



**Межотраслевой региональный центр повышения квалификации и
профессиональной переподготовки кадров ФГБОУ ВО «УралГУФК»**

АННОТАЦИЯ

**дополнительной профессиональной программы повышения квалификации
«Современные аспекты теории и методики спортивной тренировки»**

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Современные аспекты теории и методики спортивной тренировки» (далее – ДПП ПК) разработана с учетом требований профессионального стандарта «Тренер», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации 28 марта 2019 г. №191н, и профессионального стандарта «Тренер-преподаватель», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации 24 декабря 2020 г. №952н.

ДПП ПК ориентирована на развитие обобщенных трудовых функций код А (А/01.5, А/02.5, А/03.5); код В (В/02.5); код С (С/02.5); код D (С/02.6) профессионального стандарта «Тренер» и трудовых функций код А (А/01.6, А/02.6, А/04.6, А/09.6) профессионального стандарта «Тренер-преподаватель».

Цель и задачи программы	ДПП ПК разработана для тренеров и тренеров-преподавателей с целью повышения компетентности в вопросах реализации программ спортивной подготовки по видам спорта, различных аспектов организации тренировочного процесса.
Трудоемкость программы (в т.ч. аудиторных часов)	108 часов
Форма обучения	Очная с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения
Категория слушателей	Специалисты физической культуры и спорта (тренеры, инструкторы по спорту, инструкторы по физической культуре, инструкторы-методисты).
Требования к уровню подготовки поступающего на обучение	К освоению ДПП ПК допускаются лица, имеющие высшее или среднее профессиональное образование в сфере физической культуры и спорта. Наличие указанного образования должно подтверждаться документом государственного или установленного образца.
Содержание программы	1. Современное состояние и пути развития спорта высших достижений. Методологические аспекты подготовки спортсменов. 1.1. Организационно-методологические аспекты развития современного спорта и спортивной тренировки. 1.2. Система подготовки спортсменов. 1.3. Построение спортивной тренировки. Содержание и структура тренировочных нагрузок при подготовке спортсменов. 1.4. Современные подходы к управлению тренировочным процессом 1.5. Ориентация и отбор в спорте. 2. Психолого-педагогические аспекты подготовки спортсменов. 2.1. Психологические основы развития личности. 2.2. Индивидуально-психологические особенности спортсмена. 2.3. Психорегуляция психических состояний в спорте. 2.4. Психолого-педагогическое обеспечение воспитательной работы

	<p>со спортсменами.</p> <p>2.5. Общение и межличностные отношения участников деятельности в сфере физической культуры и спорта.</p> <p>3. Медико-биологические аспекты подготовки спортсменов.</p> <p>3.1. Общие вопросы физиологии, анатомии и биохимии.</p> <p>3.2. Физиология человека.</p> <p>3.3. Спортивная физиология.</p> <p>3.4. Анатомия человека.</p> <p>3.5. Спортивная биохимия.</p>
<p>Планируемые результаты обучения</p>	<p>В результате освоения ДПП ПК слушатель должен овладеть следующими профессиональными компетенциями:</p> <p>ПК-1 - Способен разрабатывать планы тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся.</p> <p>ПК-2 - Способен планировать содержание занятий физической культурой и спортом.</p> <p>ПК-3 - Способен проводить занятия физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</p> <p>ПК-4 – Способен измерять, оценивать и анализировать результаты физической и функциональной подготовленности занимающихся</p> <p>ПК-5 - Способен проводить мероприятия по спортивной ориентации и спортивного отбора в соответствии с целями программ, реализуемых организацией.</p> <p>ПК-6 - Способен применять образовательные технологии при занятиях физической культурой и спортом.</p> <p>В результате освоения ДПП ПК слушатель должен:</p> <p><i>знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Методологические основы управления спортивной тренировкой (подходов к построению учебно-тренировочного процесса с учетом современных тенденций развития мирового спорта, технологий планирования и организации тренировочных программ) в соответствии с требованиями нормативных документов; - Основные положения и принципы педагогики, методы педагогического контроля и контроля качества обучения, актуальные дидактические технологии; - Медицинские, медико-биологические, психофизиологические требования и возрастные нормы для занимающихся в группах тренировочного этапа; - Медико-биологические характеристики и их использование при отборе занимающихся (морфофункциональные особенности, уровень физического развития, состояние анализаторных систем организма занимающегося, состояние его здоровья); - Методики методы медико-биологического и психологического тестирования; - Порядок организации медико-биологического обеспечения спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин). <p><i>уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Разрабатывать научно-методическое обеспечение тренировочных программ для квалификационных групп: учебно-тренировочных, спортивного совершенствования, высшего спортивного мастерства; - Применять в профессиональной деятельности основные положения и принципы педагогики, использовать разнообразные методы педагогического контроля и контроля качества обучения, применять актуальные дидактические технологии обучения; - Использовать техники оценки подготовленности занимающегося,

	<p>соответствующие федеральным стандартам спортивной подготовки;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Планировать и организовывать участие занимающихся в исследовательских и образовательных программах медико-биологического и научно-методического обеспечения спортивной подготовки; - Обеспечивать контроль выполнения занимающимися процедур, предусмотренных программой медико-биологического и научно-методического обеспечения спортивной подготовки. <p><i>иметь практический опыт деятельности:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Использовать навыки оценки эффективности тренировочных воздействий при работе со спортсменами различных квалификационных групп; - Опыт организации обучения на основе положений и принципов педагогики, методами педагогического контроля и контроля качества обучения в профессиональной деятельности, актуальные дидактические технологии обучения; - Навыками анализа информации о состоянии здоровья, уровне подготовленности, результатах, достигнутых занимающимися, определение индивидуальных возможностей; - Навыками организации участия занимающихся в исследовательских и образовательных программах медико-биологического и научно-методического обеспечения спортивной подготовки; - Навыками контроля выполнения занимающимися процедур, предусмотренных программой медико-биологического и научно-методического обеспечения спортивной подготовки.
Итоговая аттестация	Зачет проводится в форме устного опроса и тестирования
Вид документа, выдаваемого после завершения обучения	Удостоверение о повышении квалификации установленного ФГБОУ ВО «УралГУФК» образца