

УТВЕРЖДАЮ  
 Ректор ФГБОУ ВО «УралГУФК»,  
 д.п.н., профессор С.Г. Сериков  
 «30» июня 2023 г.  
 (протокол №12 заседания ученого совета от 30 июня 2023 г.)

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
**дополнительной профессиональной программы повышения квалификации**  
**«Конструирование тренирующих воздействий»**

№ 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		
<b>1</b>	<b>Методология конструирования тренирующих воздействий</b>	<b>14</b>	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	Интерактивный контроль
1.1	Противоречия в постановке двигательного задания спортсмену. Деятельностный, кибернетический, синергетический, системный подходы к конструированию тренировок	2	2	2	—	—	
1.2	Обобщённые группы факторов, детерминирующих спортивную деятельность. Взаимосвязь психолого-педагогических и биологических аспектов тренирующих воздействий	12	6	2	4	6	
<b>2</b>	<b>Энергообеспечение движений спортсменов</b>	<b>20</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>10</b>	Интерактивный контроль
2.1	Динамика аэробных и анаэробных процессов в энергообеспечении различных физических нагрузок	2	2	2	—	—	
2.2	Детерминанты функциональной и скоростно-силовой подготовки.	6	2	—	2	4	
2.3	Конструирование микроциклов	10	4	—	4	6	
2.4	Теоретические основы регуляции движений	2	2	2	—	—	
	<b>Итоговая аттестация</b>	<b>2</b>	<b>—</b>	<b>—</b>	<b>—</b>	<b>—</b>	<b>Зачет</b>
	<b>Итого</b>	<b>36</b>	<b>18</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	<b>16</b>	<b>2</b>

СОГЛАСОВАНО

Проректор по планированию, стандартизации и цифровизации образовательного процесса  
 Начальник учебного отдела  
 Директор МРЦПК и ППК  
 Заведующий кафедрой теории физической культуры, биомеханики и информационных технологий



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

Д. А. Дятлов, д.б.н., профессор