

МИНИСТЕРСТВО НА ОБРАЗОВАНИЕТО И НАУКАТА

НАРЕДБА

№

за придобиване на квалификация по професията

„ПОМОЩНИК-ТРЕНЬОР ПО ВИД СПОРТ“

Раздел I

Общи положения

Чл. 1. С тази наредба се определя държавният образователен стандарт (ДОС) за придобиването на квалификация по професията код 101401 "Помощник-треньор по вид спорт" от област на образование "Персонални услуги" и професионално направление код 1014 "Спорт" съгласно Списъка на професиите за професионално образование и обучение по чл. 6, ал. 1 от Закона за професионалното образование и обучение.

Чл. 2. Държавният образователен стандарт за придобиването на квалификация по професията код 101401 "Помощник-треньор по вид спорт" съгласно приложението към тази наредба определя изискванията за придобиването на трета и четвърта степен на професионална квалификация по професията, както и за достигане на отделни единици резултати от ученето.

Чл. 3. Въз основа на ДОС по чл. 1 и рамковата програма по чл. 10, ал. 3, т. 3 от Закона за професионалното образование и обучение се разработват типови учебни планове и учебни програми за ученици. Въз основа на рамковите програми по чл. 10, ал. 3, т. 2, 4 и 5 се разработват учебни планове и учебни програми за лица, навършили 16 години.

Раздел II

Съдържание на държавния образователен стандарт

Чл. 4. (1) Държавният образователен стандарт по чл. 1 определя изискванията към кандидатите, описанието на професията, единиците резултати от учене за придобиване на трета и четвърта степен на професионална квалификация по професията, критериите и средствата за оценяване на всяка единица резултат от учене, изискванията към материалната база и изискванията към обучаващите.

(2) Държавният образователен стандарт за придобиване на квалификация по професията включва общата, отрасловата и специфичната професионална подготовка с необходимите професионални компетентности, които гарантират на обучаемия възможността за упражняване на професията след завършване на обучението.

Заклучителни разпоредби

§ 1. Учебните планове и учебните програми по чл. 3, разработени въз основа на тази наредба, започват да се прилагат от учебната 2026 - 2027 г. за учениците, които постъпват в VIII клас в училищното професионално образование и обучение, а за лица, навършили 16 години - от 1 януари 2026 г.

§ 2. Тази наредба се издава на основание чл. 22, ал. 6 във връзка с ал. 2, т. 6 от Закона за предучилищното и училищното образование.

**ДЪРЖАВЕН ОБРАЗОВАТЕЛЕН СТАНДАРТ ЗА ПРИДОБИВАНЕ НА
КВАЛИФИКАЦИЯ ПО ПРОФЕСИЯТА
„ПОМОЩНИК-ТРЕНЬОР ПО ВИД СПОРТ“**

Професионално направление						
Код: 1014		Спорт				
Професия						
Код: 101401		Помощник-треньор по вид спорт				
Степени на професионална квалификация			-	-	III	IV
Ниво по Национална квалификационна рамка (НКР)			-	-	4	5
Ниво по Европейска квалификационна рамка (ЕКР)			-	-	4	5

1. Изисквания към кандидатите

1.1. Изисквания към кандидатите за входящо минимално образователно и/или входящо квалификационно равнище за придобиване на степени на професионална квалификация съгласно Закона за професионалното образование и обучение

За придобиване на трета и четвърта степен на професионална квалификация по професията „Помощник-треньор по вид спорт“ от Списъка на професиите за професионално образование и обучение, утвърден от министъра на образованието и науката със Заповед № РД09-2230 от 09.08.2024 г., изискванията за входящото минимално образователно равнище към кандидатите са:

1.1.1. За придобиване на трета степен на професионална квалификация

- за ученици – завършено основно образование;
- за лица, навършили 16 години – придобито право за явяване на държавни зрелостни изпити или завършено средно образование.

1.1.2. За придобиване на четвърта степен на професионална квалификация – завършено средно образование.

1.2. Здравословното състояние на кандидата се удостоверява с медицински документ, доказващ, че професията, по която желае да се обучава, не му е противопоказна.

