

АННОТАЦИЯ

рабочей программы учебных разделов дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Планирование тренировочного процесса подготовки спортсменов в автоматизированной информационной системе LSPORT»

Раздел 1 Основные вопросы работы в информационной платформе LSPORT (2 часа)

Основные аспекты использования информационной платформы, размещенной по адресу в сети Интернет: lsport.net. Платформа включает совокупность информации (электронные документы, программное обеспечение, базы данных). Доступные ресурсы для пользователя «Тренер спортивной школы».

Перечень практических занятий раздела

Практические занятия по разделу не предусмотрены.

Содержание самостоятельной работы слушателей по разделу

Самостоятельная работа слушателей по разделу не предусмотрена

Раздел 2 Составление индивидуального плана подготовки спортсмена в информационной платформе LSPORT (10 часов)

Добавление спортсмена, на которого составляется план подготовки. Алгоритм заполнения плана подготовки по следующим разделам: основные данные по спортсмену и тренеру, предыдущий сезон, календарь нового сезона, план нового сезона. Способ выбора задач, методов и средств подготовки на мезоцикл и внесение новых задач, методов и средств подготовки на мезоцикл.

Алгоритм анализа предыдущего сезона подготовки:

- анализ соревновательной деятельности прошлого сезона (результаты выступлений на главных стартах);
- анализ реализации плана подготовки прошлого сезона (степень реализации поставленных задач);
- модельные характеристики соревновательной деятельности в избранном виде спорта;
- выявление лимитирующих факторов спортивной подготовленности спортсмена в прошлом сезоне подготовки (анализ динамики результатов контрольных тестов и соревнований);

– методы и средства решений выявленных проблем.

Формулировка задачи подготовки на следующий год.

Алгоритм планирования тренировочного процесса на предстоящий год:

- составление индивидуального календаря соревнований;
- периодизация тренировочного процесса (периоды и этапы подготовки);
- определение задач по мезоциклам подготовки;
- определение средств и методов решения поставленных задач.

Планирование мероприятий комплексного контроля:

- этапное комплексное обследование;
- текущее обследование.

Перечень практических занятий раздела

Номер раздела	Наименование практического занятия	Трудоемкость в часах
2	Работа во вкладке «предыдущий сезон» Выбор результатов прошлого сезона, построение графика динамики результатов прошлого сезона, добавление и редактирование проблем, выявленных в прошлом сезоне (категории проблем)	2

Номер раздела	Наименование практического занятия	Трудоемкость в часах
2	Работа во вкладке «календарь нового сезона» Выбор уровня соревнований, планирование результатов на соревнованиях и стратегии отбора на соревнования	2
2	Работа во вкладке «план нового сезона». Планирование тренировочного процесса выбор периода подготовки, этапа и мезоцикла подготовки. Внесение и выбор из базы данных задач, методов и средств тренировки на мезоцикл.	4

Содержание самостоятельной работы слушателей по разделу
Самостоятельная работа слушателей по разделу не предусмотрена

Раздел 3 Алгоритм согласования и утверждения индивидуального плана подготовки в информационной платформе LSPORT

Порядок согласования и утверждения индивидуального плана подготовки спортсмена: перед тем как распечатать план подготовки необходимо устранить замечания, которые предлагает программа, затем его необходимо согласовать с методическим отделом, исправить замечания если они отмечены методическим отделом. После подписания методическим отделом план отправляется на согласование в спортивную школу, после на утверждение в Центр спортивной подготовки по избранному виду спорта. После всех согласований вносить изменения тренер не может.

Перечень практических занятий раздела

Номер раздела	Наименование практического занятия	Трудоемкость в часах
3	Составление алгоритма согласования индивидуального плана спортсмена	2

Содержание самостоятельной работы слушателей по разделу
Самостоятельная работа слушателей по разделу не предусмотрена

Формы и методы контроля знаний слушателей

Текущий контроль успеваемости слушателей осуществляется на практических занятиях.

Список рекомендуемой литературы и других информационных ресурсов по разделу

Основная литература:

1 Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры / Л. П. Матвеев. – 3-е изд., перераб. и доп. – М. : Физкультура и спорт, СпортАкадемПресс, 2008. – 544 с.

2 Платонов, В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и её практические приложения: учеб. для студентов вузов физ. воспитания и спорта / В. Н. Платонов. – К. : Олимпийская литература, 2004. – 808 с.

3 Платонов, В. Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и её практическое применение / В. Н. Платонов. – К. : Олимпийская литература, 2013. – 624 с.

Дополнительная литература:

1 Верхошанский, Ю. В. Программирование и организация тренировочного процесса / Ю. В. Верхошанский. – М. : ФиС, 1985. – 176 с.

Другие информационные ресурсы:

- 1 www.lsport.net
- 2 <http://elibrary.uralgufk.ac.ru/> – электронный каталог УралГУФК
- 3 <http://lib.sportedu.ru/Catalog.idc> – электронный каталог Центральной отраслевой библиотеки по физической культуре и спорту
- 4 <http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/> – сайт научно-методического журнала «Теория и практика физической культуры»
- 5 <http://www.teoriya.ru> – научный портал

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Планирование тренировочного процесса подготовки спортсменов в информационной платформе LSPORT» учитывает требования профессионального стандарта «Тренер», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации 28.03.2019 г. №191н (зарегистрировано в Минюсте России 25.04.2019г. № 54519), и соотносится с направлением подготовки высшего образования 49.03.01 Физическая культура.

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Планирование тренировочного процесса подготовки спортсменов в информационной платформе LSPORT» ориентирована на развитие обобщенной трудовой функции «Подготовка занимающихся на этапах совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин)» (код D).

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Планирование тренировочного процесса подготовки спортсменов в информационной платформе LSPORT» направлена на совершенствование следующих профессиональных компетенций слушателей:

– способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки (ПК-1).

В результате освоения дополнительной профессиональной программы повышения квалификации слушатель должен:

знать:

– алгоритм заполнения плана подготовки спортсмена в информационной платформе LSPORT по разделам;

– способ выбора и внесения новых задач, методов и средств подготовки на мезоцикл с учетом индивидуальных особенностей спортсмена в информационной платформе LSPORT.

уметь:

– выбрать и внести новые задачи, методы и средства подготовки на мезоцикл с учетом индивидуальных особенностей спортсмена в информационной платформе LSPORT, сформулировать основные выявленные проблемы спортсмена в прошлом сезоне;

– провести планирование тренировочного процесса (выбор периодов, этапов и мезоциклов) в информационной платформе LSPORT;

имеет опыт (владеть):

– алгоритмом составления оперативных, текущих и перспективных планов на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства,

– практическими навыками планирования тренировочного процесса в информационной платформе LSPORT.