

Программа: Физические требования и риск получения травм в командных видах спорта



ПРОГРАММА

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

ТЕМАРЫ

- ☰ МОДУЛЬ 1: Физические требования в командных видах спорта
- ☰ МОДУЛЬ 2: Применение микротехнологии для оптимизации производительности в командных видах спорта
- ☰ МОДУЛЬ 3: Применение микротехнологии для предотвращения травм в командных видах спорта
- ☰ МОДУЛЬ 4: Применение инерционных систем в различных тестах в командных видах спорта

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:

Главная цель

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 осно-ве формальных знаний.

Специфические качества

- Проанализировать, как физические требования обуславливают практику баскетбола.
- Проанализировать физические и техничеcко-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 в командных видах спорта

Физические требования в командных видах спорта

[ПРОДОЛЖАТЬ](#)

МОДУЛЬ 2: Применение микротехнологии для оптимизации производительности в командных видах спорта

Применение микротехнологии для оптимизации производительности в командных видах спорта

ПРОДОЛЖАТЬ

МОДУЛЬ 3: Применение микротехнологии для предотвращения травм в командных видах спорта

Применение микротехнологии для предотвращения травм в командных видах спорта

ПРОДОЛЖАТЬ

МОДУЛЬ 4: Применение инерционных систем в различных тестах в командных видах спорта

Применение инерционных систем в различных тестах в командных видах спорта