



РЕПУБЛИКА БЪЛГАРИЯ

Министър на образованието и науката

ЗАПОВЕД

№ РД 09 - 1077... .. 12.08.2013 г.

На основание чл. 25, ал. 4 от Закона за администрацията, във връзка с чл. 13, ал. 1 от Закона за професионалното образование и обучение, чл. 102, ал. 2 от Правилника за прилагане на Закона за народната просвета и чл. 17, ал. 2 от Наредба № 6 от 28.05.2001 г. за разпределение на учебното време за достигане на общообразователния минимум по класове, етапи и степени на образование и във връзка с осигуряване на обучението по учебния предмет

УТВЪРЖДАВАМ

Учебна програма за задължителна професионална подготовка по учебен предмет **спортопедагогическа специализация (въведение в специалността)** - теория за придобиване на III степен на професионална квалификация по професия код **813100 „Помощник-треньор“**, специалност код **8131001 „Спорт“** от професионално направление код **813 „Спорт“** съгласно приложението.

Учебната програма влиза в сила от учебната 2013/2014 година.

Контрол по изпълнение на заповедта възлагам на Атанаска Тенева - заместник-министър.

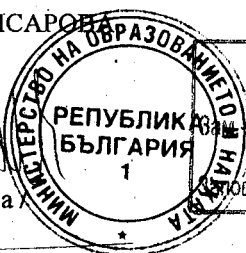
МИНИСТЕРСТВО НА ОБРАЗОВАНИЕТО
И НАУКАТА :

/п/ ПРОФ. Д-Р АНЕДИЯ КЛИСАРОВА

Вярно,

ДИРЕКТОР НА ДИРЕКЦИЯ
„КАНЦЕЛАРИЯ И
АДМИНИСТРАТИВНО
ОБСЛУЖВАНЕ :

/ Красимира Коева



Министър:

А. Тенева

Заповед №

РД 09-945/12.08.13

МИНИСТЕРСТВО НА ОБРАЗОВАНИЕТО И НАУКАТА

УЧЕБНА ПРОГРАМА

ЗА

ЗАДЪЛЖИТЕЛНА ПРОФЕСИОНАЛНА ПОДГОТОВКА

ПО

СПОРТНОПЕДАГОГИЧЕСКА СПЕЦИАЛИЗАЦИЯ

(ВЪВЕДЕНИЕ В СПЕЦИАЛНОСТТА)

ТЕОРИЯ

УТВЪРДЕНА СЪС ЗАПОВЕД № 1209-1047/30.08.2013

ПРОФЕСИОНАЛНО НАПРАВЛЕНИЕ: 813 „СПОРТ”

ПРОФЕСИЯ: 813100 „ПОМОЩНИК-ТРЕНЬОР”

СПЕЦИАЛНОСТ: 8131001 „СПОРТ”

**София
2013 година**

I. ОБЩО ПРЕДСТАВЯНЕ НА УЧЕБНАТА ПРОГРАМА И ЦЕЛИ НА ОБУЧЕНИЕТО

Учебната програма по **спортнопедагогическа специализация (въведение в специалността)** – теория, е предназначена за обучение на учениците за придобиване на III степен на професионална квалификация по професия код 813100 „Помощник-треньор”, от професионално направление код 813 „Спорт” от Списъка на професиите за професионално образование и обучение по чл. 6 от Закона за професионалното образование и обучение.

В учебната програма е включен учебен материал, с овладяването на който се цели учениците да усвоят система от научни знания, за да се реализират професионално в различни спортните организации, които развиват и осъществяват подготовка по избран от тях спорт, и да изпълняват задълженията си на член от професионалния екип при планиране и извършване на трудовите дейности.

Учебната програма по спортнопедагогическа специализация (въведение в специалността) е насочена към изясняване на общометодологическите проблеми на специалността на съответния вид спорт, избран от ученика, характера и тренировката по този спорт, както и закономерностите, на които се подчинява тренировъчният процес, и спецификата на тяхното приложение при спортисти или занимаващи се на различна възраст и степен на подготовка. Анализират се средствата на тренировката по съответния спорт и методите за тяхното приложение. Специално внимание се отделя на видовете подготовка, на планирането и управлението на тренировъчния процес, на подбора и прогнозирането на спортните способности за вида спорт. Целта на обучението е формиране на теоретични и практикоприложни знания и умения за прилагане на основните закономерности и принципи на тренировката на съответния вид спорт, избран от ученика в конкретни ситуации.