2. Описание на професията

2.1. Трета степен на професионална квалификация по професията „Помощник-треньор по вид спорт“

Професията „Помощник-треньор по вид спорт“ с трета степен на професионална квалификация е насочена към лица, които желаят да се реализират в областта на спортната подготовка. Дейността е насочена към подпомагане работата на треньорите, главните и старши треньори в процеса на първоначална селекция и началната спортна подготовка на спортистите в индивидуални и колективни спортове. Помощник-треньорът осъществява своята дейност задължително под ръководството на треньор (вкл. главен и старши треньор) и участва активно в провеждането на тренировъчните занимания. Той съдейства за реализирането на задачи, свързани с различните видове подготовка на трениращите, като същевременно допринася и за изграждането на спортна култура и възпитава дисциплина.

Съгласно Наредба № 1 от 4 февруари 2019 г. за треньорските кадри (Обн. ДВ. бр.13 2019г.) помощник-треньорът, притежаващ трета степен на професионална квалификация, има право да упражнява дейност в подкрепа на треньорския състав. Това предполага наличие на практически умения, задълбочени знания в рамките на спецификата на вида спорт и способност за изпълнение на задачи с ограничена самостоятелност и отговорност.

Помощник-треньорът се включва в подготовката и реализирането на тренировъчния процес, като подпомага планирането, контрола на тренировъчния процес, подпомага провеждането на отделни части на тренировката, демонстрира упражнения или различни елементи от техниката, следи за безопасното и правилното им изпълнение и съдейства при анализ на спортните резултати. Той работи с трениращите както индивидуално, така и в група/колективно, като се съобразява с техните възрастови характеристики, двигателни способности и психически качества, под контрола на треньор. Дейността му включва и участие в организирането на състезания, лагери и други спортни прояви, като той подпомага дейностите, следи за дисциплината и повишава мотивацията на участниците.

Професионалният профил на помощник-треньора изисква познания по теория и методика на спортната подготовка, възрастова и спортна психология, педагогика, основи на анатомията, биохимията, физиологията и хигиената. Той трябва да проявява умения за работа в екип, комуникация и педагогическо въздействие върху трениращите. Организационната му роля е подчинена на общата стратегия на треньора, но включва изпълнение на конкретни задачи с определена степен на самостоятелност.

Професията предоставя добра възможност за начална реализация в сферата на спортната подготовка и е предпоставка за бъдещо развитие в системата на спорта.

2.2. Четвърта степен на професионална квалификация по професията „Помощник-треньор по вид спорт“

Помощник-треньорът с четвърта степен на професионална квалификация изпълнява ключови функции в тренировъчния процес под ръководството на треньор (вкл. главен и старши треньор), като съчетава специализирани знания и практически умения в конкретен вид спорт, в кондиционната подготовка и адаптираната физическа активност и спорт. Той познава актуалните проблеми и тенденции в конкретния вид спорт и участва в планирането на тренировъчния процес (макро-, мезо- и микроструктура) под ръководството на треньора. Организира и извършва подбор и начална селекция на деца и юноши.

Участва в контрола и оценката на тренираността на спортистите и трениращите с различно ниво на подготовка. Контролира изпълнението на индивидуалните тренировъчни програми на спортистите по указание на треньора. Оптимизира компонентите на натоварването, което е съобразено с възрастовите, половите особености и спортния календар, в рамките на правомощията, които са му дадени.

Анализира и изготвя анализи на тренировъчната дейност на/от проведени състезания.

Участва в процеса по организация и управление на спортни събития. Познава техническите, логистичните, организационните, административните, маркетинговите и финансовите изисквания на националната и/или международната спортна федерация. Запознат е с разходването на финансови ресурси за спортно събитие. Притежава умения за разработване на спонсорски оферти. Осигурява доброволци (човешки ресурс), медицинско обслужване, сигурност и материално-техническо обезпечение при провеждането на спортното събитие. Координира дейности по връзки с обществеността (PR) и церемониите по откриване, провеждане, награждаване и закриване на събитието.

Помощник-треньорът притежава задълбочени знания, умения и компетенции по теория и методика на спортната тренировка, биомеханика, физиология, спортна медицина, основи на кондиционната подготовка и особености на спорта при хора с увреждания (Адаптирана физическа активност и спорт – АФАС). Помощник-треньорът с четвърта степен на професионална квалификация е запознат с нормативните актове в сферата на спортната подготовка и организационните изисквания. Умее да прилага методики в тренировъчния процес, да адаптира дейностите спрямо възрастта, пола и възможностите на трениращите/спортуващите, да анализира резултати и да работи с треньорския екип и спортистите. Притежава компетентности за самостоятелно изпълнение на задачи в предвидими ситуации, упражняване на контрол върху определени дейности и екипи, както и участие в устойчивото развитие на спортната дейност и приобщаването чрез спорт.

