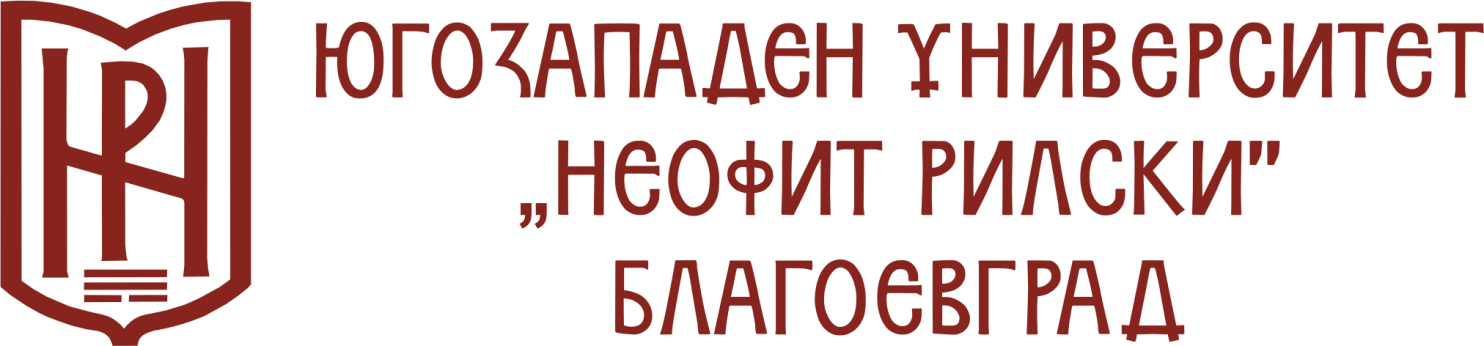
**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Благоевград 2700, ул. „Иван Михайлов“ № 66**

**Tel. + 359 /73/88 55 01, Fax: + 359 /73/ 88 55 16**

**E-mail: [info@swu.bg](mailto:info@aix.swu.bg), http://www.swu.bg**

**ФАКУЛТЕТ „ОБЩЕСТВЕНО ЗДРАВЕ, ЗДРАВНИ ГРИЖИ И СПОРТ“**

**СПЕЦИАЛНОСТ „СПОРТНА ПОДГОТОВКА В ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАТА ВЪЗРАСТ“**

**ОКС „МАГИСТЪР“**

ИНФОРМАЦИОНЕН

ПАКЕТ

**БЛАГОЕВГРАД, 2022 година**

***КВАЛИФИКАЦИОННА ХАРАКТЕРИСТИКА***

|  |  |
| --- | --- |
| Област на висше образование: | **7.0. Здравеопазване и спорт** |
| Професионално направление:  Специалност:  Ниво от националната квалиф. рамка: | **7.6. Спорт**  **Спортна подготовка в детско-юношеската възраст**  **Ниво 7** |
| Образователно-квалификационна степен:  Брой кредити по ects: | **Магистър**  **120** |
| Професионална квалификация: | **Треньор по вид спорт в детско-юношеска възраст** |
| Срок на обучение: | **2 (две) години (4 семестъра)** |
| Форма на обучение: | **Редовно** |
| Код: |  |

**Образователни цели на специалността**

Магистърската програма „Спортна подготовка в детско-юношеската възраст“ е с продължителност четири семестъра като осигурява придобиване на теоретични знания, практически умения и компетенции, позволяващи планирането, организирането и провеждането на тренировъчен процес по избран вид спорт в детско-юношеска възраст.

Дисциплините, заложени в учебния план, изграждат задълбочена и специализирана подготовка на студентите, гарантиращи им професионалната реализация.

Възможност за кандидатстване са лица, придобили образователно-квалификационна степен „Бакалавър“ или „Магистър“ от други професионални направления. Магистърската програма „Спортна подготовка в детско-юношеската възраст“ реализира обучението по следните видове спорт: футбол, баскетбол, волейбол, тенис, лека атлетика, плуване и гимнастика.

**Образователни цели на специалността**

Целта на обучението е да даде основни теоретико-методични знания на студентите за същността и управлението на тренировъчния процес при висококвалифицирани спортисти на базата на единен понятиен апарат. По този начин предметът създава необходимата методологична основа за по-високо качество на обучението по съответния спорт и дисциплина.

**Основни задачи**

Професионалната подготовка на завършилите специалността „Спортна подготовка в детско-юношеската възраст“ (ОКС „Магистър“) се осъществява чрез общотеоретичната, специализираната и методическата подготовка в предвидените учебни дисциплини и осигурява високо ниво на компетентност в сферата на спортна подготовка в детско-юношеската възраст. Обучението включва придобиване на необходимите знания, умения и компетенции в следните направления на подготовка:

**Общотеоретична подготовка:**

* **теоретична подготовка по общообразователни предмети** в областта на педагогиката, психологията и други общообразователни предмети, имащи отношение към изграждане на цялостния професионален статус на студента;
* **теоретична подготовка по медико-биологични и здравни науки:** включва дисциплини, като функционална анатомия, физиология на физическото натоварване и спорта, биомеханика на спорта и спортните техники, биохимия на спорта и др., които са свързани с особеностите на спортната тренировка и спортно-двигателното обучение;
* **специална теоретична подготовка,** включваща знания и компетенции при работа с научна информация и експериментални данни, провеждане на спортно-педагогическите изследвания и анализиране на резултати, статистическа обработка на данни.

**Специална спортно-теоретична подготовка:**

* Студентът, изучаващ магистърската програма „Спортна подготовка в детско-юношеската възраст“, трябва да усвои комплекс от интердисциплинарни знания и практически умения и компетенции, които му осигуряват компетентност в управленските процеси в спорта.
* Основни знания за методологията, теорията и методиката на спортната тренировка в детско-юношеския спорт, медико-биологичните и психологичните аспекти на спорта.
* Студентът ще се запознае със спортната техника, тактиката и методиката на обучението в избрания спорт.
* Структуриране на спортно-педагогическия процес като специфично, развиващо се във времето явление – периодизация, планиране, контрол.

**Усвоени знания, умения и компетентности съгласно националната квалификационна рамка**

**Знания (теоретически и/или фактологически)**

* Познава същността и характера на спортната тренировка;
* Познава закономерностите на тренировъчния процес и спецификата на тяхното приложение при спортисти на различна възраст и степен на подготовка;
* Анализира средствата на спортната тренировка и методите за тяхното приложение.

**Умения (познавателни и/или практически)**

* Планира, организира и управлява спортно-тренировъчния процес в детско-юношеска възраст.
* Придобива умения за различните видове подбор и селекция.
* Извършва анализ на спортната подготовка и постигнатите резултати.
* Придобива умения за прилагане на основните закономерности и принципи на спортната тренировка.
* Придобива умения, свързани с управление на натоварването и спортната форма.

**Самостоятелност и отговорност**

* Изгражда, структурира и самостоятелно да води спортно-тренировъчен процес по съответния вид спорт.
* Инициира, планира и организира спортни събития.
* Демонстрира взаимодействие с различни спортни организации, спортисти и треньори.

**Компетентност за учене**

* Придобива умение да следи съвременните тенденции за управление на спортно-тренировъчния процес.
* Системно и задълбочено повишава нивото на нови знания и демонстрира висока степен на самостоятелност.

**Комуникативни и социални компетентности**

* Разработване на тренировъчни програми за съответната детско-юношеска възраст и степен на спортна подготовка.
* Изучаване на европейски езици с оглед участие в международни спортни научни форуми.

**Професионални компетентности**

* Познава общометодологичните и организационни проблеми на детско-юношеския спорт.
* Придобива методико-практическо обучение и усъвършенстване по съответния вид спорт.
* Използва целесъобразни средства, методи и форми за подготовка в избрания вид спорт.
* Изготвя спортно-тренировъчни програми за състезатели по съответния вид спорт, възраст и квалификация.
* Изготвя годишни тренировъчни планове по съответния вид спорт.
* Управлява и контролира тренировъчния процес.
* Придобива организационни умения за провеждане на състезания по съответния вид спорт.
* Прилага мерки за безопасност на спортуващите по време на тренировъчния процес.

**Области на професионалната реализация**

Длъжностите, които могат да заемат са според националната класификация на професиите и длъжностите на Република България, 2011 г.:

3422 Спортни треньори, инструктори и сродни на тях

3001 Арбитър, спортен

6002 Треньор

3003 Помощник-треньор

6004 Старши треньор

3006 Стартьор

3008 Служител, спортна организация

3009 Организатор, спортни прояви и първенства

7011 Главен треньор

**Организация на обучението**

Магистърската програма се изпълнява по учебен план и програми. Обучението се реализира от преподавателски екип в съответствие с договореностите в ЮЗУ „Неофит Рилски“.

Учебният план и учебните програми на магистърска програма „Спортна подготовка в детско-юношеска възраст“ са разработени съгласно системата за трансфер на кредити – ECTS. Обучението по специалността е с продължителност 2 години (4 семестъра). Общият брой кредити, необходим за завършване на ОКС „Магистър“ е 120, като 15 от тях се присъждат за разработка и успешна защита на дипломна работа или държавен изпит и държавен практико-приложен изпит по вид спорт.

В структурата на учебния план са заложени задължителни и избираеми дисциплини. Съдържанието им осигурява овладяването на базови знания в областта на спортно-тренировъчния процес. За всяка отделна дисциплина е направено разграничение на дейностите на студентите – аудиторна и извънаудиторна заетост, практическа и самостоятелна работа. В учебните програми на всички дисциплини са заложени нови постижения в изследванията на съответните научни области, като по този начин се отговаря на очакванията и изискванията на обучавания, обществото, работодателите, професионалните гилдии.

Задължителните дисциплини, които са 19 и носят 97 кредита, като теоретичната подготовка на студентите тук е свързана с овладяване на основни знания в техниката и тактиката на съответния вид спорт, планиране на спортно-тренировъчния процес в детско-юношеската възраст.

Избираемите дисциплини са 4 и носят 8 кредита. Те създават предпоставки са специализация на студентите съобразно индивидуалните, личностните и социалните им търсения.

Магистърската програма завършва с държавен практико-приложен изпит по вид спорт, държавен теоретичен изпит или защита на дипломна работа. Успешно завършилите студенти получават образователно квалификационна степен „Магистър“ с професионална квалификация „Треньор по вид спорт в детско-юношеска възраст“. Те придобиват правото да продължат следването си за придобиване на образователната и научна степен „Доктор“.

