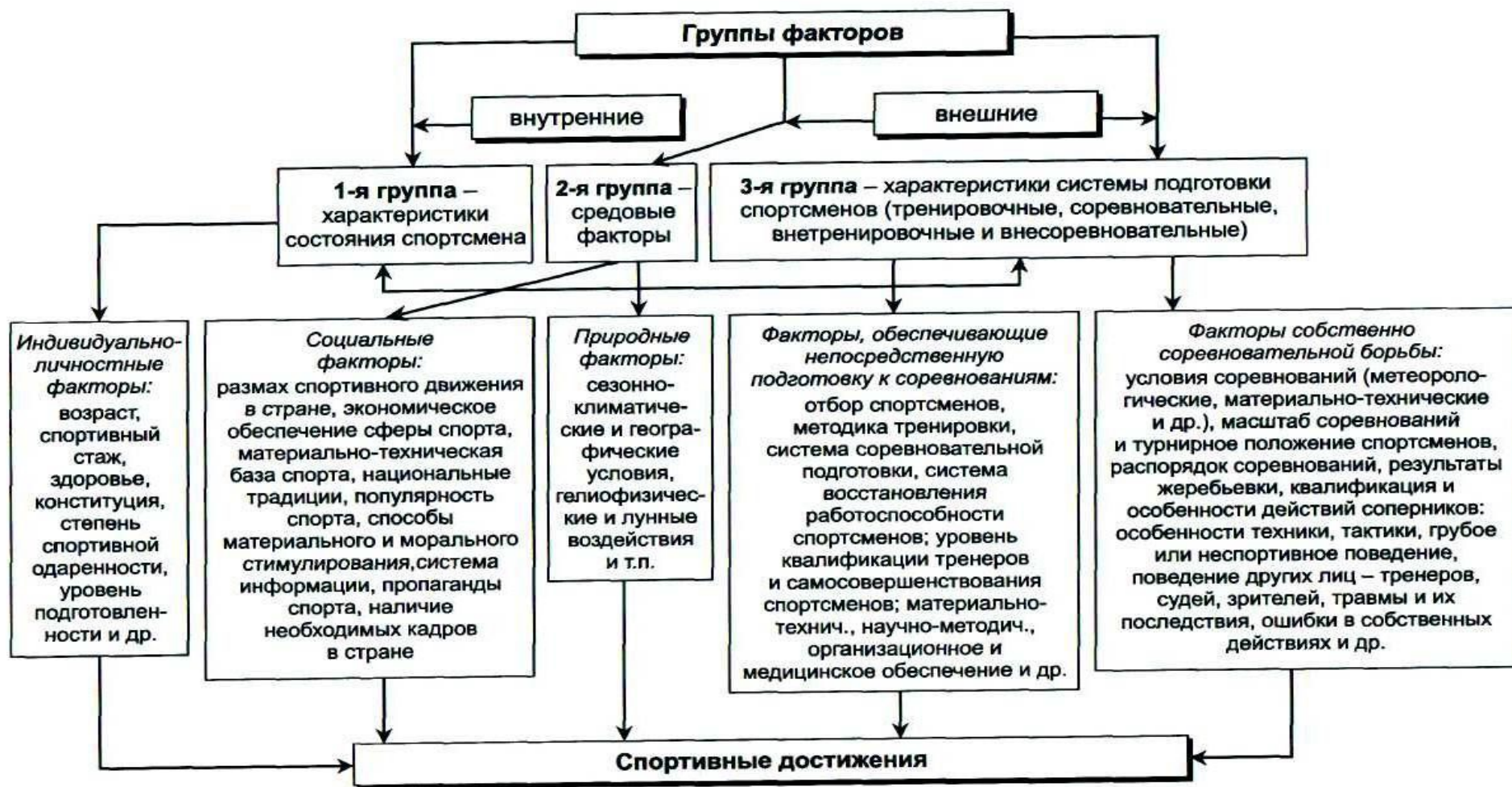
состояние различных сторон подготовленности спортсменов

возможности функциональных систем спортсменов




**Комплексный контроль =
система научно-методического обеспечения**






Структура программ



- диагностическая – комплекс информативных, чувствительных и стандартных методов исследования значимых показателей результативности в определенном виде спорта и специализации, периоде (этапа) многолетней и годичной подготовки спортсменов определенного возраста, пола, уровня квалификации и уровня подготовленности;

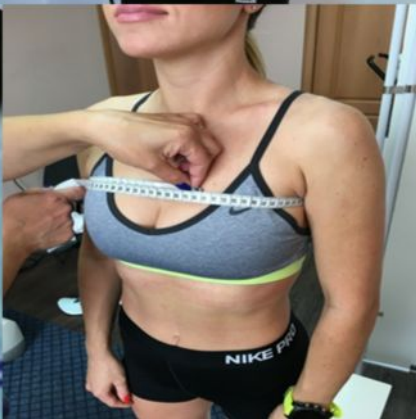


- нормативная – модельные характеристики изучаемых показателей, позволяющие методом сравнения оценить эффективность тренировочных и внутренировочных воздействий, спрогнозировать динамику их развития.



