

Программа: Физические требования баскетбола в течение соревнований



ПРОГРАММА

- ≡ Цели
- ≡ Профессиональные качества
- ≡ Критерии участия и одобрения

ТЕМАРЫ

- ≡ **МОДУЛЬ 1: Физические требования и тактики в баскетболе. От видео до систем локального позиционирования**
- ≡ **МОДУЛЬ 2: Применение инерционных систем для количественной оценки и интерпретации физических требова**
- ≡ **МОДУЛЬ 3: Применение систем позиционирования (глобального и локального) для количественной оценки и**



МОДУЛЬ 4: Самые обычные травмы (виды и механизмы) в баскетболе и сценарии максимального требования в

Цели

Постановка целей позволяет получить полное представление о том, чего вы хотите достичь в конце процесса преподавания и обучения этого курса. Но цель еще более сильна: мы указываем, чего вы должны достичь, чтобы эти знания способствовали целям вашей подготовки.

Для достижения этих целей Вы должны завершить предлагаемый процесс на различных этапах курса, представленного Вам.

Затем, если вы будете работать, как указано, вы сможете достичь следующих целей:

Разработать тренировочные сессии в структурированном микроцикле, на основе физических требований соревнования для того, чтобы сориентировать тренировочный процесс на оптимизацию производительности и на предотвращение травм в баскетболе посредством нового подхода.

[ПРОДОЛЖАТЬ](#)

Профессиональные качества

Навыки, которые, как мы надеемся, вы получите в результате прохождения этого курса:

Общие профессиональные качества

- 1** **Коллективная работа и сотрудничество:** способность интегрироваться со сверстниками для достижения общих целей и синергизм группы высоких результатов.
- 2** **Способность к анализу/осмыслению:** способность методично изучать и оценивать различные аспекты реальности или ситуации.
- 3** **Творческий подход/ инновационные решения, основанные на знаниях:** способность находить новые решения существующих проблем на основе формальных знаний.

Специфические качества

Проанализировать, как физические требования обуславливают практику баскетбола.

Проанализировать физические и технико-тактические требования баскетбола.

Узнать теоретическую основу нового подхода к тренировке.

Разработать тренировочные сессии в структурированном микроцикле.

ПРОДОЛЖАТЬ

Критерии участия и одобрения

Критерии участия

Ожидается, что в течение месяца обучения студент:

- Просмотрите мультимедийное содержание каждого из модулей, составляющих курс.
- Решите оценки, назначенные в каждом модуле.
- Выполняйте предложенные мероприятия, будь то групповые или индивидуальные.
- Сдать выпускной экзамен.

Критерии утверждения

Для утверждения курса студент должен выполнить (4) предлагаемые действия в рамках курса и сдать заключительный экзамен. Студент должен получить окончательный балл 70% или больше. Эта оценка будет средней между заданиями и выпускным экзаменом.

[ПРОДОЛЖАТЬ](#)

МОДУЛЬ 1: Физические требования и тактики в баскетболе. От видео до систем локального позиционирования

[ПРОДОЛЖАТЬ](#)

МОДУЛЬ 2: Применение инерционных систем для количественной оценки и интерпретации физических требова

ПРОДОЛЖАТЬ

МОДУЛЬ 3: Применение систем позиционирования (глобального и локального) для количественной оценки и

[ПРОДОЛЖАТЬ](#)

МОДУЛЬ 4: Самые обычные травмы (виды и механизмы) в баскетболе и сценарии максимального требования в