**Квалификационната характеристика е приета на заседание на Катедрен съвет на катедра „Спорт“, Протокол № 11/6.04.2021 г.**

**Квалификационната характеристика е приета на заседание на Факултетния съвет на Факултета „Обществено здраве, здравни грижи и спорт“, Протокол № 49/13.04.2021 г.**

**Квалификационната характеристика е приета на заседание на Академичния съвет на ЮЗУ „Неофит Рилски“, Протокол № 13/28.04.2021 г.**

**СТРУКТУРА НА УЧЕБЕН ПЛАН**

**Специалност: Спорт**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Първа година** | |  | |
| ***Първи семестър*** | ECTS кредити | ***Втори семестър*** | ECTS  кредити |
| Функционална анатомия  Педагогика  Теория и методика на спортната тренировка  Биохимия на спорта  Теория е методика на избран вид спорт I част (футбол, баскетбол, волейбол, тенис, лека атлетика, плуване и гимнастика)  Спортно усъвършенстване 1  Избираема дисциплина 1 група | 4,0  4,0  6,0  2,0  6,0  6,0  2,0 | Физиология на физическото натоварване и спорта  Психология и спортна психология  Теория е методика на избран вид спорт II част (футбол, баскетбол, волейбол, тенис, лека атлетика, плуване и гимнастика)  Спортно усъвършенстване 2  Биомеханика на спорта и спортните техники  Подбор и прогнозиране  Спортно методическа практика  Избираема дисциплина 2 група | 4,0  4,0  6,0  6,0  2,0  2,0  4,0  2,0 |
| **Избираеми дисциплини** |  |
| **Първа група - теоретични** **(избира се задължително 1 учебна дисциплина)**   * 1. Скаутинг в спорта   2. Спортен травматизъм и възстановяване   3. Глобализация и миграция на съвременния спорт   4. Материално-техническо осигуряване на спортната подготовка   5. Екипна организация на спорта в детско-юношеска възраст   6. Структурна система на спорта в света и Р България | 2,0  2,0    2,0  2,0  2,0  2,0 | **Втора група – спортно-практически (избира се задължително 1 учебна дисциплина)**  2.1 Баскетбол  2.2 Волейбол  2.3 Футбол  2.4 Тенис  2.5 Плуване  2.6 Лека атлетика | 2,0 2,0 2,0 2,0 2,0 2,0 |
|  | Общо 30 |  | Общо 30 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Втора година** | |  | |
| ***Първи семестър*** | ECTS кредити | ***Втори семестър*** | ECTS  кредити |
| Съвременни тенденции в развитието на детско-юношеския спорт  Система за начална спортна подготовка  Медико-биологични особености в детско-юношеската възраст  Психологични аспекти на спорта в детско-юношеска възраст  Спортна специализация по избран вид спорт -I част (футбол, баскетбол, волейбол, тенис, лека атлетика, плуване и гимнастика)  Избираема дисциплина 1 група  Избираема дисциплина 2 група | 4,0  4,0  5,0  4,0  9,0  2,0  2,0 | Научно изследователска дейност в детско-юношеския спорт  Спортна специализация по вид спорт -II част (футбол, баскетбол, волейбол, тенис, лека атлетика, плуване и гимнастика)  Спорт в образователната система  Треньорска преддипломна практика  Държавен практико-приложен изпит по вид спорт  Държавен теоретичен изпит или защита на дипломна работа | 2,0  7,0  2,0  4,0  15,0 |
| **Избираеми дисциплини** |  |
| **Първа група - теоретични** **(избира се задължително 1 учебна дисциплина)**   * 1. Скаутинг в спорта   2. Спортен травматизъм и възстановяване   3. Глобализация и миграция на съвременния спорт   4. Материално-техническо осигуряване на спортната подготовка   5. Екипна организация на спорта в детско-юношеска възраст   6. Структурна система на спорта в света и Р България   **Втора група – спортно-практически (избира се задължително 1 учебна дисциплина)**  2.1 Баскетбол  2.2 Волейбол  2.3 Футбол  2.4 Тенис  2.5 Плуване  2.6 Лека атлетика | 2,0  2,0    2,0  2,0  2,0  2,0  2,0 2,0 2,0 2,0 2,0 2,0 |  |  |
|  | Общо 30 |  | Общо 30 |

**АНОТАЦИИ НА УЧЕБНИТЕ ДИСЦИПЛИНИ**

**ФУНКЦИОНАЛНА АНАТОМИЯ**

**ECTS кредити:**  **4.0** **Седмичен хорариум:** 1л+2су+0пу

**Форма на оценяване:** изпит **Статут на дисциплината:** задължителна

**Семестър:** I **Вид на изпита:** писмен

**Методическо ръководство:**

Катедра „Анатомия и физиология“

Факултет „Обществено здраве, здравни грижи и спорт”

Лектор:

Доц. д-р Манол Калниев, катедра „Анатомия и физиология“

**Анотация:**

Дисциплината е задължителна от учебния план на ОКС „Магистър“ на специалност „Спортна подготовка в детско-юношеската възраст“ във Факултета „Обществено здраве, здравни грижи и спорт“. Анатомията на човека е една от основните дисциплини, която дава възможност на студента по „Спортна подготовка в детско-юношеската възраст“ да се подготви за бъдещата си треньорска дейност на подрастващи. Систематичната анатомия изучава морфологията на органите и системите, тяхното единство в тялото на човека. В програмата, която е един семестър, специално внимание се обръща преди всичко на опорно-двигателния апарат – костния скелет, стави, устройство и функции на различните групи скелетни мускули. Друг важен акцент е устройството и функциите на нервната система, в частност мозъка, като основна регулаторна система за поддържане на жизнените процеси в организма, сетивните системи и моторния контрол, както и нейната интегративна функция при реализацията на спортните дейности. Разглеждат се и останалите системи в тялото – храносмилателна, дихателна, пикочо-полова, сърдечно-съдова и ендокринна система.

**ПЕДАГОГИКА**

**ECTS кредити:**  **4.0** **Седмичен хорариум:** 2л+2су+0пу

**Форма на оценяване:** изпит **Статут на дисциплината:** задължителна

**Семестър:** I **Вид на изпита:** писмен

**Методическо ръководство:**

Катедра „Педагогика”,

Факултет по педагогика

**Лектор:**

Доц. д-р Снежана Попова, катедра „Педагогика“

Е-mail: [snejy\_popova@swu.bg](mailto:snejy_popova@swu.bg)

**Анотация:**

Учебната дисциплина „Педагогика“ заема основно място в професионалната подготовка на бъдещите спортни педагози и треньори. Чрез обучението по тази учебна дисциплина се подпомага и насочва ***изграждането на професионална компетентност, адекватна нагласа и личностна готовност на бъдещите спортни педагози и треньори за справяне с многообразните професионални задачи***. Основната идея е обучението по тази фундаменталназа студентите учебна дисциплина да бъде съобразено със ситуациите, в които попада съвременният човек в модернизиращия се свят – типични, проблемни, критични. При изпълнението на професионалните си роли спортните педагози ежедневно се сблъскват с най-разнообразни предизвикателства и с необходимостта бързо, точно и адекватно да се справят с тях. Затова основната цел на обучението по педагогика ***не е само усвояване на определени знания и формиране на конкретни умения, но изграждане на адекватно отношение и нагласа към спецификата на бъдещата професионална дейност.***

**ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА НА СПОРТНАТА ТРЕНИРОВКА**

**ECTS кредити:**  **6.0** **Седмичен хорариум:** 3л+1су+0пу

**Форма на оценяване:** изпит **Статут на дисциплината:** задължителна

**Семестър:** I **Вид на изпита:** писмен

**Методическо ръководство:**

Катедра „Спорт“

Факултет „Обществено здраве, здравни грижи и спорт”

**Лектор:**

Доц. д-р Димитър Томов, „Спорт“

Е-mail: [dimitar.tomov@swu.bg](mailto:dimitar.tomov@swu.bg)

**Анотация:**

Настоящата учебна програма е предназначена за студентите от магистърската програма „Спортна подготовка в детско юношеската възраст“.Включеното образователно съдържаниее съобразенос високите изисквания към професионалната подготовка на бъдещите треньорски кадри. В програмата са застъпени изучаването на базисни концепции за теорията и методиката на спортната тренировка, които да формират комплексни компетентности у студентите, позволяващи ефективно да осъществяват както организационни, методико-практически и преподавателска дейност, така и придобиване на умения за използването на научно обосновани методи за планиране и управление на тренировъчния процес. Учебната програма, с приложената технология в класически утвърдения формат – лекционен курс, семинарни и практически упражнения, трябва да постави солидна основа за бъдещото развитие на студентите, при реализацията им като висококвалифицирани специалисти в областа на спорта. Програмата е съобразена с най-новите тенденции в областта на спортната тренировка.

**БИОХИМИЯ НА СПОРТА**

**ECTS кредити:**  **2.0** **Седмичен хорариум:** 1л+1су+0пу

**Форма на оценяване:** изпит **Статут на дисциплината:** задължителна

**Семестър:** I **Вид на изпита:** **текуща оценка**

**Методическо ръководство:**

Катедра „Анатомия и физиология“

Факултет „Обществено здраве, здравни грижи и спорт”

**Лектор:**

Доц. д-р Татяна Дзимбова, катедра „Анатомия и физиология“

Е-mail: [tdzimbova@swu.bg](mailto:tdzimbova@swu.bg)

**Анотация:**

Фундаменталният характер на дисциплината определя ролята ѝ да даде основни знания на студентите върху функциите на всички енергодоставящи системи в организма, както в състояние на покой, така и при физическо натоварване.

**Основните цели и задачи на дисциплината**, могат най-общо да се формулират така:

- да се представят основните механизми, субстрати и метаболитни пътища, които осигуряват енергодоставката и енергоразхода на скелетно-мускулната работа;

- да се диференцират анаеробните и аеробните енергодоставящи системи и ролята на типовете мускулни влакна, които са генетично детерминирани;

- да се разгледат енергийните потребности на индивидите при различни нива на натоварване и тренираност, както и практическите аспекти на нормите за тегло, хранене, методи за оценка и пр.

- да се приложат практически методи и изчислителни подходи за оценка на енергоразход, лактат и глюкоза в кръвта при натоварвания под- и над анаеробния праг и др.

**ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА НА ИЗБРАН ВИД СПОРТ I ЧАСТ**

**ECTS кредити:**  **6.0** **Седмичен хорариум:** 2л+0су+2пу

**Форма на оценяване:** изпит **Статут на дисциплината:** задължителна

**Семестър:** I **Вид на изпита:** текуща оценка

**Методическо ръководство:**

Катедра „Спорт“

Факултет „Обществено здраве, здравни грижи и спорт”

**Лектор:**

доц. д-р Даниела Лекина, катедра „Спорт“ – плуване

доц. д-р Стефан Капралов, катедра „Спорт“ – футбол

доц. д-р Жасмин Цанкова, катедра „Спорт“ – баскетбол

гл. ас. д-р Христо Николов, катедра „Спорт“ – волейбол

гл. ас. д-р Антон Манчев, катедра „Спорт“ – лека атлетика

доц. д-р Димитър Томов, катедра „Спорт“ – тенис

гл. ас. д-р Сергей Радоев, катедра „Спорт“ – гимнастика

**Анотации:**

**„Теория и методика на избран вид спорт – плуване“** е учебна дисциплина, която изучава закономерностите на спортното плуване, като учебно-образователен процес.

Тя е включена в учебния план на специалност „Спортна подготовка в детско-юношеската възраст“ като фундаментална учебна дисциплина, изгражда теоретичната и практичната подготовка на студентите, необходими за многогодишното планиране на спортната тренировка и особеностите при построяването на тренировъчния процес в различните етапи на подготовка за високи постижения.

**Лекционният курс** запознава студентите с историята и развитието на плувния спорт; целите и задачите на плувната подготовка; техниката и методическата последователност на обучението; управлението на физическото натоварване.

В програмата са застъпени изучаването на базисни концепции за подбора и ориентацията на плувците, за факторите, определящи равнището на постиженията в спортното плуване, за методиката за усъвършенстване на подготвеността на плувците.

Отделено е място и на контрола, управлението и моделирането на тренировката на плувците, на методиката за построяване на тренировъчните занимания в макроцикли и годишното планиране на спортната тренировка. Включени са и допълнителните фактори като (материално-техническо осигуряване на подготовката, педагогическото майсторство на треньора, научното и медицинското осигуряване), които определят ефективността на спортната тренировка по плуване.

**Практико-методическите занятия** създават условия за по-задълбочено изучаване на лекционния материал с акцентиране върху практическото овладяване и усъвършенстване на техниката и методиката на обучение на различните плувни стилове. Студентите се запознават със специфичните особености на тренировката по плуване, средствата и методите за разучаване и усъвършенстване на спортната техника, средствата и методите за развиване на физически качества, управлението на натоварването и контрола в подготовката.

Съществено място в практическото обучение заема повишаването на спортното майсторство на студентите, което се осъществява през целия курс на обучение в самостоятелните занимания. Участието в състезания е задължителен елемент от подготовката на специалиста по плуване.

Учебната програма **„Теория и методика на избран вид спорт – футбол“** е предназначена да обезпечи изискванията от подготовка на висококвалифицирани специалисти за нуждите на спортните клубове в страната, както и преподаватели и инструктори в системата на образованието и спортните услуги. Образователното съдържание е съобразено с високите изисквания към професионалната подготовка на бъдещите треньорски кадри. В програмата са застъпени изучаването на базисни концепти за теорията на футбола (история и развитие на футбола, теория и методика на спортната тренировка, спортно-технически и тактически умения), които да формират комплексни компетентности у студентите, позволяващи ефективно да осъществяват както организационни, методико-практически и преподавателска дейност, така и придобиване на умения за използването на научнообосновани методи за планиране и управление на тренировъчния процес.