АНТРОПОМЕТРИЯ

**СОМАТОТИП
БИОЛОГИЧЕСКАЯ ЗРЕЛОСТЬ
СПЕЦИФИЧЕСКИЕ
АНТРОПОМЕТРИЧЕСКИЕ
ИНДЕКСЫ**



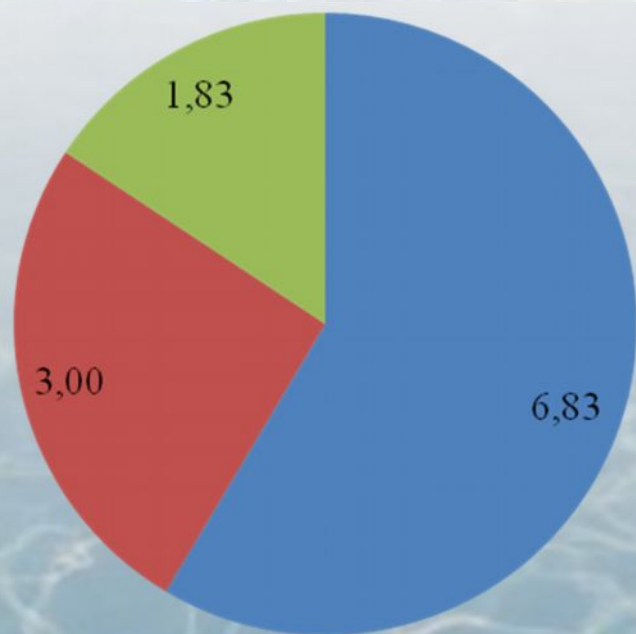
**МАССА КОСТНОЙ ТКАНИ
МАССА ЖИРОВОЙ ТКАНИ
МАССА МЫШЕЧНОЙ ТКАНИ**

Проблемное поле

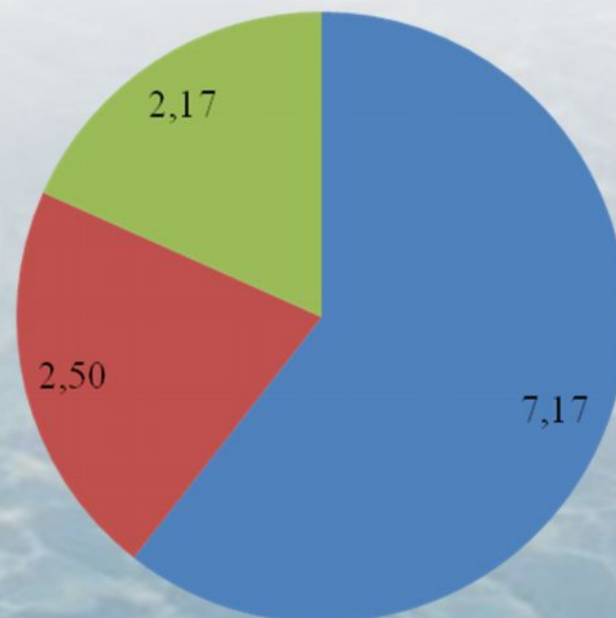
- спортивный отбор и ориентация
- формирование телосложения у спортсменов различной специализации и квалификации
- индивидуализация подготовки на основе учета особенностей телосложения и его динамики на отдельных этапах подготовки

Категории факторов, влияющие на достижение спортивной результативности	Этапы подготовки		
	Предварительной подготовки и начальной спортивной специализации	Углубленной тренировки и спортивного совершенствования	Высшего спортивного мастерства
Морфологические (соматические), включая уровень биологической зрелости	****	**	*
Энергетические (функциональные)	**	****	**
Технико-тактические	*	**	***
Личностно-психические	*	**	****

Примечание: факторная нагрузка в общей дисперсии выборки:
**** – 30–40 %; *** – 20–25 %; ** – 10–15 %; * – менее 10 %.

