

ПРОГРАММА ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

Современные аспекты теории и методики спортивной тренировки в гандболе

(3 категория – тренеры детских, юношеских и молодёжных команд)

Дополнительная профессиональная программа

Общее количество часов	72
Аудиторные занятия, в том числе:	62
лекционные	28
практические	36
Самостоятельная (внеаудиторная) работа	4
Форма контроля (экзамен)	4

Программа повышения квалификации составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО 3+ по направлению 49.03.04 Спорт, Профессиональных стандартов «Тренер», «Тренер-преподаватель».

Составители программы:

Асеева Анна Юрьевна – канд. пед. наук, доцент кафедры теории и методики физической культуры и спорта ФГБОУ ВО СибГУФК

Кудря Ольга Николаевна – д-р биол. наук, доцент, заведующий кафедрой анатомии, физиологии, спортивной медицины и гигиены ФГБОУ ВО СибГУФК

Реуцкая Елена Александровна – доцент, канд. биол. наук, доцент, директор НИИ ДЭУ ФГБОУ ВО СибГУФК

Смоленцева Валентина Николаевна – профессор, д-р психол. наук, профессор кафедры педагогики и психологии ФГБОУ ВО СибГУФК

Филатова Нина Петровна - доцент, канд. пед. наук, доцент кафедры теории и методики физической культуры и спорта ФГБОУ ВО СибГУФК

Чусовитина Ольга Михайловна – доцент, канд. пед. наук, декан факультета заочного обучения и дополнительного образования ФГБОУ ВО СибГУФК

Согласовано:

Заслуженный тренер России

А.Н. Драчев

Заслуженный тренер СССР

Ю.Г. Зайцев

Программа утверждена на заседании учебно-методической комиссии факультета заочного обучения и дополнительного образования протоколом № 7 от 01.02.2023

Председатель
Учебно-методической комиссии

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

В настоящее время особую актуальность и значение приобретает эффективное кадровое сопровождение спорта высших достижений. Важную роль в достижении высоких результатов спортсменов играют правильно подобранные методы организации тренировочного процесса. Тренеру необходимо уметь правильно и эффективно планировать тренировочный процесс на разных этапах спортивной подготовки, анализировать прогресс и регресс спортсмена, его функциональные характеристики, психологические состояния, постоянно совершенствовать свои педагогические навыки.

Данная программа повышения квалификации разработана для тренеров и тренеров-преподавателей по гандболу с целью повышения компетентности в вопросах реализации программ спортивной подготовки по гандболу, различных аспектов организации тренировочного процесса.

1.1. Нормативная правовая база разработки дополнительной профессиональной программы повышения квалификации

Нормативную правовую базу разработки дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Современные аспекты теории и методики спортивной тренировки в гандболе (3 категория – тренеры детских и юношеских команд, молодежных команд, команд высшей и первой лиги, команд суперлиги (кроме главных тренеров команд суперлиги и Высшей лиги))» составляют:

– Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ;

– Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 1 июля 2013 года №499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;

– Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 15 ноября 2013 года №1244 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 1 июля 2013 года №499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;

– Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 28 марта 2019 г. №191н «Об утверждении профессионального стандарта «Тренер»;

– Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24 декабря 2020 г. №952н «Об утверждении профессионального стандарта «Тренер-преподаватель»;

– Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 25 сентября 2019 года № 886 «Об утверждении ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.04 Спорт.

1.2. Цель и задачи дополнительной профессиональной программы повышения квалификации

Целью реализации программы является качественное изменение профессиональной компетентности, необходимой в профессиональной деятельности тренеров гандбольных команд в рамках имеющейся квалификации, а так же повышение профессионального уровня их компетенций.

1.3 Требования к уровню подготовки поступающего на обучение, необходимые для освоения программы

К освоению дополнительной профессиональной программы повышения квалификации допускаются: лица, имеющие высшее или среднее физкультурное профессиональное образование.

Наличие указанного образования должно подтверждаться документом государственного или установленного образца.

Возможные наименования должностей, профессий: тренер, тренер по гандболу, тренер-преподаватель.