В учебната програма **„Теория и методика на избран вид спорт – баскетбол“** процесът на обучение е насочен към овладяване на съвременни знания за техниката, тактиката и правилата на играта. Той формира специфични умения и навици, които постоянно се развиват и усъвършенстват.

В учебната програма са предложени основните понятия на техниката и тактиката, методическата последователност на преподаване, структура, организация и съдържание на урока по баскетбол.

Разгледани са основните понятия и класификация на техниката и тактиката на баскетболната игра. Техниката на баскетболната игра в нападение и в защита. Тя включва технически похвати без топка (стоежи, придвижвания, залъгващи движения), а похватите с топка са (стоежи, владеене на топката, залъгващи движения). Действията в защита са: срещу играч без топка и срещу играч с топка (стоежи, придвижвания, залъгващи движения и отнемане на топката).

Тактиката на баскетболната игра включва индивидуални, групови и отборни тактически действия в нападение и в защита.

Учебната дисциплина по **„Теория и методика на избран вид спорт – волейбол“** разглежда основните насоки в теорията и методиката на преподаване по волейбол.

Разгледани са основните понятия и класификация на техниката и тактиката на волейболната игра, включващи правилното овладяване на техниката на играч без топка (волейболен стоеж, придвижване, бягане, спиране, скачане), техниката на играч с топка (подаване, забиване, начални удари, блокада) и индивидуалните, групови и отборни тактически действия в нападение и защита.

**Цел и задачи:** Студентите да могат:

* да провеждат начално обучение по волейбол;
* да подготвят подрастващи състезатели по волейбол;
* да разбират и прилагат спецификите на волейбола;
* да прилагат иновациите в обучението по волейбол и методиката на спортната тренировка по волейбол.

Учебната програма „**Теория и методика на избран вид спорт – лека атлетика“** е предназначена за студентите от магистърската програма „Спортна подготовка в детско-юношеската възраст“. Предвидените в програмата практико-методически занятия създават условия за по-задълбочено изучаване на лекционния материал с акцентиране върху практическото овладяване и усъвършенстване на техниката и методиката на обучение по изучаваните лекоатлетически дисциплини. Студентите се запознават със специфичните особености на тренировката по лека атлетика, средствата и методите за обучение и усъвършенстване на спортната техника, средствата и методите за развиване на специфичните за отделните дисциплини физически качества, управлението на натоварването и контрола в подготовката. Участието в състезания е задължителен елемент от подготовката на специалиста по лека атлетика.

Настоящата учебна програма е предназначена за студентите от магистърската програма „**Спортна подготовка в детско-юношеската възраст“**, изучаващи дисциплината „**Теория и методика на избран вид спорт – тенис“.** Предвиденият в програмата учебен материал трябва да даде на студентите фундаментални знания за тенис спорта. Да овладеят спортно-техническите умения от тениса и придобият методико-практически знания и умения, свързани с обучението, тренировката и състезанията по тенис. Получените знания и усвоени умения за ударите в тениса, ще осигури възможност на бъдещите треньори за намиране на най-правилните методи и средства за обучение и усъвършенстване на техниката и тактиката на тениса в различните етапи на обучението.

Учебната програма „**Теория и методика на избран вид спорт – гимнастика“** е предназначена за формиране у студентите на теоретични знания за значението на гимнастиката, за началното обучение и техниките на изпълнение на гимнастическите упражнения, за развиване на професионално-педагогически умения, необходими като част от подготовката на състезатели от различни спортове за повишаване на физическата им подготовка, както и умения за подобряване на функционални възможности на техния организъм със средствата на гимнастиката и сродните й дисциплини.

**СПОРТНО УСЪВЪРШЕНСТВАНЕ 1**

**ECTS кредити:**  **6.0** **Седмичен хорариум:** 0л+0су+6пу

**Форма на оценяване:** изпит **Статут на дисциплината:** задължителна

**Семестър:** I **Вид на изпита:** текуща оценка

Катедра „Спорт“

Факултет „Обществено здраве, здравни грижи и спорт”

Лектор:

доц. д-р Даниела Лекина, катедра „Спорт“ – плуване

доц. д-р Стефан Капралов, катедра „Спорт“ – футбол

ас. Николай Хаджиев, катедра „Спорт“ – баскетбол

гл. ас. д-р Христо Николов, катедра „Спорт“ – волейбол

гл. ас. д-р Антон Манчев, катедра „Спорт“ – лека атлетика

доц. д-р Димитър Томов, катедра „Спорт“ – тенис

ас. Александър Марков, катедра „Спорт“ – гимнастика

**Анотация:**

Настоящата учебната програма „**Спортно усъвършенстване 1 (Плуване)“** запознава студентите-магистри с основните етапи на спортна подготовка, с проблемите и съвременните тенденции на плувния спорт. Равнището на постиженията в плуване изисква постоянното усъвършенстване на всички страни на подготовката на спортистите и най-вече на основния й раздел – спортната тренировка. Непрекъснатото усъвършенстване на тренировката по плуване е в основата на по-нататъшното повишаване на спортните постижения. Постигането на високи резултати е сложен процес, в основата на който техническата, физическата и психическата подготовка трябва да бъдат в оптимално равнище на развитие в съответствие с спецификата на конкретната състезателна дистанция.

В учебната програма с помощта на общи и частни задачи се осигурява високото равнище на техническо и тактическо майсторство, както и развитието на специални физически и психически качества на състезателите. С решаването на тези задачи се придобива комплекс от знания и умения в областта на теорията и методиката на плувния спорт.

В предложената учебна програма „**Спортно усъвършенстване 1 (Футбол)“** се разглеждат основните насоки в методиката на преподаване по футбол. Преподаването е най-трудният и сложен елемент от учебния процес по футбол. То може да се осъществи само когато се познава и прилага правилната методика. Разгледани са основните понятия и класификация на техниката и тактиката на футболната игра, включващи правилното овладяване на техниката на играчите, подаване, водене, спиране, финтови движения, удари по топката с крак и глава, техника на игра на вратаря, индивидуални, групови и отборни тактически действия в нападение и защита.

В предложената учебна програма **„Спортно усъвършенстване 1 (Баскетбол)“** се разглеждат основните насоки в методиката на учебно-тренировъчния процес по баскетбол. Разгледани са основните елементи от техниката и усъвършенстването и овладяването на тактиката на баскетболната игра, включващи правилното овладяване на техниката на играч без топка (баскетболен стоеж, ходене, бягане, спиране, обръщане-пивотиране, скачане, лъжливи движения), техниката на играч с топка (ловене, подаване, водене, стрелба в коша, лъжливи движения), и индивидуалните, групови и отборни тактически действия в нападение и защита.

Учебната дисциплина по „**Спортно усъвършенстване 1 (Волейбол)“,** заложена в учебния план на магистърската програма „Спортна подготовка в детско-юношеска възраст” в срок на обучение от 4 семестъра, разглежда съвременните тенденции в методиката на обучение и усъвършенстване на волейболната игра. Преподаването и подборът са най-трудният и сложен елемент от учебно-тренировъчния процес по волейбол. То може да се осъществи, само когато се познава и прилага правилна съвременна методика. В програмата са разгледани основните понятия и квалификации на волейболната игра, включващи правилното овладяване и усъвършенстване на основните технико-тактически умения.

В тази форма на обучение се преплитат учебно-тренировъчният и състезателният процес. Първият придобива почти изцяло характера на тренировъчни занятия, в които значително са застъпени не само техническата, но и тактическата, физическата, психологическата и теоретичната подготовка. Съдържателната страна на състезателния процес се изразява в участието на студентите в Държавното студентско първенство.

Учебната дисциплина **„Спортното усъвършенстване 1 (Лека атлетика)“** се изучава в продължение на 1 семестър. Дисциплината формира практически умения и компетентности по отношение на учебно-тренировъчната, спортно-състезателната и възпитателната дейност с различни по възраст и подготовка занимаващи се през всички етапи на спортната подготовка.

Спортното усъвършенстване по лека атлетика е насочено към усвояване и усъвършенстване техниката на лекоатлетическите дисциплини и комплексното развитие на водещите за всяка дисциплина физически качества. Занятията акцентират върху практическото овладяване и усъвършенстване на техниката и методиката на обучение по различните лекоатлетически дисциплини. Студентите се запознават със специфичните особености на тренировката по лека атлетика, средствата и методите за разучаване и усъвършенстване на спортната техника, средствата и методите за развиване на специфичните физически качества, управлението на натоварването и контрола в подготовката.

По време на заниманията студентите придобиват умения и навици за самостоятелни занимания с лекоатлетически упражнения, за подбор и дозировка на тези упражнения.

Участието в състезания е задължителен елемент от подготовката на специалиста по лека атлетика. По време на заниманията студентите участват в контролни състезания, а след първия семестър и в официални студентски и общодържавни първенства. Програмата е съобразена със съвременните тенденции в областта на теорията и методиката на спортната подготовка.

Програмата обхваща темите и обема часове по учебната дисциплина **„Спортно усъвършенстване 1 (Тенис)“** и е предназначена за студентите от магистърска програма „Спортна подготовка в детско-юношеската възраст“. Заложения в нея учебен материал има за цел обучаваните да усъвършенстват в състезателна и в близка до състезателната среда техническо-тактическите похвати в тениса. Бъдещи треньори се запознават с организацията и провеждането на състезания. В процеса на обучение използваме предимно специално подготвителни и състезателни упражнения, като в зависимост от задачите на конкретната тренировка променяме обема и интензивността. Студентите се подготвят за участие във вътрешно-университетски и общостудентски състезания по тенис.

Учебната програма по **„Спортно усъвършенстване 1 (Гимнастика**)“ разглежда съвременните тенденции в методиката на обучение и усъвършенстване на гимнастическите упражнения. Преподаването и подбора са най-трудният и сложен елемент от учебно-тренировъчния процес по спортна гимнастика. То може да се осъществи, само когато се познава и прилага правилна съвременна методика. В програмата са разгледани основните понятия и квалификации на гимнастическите упражнения, включващи правилното овладяване и усъвършенстване на основните технико-тактически умения.

В тази форма на обучение се преплитат учебно-тренировъчния и състезателния процес. Първият придобива почти изцяло характера на тренировъчни занятия, в които значително са застъпени не само техническата, но и тактическата физическата, психологическата и теоретичната подготовка.

**ФИЗИОЛОГИЯ НА ФИЗИЧЕСКОТО НАТОВАРВАНЕ И СПОРТА**

**ECTS кредити:**  **4.0** **Седмичен хорариум:** 1л+0су+2пу

**Форма на оценяване:** изпит **Статут на дисциплината:** задължителна

**Семестър:** II **Вид на изпита:** писмен

**Методическо ръководство:**

Катедра „Анатомия и физиология“

Факултет „Обществено здраве, здравни грижи и спорт”

**Лектор:**

Проф. д-р Невена Пенчева катедра „Анатомия и физиология“

Тел.: 073/ 588 530, Е-mail: [n\_pencheva@swu.bg](mailto:n_pencheva@swu.bg)

**Анотация:**

Фундаменталният характер на дисциплината обуславя предназначението на учебната програма да даде основни знания на студентите от специалността върху два обособени аспекта: - функциите на всички физиологични системи в живия организъм на човека в състояние на покой и при физическо натоварване, в първата част; и - физиологичните основи на системното физическо натоварване и спортната тренировка.

Цели и задачи.

(1) Да се дадат на студентите знания върху основните раздели на общата физиология; В разделите на първа част от модула Лекции, свързани с общата физиология, се разглеждат механизми на дразнимост и възбудимост, физиология на нервна и мускулна система, сетивни и моторни функции на нервната система, вегетативна нервна система, ендокринни жлези, дишане и вентилация, обмяна на енергията и терморегулация. Във всички теми се разглеждат основни аспекти от физиологията на физическото натоварване и промени във физиологичните системи.

(2) Да се обучат студентите върху теорията на системното натоварване и спорта чрез разглеждане на основни знания върху физиологична същност на спортната тренировка, физическата работоспособност, физиологични състояния при спортна дейност, физиологични механизми при формиране на двигателни качества (сила, бързина, издръжливост, показатели и оценяване на аеробен и анаеробен капацитет. Във втората част на модул Лекции, студентите придобиват знания в следните тематични насоки: - физическото натоварване като комплекс от стрес-индуцирани реакции; - физиологичната същност на движенията и физическата работа; - фактори на физическата работоспособност; - физиологичните основи на кондиционни двигателни качества като сила, бързина и издръжливост; - физиологичната същност на методите на статично-силова и динамично-силова тренировка и тренировката за бързина и издръжливост (скоростна и силова); - плиометрична тренировка и стречинг.