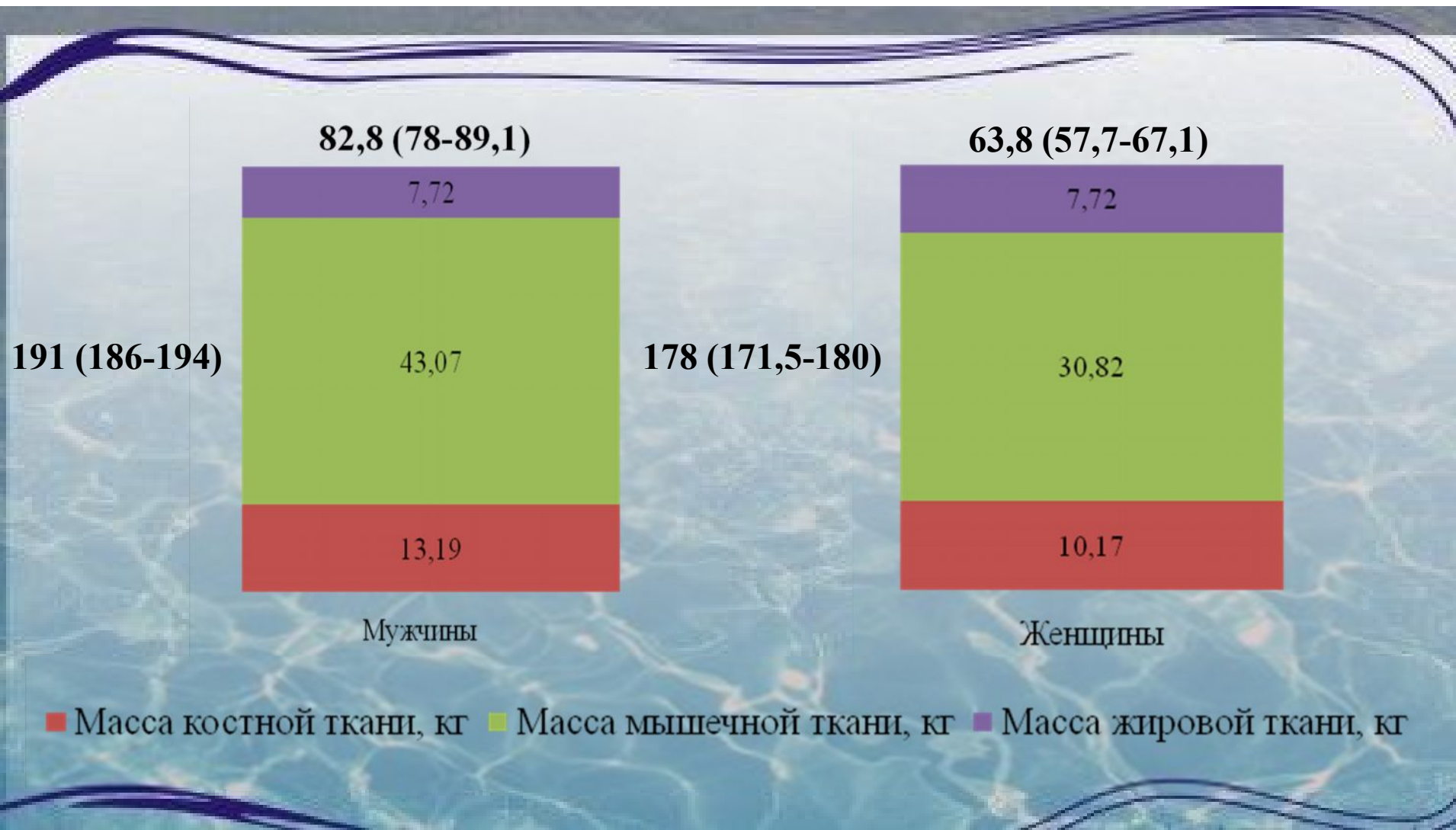


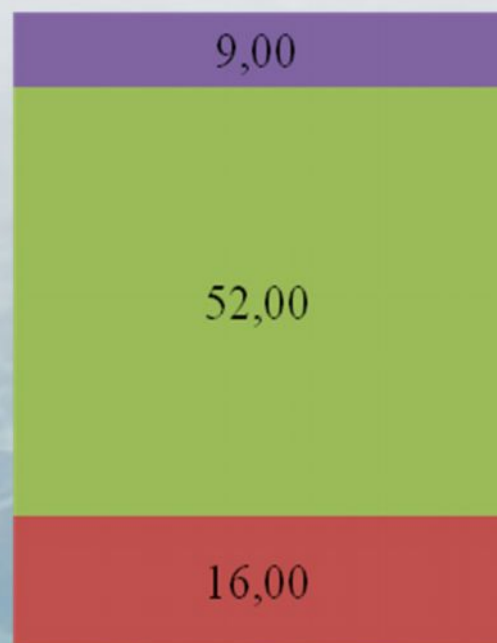
Мужчины



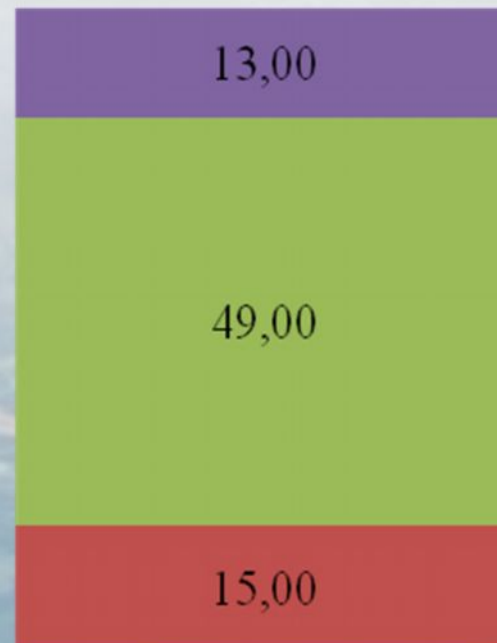
Женщины

