

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТРАЛЬНАЯ АКАДЕМИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКИ
И ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ КАДРОВ»
(АНО ДПО «ЦАППК»)**

ИНН/КПП 7813664723/781301001, ОГРН 1227800096226,
Юридический адрес: 197022, г. Санкт-Петербург, вн.тер.г. Муниципальный округ Аптекарский
остров, ул. Ординарная, д. 21, литера А, пом. 6-Н, 7-Н, оф. 4А, раб. место № 4

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ**

**«Современные технологии подготовки спортсменов в работе
тренера по хоккею»**

Общая трудоемкость
72 академических часа

Форма обучения
Заочная

Санкт-Петербург

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. Нормативно-правовые основания разработки программы

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 01 июля 2013 г. № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам».

3. Профессиональный стандарт «Тренер» (утв. приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 27.04.2023 № 362н).

1.2. Цель реализации программы и планируемые результаты обучения

Цель: совершенствование профессиональных компетенций, необходимых для осуществления деятельности в сфере проведения тренировочных мероприятий и руководства соревновательной деятельностью в рамках имеющейся квалификации.

В процессе освоения программы обучающийся совершенствует следующие профессиональные компетенции в соответствии с ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура:

Код	Наименование компетенции
ОПК-4	Способность проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта

По итогам освоения программы обучающийся должен

знать:

- основы комплексной организации тренировочного процесса;
- методологию подготовки высококвалифицированных спортсменов по хоккею;
- методы психологического сопровождения тренерской деятельности;

уметь:

- характеризовать основы комплексной организации тренировочного процесса;
- оценивать методологию подготовки высококвалифицированных спортсменов по хоккею;
- применять методы психологического сопровождения тренерской деятельности.

Планируемые результаты обучения по программе соответствуют выполняемым трудовым действиям, входящим в профессиональный стандарт «Тренер»:

Обобщенные трудовые функции	Трудовые функции, реализуемые после обучения	Код	Трудовые действия
Спортивная подготовка занимающихся по виду спорта (группе)	Проведение тренировочных занятий с занимающимися по виду спорта (группе)	В/05.6	Проведение тренировочных занятий с занимающимися, обеспечение роста интеллектуальной подготовки в области теории и методики

спортивных дисциплин)	спортивных дисциплин)		спорта, совершенствование разносторонней технико-тактической подготовленности и индивидуального стиля в виде спорта (группе спортивных дисциплин), стимулирование адаптационных процессов, интегральное совершенствование различных сторон подготовленности занимающегося
-----------------------	-----------------------	--	---

1.3. Категория обучающихся

К освоению программы допускаются лица, имеющие/получающие образование из перечня профессий СПО/специальностей СПО и перечня направлений/специальностей ВО.

1.4. Форма обучения: заочная.

1.5. Срок освоения программы

Срок освоения программы составляет 72 часа.

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Учебный план

№пп	Наименование разделов, дисциплин (модулей)	Общая трудоемкость, в акад. часах	Работа обучающегося в СДО			Формы промежуточной и итоговой аттестации (ДЗ, З) ¹
			Лекции	Тестирование	Практические занятия	
1	Комплексная организация тренировочного процесса	25	20	1	4	3
1.1.	<i>Основные принципы спортивной тренировки</i>					
1.2.	<i>Теоретико-методические подходы к организации тренировочного процесса</i>					

¹ ДЗ – дифференцированный зачет, З – зачет

1.3.	<i>Стиль обучение и типология спортсмена</i>					
1.4.	<i>Исследование типологии личности спортсмена на практике</i>					
1.5.	<i>Специфические закономерности процесса становления спортивного мастерства</i>					
1.6.	<i>Содержание комплексных занятий, их разновидности и варианты</i>					
1.7.	<i>Методологические основы разработки тренировочных занятий</i>					
1.8.	<i>Формы построения тренировки</i>					
1.9.	<i>Блоковое построение тренировки как альтернатива традиционному построению</i>					
1.10.	<i>Современные подходы к планированию и построению тренировочного процесса. Тренировочное занятие: классификации</i>					
2	Методология подготовки высококвалифицированных спортсменов по хоккею	23	18	1	4	3
2.1.	<i>Техника хоккея</i>					
2.2.	<i>Техника владения клюшкой и шайбой в хоккее</i>					

