

КГУ «Областная специализированная школа-интернат-колледж
Олимпийского резерва имени Богенбай батыра»
управления физической культуры и спорта Акмолинской области



**Рабочая учебная программа по дисциплине/ модулю/производственному обучению и
профессиональной практике**

**Повышение тренерских навыков в избранном виде спорта
(модуль немесе пән атауы) / (наименование модуля или дисциплины)**

Мамандык: 01140500 - " Физическая культура и спорт"

Специальность: (коды және атауы) / (код и наименование)

Біліктілік : 4S01140503 – "Тренер - преподаватель по спорту"

Квалификация: (коды және атауы) / (код и наименование)

Оқыту нысаны: күндізгі жалпы орта білім базасында

Форма обучения: очная на базе общего среднего образования

Жалпы сағат саны: 97

кредит саны

Общее количество часов

количество кредитов

Әзірлеуші (-лер) А.Ковальчук

Разработчик (-и) Т.А.Ә. (болған жағдайда) (қолы) / (подпись)

Ф.И.О. (при наличии)

Пояснительная записка

Настоящая рабочая учебная программа по дисциплине «Повышение тренерских навыков в избранном виде спорта» разработана в соответствии с типовой учебной программой и образовательной программой технического профессионального образования (приказ Министерства образования и науки Республики Казахстан от 22 января 2016 г. №72), приложение 19,20) по специальности 01140500 «Физическая культура и спорт» с квалификацией 4S01140503 – "Тренер - преподаватель по спорту".

Цель дисциплины – изучение основ планирования, организации тренировочного процесса, методических основ проведения учебно-тренировочных занятий, проведения тренировок с использованием современных технических средств обучения, руководства командой на соревнованиях по волейболу, организации контроля, оценки уровня подготовленности спортсменов.

Задачи дисциплины – дать знания, привить умения и навыки по повышению тренерских навыков в управлении подготовкой спортсменов (планированию, организации тренировочного процесса, проведению соревнований, контролю, оценке и коррекции подготовленности).

В результате изучения данной дисциплины студенты должны:
иметь представление:

- о проведении тренировок с использованием различных технических средств о методике построения эффективного тренировочного процесса;

знать:

- способы управления коллективом;
- функции в деятельности тренера;
- методику применения различных средств и форм информации в процессе тренировки;
- способы контроля подготовленности спортсменов.

уметь:

- применять различные методики и новейшие средства для проведения учебно-тренировочных занятий, руководить командой на соревнованиях по волейболу приобрести практические навыки:
- проведения анализа выступлений ведущих спортсменов в волейболе;
- повышения тренерского мастерства в избранном виде спорта.

Пререквизиты

Для освоения данной дисциплины необходимы знания, умения и навыки, приобретённые при изучении следующих дисциплин:

Методика преподавания избранного вида спорта, анатомия с основами спортивной морфологии, биохимия физической культуры и спорта, педагогика физической культуры и спорта, психология физической культуры и спорта, теория и методика физической культуры и спорта, возрастные особенности подготовки в избранном виде спорта, управление процессом спортивной подготовки в избранном виде спорта, совершенствование профессиональной тренерской деятельности в избранном виде спорта, основы спортивно-педагогического мастерства в избранном виде спорта (волейбол).

Постреквизиты

Знания, умения и навыки, полученные при изучении дисциплины необходимы для освоения следующих дисциплин:

Методика тренировки в избранном виде спорта, основы профессиональной подготовки тренера в избранном виде спорта.

Семестр бойынша сағаттарды бөлу
Распределение часов по семестрам

Пән /модульдің коды және атауы Дисциплина / код и наименование модуля	Модульдегі барлық сағат саны Всего часов в модуле	Соның ішінде							
		1 курс		2 курс		3 курс		4 курс	
		1 семестр	2 семестр	3 семестр	4 семестр	5 семестр	6 семестр	7 семестр	8 семестр
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Повышение тренерских навыков в избранном виде спорта	97	-	-	33	22	18	24		
Барлығы: Всего:	97	-	-	33	22	18	24		

№	Предмет	Кол-во часов всего	Теория	Практика	Зачет
1	Повышение тренерских навыков в избранном виде спорта	97	39	58	6-семестр

