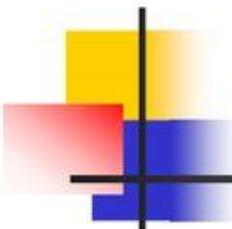


**Предмет: *Повышение спортивного мастерства в избранном виде спорта.***

***Тема:***

***Текущее планирование.***



## **Технология планирования процесса спортивной подготовки**

---

Технология планирования процесса спортивной подготовки - это совокупность методологических и организационно-методических установок, определяющих на конкретный отрезок времени конкретные задачи, подбор, компоновку и порядок задействования наиболее целесообразных средств, методов, организационных форм, материально-технического обеспечения занятий, а также составление конкретной тренировочной документации.

# Виды планирования



# Документы перспективного планирования

- ▶ учебный план,
- ▶ учебная программа,
- ▶ многолетний план подготовки команды,
- ▶ многолетний индивидуальный план подготовки спортсменов

*Текущее планирование связано с оптимизацией учебно-тренировочного процесса, подготовкой к отдельным соревнованиям или их серии.*

# ТЕКУЩЕЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА

- ⌘ На основе перспективных планов составляются текущие (годовые) планы тренировки: годовой план тренировки и годовой учебный график.
- ⌘ Годовой план тренировки разрабатывается на текущий год. В нем уточняются контрольные задания, более подробно перечисляются средства тренировки, конкретизируется объём тренировочных нагрузок

# Текущее планирование

планирование в пределах одного из этапов  
жизненного цикла или сферы  
деятельности одного из производств или  
подразделения предприятия.

# Планирование спортивной подготовки студента

**Перспективное планирование** спортивной подготовки студента направлено на обеспечение непрерывности тренировочного процесса и заключается в постепенном усложнении задач, что находит отражение в зачетных нормативах и требованиях.

**Текущее планирование** спортивной подготовки направлено на оптимизацию учебно-тренировочного процесса и направлено на подготовку к отдельным соревнованиям или их серии.

**Оперативное планирование** спортивной подготовки это управление учебно-тренировочным процессом, оно определяет степень физической, технической, тактической подготовленности студента-спортсмена.

# Текущее и оперативное планирование

Текущее планирование связано с подготовкой к отдельным соревнованиям, определяя содержание учебно-тренировочного процесса.

Для этого:

- Планируются «блоки» тренировочных занятий;
- Проводится текущий контроль за состоянием отдельных сторон подготовленности спортсмена с помощью различных тестов (выявляется эффективность подготовки после каждого «блока» тренировочных занятий).

Для текущего контроля чаще всего используются тесты, определяющие уровень физической и функциональной подготовленности (см. тему 9)

Оперативное планирование использует методы оперативного контроля и направлено на максимально возможную реализацию достигнутого уровня подготовленности в конкретной тренировке или в соревновании.

В оперативном контроле наиболее предпочтительно использовать тесты по оценке психомоторного состояния.

Предлагаем провести некоторые психомоторные тесты. Обращаем ваше внимание, что при оперативном контроле главную роль играют не сами величины показателей, а направления и степень их изменения.

Реакция  
на движущийся  
объект

Теплинг-тест

Время реакции



# Текущее планирование

1. на срок до 1 года
2. ориентировано на выбор средств для достижения стратегических целей
3. воплощено в краткосрочных и оперативных планах
4. увязывает все направления деятельности организации и её подразделений на предстоящий период



# Текущее планирование

Текущий план составляется на год в полном соответствии с перспективным планом.

*Периодизация круглогодичной тренировки:*

1. Подготовительный период;
2. Соревновательный период;
3. Переходный период.

# Текущее планирование

Текущее планирование предусматривает разработку комплекса мероприятий, определяющих последовательность достижения конкретных целей с учетом возможностей наиболее эффективного использования ресурсов каждым производством и предприятием в целом.

*Текущее планирование* осуществляется детальной проработкой планов для предприятия в целом и его отдельных подразделений.

**Главная задача текущего планирования** – разработка плана реализации продукции и на его основе системы планов: производства, движения запасов готовой продукции, сметы расходов, рекламных мероприятий, реализации прибыли, капитальных вложений, финансового плана, планов по сырью и труду.

Наиболее распространенная форма текущего планирования – *годовой план предприятия*.

# Документы текущего планирования

- ▶ относятся план–график годового цикла спортивной тренировки, план подготовки команды на год и годичный план (индивидуальный) подготовки на каждого спортсмена.
- ▶ План–график годового цикла спортивной тренировки является организационно–методическим документом, определяющим содержание работы на учебно–тренировочный год, а также наиболее целесообразную методическую последовательность прохождения материала по периодам и месяцам на протяжении годового цикла тренировки, количество часов на каждый раздел работы и распределение временных затрат на прохождение материала разделов по неделям в течение года.

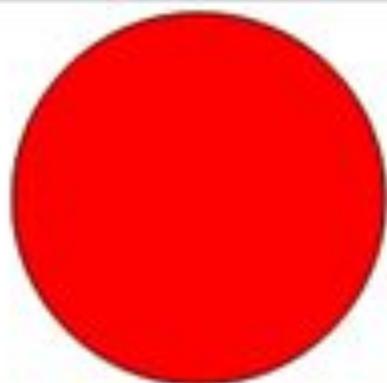
# Обязательная документация тренера–преподавателя.

- ▶ 1. Расписание по группам
- ▶ 2.Список детей по группам
- ▶ 3.Журнал учета работы
- ▶ 4.Программа
- ▶ 5.План работы (план–конспект)

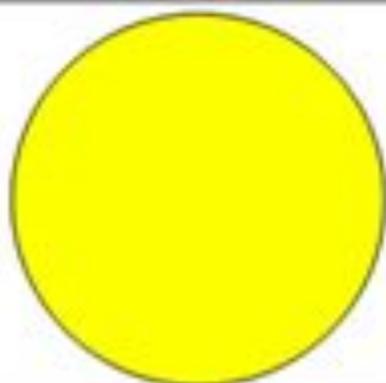
## Оформление места занятий.

- 1.Расписание занятий
- 2.Правила поведения на занятиях
- 3.Календарный план спортивно–массовой работы
- 4.Итоги соревнований, контрольных нормативов и тд.
- 5.Поздравления
- 6.Фотографии.

# РЕФЛЕКСИЯ «СВЕТОФОР»



**Мне нужна помощь!!!  
Я многое не понял!!!**



**Мне многое  
было понятно!!!**



**Я все понял!!!  
У меня все получилось!!!**

# Рефлексия





Спасибо за внимание!