2.3.	<i>Нетрадиционные средства поражения ворот противника в хоккее</i>					
2.4.	<i>Тактика хоккея</i>					
2.5.	<i>Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в хоккее</i>					
2.6.	<i>Атака и контратака в нападении в хоккее</i>					
2.7.	<i>Игра в хоккее при численном неравенстве</i>					
2.8.	<i>Система подготовки хоккеистов</i>					
2.9.	<i>Основы обучения и тренировки хоккеистов</i>					
3	Психологическое сопровождение тренировочной деятельности	22	18	2	2	3
3.1.	<i>Психологическая характеристика тренерской деятельности</i>					
3.2.	<i>Психологическое сопровождение тренерской деятельности в спортивных школах</i>					
3.3.	<i>Особенности взаимодействия тренера с командой</i>					
Итоговая аттестация		2				Итоговое тестирование
ИТОГО		72				

2.2. Календарный учебный график

№ п/п	Наименование разделов, дисциплин (модулей)	Общая трудоемкость, в	Учебные недели
-------	--	-----------------------	----------------

		акад. час.	
1	Комплексная организация тренировочного процесса	25	1
2	Методология подготовки высококвалифицированных спортсменов по хоккею	23	2
3	Психологическое сопровождение тренерской деятельности	22	3-4
	Итоговая аттестация	2	4

2.3. Рабочие программы разделов, дисциплин (модулей)

Наименование разделов, дисциплин (модулей) и тем	Вид учебного занятия / количество часов	Содержание
Тема 1. Комплексная организация тренировочного процесса	Лекция/ 20 часов	Основные принципы спортивной тренировки. Теоретико-методические подходы к организации тренировочного процесса. Стиль обучения и типология спортсмена. Исследование типологии личности спортсмена на практике. Специфические закономерности процесса становления спортивного мастерства. Содержание комплексных занятий, их разновидности и варианты. Методологические основы разработки тренировочных занятий на примере футбола. Формы построения тренировки. Блоковое построение тренировки как альтернатива традиционному построению. Современные подходы к планированию и построению тренировочного процесса. Тренировочное занятие: классификации
	Практическое занятие 1 /4 часа	Выполните задание: Используя материал лекций, создайте краткое руководство для тренеров, в котором пошагово будет раскрыт процесс организации и планирования психологической составляющей тренировки спортсмена (любого вида спорта, на Ваш выбор).
	Тестирование /1 час	
Тема 2. Методология подготовки высококвалифицированных спортсменов по хоккею	Лекция/ 18 часов	Техника хоккея. Техника владения клюшкой и шайбой в хоккее. Нетрадиционные средства поражения ворот противника в хоккее. Тактика хоккея. Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в хоккее. Атака и контратака в нападении в хоккее. Игра в хоккее при численном неравенстве. Система подготовки хоккеистов. Основы обучения и тренировки хоккеистов

	Практическое занятие 2/4 часа	<p>Выполните задания:</p> <p>Практическое занятие №1. Представьте себя в роли тренера по хоккею. На основе материала, представленного в материалах лекции, опишите методику организации комплексной тренировки хоккеиста на период 1 год.</p> <p>Практическое занятие №2. На основе материалов, представленных в лекции, составьте таблицу, в которой раскройте методику подготовки хоккеиста к соревнованиям. Какие упражнения наиболее эффективны на данном этапе подготовки? На что следует пристально обратить внимание на тренировках?</p> <p>Практическое занятие №3. Используя материал лекций, опишите ключевые моменты подготовки хоккеистов.</p>
	Тестирование /1 час	
Тема 3. Психологическое сопровождение тренерской деятельности	Лекция/ 18 часов	Психологическая характеристика тренерской деятельности. Психологическое сопровождение тренерской деятельности в спортивных школах. Особенности взаимодействия тренера с командой
	Практическое занятие 3/2 часа	<p>Выполните задания:</p> <p>Практическое занятие №1. 1. Составьте профессиограмму тренера. 2. Выделите профессионально важные качества тренера.</p> <p>Практическое задание №2. Напишите список рекомендаций тренеру по работе с лидерами, если лидеры не уживаются в одной команде, но они нужны для решения задач команды.</p>
	Тестирование /2 часа	
Итоговая аттестация	Итоговое тестирование /2 часа	

3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

3.1. Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

В процессе обучения используется тестирование как форма текущего контроля успеваемости.

Формой промежуточной аттестации по разделам, дисциплинам (модулям) программы является зачет и (или) дифференцированный зачет.

Промежуточная аттестация включает в себя прохождение тестирования и выполнение практического задания. Время, отведенное на прохождение промежуточной аттестации, входит в общую трудоемкость освоения разделов, дисциплин (модулей) и проводится в форме, указанной в учебном плане.