Распределение часов по семестрам

№	Тема	Общее кол-во часов	Теория	Практика
3 семестр		33	13	20
	Раздел 1 Совершенствование тренерской деятельности по управлению подготовкой.			
1.	Тема 1.1 Введение в «повышение тренерских навыков в избранном виде спорта»	2	2	
2.	Тема 1.2 Совершенствование тренерской деятельности по управлению подготовкой.	2	2	
3.	Тема 1.3 Проведение тренировок с использованием современных технических средств обучения.	2		2
4.	Тема 1.4 Посещение семинаров и практических занятий ведущих тренеров. Проведение тренировочных сборов.	2		2
5.	Тема 1.5 Проведение анализа выступлений ведущих спортсменов. Работа в качестве помощника тренера в период каникул.	2	2	
6.	Тема 1.6 Пути повышения квалификации тренера	2		2
7.	Тема 1.7 Совершенствование тренерской деятельности по управлению подготовкой.	2		2
8.	Тема 1.8 Проведение тренировок с использованием современных технических средств обучения.	4	2	2
9.	Тема 1.9 Посещение семинаров и практических занятий ведущих тренеров. Проведение тренировочных сборов.	2		2
10.	Тема 1.10 Проведение анализа выступлений ведущих спортсменов. Работа в качестве помощника тренера в период каникул.	2	2	
11.	Тема 1.11 Пути повышения квалификации тренера	2		2
12.	Тема 1.12 Методы применения основных средств тренировки (строго регламентированного упражнения)	2		2
13.	Тема 1.12 Рациональное планирование, оптимальное соотношение сторон подготовки	2	2	
	Раздел 2 Особенности работы со сборными командами			
14.	Тема 2.1 Планирование многолетней подготовки.	2		2
15.	Тема 2.2 Оперативное планирование в волейболе.	2		2
16.	Контрольная работа	1	1	
4 семестр		22	8	14
17.	Тема 2.3 Прогнозирование в системе подготовки.	2	2	
18.	Тема 2.4 Организация процесса тренировки.	4	2	2
19.	Тема 2.5 Основные показатели тренировочной нагрузки. Величина нагрузки. Объем нагрузки. Интенсивность нагрузки.	2		2
20.	Тема 2.5 Периодизация процесса тренировки	2	2	
21.	Тема 2.6 Система подготовки юных спортсменов	2		2
22.	Тема 2.7 Система подготовки высококвалифицированных спортсменов и команд высших спортивных разрядов	2	2	

23.	Тема 2.8 Прогнозирование и моделирование результатов процесса подготовки высококвалифицированных спортсменов и команд.	2		2
24.	Тема 2.9 Организация и управление процессом подготовки спортсменов массовых разрядов.	4		4
25.	Контрольная работа	2		2
	5 семестр	18	4	14
26.	Тема 3.1 «Основы профессионального мастерства тренера в избранном виде спорта»	2	2	
27.	Тема 3.2 Особенности профессиональной деятельности тренеров в современных условиях	2		2
28.	Тема 3.3 Требования, предъявляемые к личности и деятельности современного тренера	2		2
29.	Тема 3.4 Социально-педагогические факторы, определяющие успешность тренерской деятельности	2	2	
30.	Тема 3.5 Профессионализм и мастерство в деятельности тренера в избранном виде спорта	2		2
31.	Тема 3.6 Индивидуально-психологические факторы успешности тренерской деятельности в избранном виде спорта	2		2
32.	Тема 3.7 Возможные трудности в работе тренера. Психологические особенности разрешения ситуаций.	2		2
33.	Тема 3.8 Оценка эффективности работы тренера	2		2
34.	Тема 3.9 Научно-методическая работа тренера.	2		2
	6 семестр	24	8	16
35.	Тема 3.10 Профессиональный дневник тренера	2		2
36.	Тема 3.11 Культура и особенности общения тренера	2	2	
37.	Тема 3.12 Педагогический такт тренера.	2	2	
38.	Тема 3.13 Общение тренера с группой	2	2	
39.	Тема 3.14 Мастерство тренера на тренировочном занятии в избранном виде спорта	2		2
40.	Тема 3.15 Использование наглядных пособий и технических средств в тренировке	2		2
41.	Тема 3.16 Творческая активность тренера	2		2
42.	Тема 3.17 Посещение занятий опытных тренеров	2		2
43.	Тема 3.18 Общий анализ тренировочного занятия	2		2
44.	Тема 3.19 Анализ первых тренерских успехов	2		2
45.	Тема 3.20 Научный анализ и обобщение передового тренерского опыта	2	2	
46.	Зачет	2		2
	Итого:	97	39	58

Содержание рабочей учебной программы

Раздел 1 Совершенствование тренерской деятельности по управлению подготовкой.

Тема 1.1 Введение в «Повышение тренерских навыков в избранном виде спорта»

Тема 1.2 Совершенствование тренерской деятельности по управлению подготовкой.

Тема 1.3 Проведение тренировок с использованием современных технических средств обучения.

Тема 1.4 Посещение семинаров и практических занятий ведущих тренеров. Проведение тренировочных сборов.

Тема 1.5 Проведение анализа выступлений ведущих спортсменов. Работа в качестве помощника тренера в период каникул.

Тема 1.6 Пути повышения квалификации тренера

Тема 1.7 Совершенствование тренерской деятельности по управлению подготовкой.

Тема 1.8 Проведение тренировок с использованием современных технических средств обучения.

Тема 1.9 Посещение семинаров и практических занятий ведущих тренеров. Проведение тренировочных сборов.

Тема 1.10 Проведение анализа выступлений ведущих спортсменов. Работа в качестве помощника тренера в период каникул.

