



Общество с ограниченной ответственностью Институт Повышения Квалификации
Дополнительного профессионального образования «Специалист»
117105, город Москва, Нагатинский 1-й проезд, дом 2, строение 6
Тел: 8(495)120-15-77, e-mail: info@dpo-center.ru
ИНН/КПП 7724494212/772401001, ОГРН 1197746698742

УТВЕРЖДАЮ



Генеральный директор
ООО ИПК ДПО «Специалист»

Ю.С. Петрова

2023 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

дополнительной профессиональной образовательной программы
повышения квалификации:
«Спортивная тренировка»

Цель – получение новых знаний и навыков, освоение современных методов решения профессиональных задач.

Категория слушателей – лица, имеющие среднее профессиональное образование в области физической культуры и спорта; высшее образование в области физической культуры и спорта или педагогики с направленностью «физическая культура» или в области обороны и безопасности государства по служебно-прикладной физической подготовке; высшее образование (непрофильное) - бакалавриат и дополнительное профессиональное образование - программы профессиональной переподготовки по методике обучения по виду спорта (группе спортивных дисциплин) либо наличие подтвержденной квалификационной категории тренера не ниже первой.

Срок обучения – 72 академических часа.

Форма обучения – определяется совместно образовательным учреждением и Заказчиком (без отрыва от производства, с частичным отрывом от производства, с применением дистанционных образовательных технологий).

Режим занятий – определяется совместно с Заказчиком (не менее 4 часов в день).

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			Лекции	СРС	
1.	Физиологические аспекты спортивной тренировки	8	7	1	
2.	Планирование и организация учебно-тренировочного процесса	8	7	1	
3.	Восстановление работоспособности спортсменов	8	7	1	
4.	Формирование психологической готовности к соревнованиям	8	7	1	
5.	Особенности работы тренера с учетом гендерного аспекта	8	7	1	
6.	Возрастные особенности физиологических функций и систем	8	7	1	
7.	Развитие движений и формирование двигательных (физических) качеств	8	7	1	

8.	Спортивная ориентация и ее физиологические критерии	6	5	1	
9.	Организация и проблема отбора в спортивной деятельности	6	5	1	
Итоговая аттестация по учебному курсу		4	-	4	Зачет
Всего часов:		72	59	13	