3. Единични резултати от ученето (ЕРУ) за придобиване на трета и четвърта степен на професионална квалификация по професията

Степен на професионална квалификация	Ниво по НКР/ЕКР	Номер на ЕРУ и вид професионална подготовка (ПП)																
		ЕРУ 1	ЕРУ 2	ЕРУ 3	ЕРУ 4	ЕРУ 5	ЕРУ 6	ЕРУ 7	ЕРУ 8	ЕРУ 9	ЕРУ 10	ЕРУ 11	ЕРУ 12	ЕРУ 13	ЕРУ 14	ЕРУ 15	ЕРУ 16	ЕРУ 17
		Обща ПП			Отраслова ПП		Специфична ПП											
III	4	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x						
IV	5	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x

3.1. Списък на единиците резултати от ученето по видове професионална подготовка

ЕРУ по обща професионална подготовка – единна за всички професионални направления от Списъка на професиите за професионално образование и обучение

ЕРУ 1. Здравословни и безопасни условия на труд и опазване на околната среда

ЕРУ 2. Икономика и предприемачество

ЕРУ по отраслова професионална подготовка – единна за професиите от професионално направление „Спорт“

ЕРУ 3. Комуникация в професионална спортна среда

ЕРУ 4. Медико-биологични основи на спорта

ЕРУ 5. Спорт

ЕРУ по специфична професионална подготовка по професията

ЕРУ 6. Същност и функции на съвременния спорт. Система на спортна подготовка

ЕРУ 7. Натоварване. Умора. Възстановяване. Тренираност и спортна форма

ЕРУ 8. Средства, методи и принципи на спортната тренировка като педагогически процес

ЕРУ 9. Характеристика и основни методи за развиване на двигателните качества

ЕРУ 10. Периодизация на спортната тренировка

ЕРУ 11. Видове спортна подготовка

ЕРУ 12. Управление на детско-юношеския спорт. Организация и управление на спортни събития

ЕРУ 13. Спонсорство и връзки с обществеността

ЕРУ 14. Тренировката като адаптационен процес. Тренираност и спортна форма

ЕРУ 15. Кондиционна подготовка

ЕРУ 16. Контрол на спортната подготовка

ЕРУ 17. Адаптирана физическа активност и спорт

3.2. Описание на единиците резултати от ученето за професията „Помощник-треньор по вид спорт“

3.2.1. Обща професионална подготовка по професията

ЕРУ 1	Здравословни и безопасни условия на труд и опазване на околната среда
Резултат от учене 1.1	Спазва хигиенните норми и здравословните и безопасни условия на труд (ЗБУТ) на работното място
Знания	• Познава основните нормативни актове за здравословни и безопасни условия на труд • Обяснява възможните професионални и здравни рискове на работното място и причините за тяхното възникване • Разяснява основните правила при оказването на първа помощ при трудови злополуки • Изброява основните видове лични предпазни средства и техните функции • Познава видовете защитни приспособления и средства за сигнализация и маркировка за осигуряване на ЗБУТ • Изброява правилата за работа при аварии и аварийни ситуации
Умения	• Прилага мерки за безопасност на работното място

	• Спазва хигиенните норми на работното място • Прилага инструкции за безопасна работа • Реагира правилно при аварийни ситуации
Компетентности	• Спазва стриктно мерките за безопасност при изпълнение на различните трудови дейности
Резултат от учене 1.2	Осъществява превантивна дейност за опазване на околната среда
Знания	• Познава нормативни актове, свързани с опазването на околната среда, и ЗБУТ • Познава трудовоправните норми, свързани със ЗБУТ • Разяснява общите изисквания за осигуряване на ЗБУТ съобразно спецификата на провежданата дейност и изискванията на техническото, технологичното и социалното развитие с цел защита на живота, здравето и работоспособността на работещите
Умения	• Търси информация за устойчиви практики, приложими в конкретната професионална дейност • Изпълнява дейности по събиране и съхраняване на опасни продукти, излезли от употреба уреди и консумативи съобразно правилата за рециклиране • Използва технологии и материали, щадящи околната среда • Спазва практики за пестене на вода, енергия и други ресурси на работното място
Компетентности	• Правилно обработва отпадъците на работното място съобразно изискванията за сортиране • Вярно и точно разпознава замърсяващи фактори на работното място и съдейства за ограничаване на въздействието им • Способен е стриктно да следва утвърдените правила и изисквания за опазване на околната среда
Критерии за оценяване на ЕРУ	Част по теория на професията: • Владее теоретични знания за: – хигиенните норми – здравословните и безопасни условия на труд на работното място – овладяването на аварийни ситуации и оказването на първа помощ – превантивната дейност за опазване на околната среда Част по практика на професията: • Избира своевременно най-адекватния тип поведение при зададената рискова ситуация • Вярно и точно определя необходимите действия за оказване на първа помощ
Средства за оценяване	Част по теория на професията: • Писмен изпит Част по практика на професията:

