

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Вятский государственный университет»



УТВЕРЖДАЮ

Проректор по образованию

С.В. Никулин

2023г.

Категория слушателей: профессорско-преподавательский состав образовательных организаций, административно-управленческий персонал, учебно-вспомогательный персонал, специалисты предприятий, студенты и т.д.

Базовое образование: среднее профессиональное образование / высшее образование

Срок освоения – 414 часов

Форма обучения – очная

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

дополнительной профессиональной программы – программы профессиональной переподготовки
«Физическая культура и спорт»

№ в соответствии с последовательностью изучения	Наименование учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей)	ЧАСОВ							Форма промежуточной аттестации/итоговой аттестации
		Трудоёмкость, всего	из них аудиторных				Самостоятельная работа	Контроль	
			Лекции	Практические занятия	Консультации	Всего аудиторных			
1.	Возрастная анатомия, физиология и гигиена	38	10	12	2	24	10	4	экзамен
1.1	Введение.	4	2	-	-	2	2	-	-
1.2	Возрастная анатомия, физиология ОДА.	6	2	2	-	4	2	-	-
1.3	Возрастная анатомия и физиология регуляторных систем	8	2	4	-	6	2	-	-
1.4	Возрастная анатомия и физиология висцеральных систем.	8	2	4	-	6	2	-	-
1.5	Гигиена учебно-воспита-	6	2	2	-	4	2	-	-

	тельного процесса. Здоровьесберегающие технологии								
2.	Физиология	34	10	12	-	22	10	2	зачет
2.1	Физиология регуляторных систем	9	2	4	-	6	3	-	-
2.2	Физиология и биохимия висцеральных систем	11	4	4	-	8	3	-	-
2.3	Физиология и биохимия опорно-двигательного аппарата	12	4	4	-	8	4	-	-
3.	Анатомия	62	16	20	2	38	20	4	экзамен
3.1	Введение в анатомию	4	2	-	-	2	2	-	-
3.2	Функциональная анатомия систем исполнения движений	16	4	6	-	10	6	-	-
3.3	Функциональная анатомия систем управления движений	16	4	6	-	10	6	-	-
3.4	Функциональная анатомия систем обеспечения движений	20	6	8	-	14	6	-	-
4.	Теория и методика физической культуры и спорта	90	16	28	2	46	40	4	экзамен
4.1	Цель, задачи и общие принципы функционирования системы физической культуры в обществе. Общепедагогические и специфические принципы занятий физическими упражнениями	8	2	2	-	4	4	-	-
4.2	Средства и методы формирования физической культуры человека.	10	2	4	-	6	4	-	-
4.3	Общая характеристика физических способностей. Методика развития силовых и скоростных способностей.	18	4	6	-	10	8	-	-
4.4	Выносливость и методика ее развития. Координационные способности и методика их развития. Гибкость и методика их развития	18	4	6	-	10	8	-	-
4.5	Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста. Физическое воспитание детей школьного возраста	16	2	6	-	8	8	-	-

4.6	Формы построения занятий физическими упражнениями. Планирование, контроль и учет в процессе занятий физическими упражнениями	14	2	4	-	6	8	-	-
5	Научно-методическая деятельность	48	10	12	2	24	20	4	экзамен
5.1	Научная и методическая деятельность в сфере физической культуры и спорта	4	1	1	-	2	2	-	-
5.2	Методологические основы научного познания и творчества. Основная проблематика научных исследований и организационная структура НИР в физической культуре и спорте	4	1	1	-	2	2	-	-
5.3	Методическая деятельность в физической культуре и спорте. Трансформация научных, теоретических положений в практический результат, профессиональную деятельность	4	1	1	-	2	2	-	-
5.4	Выбор направления научного исследования и этапы научно-исследовательской работы	4	1	1	-	2	2	-	-
5.5	Поиск, накопление и обработка информации в процессе научно-методической деятельности, современные информационные технологии	4	1	1	-	2	2	-	-
5.6	Эксперимент, виды, организация и проведение.	6	1	2	-	3	3	-	-
5.7	Обработка результатов научной и методической работы	6	2	2	-	4	2	-	-
5.8	Оформление результатов научно-методической работы	6	1	2	-	3	3	-	-
5.9	Критерии качества, внедрение результатов и эффективность научных исследований, методических разработок	4	1	1	-	2	2	-	-
6	Психология физического	44	10	12	-	22	20	2	зачет

