

У Ч Е Б Н Ы Й П Л А Н
дополнительной профессиональной программы повышения квалификации
«Современные аспекты теории и методики спортивной тренировки»

№ п/п	Наименование учебных дисциплин (разделов, модулей), тем	Трудоемкость всего в часах	Трудоемкость по видам работ в часах:				Форма контроля
			аудиторные занятия:			самостоятельная работа	
			всего	лекции	практические занятия		
1	Модуль 1. Современное состояние и пути развития спорта высших достижений. Методологические аспекты подготовки спортсменов	38	24	12	12	14	Тестирование
1.1	Организационно-методологические аспекты развития современного спорта и спортивной тренировки	6	4	2	2	2	
1.2	Система подготовки спортсменов	8	4	2	2	4	
1.3	Построение спортивной тренировки. Содержание и структура тренировочных нагрузок при подготовке спортсменов	12	8	4	4	4	
1.4	Современные подходы к управлению тренировочным процессом	6	4	2	2	2	
1.5	Ориентация и отбор в спорте	6	4	2	2	2	
2	Модуль 2. Психолого-педагогические аспекты подготовки спортсменов	30	20	10	10	10	Тестирование
2.1	Психологические основы развития личности	6	4	2	2	2	
2.2	Индивидуально-психологические особенности спортсмена	6	4	2	2	2	
2.3	Психорегуляция психических состояний в спорте	6	4	2	2	2	
2.4	Психолого-педагогическое обеспечение воспитательной работы со спортсменами	6	4	2	2	2	
2.5	Общение и межличностные отношения участников деятельности в сфере физической культуры и спорта	6	4	2	2	2	
3	Модуль 3. Медико-биологические аспекты подготовки спортсменов	38	28	18	10	10	Тестирование
3.1	Общие вопросы физиологии, анатомии и биохимии	6	4	2	2	2	
3.2	Физиология человека	8	6	4	2	2	
3.3	Спортивная физиология	8	6	4	2	2	
3.4	Анатомия человека	8	6	4	2	2	
3.5	Спортивная биохимия	8	6	4	2	2	
	Итоговая аттестация	2	2	-	-	-	Зачет
	ИТОГО	108	74	40	32	34	