Учебното съдържание в учебната програма е разпределено в два раздела. Във всеки раздел учебното съдържание е разделено на примерни теми. Учебните часове за нови знания са дадени по раздели и са примерни. Учебните часове се разпределят по раздели и теми от учителя в началото на всяка учебна година.

Първият раздел съдържа общотеоретични въпроси, вторият е свързан с проблемите на планирането и контрола в тренировъчния процес на съответния вид спорт, избран от ученика.

Обучението по предмета се извършва във взаимовръзка с учебния предмет теория

и методика на спортната тренировка и с другите учебни предмети от отрасловата и специфичната подготовка за професията.

Обучението по учебния предмет се организира чрез активно включване на ученика, чрез проблемно поставяне и изясняване на учебното съдържание, чрез анализиране на данни и изготвяне на задания.

Обучението се провежда като теоретични уроци за нови знания и занимания с практическа насоченост.

II. РАЗПРЕДЕЛЕНИЕ НА УЧЕБНОТО ВРЕМЕ

Общ брой часове за учебния предмет

XI клас	I учебен срок: 18 учебни седмици x 2 учебни часа	= 36 учебни часа
	II учебен срок: 18 учебни седмици x 2 учебни часа	= 36 учебни часа
Общо учебни часове		= 72 учебни часа

III. СЪДЪРЖАНИЕ НА УЧЕБНАТА ПРОГРАМА

РАЗДЕЛ (МОДУЛ) I

Общометодологически проблеми на тренировката вид спорт, избран от ученика – 45 учебни часа

- 1. тема** Актуални тенденции и проблеми на съответния вид спорт в световен, континентален и национален аспект. Тенденции в развитието на спортните постижения - 2 учебни часа.
- 2. тема** Компетенциите и уменията за планиране, организиране, провеждане и управление на спортни мероприятия като основни компоненти на подсистемата „Управленски фактори” в системата за спортна подготовка - 3 учебни часа.
- 3. тема** Същност и основни закономерности на спортната тренировка на съответния вид спорт, избран от ученика. Технология на планиране на тренировъчния процес според спортната квалификация на спортиста, насочеността, обема, интензивността, възрастовия аспект и др. - 6 учебни часа.
- 4. тема** Технология на построяване на тренировъчния процес в зависимост от моментното състояние на спортиста (отбора), конкретните цели и задачи, вида на тренировката и мястото ѝ в структурната организация на тренировъчния процес - 6 учебни часа.

- 5. тема** Проектиране на тренировъчен процес чрез използване на средства и методи от други спортове и/или спортни дисциплини, вкл. и фитнес - 4 учебни часа.
- 6. тема** Основни принципи на спортната тренировка при моноструктурните, полиструктурните и комплексните видове спорт. Единство между общата и специалната подготовка в зависимост от вида спорт - 4 учебни часа.
- 7. тема** Структура на натоварването в тренировъчния процес – външна и вътрешна страна, величина, характер и насоченост на натоварването. Методико-практически аспекти и казуси за натоварване с преимуществено алактатно, анаеробно-гликолитическо, смесено (аеробно-анаеробно въздействие), с аеробно и анаболическо въздействие - 6 учебни часа.
- 8. тема** Специфика на умората в тренировъчната и спортносъстезателната практика: умората като функция на натоварването, видове умора в зависимост от нейния характер, обхват и величина. Фактори на умората. Двигателни прояви на умората. Методико-практически аспекти и казуси при начално обучение на деца- 4 учебни часа.
- 9. тема** Съвременни аспекти на възстановяването като функция на умората. Оперативно, срочно и късно възстановяване. Адаптационен, възстановителен (реституционен) и следови компонент на възстановителните процеси. Методико-практически аспекти и казуси при начално обучение с деца - 4 учебни часа.
- 10. тема** Тренираност и спортна форма: тренираността като устойчива адаптация на организма (морфофункционалните промени в мускулите под влияние на тренировката и адаптация на системите на енергоосигуряването). Спортната форма като специфичен адаптационен феномен - 3 учебни часа.
- 11. тема** Подбор и прогнозиране на спортните способности – технологии и процедури. Организационни и практикоприложни проблеми в началното обучение. Методико-практически аспекти и казуси при начално обучение с деца - 3 учебни часа.