■ Эктоморфия, балл ■ Мезоморфия, балл ■ Эндоморфия, балл



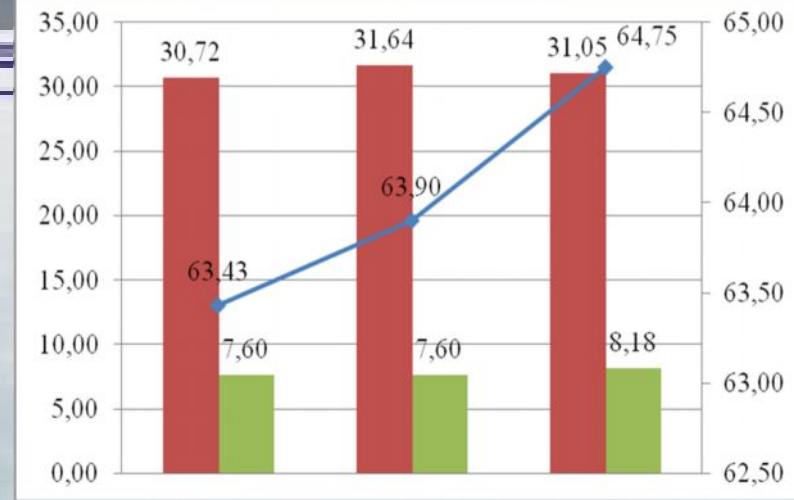
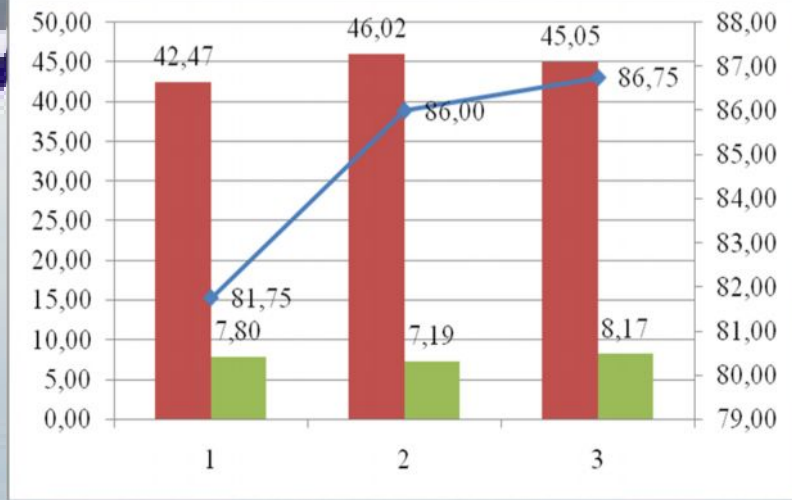