1.4 Планируемые результаты обучения

В результате освоения программы слушатель должен **знать**:

- 1) индивидуально-типологические особенности адаптации к соревновательной деятельности в гандболе;
- 2) особенности современной соревновательной деятельности в гандболе;
- 3) современные тенденции, средства и методы спортивной тренировки в игровых видах спорта, в гандболе в частности, закономерности формирования состояния спортивной формы, развитие специальных физических способностей;
- 4) современные основы построения тренировочных занятий;
- 5) структуру процесса спортивной подготовки в макро-, мезо- и микроциклах;
- 6) организационно-методические основы ориентации и отбора в спорте, особенности планирования и виды контроля, используемые в спортивной тренировке;
- 7) возрастные особенности формирования физиологических систем организма детей и подростков, занимающихся гандболом.

В результате изучения дисциплины слушатель должен **уметь**:

- 1) определять цели и задачи спортивной подготовки, тренировочного процесса в годичном цикле и на этапах многолетней подготовки;
- 2) планировать тренировочные занятия, микро-, мезо- и макроциклы подготовки, организовывать и проводить спортивные соревнования;
- 3) использовать накопленные в области теории спортивной тренировки знания в процессе проведения различных форм занятий физическими упражнениями;
- 4) осуществлять педагогический контроль за процессом подготовки, состоянием занимающихся при проведении тренировочных занятий и соревнований;
- 5) осуществлять анализ результатов теоретических исследований и использовать их в практической деятельности.

В результате изучения дисциплины слушатель должен **владеть**:

- 1) современной технологией проектной деятельности в тренировочном процессе гандбольных команд;
- 2) технологиями совершенствования технико-тактического мастерства гандболистов;
- 3) технологиями совершенствования физических способностей гандболистов разного возраста;
- 4) технологиями анализа современной соревновательной деятельности;
- 5) современными технологиями педагогического контроля в тренировочном процессе;
- 6) технологиями отбора в гандболе.
- 7) технологиями управления деятельностью команды в ситуациях тренировочных занятий, соревнований, в условиях учебно-тренировочных сборов, приёмами межличностного общения.

1.5 Нормативная трудоёмкость обучения

Трудоёмкость обучения по данной программе – 72 часа, включая все виды аудиторной и внеаудиторной (самостоятельной) учебной работы слушателя. Общий срок обучения – 2 недели.

1.6 Документ, выдаваемый после завершения обучения

Удостоверение о повышении квалификации установленного образца.

1.7 Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы повышения квалификации

Организация образовательной деятельности по программе.

Реализация программы повышения квалификации направлена на совершенствование и (или) получение новой компетенции, необходимой для профессиональной деятельности, и (или) повышение профессионального уровня в рамках имеющейся квалификации в сфере физической культуры и спорта. Образовательная деятельность по программе предполагает очную форму обучения. В случае необходимости возможно применение дистанционного обучения (лекционные и практические занятия), проведение лекций, консультаций по самостоятельной работе и итоговой аттестации в режиме on-line.

Практические занятия включают:

- проведение учебно-тренировочных занятий по гандболу специалистами блока общей и специальной физической подготовки (лёгкая атлетика, тяжёлая атлетика, акробатика, борьба);
- поочерёдное проведение учебно-тренировочных занятий по гандболу слушателями с предварительно заданной тематикой и дальнейшим обсуждением методики и средств выполнения поставленных задач.

Учебно-методическое, информационное обеспечение программы. Учебно-методическое обеспечение программы представлено в электронно-информационной образовательной среде вуза.

Материально-техническое обеспечение программы. Реализация программы предполагает наличие учебной аудитории для проведения лекционных, семинарских и практических занятий, физкультурно-оздоровительного комплекса, включающего в себя оборудованные спортивные тренажерные залы и прочее.

Оборудование и техническое оснащение учебной аудитории:

- компьютеризированное рабочее место для преподавателя;
- рабочие места для слушателей;
- мультимедийный проектор, экран;
- доступ слушателей к учебно-методической, нормативно-правовой и научной литературе: учебникам, книгам, журналам;
- демонстрационные комплекты учебно-наглядных пособий (таблицы, рисунки, схемы, слайды);

1.8 Кадровые условия реализации программы

Реализация программы обеспечивается научно-педагогическими кадрами, имеющими, как правило, базовое образование, соответствующее профилю преподаваемой дисциплины, и систематически занимающимися научной и (или) научно-методической деятельностью, а также преподавателями и (или) тренерами, имеющими опыт практической работы.

2. СОДЕРЖАНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

2.1 Календарный учебный график

Форма обучения	Аудиторных часов в день: Лекционные (28 ч.) Практические (36 ч.)	Самостоятельная работа (кол-во часов): подготовка к проведению учебно-тренировочных занятий по гандболу	Дней в неделю	Общая продолжительность программы
Очная /онлайн с использованием ДОТ	6-8 часов	4	6-7	Онлайн занятия (лек) – 5 дней Очные занятия (практ.) – 6 дней

Учебные занятия проводятся согласно утверждённому расписанию.

2.2 Учебный план

программы повышения квалификации

Современные аспекты теории и методики спортивной тренировки в гандболе
(3 категория – тренеры детских, юношеских и молодёжных команд)

№	Наименование модулей	Всего часов	В том числе		
			лекции	практ.	самост.
1	Модуль 1. Современное состояние и тенденции развития гандбола	2	2	-	-
2	Модуль 2. Медико-биологические и физиологические аспекты тренировки гандболистов на этапе начальной подготовки, тренировочном этапе и этапе спортивного совершенствования.	8	8	-	-
3	Модуль 3. Современные технологии построения тренировочного процесса гандболистов на этапе начальной подготовки, тренировочном этапе и этапе спортивного совершенствования. Инновационные методики проведения тренировочного процесса. Обучение и совершенствование технических приёмов игроков различных амплуа. Индивидуальная, групповая и командная тактика игры на различных этапах подготовки.	46	6	36	4
4	Модуль 4. Психолого-педагогические аспекты обеспечения подготовки гандболистов на этапе начальной подготовки, тренировочном этапе и этапе спортивного совершенствования.	6	6	-	-
5	Модуль 5. Современные подходы к управлению тренировочным процессом гандболистов на этапе начальной подготовки, тренировочном этапе и этапе спортивного совершенствования.	6	6	-	-
	Итоговая аттестация – экзамен	4			
	ИТОГО	72	28	36	4

2.3 Рабочие программы учебных разделов

программы повышения квалификации

Современные аспекты теории и методики спортивной тренировки в гандболе
(3 категория – тренеры детских, юношеских и молодёжных команд)

Модуль 1. Современное состояние и тенденции развития гандбола (2 часа)

Номер темы	Название и краткое содержание темы	Всего часов
		лекции
1.1	Структура и содержание современной соревновательной деятельности в гандболе. Тенденции изменений содержания технико-тактических действий в современном гандболе. Соотношение атакующих и защитных действий в играх команд на международной арене, суперлиги, высшей лиги. Изменения в методике судейства соревнований по гандболу. Изменения модельных характеристик игроков высокой квалификации различных амплуа. Требования Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта гандбол применительно к этапу начальной подготовки и тренировочному этапу. Требования к структуре и содержанию программ спортивной подготовки на этапе начальной подготовки и тренировочном этапе, в том числе к освоению их теоретической и практической части. Нормативы физической подготовки на этапе начальной подготовки, тренировочном этапе и этапе спортивного совершенствования. Требования к участию лиц, проходящих спортивную подготовку на этапе начальной подготовки, тренировочном этапе и этапе спортивного совершенствования в спортивных соревнованиях по виду спорта гандбол.	2
ИТОГО:		2

Список рекомендуемой литературы и других информационных ресурсов по Модулю 1

Основная литература:

1. Приказ Минспорта России от 30.06.2021 № 485 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «гандбол» (Зарегистрировано в Минюсте России 28.07.2021 № 64421).

2. Игнатьева, В.Я. Примерная программа спортивной подготовки по виду спорта "Гандбол" / В. Я. Игнатьева, В. И. Тхорев, А. Я. Овчинникова, М. А. Петрова. - М. : Изд-во ФГБУ ФЦПСПР, 2016. - 152 с.

3. Правила вида спорта: гандбол, утвержденные приказом Министерства спорта Российской Федерации от 18 июля 2018 г. № 665, с изменениями, внесенными приказами Минспорта России от 23 октября 2018 г. № 899, от 29 декабря 2018 г. № 1040, от 20 сентября 2019 г. № 760, от «18» октября 2019 г. № 840.

4. Приказ Минспорта России от 28.03.2019 № 191н «Об утверждении профессионального стандарта «Тренер» (Зарегистрировано в Минюсте России 25.04.2019 № 54519).