(3) Да се даде възможности на студентите чрез практически упражнения в Мо-дул 2 да се запознаят и проведат различни функционални изследвания, широко прилагани при подрастващи и спортисти като: динамометрични измервания на сила на различни мускулни групи, максимални и субмаксимални тестове за определяне на аеробен капаци-тет,VO2 max и анаеробен праг, тестове за анаеробен капацитет, определяне на соматотип, спирометрични измервания, тестове за определяне на реакции на кръвообръщение, мето-ди за определяне на тренировъчни честоти, тестове за работоспособност и др.

**ПСИХОЛОГИЯ И СПОРТНА ПСИХОЛОГИЯ**

**ECTS кредити:**  **4.0** **Седмичен хорариум:** 2л+2су+0пу

**Форма на оценяване:** изпит **Статут на дисциплината:** задължителна

**Семестър:** II **Вид на изпита:** писмен

**Методическо ръководство:**

Катедра Медико-социални науки

Факултет „Обществено здраве, здравни грижи и спорт”

**Лектор:**

гл. ас. д-р Силвия Митева катедра „Медико-социални науки“

Е-mail: [simil@swu.bg](mailto:simil@swu.bg)

**Анотация:**

Учебната дисциплина „Психология и спортна психология“ се изучава в магистърската програма „Спортна подготовка в детско-юношеската възраст“. Целта е студентите да разширят познанията си за биологичните, психологичните и социалните аспекти на човешкото поведение и в частност отражението им в спортната дейност.

Дисциплината е насочена към разширяване на познанието за психологическите закономерности на човешката изява в спортната дейност. Целта е да се придобие познания от по-висок порядък, което дава възможност на студентите да тълкуват, интегрират фактите от съвременния живот и спорта през призмата на психологичните закономерности, индивидуалните психологични възможности, потребности мотивация и нагласи.

Активната самостоятелна работа, от страна на студентите, се изразява в подготовката на реферати по някои от съдържателните модули, и/или представяне на случаи от собствената практика.

По време на обучението се разглеждат различни подходи в психологията, като основно се акцентира на мотивацията, концентрацията и релаксацията в спортната дейност.

**ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА НА ИЗБРАН ВИД СПОРТ II ЧАСТ**

**ECTS кредити:**  **6.0** **Седмичен хорариум:** 2л+0су+2пу

**Форма на оценяване:** изпит **Статут на дисциплината:** задължителна

**Семестър:** II **Вид на изпита:** писмен

**Методическо ръководство:**

Катедра „Спорт“

Факултет „Обществено здраве,здравни грижи и спорт”

**Лектор:**

доц. д-р Даниела Лекина, катедра „Спорт“ – плуване

доц. д-р Стефан Капралов, катедра „Спорт“ – футбол

доц. д-р Жасмин Цанкова, катедра „Спорт“ – баскетбол

гл. ас. д-р Христо Николов, катедра „Спорт“ – волейбол

гл. ас. д-р Антон Манчев, катедра „Спорт“ – лека атлетика

доц. д-р Димитър Томов, катедра „Спорт“ – тенис

гл. ас. д-р Сергей Радоев, катедра „Спорт“ – гимнастика

**Анотации:**

**Теория и методика на избран вид спорт - Плуване** е дисциплина, която изучава закономерностите на спортното плуване, като учебно-образователен процес.

Тя е включена в учебния план на специалност „Спортна подготовка в детско-юношеската възраст” като фундаментална учебна дисциплина, изгражда теоретичната и практичната подготовка на студентите, необходими за многогодишното планиране на спортната тренировка и особеностите при построяването на тренировъчния процес в различните етапи на подготовка за високи постижения.

**Лекционният курс** запознава студентите с базисни концепции за подбора и ориентацията на плувците, с факторите, определящи равнището на постиженията в спортното плуване, с методиката за усъвършенстване на подготвеността на плувците.

Учебната програма **„Теорията и методиката на избран вид спорт – футбол“** е предназначена да обезпечи изискванията от подготовка на висококвалифицирани специалисти за нуждите на спортните клубове в страната, както и преподаватели и инструктори в системата на образованието и спортните услуги. Образователното съдържание е съобразено с високите изисквания към професионалната подготовка на бъдещите треньорски кадри. В програмата са застъпени изучаването на базисни концепции за теорията на футбола (история и развитие на футбола, теория и методика на спортната тренировка, спортно технически и тактически умения), които да формират комплексни компетентности у студентите, позволяващи ефективно да осъществяват както организационни, методико-практически и преподавателска дейност, така и придобиване на умения за използването на научнообосновани методи за планиране и управление на тренировъчния процес.

Учебната програма **„Теорията и методиката на избран вид спорт – баскетбол“** процесът на обучение е насочен към овладяване на съвременни знания за техниката, тактиката и правилата на играта. Той формира специфични умения и навици, които постоянно се развиват и усъвършенстват.

В учебната програма са предложени основните понятия на техниката и тактиката, методическата последователност на преподаване, структура, организация и съдържание на урока по баскетбол.

Разгледани са основните понятия и класификация на техниката и тактиката на баскетболната игра. Техниката на баскетболната игра в нападение и в защита. Тя включва технически похвати без топка (стоежи, придвижвания, залъгващи движения), а похватите с топка са (стоежи, владеене на топката, залъгващи движения). Действията в защита са: срещу играч без топка и срещу играч с топка (стоежи, придвижвания, залъгващи движения и отнемане на топката).

Тактиката на баскетболната игра включва индивидуални, групови и отборни тактически действия в нападение и в защита.

Учебната дисциплина по **„Теория и методика на избран вид спорт – волейбол“** разглежда основните насоки в теорията и методиката на преподаване по волейбол.

Разгледани са основните понятия и класификация на техниката и тактиката на волейболната игра, включващи правилното овладяване на техниката на играч без топка (волейболен стоеж, придвижване, бягане, спиране, скачане), техниката на играч с топка (подаване, забиване, начални удари, блокада) и индивидуалните, групови и отборни тактически действия в нападение и защита.

**Цел и задачи:** Студентите да могат:

* да провеждат начално обучение по волейбол;
* да подготвят подрастващи състезатели по волейбол;
* да разбират и прилагат спецификите на волейбола;
* да прилагат иновациите в обучението по волейбол и методиката на спортната тренировка по волейбол.

Учебната програма “**Теория и методика на избран вид спорт – лека атлетика“** дава знания и формира практически умения и компетентности по отношение на учебно-тренировъчната, спортно-състезателната и възпитателната дейност с различни по възраст и подготовка, занимаващи се през всички етапи на спортната подготовка.

Основна цел на дисциплината е да подготвя специалисти, които да се реализират като треньори в специализираните структури на обществените спортни организации, министерства и ведомства, като ръководители на детско-юношески спортни школи и високо спортно майсторство, като преподаватели във висши и средни учебни заведения в системата на МОН.

**Лекционният курс** запознава студентите със: същността и характерните особености на изучаваните лекоатлетически упражнения; целите и задачите на лекоатлетическата подготовка в различните по характер дисциплини; техниката и методическата последователност на обучението; управлението на физическото натоварване.

Важно място в подготовката заемат методиките за развиване на физическите качества със средствата и методите на леката атлетика. Основно внимание се обръща на планирането и управлението на спортната подготовка, свързани с целта, задачите и съдържанието на тренировъчния процес при лекоатлети с различна степен на подготвеност и квалификация. Специално място се отделя на контрола в леката атлетика, свързан с техниката на дисциплините, физическите качества и оценяване на специалната спортна работоспособност.

Настоящата учебна програма е предназначена за студентите от магистърската програма **„Спортна подготовка в детско-юношеската възраст“,** изучаващи дисциплината **„Теорията и методиката на избран вид спорт – тенис“**. Предвиденият в програмата учебен материал трябва да даде на студентите фундаментални знания за средствата и методите за тренировка и усъвършенстване на технико-тактическите приоми на тениса, прилагани в различните етапи на спортната подготовка в детско-юношеска възраст, вкл. и научноизследователската работа. Студентите ще придобият методико-практически знания и умения за обучение и тренировка по тенис, като средство на физическо възпитание и спорт, за да могат да реализират в емоционална и непринудена обстановка конкретните цели и задачи, свързани с обучението, тренировката и състезанията по тенис Получените знания и усвоени умения за ударите в тениса, ще осигури възможност на бъдещите треньори за намиране на най-правилните методи и средства за обучение и усъвършенстване на техниката и тактиката на тениса в различните етапи на обучението.

Учебната програма „**Теория и методика на избран вид спорт – гимнастика“** е предназначена за формиране у студентите на теоретични знания за значението на гимнастиката, за началното обучение и техниките на изпълнение на гимнастическите упражнения, за развиване на професионално-педагогически умения, необходими като част от подготовката на състезатели от различни спортове за повишаване на физическата им подготовка, както и умения за подобряване на функционални възможности на техния организъм със средствата на гимнастиката и сродните й дисциплини.

**СПОРТНО УСЪВЪРШЕНСТВАНЕ 2**

**ECTS кредити:**  **6.0** **Седмичен хорариум:** 0л+0су+6пу

**Форма на оценяване:** изпит **Статут на дисциплината:** задължителна

**Семестър:** II **Вид на изпита:** практически изпит

Катедра „Спорт“

Факултет „Обществено здраве, здравни грижи и спорт”

Лектор:

доц. д-р Даниела Лекина, катедра „Спорт“ – плуване

доц. д-р Стефан Капралов, катедра „Спорт“ – футбол

ас. Николай Хаджиев, катедра „Спорт“ – баскетбол

гл. ас. д-р Христо Николов, катедра „Спорт“ – волейбол

гл. ас. д-р Антон Манчев, катедра „Спорт“ – лека атлетика

доц. д-р Димитър Томов, катедра „Спорт“ – тенис

ас. Александър Марков, катедра „Спорт“ – гимнастика

**Анотация:**

Настоящата учебната програма „**Спортно усъвършенстване 2 (Плуване)“** запознава студентите-магистри с основните етапи на спортна подготовка, с проблемите и съвременните тенденции на плувния спорт. Равнището на постиженията в плуване изисква постоянното усъвършенстване на всички страни на подготовката на спортистите и най-вече на основния й раздел – спортната тренировка. Непрекъснатото усъвършенстване на тренировката по плуване е в основата на по-нататъшното повишаване на спортните постижения. Постигането на високи резултати е сложен процес, в основата на който техническата, физическата и психическата подготовка трябва да бъдат в оптимално равнище на развитие в съответствие с спецификата на конкретната състезателна дистанция.

В учебната програма с помощта на общи и частни задачи се осигурява високото равнище на техническо и тактическо майсторство, както и развитието на специални физически и психически качества на състезателите. С решаването на тези задачи се придобива комплекс от знания и умения в областта на теорията и методиката на плувния спорт.

Средствата, използвани за усъвършенстване на спортната тренировка са **основни,** към които спадат състезателните, специално подготвителните и общо подготвителните упражнения и **допълнителни** – тренажорни устройства. За оценка на състоянието на състезателите по плуване се прилага поетапен, текущ и оперативен контрол.

В предложената учебна програма „**Спортно усъвършенстване 2 (Футбол)“** се разглеждат основните насоки в методиката на преподаване по футбол. Преподаването е най-трудният и сложен елемент от учебния процес по футбол. То може да се осъществи само когато се познава и прилага правилната методика. Разгледани са основните понятия и класификация на техниката и тактиката на футболната игра, включващи правилното овладяване на техниката на играчите, подаване, водене, спиране, финтови движения, удари по топката с крак и глава, техника на игра на вратаря, индивидуални, групови и отборни тактически действия в нападение и защита.