Мужчины



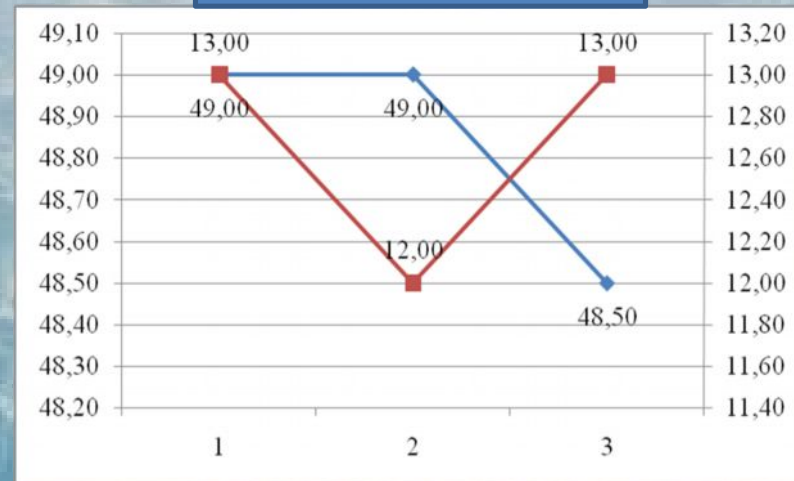
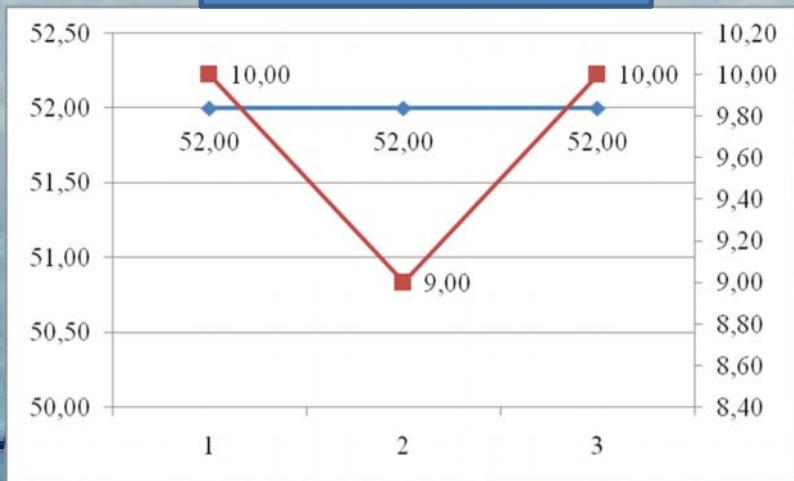
Женщины

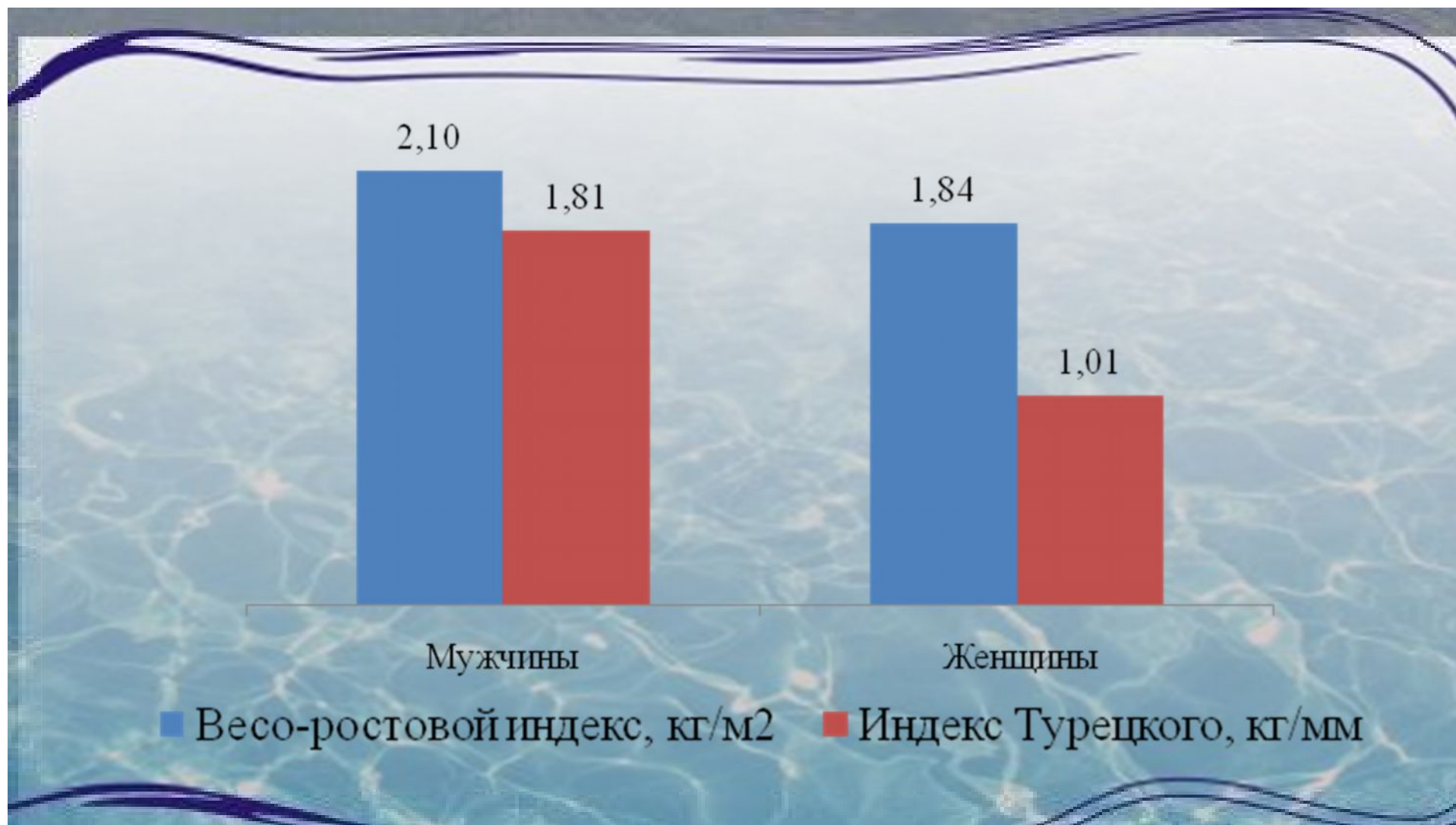
■ Масса костной ткани, % ■ Масса мышечной ткани, % ■ Масса жировой ткани, %

