

45.1

к 63

БЛИОТЕЧКА ТРЕНЕРА

В.В. Кومانов

**Резервы  
тренерского  
мастерства**

СПОРТ/ЧЕЛОВЕК



**БИБЛИОТЕЧКА ТРЕНЕРА**

В.В. Команов

---

**РЕЗЕРВЫ**

---

**ТРЕНЕРСКОГО**

---

**МАСТЕРСТВА**

---



**СПОРТ/ЧЕЛОВЕК**  
Москва 2017

УДК 796/799  
ББК 75.1  
К63

*Рецензент:*

**Г.В. Барчукова** – доктор педагогических наук,  
профессор кафедры теории и методики ИИИВС  
РГУФКСМиТ

**Команов В.В.**

К63 Резервы тренерского мастерства / В.В. Команов. –  
М.: Спорт, 2017. – 144 с. (Библиотечка тренера).

ISBN 978-5-9500178-5-8

Эта книга – необычный и увлекательный эксперимент. Впервые предпринята попытка применить древнюю практику – биолокацию – для создания оригинальной методики в тренерской деятельности.

Предлагается с ее помощью более эффективно решать многие задачи тренировочного процесса: это и проблемы отбора, и задачи планирования, и осуществление комплексного контроля, и ряд других важных функций в работе тренера.

Представленная методика весьма универсальна – она одинаково удобна для любого вида спорта и для любого уровня квалификации тренеров и спортсменов. Она легко осваивается и занимает немного времени.

Автор ни в коем случае не призывает заменить традиционную теорию и методику спорта на нечто иное. Наоборот, он убежден, что спортивную науку надо максимально совершенствовать и развивать. Но если при этом возможна поддержка со стороны других методик и средств, то нет смысла от этого отказываться.



УДК 796/799  
ББК 75.1

ISBN 978-5-9500178-5-8

© Команов В.В., 2017

© Оформление. Издательство «Спорт», 2017

## Содержание

Предисловие .....	3
От автора .....	7
Глава 1. Факторы, определяющие результат в спорте.....	11
Глава 2. Биолокация и ее возможности .....	28
Глава 3. Использование биолокации в тренерской практике .....	63
Глава 4. Использование маятника в отдельных видах подготовки.....	85
Глава 5. Применение маятника при обсуждении разных проблем .....	99
Глава 6. Резервы тренерского мастерства.....	118
Приложения.....	130