Дополнительная литература:

1. Игнатьева, В.Я. Средства подготовки игроков в гандбол: учеб. пособие для преподавателей общеобразоват. шк., колледжей, вузов, тренеров ДЮСШ / В. Я. Игнатьева, А. В. Игнатьев, А. А. Игнатьев. - М. : Спорт, 2015. - 160 с.

2. Игнатъева, В.Я. Техническое мастерство игроков в гандбол : учеб. пособие для самост. работы студентов, спортсменов и тренеров / В. Я. Игнатъева ; М-во спорта РФ ; Союз гандболистов России. - М., 2013. - 120 с.

Модуль 2. Медико-биологические и физиологические аспекты тренировки гандболистов на этапе начальной подготовки и тренировочном этапе (8 часов)

Номер темы	Название и краткое содержание темы	Всего часов
		лекции
2.1	Возрастные особенности гандболистов, проходящих спортивную подготовку на этапе начальной подготовки, тренировочном этапе и этапе спортивного совершенствования (особенности формирования сердечно-сосудистой, дыхательной, вегетативной систем, развитие опорно-двигательного аппарата)	2
2.2	Закономерности развития адаптации и принципы рационального построения тренировочного процесса юных гандболистов (особенности срочной и долговременной адаптации к физическим нагрузкам детей и подростков, физиологические и биохимические основы развития физических качеств у юных гандболистов)	2
2.3	Вопросы питания юных гандболистов (принципы рационального питания, потребность в основных питательных веществах, витаминах и минералах в детском и подростковом возрасте и их зависимость от направленности тренировочного процесса)	2
2.4	Профилактика и восстановление после травм опорно-двигательного аппарата. Причины травматизма, функциональных нарушений в процессе учебно-тренировочной деятельности. Первая помощь: при ранениях и кровотечениях, при переломах и вывихах, сердечно-легочная реанимация	2
ИТОГО:		8

**Список рекомендуемой литературы
и других информационных ресурсов по Модулю 2**

Основная литература:

1. Дробинская А. О. Анатомия и возрастная физиология : учеб. для бакалавров по направлению подготовки 050400 Психол.-пед. образование / А. О. Дробинская. - М. : Юрайт, 2012. - 527 с.

2. Назарова Е. Н. Возрастная анатомия, физиология и гигиена : учеб. для бакалавров по направлению подгот. "Пед. образование" / Е. Н. Назарова, Ю. Д. Жилов. - 3-е изд., стер. - М. : Академия, 2013. - 256 с.

3. Иваницкий М. Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии) : учеб. для высш. учеб. заведений физ. культуры / М. Ф. Иваницкий ; под ред. : Б. А. Никитюка, А. А. Гладышевой, Ф. В. Судзиловского. - 14-е изд. - М. : Спорт, 2018. - 624 с.

4. Михайлов С. С. Спортивная биохимия : учеб. пособие по направлению 49.03.01 "Физ. культура" / С. С. Михайлов ; Национальный гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта. - СПб. : [б. и.], 2014.

Дополнительная литература:

1. Бахрах И.И. Врачебный контроль и физическое воспитание детей школьного возраста: учеб.-метод. пособие/ И. И. Бахрах, Н. А. Гамза.- Минск: Адукацыя і выхаванне, 2010.- 176 с.

2. Иорданская Ф.А. Мониторинг здоровья и функциональная подготовленность высококвалифицированных спортсменов в процессе учебно-тренировочной работы и соревновательной деятельности / Ф.А. Иорданская, М.С. Юдинцева. – М.: Советский спорт, 2006. – 184с.

3. Роженцов В.В. Утомление при занятиях физической культурой и спортом: проблемы, методы исследования: монография / В.В. Роженцов, М.М. Полевщиков. – М.: Советский спорт, 2006. – 280с.