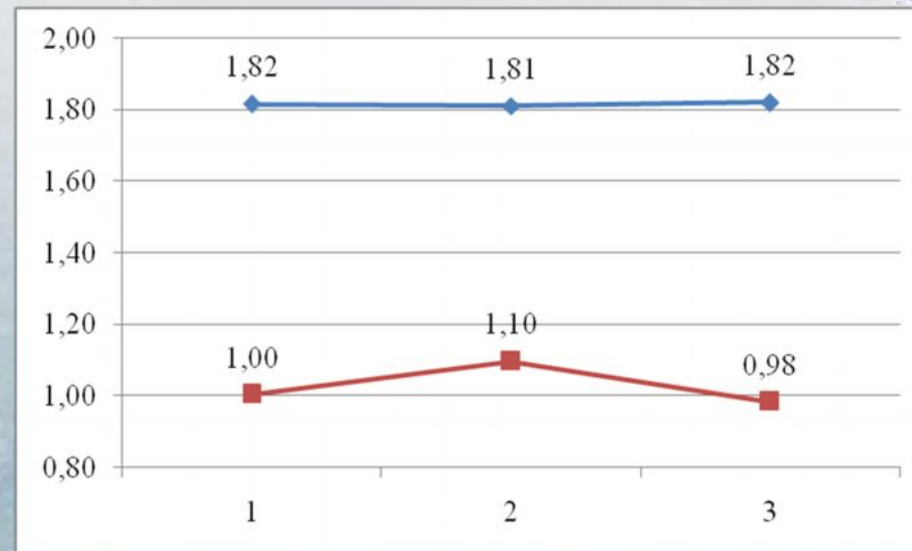
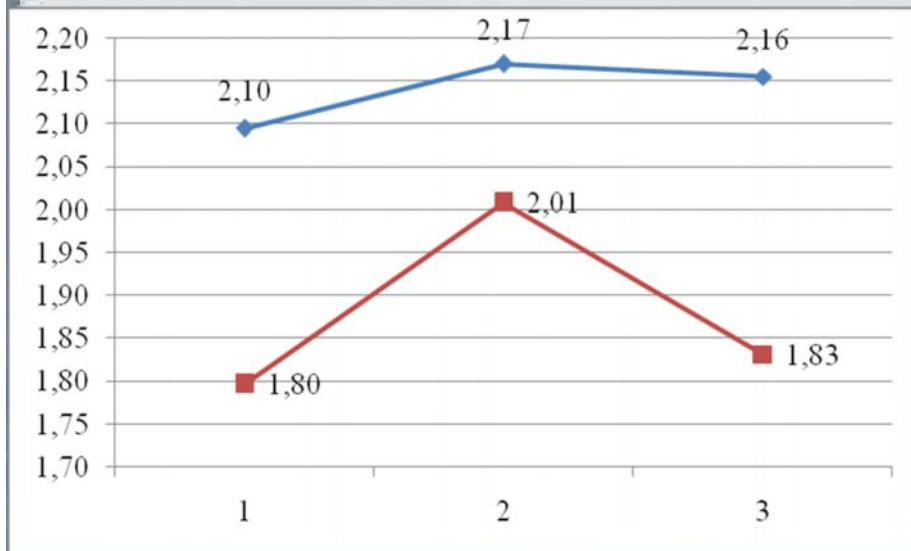