Тема 1.11 Пути повышения квалификации тренера

Тема 1.12 Методы применения основных средств тренировки (строго регламентированного упражнения)

Тема 1.12 Рациональное планирование, оптимальное соотношение сторон подготовки

Раздел 2 Особенности работы со сборными командами

Тема 2.1 Планирование многолетней подготовки.

Тема 2.2 Оперативное планирование в волейболе.

Тема 2.3 Прогнозирование в системе подготовки.

Тема 2.4 Организация процесса тренировки.

Тема 2.5 Основные показатели тренировочной нагрузки. Величина нагрузки. Объем нагрузки. Интенсивность нагрузки.

Тема 2.5 Периодизация процесса тренировки

Тема 2.6 Система подготовки юных спортсменов

Тема 2.7 Система подготовки высококвалифицированных спортсменов и команд высших спортивных разрядов

Тема 2.8 Прогнозирование и моделирование результатов процесса подготовки высококвалифицированных спортсменов и команд.

Тема 2.9 Организация и управление процессом подготовки спортсменов массовых разрядов.

Тема 3.1 «Основы профессионального мастерства тренера в избранном виде спорта»

Тема 3.2 Особенности профессиональной деятельности тренеров в современных условиях

Тема 3.3 Требования, предъявляемые к личности и деятельности современного тренера

Тема 3.4 Социально-педагогические факторы, определяющие успешность тренерской деятельности

Тема 3.5 Профессионализм и мастерство в деятельности тренера в избранном виде спорта

Тема 3.6 Индивидуально-психологические факторы успешности тренерской деятельности в избранном виде спорта

Тема 3.7 Возможные трудности в работе тренера. Психологические особенности разрешения ситуаций.

Тема 3.8 Оценка эффективности работы тренера

Тема 3.9 Научно-методическая работа тренера.

3 курс 2 семестр

Тема 3.10 Профессиональный дневник тренера

Тема 3.11 Культура и особенности общения тренера

Тема 3.12 Педагогический такт тренера.

Тема 3.13 Общение тренера с группой

Тема 3.14 Мастерство тренера на тренировочном занятии в избранном виде спорта

- Тема 3.15 Использование наглядных пособий и технических средств в тренировке
- Тема 3.16 Творческая активность тренера
- Тема 3.17 Посещение занятий опытных тренеров
- Тема 3.18 Общий анализ тренировочного занятия
- Тема 3.19 Анализ первых тренерских успехов
- Тема 3.20 Научный анализ и обобщение передового тренерского опыта

Перечень литературы и средств обучения

Основная литература

1. Кузьменко Г. А. - Психологическое сопровождение тренерской деятельности в ДЮСШ: Программа курса повышения квалификации для тренеров детско-юношеских спортивных школ - Москва: Прометей, 2013.
2. Райнер М. - Успешный тренер: самое авторитетное руководство по тренерской деятельности: практическое пособие - Москва: Человек, 2014.
3. Бейімделгіш дене шынықтырудың теориясы мен ұйымдастырылуы: жоғары оқу орындарына арналған оқулық: 2 том / ред.С. П. Евсеева. - Мәскеу: кеңестік спорт, 2010.
4. Уанбаев Е. Дене тәрбиесінің негіздері. - Алматы, 2000.
5. Фарфель В. В. Спорттағы қозғалыстарды басқару. - Мәскеу: кеңестік спорт, 2011.
6. Холодов Ж.К. Дене тәрбиесінің теориясы мен әдістемесі. - Мәскеу: Академия, 2007. Қосымша:
7. Железняк Ю. Д. Дене шынықтыру және спорттағы ғылыми-әдістемелік қызметтің негіздері. - Мәскеу: Академия, 2009.
8. Спорттық ойындар: техника, тактика, оқыту әдістемесі. - Мәскеу: Академия, 2010. - 518с.
9. Спорттық жаттығулардың блок-кезгенділігі: [монография] / - Мәскеу: кеңестік спорт, 2010. - 283 б.
10. Марков Г.И. Жоғары жетістіктер спортындағы физикалық өнімділікті қалпына келтіру және арттыру жүйесі. - Мәскеу: кеңестік спорт, 2009.
11. Огородникова Л. А. Тактикалық дарындылық спорттық іріктеу критерийі ретінде. / Психология "Журналы", № 2 (55) - 2008. - Б. 70.

Дополнительная литература

1. Мартыненко И.И. Теория и методика спортивных игр (специализация) [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Мартыненко И.И.— Электрон. текстовые данные.— Алматы: Казахский национальный университет им. Аль-Фараби, 2012.— 168 с.
2. Шулятьев В.М. Студенческий волейбол [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Шулятьев В.М.— Электрон. текстовые данные.— Москва: Российский университет дружбы народов, 2011.— 196 с.
3. Дубровский В.И., Рахманин Ю.А., Разумов А.Н. - Экогигиена физической культуры и спорта: руководство для спорт. врачей и тренеров - М.: ВЛАДОС, 2008.

Рекомендуемые средства обучения:

1. Кабинеты
2. Парты
3. Компьютер
4. Интерактивная доска
5. Стенды
6. Спорт зал
7. Спортивный инвентарь