

УТВЕРЖДАЮ
Президент Региональной общественной
организации «Олимпийский совет
Тюменской области»

Л.Н. Носкова
2020 г.



УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
повышения квалификации тренеров по биатлону и лыжным гонкам
«Технологии спортивной подготовки в биатлоне и лыжных гонках»

Цель: совершенствование профессиональной компетентности тренеров по биатлону и лыжным гонкам

Категория слушателей: тренеры, педагоги дополнительного образования, руководители учреждений физкультурно-спортивной направленности, реализующих программы спортивной подготовки по биатлону и лыжным гонкам

Объем часов: 72.

Форма проведения: дистанционная.

№ п/п	Наименование разделов и тем	В том числе			
		Всего часов	Лекции	Деловые игры, мастер-классы	Проектная работа
1	2	3	4	5	6
1.	МОДУЛЬ «Научно-методическое обеспечение лыжного спорта и биатлона»	24	8	4	12
1.1.	Воспитание в спортивной среде образовательных организаций (Манжелей И.В., д.п.н., профессор)	4	2		2
1.2.	Опыт подготовки биатлонистов (заслуженный тренер России Гурьев Л.А.)	4		2	2
1.3.	Этапы развития и кризисы спортивной карьеры (Халманских А.В., к.п.н., доцент)	8	2	2	4
1.4.	Биатлон: современная система международных соревнований и основные условия успешного выступления в них (Астафьев Н.В., д.п.н., профессор)	4	2		2

1.5.	Новые подходы к обучению стрельбе биатлонистов (Астафьев Н.В., д.п.н., профессор)	4	2		2
2.	МОДУЛЬ «Медико-биологическое сопровождение подготовки спортивного резерва»	26	6	4	14
2.1.	Проблемы сохранения здоровья сердечно-сосудистой системы у спортсмена. Роль тренера. (Ушакова С.А., д.м.н., профессор)	4	1		3
2.2.	Роль факторов питания в современной подготовке юных спортсменов Шайтарова А.В. к.м.н., доцент	4	1		3
2.3.	Основы рационального управления спортивной подготовкой в циклических видах спорта (Христов В.В., к.п.н., доцент)	8	2	2	4
2.4.	Причины, виды и профилактика травм в лыжных гонках и биатлоне (Колунин Е.Т., к.б.н., доцент)	8	2	2	4
3.	МОДУЛЬ «Социально-психологическое сопровождение подготовки спортивного резерва»	24	8	4	12
3.1.	Возрастные психологические особенности детей и их учет в спортивной деятельности (Стародубцева И.В., к.п.н., доцент)	8	2	2	4
3.2.	Конструктивные взаимодействия субъектов спортивной подготовки (Дмитриева С.В. к.п.н., доцент)	8	4		4
3.3.	Психологические методы и приемы в деятельности тренера (Манжелей И.В., д.п.н., профессор)	8	2	2	4
	Итого:	72	22	12	38

Руководитель программы,
док.пед.наук, профессор
ТюмГУ



И.В.Манжелей.