Мужчины

Женщины



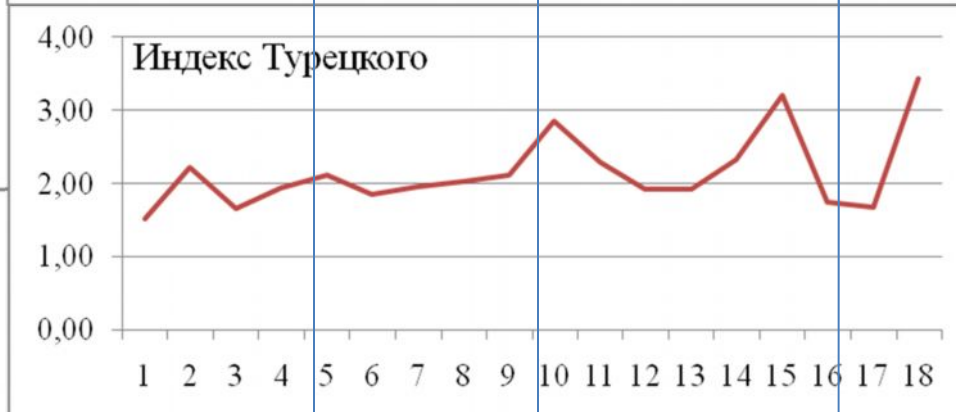
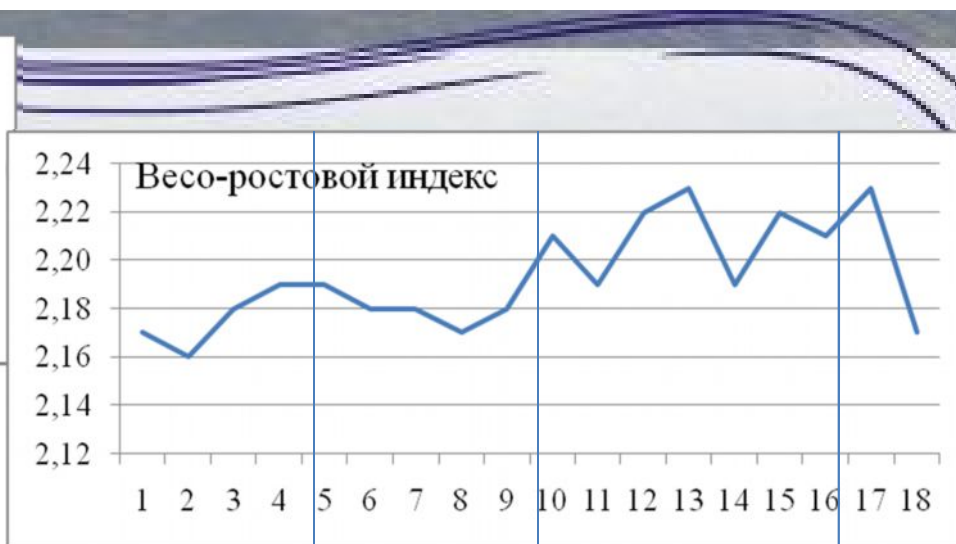
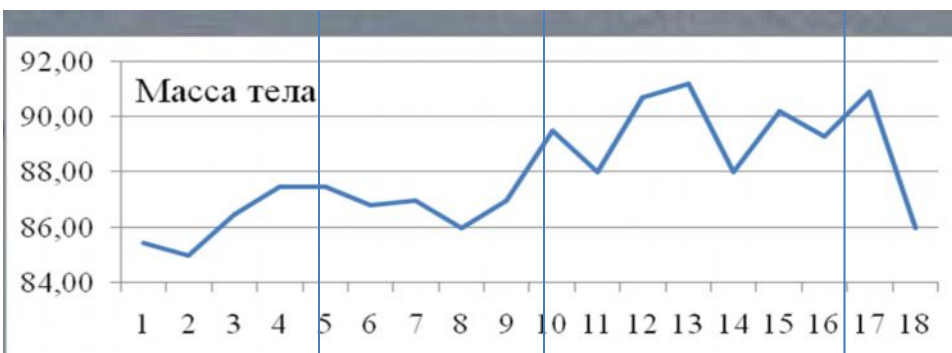