3.2. Формы итоговой аттестации

Итоговая аттестация по программе повышения квалификации предназначена для комплексной оценки уровня знаний обучающегося с учетом целей обучения для установления соответствия уровня знаний обучающегося квалификационным требованиям; для рассмотрения вопросов о предоставлении обучающемуся по результатам обучения права выдачи удостоверения о повышении квалификации.

Итоговая аттестация проводится в форме итогового тестирования по программе обучения, включающего вопросы всех разделов, дисциплин (модулей).

3.3. Критерии оценки результатов освоения образовательных программ

Результаты промежуточной аттестации за освоение обучающимся разделов, дисциплин (модулей) программы оцениваются по стобалльной шкале в следующем соотношении:

- по результатам тестирования на освоение раздела, дисциплины (модуля) – максимально 70 баллов;
- практическое задание по итогам освоения раздела, дисциплины (модуля) – максимальное количество суммарно за все практические задания в разделе, дисциплине (модуле) – 30 баллов.

Количество баллов по стобалльной системе	Результат аттестации в форме «зачет»
81-100	«зачтено»
61-80	«зачтено»
51-60	«зачтено»
50 и менее	«не зачтено»

По результатам итоговой аттестации выставляются отметки в соответствии со следующими критериями оценивания:

Количество баллов по стобалльной системе	Отметка по четырехбалльной системе
91-100	«отлично»
81-90	«хорошо»
70-80	«удовлетворительно»
менее 70	«неудовлетворительно»

Оценка результатов освоения образовательных программ осуществляется Итоговой аттестационной комиссией в соответствии со следующими критериями:

- отметка «отлично» выставляется обучающемуся, показавшему полное освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), всестороннее и глубокое изучение литературы;
- отметка «хорошо» выставляется обучающемуся, показавшему освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), предусмотренных программой, допустившему несущественные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий;
- отметка «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, показавшему частичное освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций),

предусмотренных программой, сформированность не в полной мере новых компетенций и профессиональных умений для осуществления профессиональной деятельности;

- отметка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, не показавшему освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), предусмотренных программой, допустившему серьезные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий.

3.4. Оценочные материалы

Оценочные материалы по программе повышения квалификации размещены на платформе СДО и включают следующие оценочные средства: задания в тестовой форме, практическая работа.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной и итоговой аттестации

1. В каком году был предложен термин «поляризованная тренировка»?

Выберите один ответ:

1. 1956
2. 1989
3. 1999

2. Одно из первых систематических представлений тренировочных циклов было сделано_____.

Выберите один ответ:

1. Никитиным
2. Матвеевым
3. Ворониным

3. Отправной блок А_____.

Выберите один ответ:

1. посвящён развитию скоростно-силовых способностей
2. характеризуется введением более специализированных упражнений, направленных на развитие специфических по виду спорта способностей
3. предполагает сокращение тренировочных нагрузок, использование специфических по виду спорта технических упражнений

4. Практически концентрированной может считаться нагрузка, если её объем в месяце, в котором она сосредоточена, составляет_____.

Выберите один ответ:

1. 13-15% от годового
2. 15-23% от годового
3. 23-25% от годового

5. Какой является деятельность в спортивной команде?

Выберите один ответ:

1. Совместно-индивидуальная деятельность
2. Совместно-взаимосвязанная деятельность
3. Совместно-последовательная деятельность
4. Ни один из вариантов не подходит
5. Все вышеперечисленные варианты

6. Что относится к факторам риска в работе тренера?

Выберите один ответ:

1. Отсутствие свободного времени
2. Нестабильность работы
3. Публичность профессии
4. Ни один из вариантов не подходит
5. Все вышеперечисленные варианты

7. Когда наиболее высока эффективность общения тренера со спортсменами?

Выберите один ответ:

1. В ситуации соревнований
2. В условиях доверительных отношений и доверия
3. При всей команде
4. Ни один из вариантов не подходит
5. Все вышеперечисленные варианты

8. Какой вид обводки применяется при относительно свободном игровом пространстве, когда хоккеист, имея преимущество в скорости, объезжает соперника сбоку по большой дуге, прикрывая от него шайбу туловищем?

Выберите один ответ:

1. Длинная
2. Короткая
3. Силовая

9. Как подразделяется бег на коньках по способу выполнения?