РАЗДЕЛ (МОДУЛ) II

ПЛАНИРАНЕ И КОНТРОЛ В СПОРТА – 27 учебни часа

- 1. тема** Планиране на средства на спортната тренировка на съответния вид спорт, избран от ученика, при: начално обучение, развитие на спортния талант и

при напреднали спортисти. Методико-практически аспекти и казуси - 5 учебни часа.

- 2. тема** Методи на спортната тренировка при: начално обучение, развитие на спортния талант и при напреднали спортисти. Методикопрактически аспекти и казуси - 5 учебни часа.
- 3. тема** Страни на спортната подготовка в тренировъчния процес: физическа, техническа, тактическа и психологическа подготовка. Приоритети на отделните страни в зависимост от конкретния вид спорт (дисциплина). Специфика на обучението, изграждането и усъвършенстването на спортистите - 5 учебни часа.
- 4. тема** Въведение в планирането на спортната подготовка на съответния вид спорт, избран от ученика. Цикличност на многогодишното и едногодишното планиране на спортната тренировка. Методикопрактически аспекти и казуси (изготвяне на план-конспекти и други документи) - 6 учебни часа.
- 5. тема** Диагностика, оценка и оптимизиране на тренировъчния процес: контрол на натоварването - „доза - ефект“; контрол на тренираността (контрол на функционалната годност, на техническата подготовка, на тактическата подготовка) с акценти при начално обучение на деца - 6 учебни часа.

IV. ОЧАКВАНИ РЕЗУЛТАТИ ОТ ОБУЧЕНИЕТО

След завършване на обучението учениците трябва да

знаят:

- актуалните тенденции и проблеми на съответния вид спорт в световен, континентален и национален аспект
- технологията на планиране на тренировъчния процес според спортната квалификация на спортиста при моноструктурните, полиструктурните и комплексните спортове
- структурата на натоварването в тренировъчния процес, специфика на умората в тренировъчната и спортносъстезателната практика и съвременните аспекти на възстановяването като функция на умората
- морфофункционалните промени в мускулите под влияние на тренировката и адаптацията на системите на енергоосигуряването

- планирането на средствата и методите на спортната тренировка на съответния вид спорт, избран от ученика при, спортисти с различна квалификация
- технологиите на контрол на тренировъчния процес

могат:

- да прилагат основните закономерности и принципи на спортната тренировка на съответния вид спорт, избран от ученика в конкретни ситуации, свързани с дозиране на физическото натоварване и управлението на спортната форма, с контрола върху динамиката на физическото натоварване и възстановяването
- да участва в екип за изработване на тренировъчен план на съответния вид спорт, избран от ученика

V. АВТОРСКИ КОЛЕКТИВ – РАБОТНА ГРУПА

1. Проф. д-р Петър Банков, хоноруван преподавател, Катедра "Мениджмънт на спорта" в НСА "Васил Левски"
2. Проф. д.п.н. Малчо Малчев, хоноруван преподавател в Шуменския университет „Епископ Константин Преславски“
3. Доц. д-р Юлиян Карабиберов, преподавател, Катедра „Лека атлетика“ в НСА "Васил Левски"
4. Доц. д-р Мария Пендева, преподавател в НСА „Васил Левски“
5. Мария Дочкова, учител в 166 СУ „В. Левски“ - гр. София
6. Георги Стоичков, учител и пом. директор по спортна подготовка в 166 СУ „В. Левски“ - гр. София
7. Светла Георгиева, държавен експерт в дирекция „Ученически и студентски спорт“, Министерство на младежта и спорта
8. Любка Алипиева, главен експерт в дирекция „Образователни програми и образователно съдържание“, Министерство на образованието и науката

VI. ЛИТЕРАТУРА

Желязков, Цв. Теория и методика на спортната тренировка. ЦС на БСФС, София, 1977.

Желязков, Цв., Брогли, Янош и Ножаров, П. Система за контрол, оценка и оптимизиране на спортната тренировка. ЦС на БСФС, София, 1979.

Дашева, Д., Кръстев, Л., Нейков, Св., Иванов, Ст., Живкова, К. Теория и методика на спортната тренировка. Гера Арт, София, 2001.

Желязков, Цв. Теория и методика на спортната тренировка. Медицина и физкултура, София, 1986.

Желязков, Цв., Дашева, Д. Основи на спортната тренировка. Гера Арт, София, 2002.

Учебници по видове спорт.