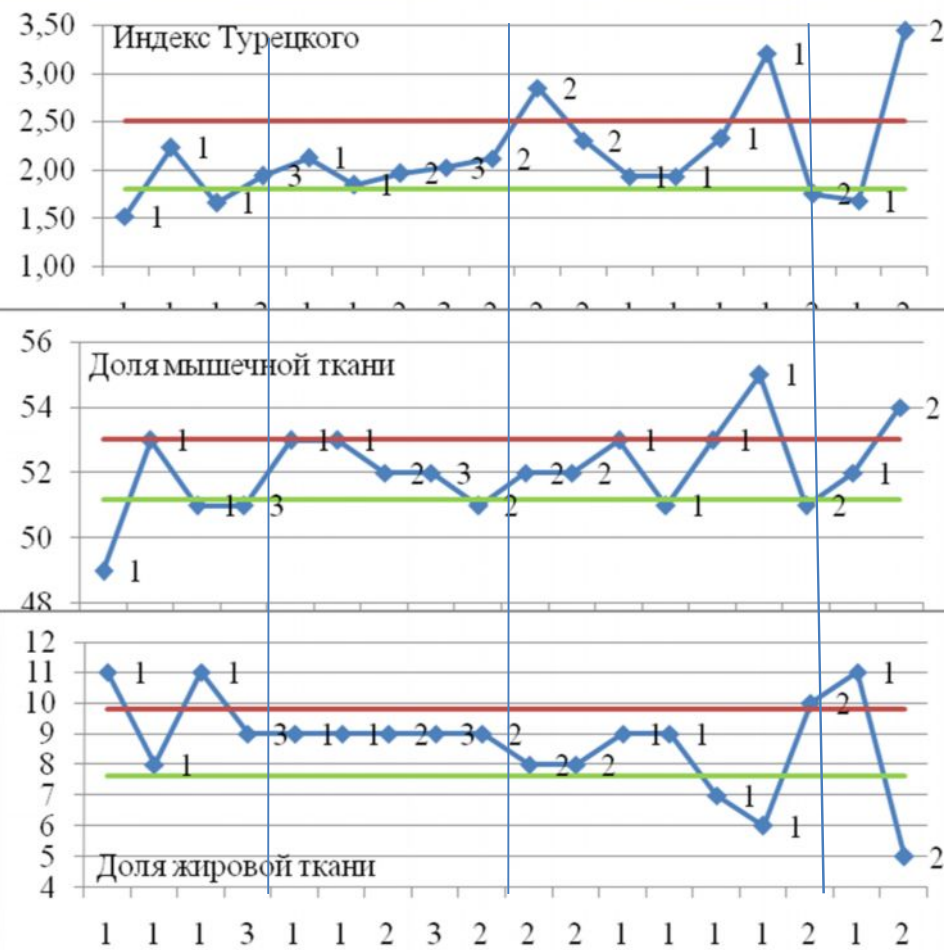
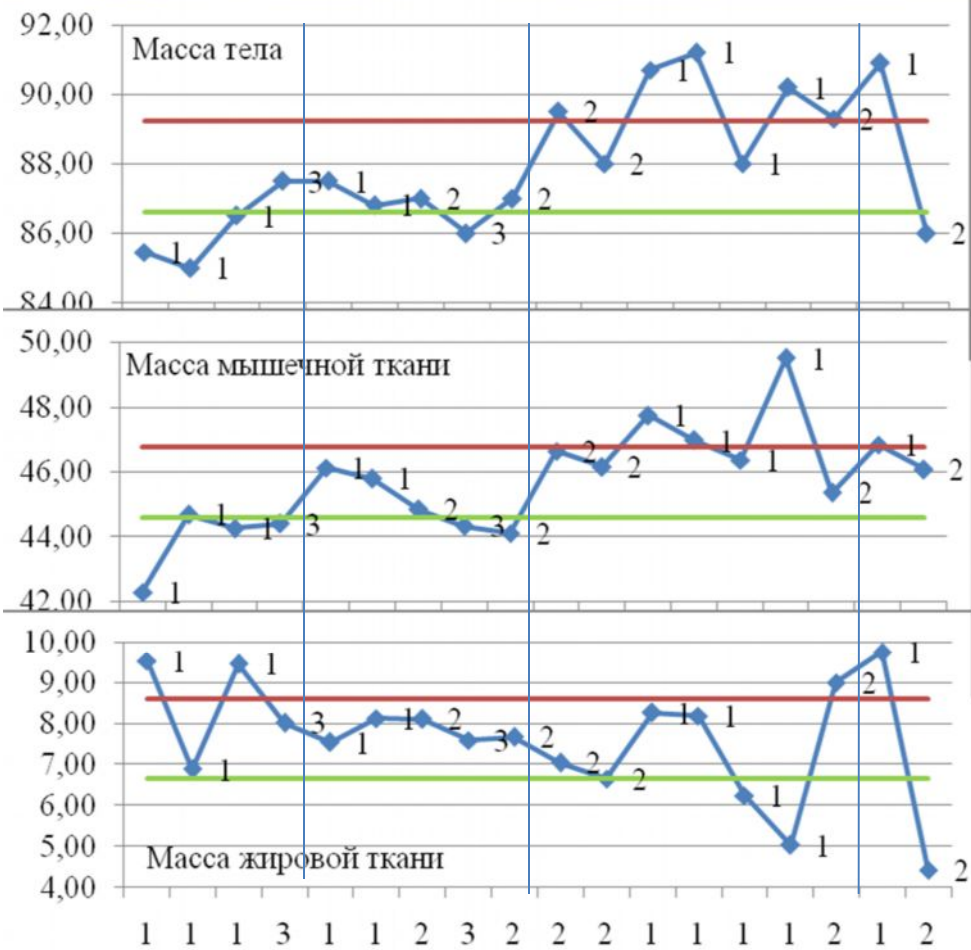


Мужчины

Женщины

■ Весо-ростовой индекс, кг/м² ■ Индекс Турецкого, кг/мм







Спасибо за внимание