Модуль 3. Современные технологии построения тренировочного процесса гандболистов на этапе начальной подготовки и тренировочном этапе (46 часов)

Номер темы	Название и краткое содержание темы	Всего часов		
		Лекции	Практ.	Самост. работа
3.1	Особенности построения тренировочного процесса в гандболе как целостной системы. Система многолетней подготовки гандболистов. Планирование и контроль тренировочного процесса в годичном цикле подготовки, с учетом возрастных и физиологических возможностей организма юных спортсменов и специфики вида спорта «гандбол». Построение спортивной тренировки гандболистов на этапе начальной подготовки, тренировочном этапе и этапе спортивного совершенствования: макро-, мезо-, микроструктура тренировочного процесса. Построение спортивной тренировки гандболистов на этапе начальной подготовки и тренировочном этапе: макро-, мезо-, микроструктура тренировочного процесса, с учетом возрастных и физиологических возможностей организма юных спортсменов и специфики вида спорта «гандбол».	2		
3.2	Современные подходы к построению общей физической подготовки гандболистов на этапе начальной подготовки, тренировочном этапе и этапе спортивного совершенствования. Построение тренировочного процесса с учетом совмещения тренировочных нагрузок различной направленности (в одном, нескольких занятиях, микроцикле). Построение тренировочного процесса на основе реализации концепции блоковой периодизации (Ю.В. Верхошанский, В.Б. Иссурин). Понятия «направленность тренировочной нагрузки», «блоковая периодизация тренировочного процесса». Структура, содержание и соотношение тренировочных нагрузок в годичном цикле подготовки.		2	2

3.3	Современные подходы к построению специальной физической подготовки гандболистов на этапе начальной подготовки и тренировочном этапе. Построение тренировочного процесса с учетом совмещения тренировочных нагрузок различной направленности (в одном, нескольких занятиях, микроцикле). Построение тренировочного процесса на основе реализации концепции блоковой периодизации (Ю.В. Верхошанский, В.Б. Иссурин). Понятия «направленность тренировочной нагрузки», «блоковая периодизация тренировочного процесса». Структура, содержание и соотношение тренировочных нагрузок в годичном цикле подготовки.		2	2
3.4	Техническая подготовка гандболистов на этапе начальной подготовки, тренировочном этапе и этапе спортивного совершенствования (передачи, броски, финты, заслоны и т.д.) Инновационные методики проведения тренировочного процесса при обучении техническим приёмам игроков различных амплуа.	2	16	2
3.5	Тактическая подготовка гандболистов на этапе начальной подготовки, тренировочном этапе и этапе спортивного совершенствования. Индивидуальная, групповая и командная тактика игры на различных этапах подготовки.	2	16	2
ИТОГО:		6	36	4

Список рекомендуемой литературы и других информационных ресурсов по Модулю 3

Основная литература:

1. Игнатьева, В.Я. Подготовка гандболистов на этапе высшего спортивного мастерства: учеб. пособие для студ. вузов по направлению 032100-Физ. культура и спец. 032101-Физ. культура и спорт/ В.Я. Игнатьева, В.И.Тхорев, И.В. Петрачева.- М.: Физическая культура, 2005.- 276 с.
2. Игнатьева, В.Я. Гандбол: учеб. для студентов вузов по специальности 032101 - Физ. культура и спорт/ В. Я. Игнатьева.- М.: Физическая культура, 2008.- 384 с.
3. Зайцев, Ю.Г. Подготовка юных гандболистов: учебно-методическое издание-издательство «СПОРТ» Москва 2020 /Ю.Г. Зайцев, А.Н. Драчев, Л.Г. Воронин, В.В. Кириленко, И.Ф. Шкробот. – М.: Спорт, 2020 – 192 с.
4. Официальный сайт Федерации гандбола России: ФГР [http: //www.rushandball.ru/](http://www.rushandball.ru/) (дата обращения 22.02.2023).

Дополнительная литература:

1. Иссурин, В.Б. Блоковая периодизация спортивной тренировки: монография/ В. Б. Иссурин.- М.: Сов. спорт, 2010.- 288 с.
2. Платонов, В.Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и её применение/ В. Н. Платонов.- Киев: Олимп. лит., 2013.- 624 с.