Выберите один или несколько ответов:

1. Бег скользящими шагами
2. Бег длинными шагами
3. Бег скрестными шагами

10. Как называется циклическое движение, временная координата которого включает ряд последовательных фаз, периодически повторяющихся в процессе движения вперед?

Выберите один ответ:

1. Бег скользящими шагами
2. Бег короткими шагами
3. Бег скрестными шагами

Примеры заданий для практической работы

1. Выполните задание:

Используя материал лекций, создайте краткое руководство для тренеров, в котором пошагово будет раскрыт процесс организации и планирования психологической составляющей тренировки спортсмена (любого вида спорта, на Ваш выбор).

2. Выполните задания:

Практическое занятие №1.

1. Составьте профиограмму тренера.

2. Выделите профессионально важные качества тренера.

Практическое задание №2.

Напишите список рекомендаций тренеру по работе с лидерами, если лидеры не уживаются в одной команде, но они нужны для решения задач команды.

4. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

4.1. Материально-технические условия реализации программы

Образовательная организация располагает материально-технической базой, обеспечивающей реализацию образовательной программы и соответствующей действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам.

4.2. Требования к материально-техническим условиям со стороны обучающегося (потребителя образовательной услуги)

Рекомендуемая конфигурация компьютера:

- Разрешение экрана от 1280x1024
- Pentium 4 или более новый процессор с поддержкой SSE2
- 512 Мб оперативной памяти
- 200 Мб свободного дискового пространства
- Современный веб-браузер актуальной версии (Firefox 22, Google Chrome 27, Opera 15, Safari 5, Internet Explorer 8 или более новый).

4.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы

Образовательная организация обеспечена электронными учебниками, учебно-методической литературой и материалами по всем разделам, дисциплинам (модулям) программы. Образовательная организация также имеет доступ к электронным образовательным ресурсам (ЭОР). Образовательная организация имеет удаленный доступ ЭБС «Университетская библиотека онлайн» (<http://www.biblioclub.ru/>).

При реализации программ с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий в Образовательной организации созданы условия для функционирования электронной информационно-образовательной среды, включающей в себя:

- электронные информационные ресурсы

- электронные образовательные ресурсы
- совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств.

Данная среда способствует освоению обучающимися программ в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся.

Электронная информационно-образовательная среда Образовательной организации обеспечивает возможность осуществлять следующие виды деятельности:

1. Планирование образовательного процесса.
2. Размещение и сохранение материалов образовательного процесса.
3. Фиксацию хода образовательного процесса и результатов освоения программы.
4. Контролируемый доступ участников образовательного процесса к информационным образовательным ресурсам в сети Интернет.
5. Проведение мониторинга успеваемости обучающихся.

Список литературы и информационных источников

1. Жуков, Р. С. Основы спортивной тренировки: учебное пособие / Р. С. Жуков; Кемеровский государственный университет. – Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2014. – 110 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278415> (дата обращения: 23.07.2024). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-8353-1717-2. – Текст: электронный.
2. Спортивная психология: учебник: [16+] / под ред. Г. Д. Бабушкина; Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2012. – 440 с.: схем., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274897> (дата обращения: 23.07.2024). – Текст: электронный.
3. Технология управления тренировочным процессом и соревновательной деятельностью юных хоккеистов на этапах многолетней спортивной подготовки: методические рекомендации: методическое пособие: [16+] / под ред. Н. В. Павловой; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта [и др.]. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2018. – 107 с.: табл., граф., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573677> (дата обращения: 23.07.2024). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-91930-110-3. – Текст: электронный.
4. Чеснова, Е. Л. Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование: учебно-методическое пособие / Е. Л. Чеснова. – Москва: Директ-Медиа, 2013. – 226 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210946> (дата обращения: 23.07.2024). – ISBN 978-5-4458-3079-5. – DOI 10.23681/210946. – Текст: электронный.

4.4. Кадровое обеспечение программы

Реализация программы повышения квалификации обеспечивается педагогическими работниками, требование к квалификации которых регулируется законодательством Российской Федерации в сфере образования и труда.

Актуализация дополнительной профессиональной программы

№ пп	Содержание изменений	Раздел, в который вносятся изменения и дополнения	Дата внесения изменений
1	Актуализация основных источников и литературы	4.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы	02.09.2022
2	Актуализация с учетом профессионального стандарта «Тренер» (утв. приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 27.04.2023 № 362н)	1.Общая характеристика программы	22.08.2023
3	Актуализация основных источников и литературы	4.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы	23.07.2024