	воспитания и спорта								
6.1	Особенности ВНД человека и межполушарная асимметрия, влияющие на спортивный результат	10	2	4	-	6	4	-	-
6.2	Психологическая подготовка в спорте. Волевая подготовка спортсменов	8	2	2	-	4	4	-	-
6.3	Психические состояния и их регуляция в спортивной деятельности	8	2	2	-	4	4	-	-
6.4	Основы психодиагностики в спорте	8	2	2	-	4	4	-	-
6.5	Психическое развитие детей в процессе занятий физической культурой. Психология детского спорта	8	2	2	-	4	4	-	-
7	Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта	22	2	8	-	10	10	2	зачет
7.1	Основы спортивной тренировки.	3	1	-	-	1	2	-	-
7.2	Основные группы методов используемых в подготовке спортсменов и их назначение. Критерии выбора методов спортивной тренировки.	5	1	2	-	3	2	-	-
7.3	Тренировочные и соревновательные нагрузки.	4	-	2	-	2	2	-	-
7.4	Основные стороны спортивной тренировки.	4	-	2	-	2	2	-	-
7.5	Методика развития физических способностей.	4	-	2	-	2	2	-	-
8.	Основы тренерского мастерства	22	2	8	-	10	10	2	зачет
8.1	Введение в предмет «Основы тренерского мастерства»	3	-	1	-	1	2	-	-
8.2	Предпосылки формирования мастерства тренера	2	-	1	-	1	1	-	-
8.3	Профессионализм и мастерство в деятельности тренера. Ключевые компетенции тренера	2	-	1	-	1	1	-	-
8.4	Психологические аспекты профориентации, выбор профессии.	2	-	1	-	1	1	-	-
8.5	Успешность профессиональной деятельности	3	1	1	-	2	1	-	-

	тренера								
8.6	Профессиональная пригодность к деятельности тренера	2	-	1	-	1	1	-	-
8.7	Адаптация тренера к профессиональной деятельности	3	1	1	-	2	1	-	-
8.8	Причины и условия возникновения конфликтов тренера со спортсменами	3	-	1	-	1	2	-	-
9.	Технические средства, тренажеры и тренажерные устройства в спорте. Методика тренировок.	22	2	8	-	10	10	2	зачет
9.1	Тренажеры и тренировочные устройства в физической подготовке спортсменов	6	2	2	-	4	2	-	-
9.2	Технические средства, тренажеры и тренажерные устройства в спорте. Методика тренировок	12	-	6	-	6	6	-	-
10.	Мониторинг морфофункционального состояния спортсменов»	26	2	12	-	14	10	2	зачет
10.1	Виды мониторинга, его методы и способы осуществления	2	1	-	-	1	1	-	-
10.2	Мониторинг морфологических показателей в спорте	7	1	4	-	5	2	-	-
10.3	Мониторинг биохимических показателей в спорте	4	-	2	-	2	2	-	-
10.4	Мониторинг функциональных показателей в спорте	6	-	4	-	4	2	-	-
10.5	Мониторинг работоспособности и физической подготовленности спортсменов	5	-	2	-	2	3	-	-
11.	Программа итоговой аттестации	6	-	-	-	-	-	6	Междисциплинарный экзамен
	Всего часов	414	80	132	8	220	160	34	

Начальник Управления
дополнительного образования

 О. В. Золотарева