Модуль 4. Психолого-педагогические аспекты обеспечения подготовки гандболистов на этапе начальной подготовки и тренировочном этапе (6 часов)

Номер темы	Название и краткое содержание темы	Всего часов
		лекции
4.1	Психогенетика индивидуально-типологических особенностей гандболистов разного игрового амплуа. Индивидуально-типологические особенности: теоретические аспекты. Способности и успешность в спортивной деятельности. Индивидуально-психологические особенности и индивидуальный стиль деятельности спортсменов. Учет индивидуально-типологических особенностей в процессе спортивной подготовки гандболистов разного игрового амплуа.	2
4.2	Основы мотивации и целеполагания спортсменов на этапе начальной подготовки, тренировочном этапе и этапе спортивного совершенствования. Понятия «мотив», «мотивация», «целеполагание». Виды мотивов. Особенности мотивации на этапе начальной подготовки (социальные установки, удовлетворение духовных потребностей, стремление к самосовершенствованию, самовыражению, самоутверждению, диффузность интересов). Особенности мотивации на тренировочном этапе (познавательный интерес к виду спорта, получение результатов, ответственность перед тренером). Мотивация достижения успеха и избегания неудач. Уровень притязаний.	2
4.3	Особенности взаимоотношений «тренер-спортсмен» на этапе начальной подготовки, тренировочном этапе и этапе спортивного совершенствования. Взаимоотношения и взаимопонимание как фактор эффективности в практике спорта. Учет особенностей психической сферы спортсменов на этапе начальной подготовки, тренировочном этапе и этапе спортивного совершенствования. в процессе взаимоотношений «тренер-спортсмен». Формирование «Я – концепции» спортсмена на этапе начальной подготовки и тренировочном этапе.	2
ИТОГО:		6

**Список рекомендуемой литературы
и других информационных ресурсов по Модулю 4**

Основная литература:

1. Бабушкин Г. Д. Психодиагностика личности при занятиях физической культурой и спортом : учеб. пособие для студентов вузов направления "Физ. культура" / Г. Д. Бабушкин ; Сибирский гос. ун-т физ. культуры и спорта. - Омск : Изд-во СибГУФК, 2012. - 328 с.
2. Головнева Е. В. Теория и методика воспитания : учеб. пособие для студентов пед. вузов / Е. В. Головнева. - 2-е изд. - М. : Высш. шк., 2009. - 256 с.
3. Кулагина И. Ю. Психология развития и возрастная психология. Полный жизненный цикл развития человека : учеб. пособие для студентов вузов / И. Ю. Кулагина, В. Н. Коллюцкий. - 2-е изд. - М. : Акад. Проект [и др.], 2015.
4. Педагогика физической культуры : учеб. для студентов высш. учеб. заведений / под ред. С. Д. Неверковича. - 3-е изд., стер. - М. : Академия, 2014. - 368 с.
5. Смоленцева В. Н. Психологические аспекты освоения и реализации двигательных действий в процессе технико-тактической подготовки спортсменов :

монография / В. Н. Смоленцева ; Сибирский гос. ун-т физ. культуры и спорта. - Омск : СибГУФК, 2021. - 122 с.

6. Смоленцева В. Н. Психологическое обеспечение подготовки спортсменов : учеб. пособие / В. Н. Смоленцева ; Сибирский гос. ун-т физ. культуры и спорта. - Омск : Изд-во СибГУФК, 2020. - 116 с.

7. Столяренко Л. Д. Социальная психология : учеб. пособие для приклад. бакалавриата / Л. Д. Столяренко, В. Е. Столяренко. - 4-е изд., перераб. и доп. - М. : Юрайт, 2016. - 219 с.

Дополнительная литература:

1. Психология и педагогика в 2 ч. Часть 1. Психология: учебник для академического бакалавриата/ В.А. Слостенин*, Л.С. Подымова* Слостенин [и др.] ; под общей редакцией В. А. Слостенина, В. П. Каширина. — Москва : Издательство Юрайт, 2017. — 230 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-018370. — <http://www.biblio-online.ru/book/FF4C2741-62BD-4B04-8112-96642CD0F222> (<http://www.biblio-online.ru/book/44CFF672-E93B-43F9-BEC1-15F84D779430>)

2. Психология и педагогика в 2 ч. Часть 2. Педагогика : учебник для академического бакалавриата / В. А. Слостенин [и др.] ; под общей редакцией В. А. Слостенина, В. П. Каширина. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 374 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-01839-4. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <http://www.biblio-online.ru/bcode/421198>

3. Грецов А. Г. Основы психологического консультирования для тренеров, работающих с подростками : метод. пособие / А. Г. Грецов. - СПб. : [б. и.], 2008. - 80 с.