В предложената учебна програма **„Спортно усъвършенстване 2 (Баскетбол)“** се разглеждат основните насоки в методиката на учебно-тренировъчния процес по баскетбол. Разгледани са основните елементи от техниката и усъвършенстването и овладяването на тактиката на баскетболната игра, включващи правилното овладяване на техниката на играч без топка (баскетболен стоеж, ходене, бягане, спиране, обръщане-пивотиране, скачане, лъжливи движения), техниката на играч с топка (ловене, подаване, водене, стрелба в коша, лъжливи движения), и индивидуалните, групови и отборни тактически действия в нападение и защита.

Учебната дисциплина по „**Спортно усъвършенстване 2 (Волейбол)“**, заложена в учебния план на магистърската програма „Спортна подготовка в детско-юношеска възраст” в срок на обучение от 4 семестъра, разглежда съвременните тенденции в методиката на обучение и усъвършенстване на волейболната игра. Преподаването и подборът са най-трудният и сложен елемент от учебно-тренировъчния процес по волейбол. То може да се осъществи, само когато се познава и прилага правилна съвременна методика. В програмата са разгледани основните понятия и квалификации на волейболната игра, включващи правилното овладяване и усъвършенстване на основните технико-тактически умения.

В тази форма на обучение се преплитат учебно-тренировъчния и състезателния процес. Първият придобива почти изцяло характера на тренировъчни занятия, в които значително са застъпени не само техническата, но и тактическата физическата, психологическата и теоретичната подготовка. Съдържателната страна на състезателния процес се изразява в участието на студентите в Държавното студентско първенство.

Учебната дисциплина **„Спортното усъвършенстване 2 (Лека атлетика)“** формира практически умения и компетентности по отношение на учебно-тренировъчната, спортно-състезателната и възпитателната дейност с различни по възраст и подготовка занимаващи се през всички етапи на спортната подготовка.

Спортното усъвършенстване по лека атлетика е насочено към усвояване и усъвършенстване техниката на лекоатлетическите дисциплини и комплексното развитие на водещите за всяка дисциплина физически качества.Занятията акцентират върху практическото овладяване и усъвършенстване на техниката и методиката на обучение по различните лекоатлетически дисциплини. Студентите се запознават със специфичните особености на тренировката по лека атлетика, средствата и методите за разучаване и усъвършенстване на спортната техника, средствата и методите за развиване на специфичните физически качества, управлението на натоварването и контрола в подготовката.

По време на заниманията студентите придобиват умения и навици за самостоятелни занимания с лекоатлетически упражнения, за подбор и дозировка на тези упражнения. Участието в състезания е задължителен елемент от подготовката на специалиста по лека атлетика. По време на заниманията студентите участват в контролни състезания, а след първия семестър и в официални студентски и общодържавни първенства.

Програмата е съобразена със съвременните тенденции в областта на теорията и методиката на спортната подготовка. Успеваемостта на студентите се оценява чрез различни форми на текущ контрол по практическо и методическо усвояване на изучаваните дисциплини. Обучението завършва с писмен изпит.

Програмата обхваща темите и обема часове по учебната дисциплина **„Спортно усъвършенстване 2 (Тенис)“** и е предназначена за студентите от магистърска програма„ Спортна подготовка в детско юношеската възраст“. Заложения в нея учебен материал има за цел, обучаваните да усъвършенстват в състезателна и в близка до състезателната среда техническо-тактическите похвати в тениса. Бъдещи треньори се запознават с организацията и провеждането на състезания. В процеса на обучение използваме предимно специално подготвителни и състезателни упражнения, като в зависимост от задачите на конкретната тренировка променяме обема и интензивността. Студентите се подготвят за участие във вътрешно-университетски и общостудентски състезания по тенис.

Учебната програма по **„Спортно усъвършенстване 2 (Гимнастика**)“ разглежда съвременните тенденции в методиката на обучение и усъвършенстване на гимнастическите упражнения. Преподаването и подборът са най-трудният и сложен елемент от учебно-тренировъчния процес по спортна гимнастика. То може да се осъществи само когато се познава и прилага правилна съвременна методика. В програмата са разгледани основните понятия и квалификации на гимнастическите упражнения, включващи правилното овладяване и усъвършенстване на основните технико-тактически умения.

В тази форма на обучение се преплитат учебно-тренировъчния и състезателния процес. Първият придобива почти изцяло характера на тренировъчни занятия, в които значително са застъпени не само техническата, но и тактическата физическата, психологическата и теоретичната подготовка.

**БИОМЕХАНИКА НА СПОРТА И СПОРТНИТЕ ТЕХНИКИ**

**ECTS кредити:**  **2.0** **Седмичен хорариум:** 1л+1су+0пу

**Форма на оценяване:** изпит **Статут на дисциплината:** задължителна

**Семестър:** II **Вид на изпита:** писмен

**Методическо ръководство:**

Катедра „ТМФВ“

Факултет по Педагогика

Лектор:

гл. ас. д-р Илия Канелов, катедра „ТМФВ“

Е-mail: [i\_kanelov@swu.bg](mailto:i_kanelov@swu.bg)

**Анотация:**

Учебната дисциплина „Биомеханика на спорта и спортните техники“ цели да надгради знанията за фундаменталните закони относно механиката на движенията на човешкото тяло, в контекста на различните статични и динамични упражнения и спортни упражнения.

В курса на обучение се разглеждат основни принципи на механиката (кинематика, динамика и статика) и тяхното проявление към специфичните особености на двигателния апарат на човека, при изпълнение на специфичните спортни и спортно-подготвителни упражнения, характерни за дадения вид спорт. Приложните страни на знанията се отнасят до терминологията, анализа на движенията, механизми на мускулната работа, принципи при изследване на пространствено-времеви и силови характеристики на рационалната спортната техника.

**ПОДБОР И ПРОГНОЗИРАНЕ**

**ECTS кредити:**  **2.0** **Седмичен хорариум:** 1л+1су+0пу

**Форма на оценяване:** изпит **Статут на дисциплината:** задължителна

**Семестър:** II **Вид на изпита:** писмен

**Методическо ръководство:**

Катедра „Спорт“

Факултет „Обществено здраве, здравни грижи и спорт”

Лектор:

Доц. д-р Даниела Лекина, катедра „Спорт“

Е-mail: [dlekina@swu.bg](mailto:dlekina@swu.bg)

**Анотация:**

Учебната ди­с­ци­п­ли­на­ оси­гу­рява те­о­ре­ти­че­с­ка и те­х­но­ло­го-практическа по­д­го­то­в­ка на студентите необходима им за работа с надарени и изявени деца и ученици в областта на спорта.

**Те­о­ре­ти­че­с­ка по­д­го­то­в­ка**, вклю­ч­ва­ща при­до­би­ва­не на знания свързани с диагностиката в спортно-подготвителната дейност, с цел идентификация на изявено, преждевременно или ограничено развитие.

Уче­б­на­та ди­с­ци­п­ли­на оси­гу­ря­ва зна­ния за мор­фо­ло­ги­ч­но­то, фун­к­ци­о­нал­но­, дви­га­тел­но­, мо­тор­но­ и дру­ги ас­пе­к­ти от раз­ви­ти­е­то на де­ца­та, ка­к­то и те­х­но­ло­гии за про­ве­ж­да­не на на­у­ч­но-из­с­ле­до­ва­тел­с­ка ра­бо­та по про­б­ле­ма­.

Оси­гу­ря­ва по­д­го­то­в­ка, на­со­че­на към **пра­к­ти­че­с­ко** про­ве­ж­да­не на на­у­ч­ни из­с­ле­д­ва­ния, уме­ние за об­ра­бо­т­ка на данни, ана­лиз на процесуални и резултативни особености в развитието на спортистите, из­ве­ж­да­не на за­ко­но­мер­но­с­ти, свър­за­ни с раз­ви­ти­е­то им, с цел подбор за подготвителни групи и прогнозиране на спортното развитие.

Уче­б­на­та ди­с­ци­п­ли­на има връ­з­ка с анатомията, фи­зи­о­ло­ги­я­та, био­ме­ха­ни­ка­та, био­хи­ми­я­та, пре­ду­чи­ли­щ­на­та и начално училищна пе­да­го­ги­ка, ТМФВ, пси­хо­ло­ги­я­та, со­ци­о­ло­ги­я­та и др. на­у­ч­ни ди­с­ци­п­ли­ни.

**СПОРТНО МЕТОДИЧЕСКА ПРАКТИКА**

**ECTS кредити:**  **4.0** **Седмичен хорариум:** 0л+0су+4пу

**Форма на оценяване:** изпит **Статут на дисциплината:** задължителна

**Семестър:** II **Вид на изпита:** практически

**Методическо ръководство:**

Катедра „Спорт“

Факултет „Обществено здраве, здравни грижи и спорт”

Лектор:

Доц. д-р Даниела Лекина, катедра „Спорт“

Е-mail: [dlekina@swu.bg](mailto:dlekina@swu.bg)

**Анотация:**

Целта на обучението по дисциплината „Спортно-методическа практика“ е да обезпечи изискванията от подготовка на висококвалифицирани специалисти за нуждите на спортните клубове в страната, както и преподаватели и инструктори в системата на образованието и спортните услуги. Образователно съдържание е съобразено с високите изисквания към професионалната подготовка на бъдещите треньорски кадри. В програмата са застъпени изучаването на базисни концепции за началното обучение по вид спорт, методика на спортната тренировка, техника на избрания спорт, подготовка на високо квалифицирани състезатели, които да формират комплексни компетентности у студентите, позволяващи ефективно да осъществяват както организационна, методико-практически и треньорска дейност, така и придобиване на умения за използването на научно обосновани методи за планиране и управление на тренировъчния процес. В съответствие с целите на курса като очаквани резултати студентите следва да придобият умения за професионално приложение на методите за начално обучение по вид спорт; за планиране на тренировъчното въздействие с подходящи подходи и техники, и за оценка на ефективността от това въздействие. Те се осъществяват чрез последователността на овладяване на материала по посочените в съдържанието на курса практически занимания.

**СЪВРЕМЕННИ ТЕНДЕНЦИИ В РАЗВИТИЕТО НА ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЯ СПОРТ**

**ECTS кредити:**  **4.0** **Седмичен хорариум:** 2л+0су+0пу

**Форма на оценяване:** изпит **Статут на дисциплината:** задължителна

**Семестър:** III **Вид на изпита:** писмен

**Методическо ръководство:**

Катедра „Спорт“

Факултет „Обществено здраве, здравни грижи и спорт”

Лектор:

Доц. д-р Димитър Томов „Спорт“

Е-mail: [dimitar.tomov@swu.bg](mailto:dimitar.tomov@swu.bg)

**Анотация:**

Настоящата учебна програма е предназначена за студентите от магистърската програма „Спортна подготовка в детско-юношеската възраст“. Включеното образователно съдържание е съобразено с високите изисквания към професионалната подготовка на бъдещите треньори . В програмата са застъпени за изучаване съвременни концепции за теорията и методиката на спортната тренировка при деца и юноши. Студентите се запознават със закономерностите, на които се подчинява тренировъчния процес при спортисти в детско юношеска възраст и с различно ниво на подготовка. Специално внимание се отделя на анатомичните, морфологичните, физиологичните и психологични особености на растежа през детстввото и юношеството и прилаганите средства и методи на тренировка съобразени с тези особености. Видовете подготовка, планирането и управлението на тренировъчния процес, при подрастващи на подбора и прогнозирането на спортните способности. Студентите, подготвящи се за магистри по предложената програма, се запознават задълбочено с особеностите на спортната подготовка през различните етапи на детско-юношеската възраст.

**СИСТЕМА ЗА НАЧАЛНА СПОРТНА ПОДГОТОВКА**

**ECTS кредити:**  **4.0** **Седмичен хорариум:** 2л+Осу+0пу

**Форма на оценяване:** изпит **Статут на дисциплината:** задължителна

**Семестър:** III **Вид на изпита:** писмен

**Методическо ръководство:**

Катедра „Спорт“

Факултет „Обществено здраве, здравни грижи и спорт”

Лектор:

Доц. д-р Даниела Лекина, катедра „Спорт“

Е-mail: [dlekina@swu.bg](mailto:dlekina@swu.bg)

**Анотация:**

Учебната програма на дисциплината предоставя нови знания на студентите от специалността, свързани с началната спортна подготовка като система от средства и методи и знания, както и организационни форми осигуряващи комплексни условия за пълноценна подготовка и максимална изява на потенциалните възможности на състезателите.

