

Министерство спорта Российской Федерации
 Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
 «Уральский государственный университет физической культуры»
 Межотраслевой региональный центр повышения квалификации и профессиональной переподготовки кадров

УТВЕРЖДАЮ
 Ректор ФГБОУ ВО «УралГУФК»,
 д.п.н., профессор С.Г. Сериков
 « _____ » _____ 2021 г.



УЧЕБНЫЙ ПЛАН
 дополнительной профессиональной программы повышения квалификации
 «Основы методологии спортивной тренировки в циклических и ациклических видах спорта»

№ 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	Определение биологического возраста детей и подростков	4	4	2	2	–	устный опрос
2	Развитие физических качеств в онтогенезе	2	2	2	–	–	обсуждение
3	Концептуальные аспекты системы начального обучения технике двигательных действий	6	6	6	–	–	демонстрация
4	Принципы подбора специальных упражнений	4	2	2	–	2	обсуждение
5	Методы спортивной тренировки	4	2	2	–	2	устный опрос
6	Механизмы сердечно-легочного и мышечного кровообращения	4	4	2	2		устный опрос
7	Основы физиологии мышечной системы	4	2	2	–	2	устный опрос
8	Причины заболеваемости и травматизма в спорте	2	2	2	–	–	дискуссия
9	Периодизация спортивной тренировки	4	2	2	–	2	обсуждение
	Итоговая аттестация	2					зачет
	ИТОГО	36	26	22	4	8	

СОГЛАСОВАНО

Проректор по планированию, стандартизации и цифровизации
 Начальник учебного отдела
 Директор МРЦПК и ППК
 Заведующий кафедрой теории и методики лыжного спорта

(Handwritten signatures)

О. А. Клестова, к.п.н., доцент
 И. А. Савенко
 В. Я. Ботнер, доцент
 В. В. Винантов, к.б.н., доцент