Модуль 5. Современные подходы к управлению тренировочным процессом гандболистов на этапе начальной подготовки и тренировочном этапе (6 часов)

Номер темы	Название и краткое содержание темы	Всего часов
		Лекции
5.1	Планирование тренировочного процесса гандболистов на этапе начальной подготовки, тренировочном этапе и этапе спортивного совершенствования. Обучение основным правилам техники игры в гандбол. Обучение основным правилам тактики игры в гандбол. Развитие и совершенствование физических качеств юных гандболистов на этапе начальной подготовки, тренировочном этапе и этапе спортивного совершенствования. Построение тренировочного процесса с учетом совмещения тренировочных нагрузок различной направленности (в одном, нескольких занятиях, микроцикле).	2
5.2	Контроль и оценка уровня подготовленности гандболистов на этапе начальной подготовки, тренировочном этапе и этапе спортивного совершенствования. Определение и отбор контрольных нормативов, позволяющих информативно оценивать разные стороны подготовленности юных гандболистов на этапе начальной специализации тренировочного этапа. Выявление динамики результатов контрольных нормативов для коррекции тренировочного процесса юных спортсменов.	2
5.3	Организационно-методические основы спортивного отбора детей для занятий гандболом. Проблема первичного отбора в секционные занятия по виду спорта гандбол.	2
	ИТОГО:	6

Список рекомендуемой литературы и других информационных ресурсов по Модулю 5

Основная литература:

1. Официальный сайт Федерации гандбола России: ФГР [http: //www.rushandball.ru/](http://www.rushandball.ru/) (дата обращения 22.02.2023).
2. Игнатъева, В.Я. Подготовка гандболистов на этапе высшего спортивного мастерства: учеб. пособие для студ. вузов по направлению 032100-Физ. культура и спец. 032101-Физ. культура и спорт/ В.Я. Игнатъева, В.И.Тхорев, И.В. Петрачева.- М.: Физическая культура, 2005.- 276 с.
3. Игнатъева В.Я.Гандбол: подготовка игроков в спортивных школах: учеб.-метод. пособие/ В. Я. Игнатъева.- М.: Сов. спорт, 2013.- 288 с.
4. Гандбол : учеб. для студентов вузов по специальности 032101 - Физ. культура и спорт / В. Я. Игнатъева.- М.: Физическая культура, 2008.- 384 с.
5. Никитушкин В.Г., Губа В.П. Методы отбора в игровые виды спорта. -М.: ИКА, 1998. 290 с.
6. Серова, Л.К. Профессиональный отбор в спорте/ Л.К. Серова. – М.: Изд-во «Человек», 2010. – 160с.
7. Филатова, Н.П. Мышление в спортивных играх: монография / Н.П. Филатова, И.А. Арбузин. – Омск:Изд-во СибГУФК, 2011. – 152 с.

Дополнительная литература:

1. Асеева, А.Ю. Соотношение нагрузок, направленных на совершенствование специальной выносливости в подготовительном периоде тренировки квалифицированных гандболистов: автореф. дис. ... канд. пед. наук/ А. Ю. Асеева.- Омск, 2013.- 23 с.
2. Гамаун, А Эффективность атакующих действий в соревновательной деятельности гандболистов: автореф. дис. ... канд. пед. наук/ А. Гамаун.- М., 2011.- 24 с.
3. Кравцов, А.М. Комплексный контроль и управление подготовкой спортсменов высокой квалификации в игровых видах спорта: метод. рекомендации/ гл. ред. А. М. Кравцов.- М.: Дивизион, 2010.- 128 с.
4. Мякинченко, Е.Б. Развитие локальной мышечной выносливости в циклических видах спорта: монография/ Е. Б. Мякинченко, В. Н. Селуянов.- М.: Дивизион, 2009.- 360 с.
5. Рейтинговая методика оценки соревновательной деятельности квалифицированных гандболистов: Учеб.-метод.пособие.- Краснодар: Б.и., 1992.- 26 с.
6. Хрыпов, А.Б. Пути повышения оперативности игровой деятельности в гандболе: Метод.рек.для слушателей ВШТ,ФПК и аспирантов ГЦОЛИФКа.- М.: Б.и., 1992.- 25 с.
7. Шалаев, О.С. Микроструктура тренировочного процесса мужских гандбольных команд в соревновательном периоде: автореф. дис. ... канд. пед. наук/ О. С. Шалаев.- Омск, 2014.- 23 с.