Учебната програма е представени в два обособени модула:

1. „Характеристика на основните структури на системата на спортната подготовка“

2. „Основните направления на обучението“.

**В първия модул** се разглеждат - генотипни фактори (морфо-антропометрични показатели, моторни показатели и психологически признаци), фенотипни фактори (тренировъчен процес, състезателна дейност, и допълнителни фактори) както и материално-технически и управленски фактори.

**Във втория модул** се разглеждат - етапът на първоначално обучение, като основа за по-нататъшно овладяване на спортното майсторство в избрания спорт, развитието на отделните вегетативни функции на тялото и адаптацията на организма в детско-юношеската възраст към системно физическо натоварване /спортна тренировка/.

**МЕДИКО-БИОЛОГИЧНИ ОСОБЕНОСТИ НА СПОРТА В ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАТА ВЪЗРАСТ**

**ECTS кредити:**  **5.0** **Седмичен хорариум:** 2л+0су+1пу

**Форма на оценяване:** изпит **Статут на дисциплината:** задължителна

**Семестър:** III **Вид на изпита:** писмен

**Методическо ръководство:**

Катедра „Анатомия и физиология“

Факултет „Обществено здраве, здравни грижи и спорт”

Лектор:

Доц. д-р Петя Маркова, катедра „Анатомия и физиология“

Тел.: 073/ 588 530, Е-mail: [pp.markova@swu.bg](mailto:pp.markova@swu.bg)

**Анотация:**

Учебната програма на дисциплината предоставя нови знания на студентите от специалността, свързани с медико-биологичните особености на организма на подрастващи в детско-юношеската възраст, упражняващи активно спортни дейности. Учебната програма е представени в два обособени модула:

1. „Физиологични особености на организма в процеса на израстване, развитие и съзряване в детско-юношеската възраст“ и

2. „Физиологични състояния и адаптация на организма на подрастващи при системно физическо натоварване (спортна тренировка)“.

**В първия модул** се разглеждат онтогенетичните промени в човешкия организъм в процеса на израстване, развитие и съзряване. Акцентира се върху физиологичните характеристики на основни органи и системи на организма в детско-юношеската възраст. В предложените теми се разглежда ролята на физическата активност в детско-юношеската възраст за оптимизирането на физиологичните процеси, протичащи в подрастващия организъм.

**Във втория модул** се разглеждат физиологичните състояния и адаптацията на организма в детско-юношеската възраст към системно физическо натоварване /спортна тренировка/.

**В практическите упражненията** по дисциплината са заложени измервания на основни физиологични показатели при подрастващи: реактивност на дихателната система, провеждането на тестове за оценка на показатели на кръвообращението, измервания на параметри на телесната маса, на подвижността на ставите, определяне на плоскостъпие и изкривявания на гръбначния стълб, обсъждане на налични експериментални данни от соматотипизиране.

**ПСИХОЛОГИЧНИ АСПЕКТИ НА СПОРТА В ДЕТСКО-ЮНОШЕСКА ВЪЗРАСТ**

**ECTS кредити:**  **4.0** **Седмичен хорариум:** 1л+1су+0пу

**Форма на оценяване:** изпит **Статут на дисциплината:** задължителна

**Семестър:** III **Вид на изпита:** **текуща оценка**

**Методическо ръководство:**

Катедра Медико-социални науки

Факултет „Обществено здраве, здравни грижи и спорт”

**Лектор:**

гл. ас. д-р Силвия Митева катедра „Медико-социални науки“

Е-mail: [simil@swu.bg](mailto:simil@swu.bg)

**Анотация:**

Учебната дисциплина „Психологични аспекти на спорта в детско-юношеска възраст“ се изучава в магистърската програма "Спортна подготовка в детско-юношеската възраст". Целта е студентите да разширят познанията си за възрастовото развитие и особеностите в развитието на детето и юношата, в частност отражението им в спортната дейност и влиянието на спорта върху развитието.

Дисциплината е насочена към разширяване на познанието за психологическите закономерности на детско-юношеската възраст с цел подобряване на физическата им активност, спортните им умения и подобряване на мотивацията за спорт.

Активната самостоятелна работа, от страна на студентите, се изразява в подготовката на реферати по някои от съдържателните модули, и/или представяне на случаи от собствената практика.

По време на обучението се разглеждат различни подходи в детско-юношеската психология, като основно се акцентира на развитието, мотивацията, концентрацията, реализацията и релаксацията в спортната дейност.

**СПОРТНА СПЕЦИАЛИЗАЦИЯ ПО ИЗБРАН ВИД СПОРТ I ЧАСТ**

**ECTS кредити:**  **9.0** **Седмичен хорариум:** 2л+0су+6пу

**Форма на оценяване:** изпит **Статут на дисциплината:** задължителна

**Семестър:** III **Вид на изпита:** писмен

**Методическо ръководство:**

Катедра „Спорт“

Факултет „Обществено здраве,здравни грижи и спорт”

**Лектор:**

доц. д-р Даниела Лекина, катедра „Спорт“ – плуване

доц. д-р Стефан Капралов, катедра „Спорт“ – футбол

доц. д-р Жасмин Цанкова, катедра „Спорт“ – баскетбол

гл. ас. д-р Христо Николов, катедра „Спорт“ – волейбол

гл. ас. д-р Антон Манчев, катедра „Спорт“ – лека атлетика

доц. д-р Димитър Томов, катедра „Спорт“ – тенис

гл. ас. д-р Сергей Радоев, катедра „Спорт“ – гимнастика

**Анотации:**

Учебната програма **„Спортна специализация по избран вид спорт плуване“** изгражда теоретичната и практичната подготовка на студентите, необходими за многогодишното планиране на спортната тренировка и особеностите при построяването на тренировъчния процес в различните етапи на подготовка за високи постижения.

Образователно съдържаниее съобразенос високите изисквания към професионалната подготовка на бъдещите треньорски кадри. В програмата са застъпени изучаването на базисни концепти за контрола, моделирането и управлението но спортната тренировка на състезателите от определен вид спорт, които да формират комплексни компетентности у студентите, позволяващи ефективно да осъществяват както организациона, методико-практически и треньрска дейност, така и придобиване на умения за използването на научно обосновани методи за планиране и управление на тренировъчния процес.

Учебната програма **„Спортна специализация по избран вид спорт футбол“** са представени методиката на спортната подготовка по футбол, построяване на учебно-тренировъчния процес, основните форми на спортната тренировка, като се дава възможност на бъдещите треньори за усвояване на знания, умения и навици, необходими за тяхната реализация. Разгледани са основните понятия и класификация на техниката и тактиката на играта включващи правилното овладяване на техниката на играчите, подаване, водене, спиране, финтови движения, удари по топката с крак и глава, техника на игра на вратаря, индивидуални, групови и отборни тактически действия в нападение и защита.

В учебната програма **„Спортна специализация по избран вид спорт баскетбол“** са представени методиката на спортната подготовка по баскетбол, построяване на учебно-тренировъчния процес, основните форми на спортната тренировка, като се дава възможност на бъдещите треньори за усвояване на знания, умения и навици, необходими за тяхната реализация.

Разгледани са основните понятия и класификация на техниката и тактиката на баскетболната игра. Техниката на баскетболната игра в нападение и в защита. Тя включва технически похвати без топка (стоежи, придвижвания, залъгващи движения), а похватите с топка са (стоежи, владеене на топката, залъгващи движения).Действията в защита са: срещу играч без топка и срещу играч с топка (стоежи, придвижвания, залъгващи движения и отнемане на топката).

Тактиката на баскетболната игра включва индивидуални, групови и отборни тактически действия в нападение и в защита.

Учебната дисциплина по **„Спортна специализация по избран вид спорт Волейбол“** заложена в учебния план на магистърската програма “Спортна подготовка в детско-юношеска възраст” има за цел да осигури задълбочена и специализирана подготовка на студентите към реализацията им като бъдещи треньори.

Учебната програмата ще осигури теоретико-методическа подготовка, позволяваща на студентите да провеждат спортно-подготвителна работа със състезатели в детските спортни школи и спортните клубове. Да прилагат научни подходи при подбора и прогнозирането на развитието на занимаващите се с волейбол, да получат знания за диагностиката, оценяването и контрола на различните страни от подготовката им.

Да придобият практически умения за провеждане на учебно-тренировъчни занимания, да демонстрират различни елементи от техниката на волейболната игра, да получат знания за тактиката на играта, да организират и провеждат различни по мащаб състезания.

Учебната програма **„Спортна специализация по избран вид спорт лека атлетика“** е предназначена за студентите от магистърската програма „Спортна подготовка в детско юношеската възраст”. Предвидените в програмата практико-методическите занятия създават условия за по -задълбочено изучаване на лекционния материал с акцентиране върху практическото овладяване и усъвършенстване на техниката и методиката на обучение по изучаваните лекоатлетически дисциплини. Студентите се запознават със специфичните особености на тренировката по лека атлетика, средствата и методите за обучение и усъвършенстване на спортната техника, средствата и методите за развиване на специфичните за отделните дисциплини физически качества, управлението на натоварването и контрола в подготовката. Участието в състезания е задължителен елемент от подготовката на специалиста по лека атлетика.

Учебната програма **„Спортна специализация по избран вид спорт тенис“** е предназначена за студентите от магистърската програма „Спортна подготовка в детско юношеската възраст”. Предвидения в програмата учебен материал , трябва да даде на студентите специализирани знания за средствата и методите за тренировка и усъвършенстване на технико – тактическите приоми на тениса, прилагани в различните етапи на спортната подготовка в детско-юношеска възраст. вкл. и научно-изследователската работа. Студентите да придобият методико-практически знания и умения за средствата и методите за контрол и управление на спортната подготовка. Практическото овладяване на средствата и методите за контрол и управление на спортната подготовка, ще даде възможност на бъдещите треньори да намират най-правилните методи и средства за обучение и усъвършенстване на технико – тактическата, кондиционната и психологическата подготовка на тенисистите през различните етапи на спортното развитие и усъвършенстване.

Учебната програма **„Спортна специализация по избран вид спорт гимнастика“** е предназначена за студентите от магистърската програма „Спортна подготовка в детско юношеската възраст”Целта на обучението по дисциплината е да осигури изискванията за подготовка на висококвалифицирани специалисти за нуждите на спортните клубове в страната, както и преподаватели и инструктори в системата на образованието, спортните услуги и развлечения на населението.

Образователно съдържание е съобразено с високите изисквания към професионалната подготовка на бъдещите треньорски кадри. В програмата са застъпени изучаването на базисни концепции за теорията на гимнастиката и акробатиката (история и развитие на гимнастическите дисциплини, теория и методика на спортната тренировка, техника на изпълнение и подготовка на високо квалифицирани гимнастици и акробати). Необходимо е да се формират комплексни компетентности у студентите, позволяващи ефективно да осъществяват както организационни, методико-практическа и преподавателска дейност, така и придобиване на умения за използването на научно обосновани методи за планиране и управление на тренировъчния процес по спортна гимнастика и акробатика.

**НАУЧНО-ИЗСЛЕДОВАТЕЛСКА ДЕЙНОСТ В ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЯ СПОРТ**

**ECTS кредити:**  **2.0** **Седмичен хорариум:** 1л+0су+1пу

**Форма на оценяване:** изпит **Статут на дисциплината:** задължителна

**Семестър:** IV **Вид на изпита:** писмен

Катедра „Спорт“

Факултет „Обществено здраве, здравни грижи и спорт”

Лектор:

Доц. д-р Диана Пеева катедра „Спорт“

Е-mail: [diana2616@swu.bg](mailto:diana2616@swu.bg)

**Анотация:**

Целта на дисциплината „Научноизследователска дейност в детско-юношеския спорт” е да запознае студентите със същността и особеностите на научната работа, да им даде необходимите знания и умения за извършването на изследователска дейност, с цел формиране на тяхната начална методологическа грамотност.

Чрез овладяване на основните методологическите подходи, принципи и методи на изследователска дейност в областта на физическото възпитание и спорта и чрез запознаване с необходимите статистически методи за обработка на емпирични данни, студентите ще се научат да откриват научни проблеми, да формулират и доказват научни тези и хипотези, да провеждат експериментална работа, да анализират получените резултати, да правят изводи и заключения, както и да оформят научни доклади и дипломни работи.

