

УТВЕРЖДАЮ

Врио ректора ФГБОУ ВО «УралГУФК»,

к.ю.н., доцент

С.А. Захарова

«26» сентября 2025 г.

(протокол №2 заседания учёного совета от 26 сентября 2025 г.)

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
дополнительной профессиональной программы повышения квалификации
«Управление физической работоспособностью спортсменов»

№ 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		
1	Методология управления физической работоспособностью	14	8	4	4	6	Интерактивный контроль
1.1	Противоречия в постановке двигательного задания спортсмену. Деятельностный, кибернетический, синергетический, системный походы к конструированию тренировок	2	2	2	—	—	
1.2	Обобщённые группы факторов, детерминирующих спортивную деятельность. Взаимосвязь психолого-педагогических и биологических аспектов физической работоспособности	12	6	2	4	6	
2	Энергообеспечение движений спортсменов	20	10	4	6	10	Интерактивный контроль
2.1	Динамика аэробных и анаэробных процессов в энергообеспечении физической работоспособности	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 построения движений	2	2	2	—	—	
	Итоговая аттестация	2	—	—	—	—	Зачет
	Итого	36	18	8	10	16	2

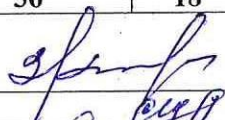
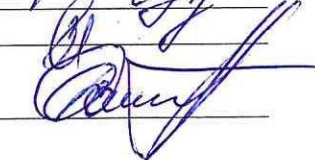
СОГЛАСОВАНО

Проректор по образованию и внешним связям

Начальник учебного отдела

Директор МРЦПК и ППК

Заведующий кафедрой теории физической культуры, биомеханики и информационных технологий

С. А. Захарова, к.ю.н., доцент

И. А. Савенко

А. Г. Залетова

Д. А. Дятлов, д.б.н., профессор