

**КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
программы повышения квалификации**

**«Дифференцированный подход к организации и планированию тренировочных занятий спортсменов,
занимающихся на различных этапах подготовки»**

Наименование учебного модуля, темы	Объем нагрузки, часов	<u>Учебные недели</u>														
		1					2					3				
		1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
Тема 1. Сущность дифференциации учебно-тренировочной работы.	8	2	2	2	1	0	1									
Тема 2. Изучение уровня подготовленности и развития каждого спортсмена, его индивидуальных особенностей.	8						2	2	2	1	1					

Тема 3. Особенности дифференцированной работы объединений спортсменов в разные группы в зависимости от уровня их подготовленности.	6		2	2	2											
Тема 4. Дифференциация самостоятельной работы спортсменов на уроке. Систематический учет и выполнение - важнейшие условия эффективной дифференцированной работы на тренировочном занятии	8		2	2	2	2										
Тема 5. Основные формы организации спортивной тренировки: учебно-тренировочные занятия в спортивных секциях и командах, участие в спортивных соревнованиях, самостоятельные тренировочные занятия спортсмена.	8					2	2	2	2							
Тема 6. Учет и анализ проделанной работы. Восстановительные	8								2	2	2	2				