С цел подпомагането на научноизследователската и приложна дейност в останалите теоретични и методико-практически дисциплини, „Научноизследователска дейност в детско-юношеския спорт” интегрира знания и от другите дисциплини, включени в прилагания досега учебен план и използва идейни и изчислителни примери от тях.

**СПОРТНА СПЕЦИАЛИЗАЦИЯ ПО ИЗБРАН ВИД СПОРТ II ЧАСТ**

**ECTS кредити:**  **9.0** **Седмичен хорариум:** 2л+0су+6пу

**Форма на оценяване:** изпит **Статут на дисциплината:** задължителна

**Семестър: I**V **Вид на изпита:** писмен

**Методическо ръководство:**

Катедра „Спорт“

Факултет „Обществено здраве,здравни грижи и спорт”

**Лектор:**

доц. д-р Даниела Лекина, катедра „Спорт“ – плуване

доц. д-р Стефан Капралов, катедра „Спорт“ – футбол

доц. д-р Жасмин Цанкова, катедра „Спорт“ – баскетбол

гл. ас. д-р Христо Николов, катедра „Спорт“ – волейбол

гл. ас. д-р Антон Манчев, катедра „Спорт“ – лека атлетика

доц. д-р Димитър Томов, катедра „Спорт“ – тенис

гл. ас. д-р Сергей Радоев, катедра „Спорт“ – гимнастика

**Анотации:**

Учебната програма **„Спортна специализация по избран вид спорт плуване“** изгражда теоретичната и практичната подготовка на студентите, необходими за многогодишното планиране на спортната тренировка и особеностите при построяването на тренировъчния процес в различните етапи на подготовка за високи постижения.

Образователно съдържаниее съобразенос високите изисквания към професионалната подготовка на бъдещите треньорски кадри. В програмата са застъпени изучаването на базисни концепти за контрола, моделирането и управлението но спортната тренировка на състезателите от определен вид спорт, които да формират комплексни компетентности у студентите, позволяващи ефективно да осъществяват както организациона, методико-практически и треньорска дейност, така и придобиване на умения за използването на научно обосновани методи за планиране и управление на тренировъчния процес.

Учебната програма **„Спортна специализация по избран вид спорт футбол“** са представени методиката на спортната подготовка по футбол, построяване на учебно-тренировъчния процес, основните форми на спортната тренировка, като се дава възможност на бъдещите треньори за усвояване на знания, умения и навици, необходими за тяхната реализация. Разгледани са основните понятия и класификация на техниката и тактиката на играта включващи правилното овладяване на техниката на играчите, подаване, водене, спиране, финтови движения, удари по топката с крак и глава, техника на игра на вратаря, индивидуални, групови и отборни тактически действия в нападение и защита.

В учебната програма **„Спортна специализация по избран вид спорт баскетбол“** са представени методиката на спортната подготовка по баскетбол, построяване на учебно-тренировъчния процес, основните форми на спортната тренировка, като се дава възможност на бъдещите треньори за усвояване на знания, умения и навици, необходими за тяхната реализация.

Разгледани са основните понятия и класификация на техниката и тактиката на баскетболната игра. Техниката на баскетболната игра в нападение и в защита. Тя включва технически похвати без топка (стоежи, придвижвания, залъгващи движения), а похватите с топка са (стоежи, владеене на топката, залъгващи движения).Действията в защита са: срещу играч без топка и срещу играч с топка (стоежи, придвижвания, залъгващи движения и отнемане на топката).

Тактиката на баскетболната игра включва индивидуални, групови и отборни тактически действия в нападение и в защита.

Учебната дисциплина по **„Спортна специализация по избран вид спорт Волейбол“** заложена в учебния план на магистърската програма “Спортна подготовка в детско-юношеската възраст” има за цел да осигури задълбочена и специализирана подготовка на студентите към реализацията им като бъдещи треньори.

Учебната програмата ще осигури теоретико-методическа подготовка, позволяваща на студентите да провеждат спортно-подготвителна работа със състезатели в детските спортни школи и спортните клубове. Да прилагат научни подходи при подбора и прогнозирането на развитието на занимаващите се с волейбол, да получат знания за диагностиката, оценяването и контрола на различните страни от подготовката им.

Да придобият практически умения за провеждане на учебно-тренировъчни занимания, да демонстрират различни елементи от техниката на волейболната игра, да получат знания за тактиката на играта, да организират и провеждат различни по мащаб състезания.

Учебната програма **„Спортна специализация по избран вид спорт лека атлетика“** е предназначена за студентите от магистърската програма „Спортна подготовка в детско юношеската възраст”. Предвидените в програмата практико-методическите занятия създават условия за по -задълбочено изучаване на лекционния материал с акцентиране върху практическото овладяване и усъвършенстване на техниката и методиката на обучение по изучаваните лекоатлетически дисциплини. Студентите се запознават със специфичните особености на тренировката по лека атлетика, средствата и методите за обучение и усъвършенстване на спортната техника, средствата и методите за развиване на специфичните за отделните дисциплини физически качества, управлението на натоварването и контрола в подготовката. Участието в състезания е задължителен елемент от подготовката на специалиста по лека атлетика.

Успеваемостта на студентите се оценява чрез различни форми на текущ контрол по практическо и методическо усвояване на изучаваните дисциплини. Обучението в края на II-та част завършва с писмен изпит.

Учебната програма **„Спортна специализация по избран вид спорт тенис“** е предназначена за студентите от магистърсата програма **„Спортна подготовка в детско юношеската възраст ”.** Предвидения в програмата учебен материал, трябва да даде на студентите специализирани знания за средствата и методите за тренировка и усъвършенстване на технико – тактическите приоми на тениса, прилагани в различните етапи на спортната подготовка в детко юношеска възраст, вкл. и научно-изследователската работа. Студентите да придобият методико-практически знания и умения за средствата и методите за научно- изследователската работа в спорта и в частност в тениса. Практическото овладяване на научно- изследователската работа в спорта и в частност в тениса. ще даде възможностт на бъдещите треньори, да обогатят арсенала си от средства и методи за диагностициране и избор на необходимите на даден етап от спортната подготовка инструменти за оптимизиране на тренировъчния процес.

Учебната програма **„Спортна специализация по избран вид спорт гимнастика“** е предназначена за студентите от магистърската програма „Спортна подготовка в детско юношеската възраст”Целта на обучението по дисциплината е да осигури изискванията за подготовка на висококвалифицирани специалисти за нуждите на спортните клубове в страната, както и преподаватели и инструктори в системата на образованието, спортните услуги и развлечения на населението.

Образователно съдържание е съобразено с високите изисквания към професионалната подготовка на бъдещите треньорски кадри. В програмата са застъпени изучаването на базисни концепции за теорията на гимнастиката и акробатиката (история и развитие на гимнастическите дисциплини, теория и методика на спортната тренировка, техника на изпълнение и подготовка на високо квалифицирани гимнастици и акробати). Необходимо е да се формират комплексни компетентности у студентите, позволяващи ефективно да осъществяват както организационни, методико-практическа и преподавателска дейност, така и придобиване на умения за използването на научно обосновани методи за планиране и управление на тренировъчния процес по спортна гимнастика и акробатика.

**СПОРТ В ОБРАЗОВАТЕЛНАТА СИСТЕМА**

**ECTS кредити:**  **2.0** **Седмичен хорариум:** 1л+1су+0пу

**Форма на оценяване:** изпит **Статут на дисциплината:** задължителна

**Семестър:** IV **Вид на изпита:** писмен

**Методическо ръководство:**

Катедра „ТМФВ“

Факултет по Педагогика

**Лектор:**

Доц. д-р Даниела Томова катедра „ТМФВ“

Тел.: 073/588 525, Е-mail: [danitomova@swu.bg](mailto:danitomova@swu.bg)

**Анотация:**

Учебната дисциплина **„Спорт в образователната система”** е предназначена за студенти, подготвящи се за треньори по вид спорт. Спортът е неотменна част от образователната система в училище. Учениците практикуват различни видове спорт не само в урока, също в извънкласнните и извънурони дейности. Най-голяма изява на учениците са Ученическите игри, които се провеждат в три възрастови групи в четири етапа всяка година. Всяко училище участва с представителни отбори в игрите. Треньорите намират място в училище, което е регламентирано с наредба в ръководенето на Часа за спортни дейности. В тази връзка треньорите трябва да са запознати Държавния образователен стандарт по предмета Физическо възпитание и спорт, както и със съдържанието на учебните програми.

**ТРЕНЬОРСКА ПРЕДДИПЛОМНА ПРАКТИКА**

**ECTS кредити:**  **2.0** **Седмичен хорариум:** 0л+0су+4пу

**Форма на оценяване:** изпит **Статут на дисциплината:** задължителна

**Семестър:** IV **Вид на изпита:** практически

**Методическо ръководство:**

Катедра „Спорт“

Факултет „Обществено здраве, здравни грижи и спорт”

Лектор:

Доц. д-р Даниела Лекина катедра „Спорт“

Е-mail: [dlekina@swu.bg](mailto:dlekina@swu.bg)

**Анотация:**

Образователното съдържание е съобразено с високите изисквания към професионалната подготовка на бъдещите треньорски кадри. В програмата са застъпени изучаването на базисни концепции за методиката на построяване на тренировъчните занимания и микроцикли, изготвяне и провеждане на тренировки по вид спорт, които да формират комплексни компетентности у студентите, позволяващи ефективно да осъществяват организационна, методико-практическа и треньорска дейност.

**ИЗБИРАЕМИ ДИСЦИПЛИНИ**

***ПЪРВА ГРУПА (ТЕОРЕТИЧНИ ДИСЦИПЛИНИ)***

**СКАУТИНГ В СПОРТА**

**ECTS кредити:**  **2.0** **Седмичен хорариум:** 1л+1су+0пу

**Форма на оценяване:** изпит **Статут на дисциплината:** избираема

**Семестър:** I, III **Вид на изпита:** писмен

**Методическо ръководство:**

Катедра „Спорт“

Факултет „Обществено здраве, здравни грижи и спорт”

**Лектор:**

гл. ас. д-р Христо Николов „Спорт“

Е-mail: [hristo\_nikolov@swu.bg](mailto:hristo_nikolov@swu.bg)

**Анотация:**

Настоящата учебна програма е предназначена за формиране и развитие на знания и умения свързани с диагностика в спортно-подготвителната дейност, с цел идентифициране и набиране на потенциални спортисти, които имат изключителни атлетически способности и умения. Бъдещите специалисти ще придобият умения за обработка на данни, анализ на видеозаписи с представянето на спортисти и извеждане на закономерности, свързани с развитието им за да се определи техния талант и потенциал.

**СПОРТЕН ТРАВМАТИЗЪМ И ВЪЗСТАНОВЯВАНЕ**

**ECTS кредити:**  **2.0** **Седмичен хорариум:** 1л+1су+0пу

**Форма на оценяване:** изпит **Статут на дисциплината:** избираема

**Семестър:** I, III **Вид на изпита:** писмен

**Методическо ръководство:**

Катедра „Кинезитерапия“

Факултет „Обществено здраве, здравни грижи и спорт”

**Лектор:**

доц. д-р Мариела Филипова, катедра „Кинезитерапия“

Е-mail: [mariela\_filipova@swu.bg](mailto:mariela_filipova@swu.bg)

**Анотация:**

Студентите се запознават обстойно с най-съществения елемент от спортната патология – травматизмът. Спортните заболявания и травми са резултат на спортна дейност, независимо дали тя е организирана или неорганизирана, колективна или индивидуална. Спортните кинезиолози трябва да познават добре спецификата на спортните травми и лечението им, поради необходимостта да ги диагностицират навреме, да оказват ефективна долекарска помощ, а при необходимост търсят навременна лекарска намеса. И тъй-като от това зависи до голяма степен ефективността на лечението, тези познания са абсолютно необходими. Това се отнася с особена важност за професионалния и детско-юношеския спорт, където е свързано с огромни материални средства, успешни спортни кариери. За обучението по предложената програма са абсолютно необходими познания по анатомия, физиология, функционална диагностика на ОДА, биомеханика, патобиомеханика и патокинезиология.