3. ФОРМА И СОДЕРЖАНИЕ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

После освоения предложенного материала слушатели сдают экзамен в форме собеседования по экзаменационным билетам (два вопроса в билете).

Перечень вопросов, выносимых на итоговую аттестацию:

1. Структура и содержание современной соревновательной деятельности в гандболе.
2. Актуальные вопросы модернизации системы подготовки спортивного резерва в гандболе.
3. Профессиональный стандарт «Тренер»: характеристика, трудовые функции, умения и навыки.

4. Современная трактовка правил соревнований по гандболу в различных возрастных категориях спортсменов.

5. Требования Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта гандбол применительно к этапу начальной подготовки, тренировочному этапу и этапу спортивного совершенствования.

6. Возрастные особенности гандболистов, проходящих спортивную подготовку на этапе начальной подготовки и тренировочном этапе.

7. Закономерности развития адаптации и принципы рационального построения тренировочного процесса юных гандболистов.

8. Методы медико-биологического контроля в подготовке гандболистов.

9. Особенности питания юных гандболистов.

10. Особенности построения тренировочного процесса в гандболе как целостной системы.

11. Построение спортивной тренировки гандболистов на этапе начальной подготовки, тренировочном этапе и этапе спортивного совершенствования: макро-, мезо-, микроструктура тренировочного процесса.

12. Современные подходы к построению общей физической подготовки гандболистов на этапе начальной подготовки и тренировочном этапе.

13. Современные подходы к построению специальной физической подготовки гандболистов на этапе начальной подготовки и тренировочном этапе.

14. Биомеханические особенности двигательных действий в гандболе.

15. Количественные и качественные параметры нагрузок, направленных на развитие определённых способностей гандболистов.

16. Планирование тренировочного процесса гандболистов на этапе начальной подготовки, тренировочном этапе и этапе спортивного совершенствования.

17. Контроль и оценка уровня подготовленности гандболистов на этапе начальной подготовки, тренировочном этапе и этапе спортивного совершенствования.

18. Организационно-методические основы спортивного отбора детей для занятий гандболом.

19. Психологические особенности соревновательной деятельности в современном гандболе.

20. Особенности мотивации и целеполагания спортсменов на этапе начальной подготовки.

21. Особенности мотивации и целеполагания спортсменов на тренировочном этапе

22. Психологические критерии отбора квалифицированных гандболистов.

23. Особенности взаимоотношений «тренер-спортсмен» на этапе начальной подготовки, тренировочном этапе и этапе спортивного совершенствования.

24. Подвижные игры с элементами гандбола, как средство первичной селекции гандболистов и изучения правил игры.

25. Техническая подготовка гандболиста:

1) обучение и совершенствование перемещений в нападении;

2) обучение и совершенствование ведения мяча;

3) обучение и совершенствование передачи и ловли мяча;

4) обучение и совершенствование броска мяча в опорном положении;

5) обучение и совершенствование броска мяча с учетом игрового амплуа;

6) обучение и совершенствование перемещений в защите;

7) обучение и совершенствование блокирование мяча и игрока;

8) обучение и совершенствование перехвату и выбиванию мяча на месте и в

движении

9) обучение и совершенствование перемещений вратаря;

10) обучение и совершенствование отражения бросков (вратарь).

11) подвижные игры с элементами игры в нападении в гандболе.

26. Тактическая подготовка гандболиста:

- 1) индивидуальная тактика игры в позиционной защите и нападении крайнего игрока;
- 2) индивидуальная тактика игры в позиционной защите и нападении линейного игрока;
- 3) индивидуальная тактика игры в позиционной защите и нападении полусреднего игрока;
- 4) индивидуальная тактика игры в позиционной защите и нападении центрального игрока;
- 5) индивидуальная тактика игры вратаря;
- 6) групповые взаимодействия в позиционном нападении: параллельные, скрестные и заслон.
- 7) групповые взаимодействия в позиционной защите: разбор, подстраховка, переключение.
- 8) переход от персональной игры к игре в нападении против зонной защиты;
- 9) контратака на этапе начальной подготовки, тренировочном этапе и этапе спортивного совершенствования;
- 10) переход от персональной защиты к зонной;
- 11) основные виды позиционной защиты их характеристика и особенности.