**ГЛОБАЛИЗАЦИЯ И МИГРАЦИЯ НА СЪВРЕМЕННИЯ СПОРТ**

**ECTS кредити:**  **2.0** **Седмичен хорариум:** 1л+1су+0пу

**Форма на оценяване:** изпит **Статут на дисциплината:** избираема

**Семестър:** I, III **Вид на изпита:** писмен

**Методическо ръководство:**

Катедра „Национална сигурност и публична администрация“

Правно-исторически факултет

**Лектор:**

проф. дн Любомир Тимчев катедра „Национална сигурност и публична

администрация“

Е-mail: [l\_tim4ev@law.swu.bg](mailto:l_tim4ev@law.swu.bg)

**Анотация:**

Учебната дисциплина “Глобализация и миграция на съвременния спорт” е дял от специалната част на Миграционния контрол. Изградена и систематизирана е предимно за студенти занимаващи се със спорт, но може да бъде изучавана и от други студенти, с интереси по издаването на документи за самоличност и контрол, на миграцията на населението в Р България.

Обект на учебната дисциплина

Обект на учебната дисциплина “Глобализация и миграция на съвременния спорт” е контролът, осъществяван от полицейските и други органи органи, на документите за самоличност и миграцията на селението в Република България, в условията на нарастваща глобализация.

Предмет на учебната дисциплина

Предмет на учебната дисциплина “ Глобализация и миграция на съвременния спорт ” са обществените отношения регулирани с нормите на публичното право, които възникват, развиват се и се прекратяват в областта на издаването на български документи за самоличност и контрола на миграцията на населението, с оглед по ефективна защита на националната сигурност, противодействието на престъпността, опазването на обществения ред и превенцията, както и системата от органи и техните правомощия а също формите и методите на дейността им.

Предмет на учебната дисциплина са и международноправните актове и документи, във връзка с приемането на страната в шенгенското безвизово пространство.

В процеса на обучението, се изучават общите и специални международноправни и вътрешноправни актове, регламентиращи дейността по издаването на български документи за самоличност и миграцията на населението в страната.

Изучават се още задачите и структурата на компетентните по контрола на миграцията органи, както и цялостния режим за влизане и напускане страната на граждани на Р България и чужденци.

**МАТЕРИАЛНО-ТЕХНИЧЕСКО ОСИГУРЯВАНЕ НА СПОРТНАТА ПОДГОТОВКА**

**ECTS кредити:**  **2.0** **Седмичен хорариум:** 1л+1су+0пу

**Форма на оценяване:** изпит **Статут на дисциплината:** избираема

**Семестър:** I, III **Вид на изпита:** писмен

**Лектор:**

Катедра „Спорт“

Факултет „Обществено здраве, здравни грижи и спорт”

**Лектор:**

гл. ас. д-р Антон Манчев катедра „Спорт“

Е-mail: [manchev@swu.bg](mailto:manchev@swu.bg)

**Анотация:**

Учебната дисциплина „Материално техническо осигуряване на спортната подготовка" е избираема дисциплина и се изучава в продължение на 1 семестър. Дисциплината дава знания и компетентности по отношение на материално-техническите фактори осигуряващи необходимите условия и предпоставки за ефективно функциониране на системата за спортна подготовка в детско-юношеската възраст.

Основна цел на дисциплината е да подготвя информирани специалисти, които да познават основните компоненти на материално техническо осигуряване на спортната подготовка включващи спортни съоръжения, финансово осигуряване и битови условия.

**ЕКИПНА ОРГАНИЗАЦИЯ НА СПОРТА В ДЕТСКО-ЮНОШЕСКА ВЪЗРАСТ**

**ECTS кредити:**  **2.0** **Седмичен хорариум:** 1л+1су+0пу

**Форма на оценяване:** изпит **Статут на дисциплината:** избираема

**Семестър:** I, III **Вид на изпита:** писмен

**Методическо ръководство:**

Катедра „ТМФВ“

Факултет по Педагогика

Лектор:

Доц. д-р Даниела Томова катедра „ТМФВ“

Тел.: 073/588 525, Е-mail: [danitomova@swu.bg](mailto:danitomova@swu.bg)

**Анотация:**

Учебната дисциплина „Екипна организация в детско-юношеска възраст” е предназначена за студенти, подготвящи се за треньори по вид спорт. Екипът притежава характеристиките на групата, което определя неговото съществуване като елемент на групата. В същото време екипът може да се определи като самостоятелна единица. Основен принцип за реализиране целите на екипа в спорта е съвместната дейност и междуличностните отношения. Чрез прилагане на екипна организация в тренировъчния процесе групите от трениращи се превръщат в отбори.

**СТРУКТУРНА СИСТЕМА НА СПОРТА В СВЕТА И РБЪЛГАРИЯ**

**ECTS кредити:**  **2.0** **Седмичен хорариум:** 1л+1су+0пу

**Форма на оценяване:** изпит **Статут на дисциплината:** избираема

**Семестър:** I, III **Вид на изпита:** писмен

**Методическо ръководство:**

Катедра „Спорт“

Факултет „Обществено здраве, здравни грижи и спорт”

**Лектор:**

Доц. д-р Димитър Томов „Спорт“

Е-mail: [dimitar.tomov@swu.bg](mailto:dimitar.tomov@swu.bg)

**Анотация:**

Учебната дисциплина е предназначена за студентите магистърската програма **„Спортна подготовка в детско юношеската възраст“.** Обучението по учебната дисциплина включва изучаване на организацията и управлението на системата на физическо възпитание и спорт. Студентите се запознават с нормативните документи по юридическото състояние на организацията и управлението на процеса на физическо възпитание и спорт в това число Закона за физическото възпитание и спорт, както и организацията и управлението на спорта в страните от Европейския съюз. Бъдещите спортни педагози ще усвоят основни знания и умения по организацията и управлението на неправителствените организации /в това число училищните спортни клубове/, спортните клубове към спортните федерации, както и за организацията на работа и управление на държавните и общински спортни институции, което да им помогне в бъдещата работа.

***ВТОРА ГРУПА (СПОРТНО-ПРАКТИЧЕСКИ)***

**БАСКЕТБОЛ**

**ECTS кредити:**  **2.0** **Седмичен хорариум:** 1л+0су+1пу

**Форма на оценяване:** изпит **Статут на дисциплината:** избираема

**Семестър:** II, III **Вид на изпита:** писмен

**Методическо ръководство:**

Катедра „Спорт“

Факултет „Обществено здраве, здравни грижи и спорт”

**Лектор:**

доц. д-р Жасмин Цанкова катедра „Спорт“

Е-mail: [jasmin\_tzankova@swu.bg](mailto:jasmin_tzankova@swu.bg)

**Анотация:**

В учебната програма са предложени основните понятия на техниката и тактиката, методическата последователност на преподаване, структура, организация и съдържание на урока по баскетбол.

Разгледани са основните понятия и класификация на техниката и тактиката на баскетболната игра. Техниката на баскетболната игра в нападение и в защита. Тя включва технически похвати без топка ( стоежи, придвижвания, залъгващи движения), а похватите с топка са (стоежи, владеене на топката, залъгващи движения). В защита е срещу играч без топка и срещу играч с топка (стоежи, придвижвания, залъгващи движения и отнемане на топката).

**ВОЛЕЙБОЛ**

**ECTS кредити:**  **2.0** **Седмичен хорариум:** 1л+0су+1пу

**Форма на оценяване:** изпит **Статут на дисциплината:** избираема

**Семестър:** II, III **Вид на изпита:** писмен

**Методическо ръководство:**

Катедра „Спорт“

Факултет „Обществено здраве, здравни грижи и спорт”

**Лектор:**

гл. ас. д-р Христо Николов „Спорт“

Е-mail: [hristo\_nikolov@swu.bg](mailto:hristo_nikolov@swu.bg)

**Анотация:**

Учебната дисциплината **“Волейбол”** има за цел да осигури задълбочена и специализирана подготовка на студентите към реализацията им в различните звена на образователната система като учители и треньори.

Програмата по волейбол осигурява практико-методическа подготовка, позволяваща на студентите да провеждат спортно-подготвителна работа с деца и ученици в класните, извънкласните и извънучилищни форми, детските спортни школи, спортните клубове и др. Да придобият практически умения за провеждане на учебно-тренировъчни занимания, да демонстрират различни елементи от техниката на волейболната игра, да получат знания за тактиката на играта, да организират и провеждат различни по мащаб състезания с деца и ученици, спортни празници, детски и ученически лагери.

**ФУТБОЛ**

**ECTS кредити:**  **2.0** **Седмичен хорариум:** 1л+0су+1пу

**Форма на оценяване:** изпит **Статут на дисциплината:** избираема

**Семестър: I**I, III **Вид на изпита:** писмен

**Методическо ръководство:**

Катедра „Спорт“

Факултет „Обществено здраве, здравни грижи и спорт”

**Лектор:**

доц. д-р Стефан Капралов, катедра „Спорт“

Е-mail: [kapralov@swu.bg](mailto:kapralov@swu.bg)

**Анотация:**

В предложената учебна програма се разглеждат основните насоки в методиката на преподаване по футбол. Преподаването е най-трудния и сложен елемент от учебния процес по футбол. То може да се осъществи само когато се познава и прилага правилната методика. Разгледани са основните понятия и класификация на техниката и тактиката на играта включващи правилното овладяване на техниката на играчите, подаване, водене, спиране, финтови движения, удари по топката с крак и глава, техника на игра на вратаря, индивидуални, групови и отборни тактически действия в нападение и защита.

**ТЕНИС**

**ECTS кредити:**  **2.0** **Седмичен хорариум:** 0л+2су+0пу

**Форма на оценяване:** изпит **Статут на дисциплината:** избираема

**Семестър:** II, III **Вид на изпита:** писмен

**Методическо ръководство:**

Катедра „Спорт“

Факултет „Обществено здраве, здравни грижи и спорт”

**Лектор:**

Доц. д-р Димитър Томов „Спорт“

Е-mail: [dimitar.tomov@swu.bg](mailto:dimitar.tomov@swu.bg)

**Анотация:**

Настоящата учебна програма е предназначена за студентите от магистърска програма „Спортна подготовка в детско юношеската възраст” избрали учебната дисциплината „Тенис”. Учебният материал, предвиден в програмата трябва да даде на студентите знания, необходими за успешна професионална дейност като треньори. Студентите придобиват методико-практически знания за използване на тениса, като средство на физическото възпитание и спорта. За да могат да реализират в емоционална и непринудена обстановка конкретните цели и задачи на тренировките по вид спорт, свързани с използването на тениса като допълнително средство в работата на бъдещите треньори. Получените, макар и най-основни знания за тениса ще помогнат на бъдещите треньори , за разнообразяване и обогатяване на прилаганите средства в тренировъчния процес.

**ПЛУВАНЕ**

**ECTS кредити:**  **2.0** **Седмичен хорариум:** 1л+0су+1пу

**Форма на оценяване:** изпит **Статут на дисциплината:** избираема

**Семестър: I**I, III **Вид на изпита:** писмен

**Методическо ръководство:**

Катедра „Спорт“

Факултет „Обществено здраве, здравни грижи и спорт”

Лектор:

Доц. д-р Даниела Лекина катедра „Спорт“

Е-mail: [dlekina@swu.bg](mailto:dlekina@swu.bg)

**Анотация:**

Програмата по дисциплината „Плуване“ е предназначена за студентите- магистри от специалност „Спортна подготовка в детско-юношеската възраст“. Тя предвижда изучаване на историята, теорията и методиката на преподаване на плуването, овладяване на техниката на плувните стилове, придобиване на знания и умения необходими за използване на плуването като част от подготовката на състезатели от различни спортове.

Лекциите предоставят базовите знания за дисциплината. Студентите получават информация за теорията, историята, за техниката на спортното плуване старта и обръщането, за методика на обучение. Студентите се запознават със същността на плуването, умението да се задържа тялото на повърхността и да се придвижва във водата (закон на Архимед), плаваемост, законите на статиката и динамиката, съпротивлението на водата, знания свързани с процеса на обучението за усвояване техниката на плувните стилове.