	Изпълнение на практическа задача по индивидуално задание по практика
ЕРУ 2	Икономика и предприемачество
Резултат от учене 2.1	Познава основите на пазарната икономика
Знания	- Познава основни икономически понятия – търсене, предлагане, пазар, конкуренция, цена - Познава ролята на държавата в икономиката – данъци, бюджет, регулации - Обяснява дейността на организацията в контекста на основни икономически принципи и понятия - Разяснява основни понятия във финансите – приходи, разходи, печалба, инвестиции - Разбира значението на социалната и екологичната отговорност при ръководене на бизнес
Умения	- Използва основни икономически понятия като търсене, предлагане, пазар, конкуренция и цена при изпълнение на професионалните си задачи - Отчита значението на основните финансови показатели като приходи, разходи, печалба и инвестиции
Компетентности	Прилага правилата и изискванията, свързани с ролята на държавата в икономиката, включително данъци, бюджет и регулации, в рамките на работната среда и своите професионални ангажименти
Резултат от учене 2.2	Познава основите на предприемачеството
Знания	- Познава същността и ролята на предприемачеството в икономиката - Изрежда основните стъпки при стартиране на бизнес, включително генериране на идея, пазарно проучване, изготвяне на бизнес план - Изброява видовете фирми и организационно-правни форми на стопанска дейност
Умения	- Разграничава видовете фирми и организационно-правните форми на стопанска дейност - Прилага знания за предприемачеството в работната си среда
Компетентности	- Идентифицира успешни практически примери за управление на бизнес начинания - Предлага решения за подобряване на дейността в съответствие с технологичните и организационните изисквания - При необходимост представя идеи и предложения пред клиенти, инвеститори или партньори, като аргументира решенията си
Критерии за оценяване на ЕРУ	Част по теория на професията: - Владее основните теоретични знания и понятия в областта на икономиката - Владее основните теоретични постановки в областта на

	предприемачеството Част по практика на професията: - Вярно, точно и мотивирано определя действията за разрешаване на описания проблем в зададения казус - Участва в разработването на бизнес план на фирмата според изискванията на предварително дефинираното задание
Средства за оценяване	Част по теория на професията: - Писмен изпит Част по практика на професията: - Изпълнение на практическа задача по индивидуално задание по практика

3.2.2. Отраслова професионална подготовка по професията

ЕРУ 3	Комуникация в професионална спортна среда
Резултат от учене 3.1	Общува пълноценно в професионална работна среда
Знания	- Познава основните принципи и видове комуникация (вербална, невербална) - Разграничава отделните длъжностни лица в работна среда, ролята им и техните взаимоотношения - Познава етикета за водене на писмена (мейл) комуникация
Умения	- Отчита необходимостта от активно слушане и съгласуване на действия спрямо всички участници в работния екип - Осъществява писмена (мейл) комуникация с лица във и извън спортната структура (федерация, асоциация, клуб)
Компетентности	- Прилага ефективна, адаптирана към участниците, комуникация в условията на професионална среда - Демонстрира етичност и добър самоконтрол при комуникация с всички лица от работния екип
Резултат от учене 3.2	Познава значението и функциите на професията и свързаните с нея лица
Знания	- Познава структурата, функциите и взаимодействието между членовете на спортния екип - Разбира основните отговорности и задачи на специалистите, подпомагащи спортно-тренировъчния процес - Познава принципите на ефективната комуникация и сътрудничество в спортна (професионална) среда - Обяснява значението на екипната работа за постигане на спортни цели
Умения	- Комуникира ясно и уважително с всички останали членове на екипа - Следва указанията на висшестоящите и изпълнява възложените задачи отговорно и точно - Предава навременно и коректно наблюденията си за състоянието

	и напредъка на състезателите Участва активно в планиране, подготовка и провеждане на тренировъчни и състезателни дейности съвместно с екипа
Компетентности	Работи ефективно в екип, като зачита мнението и ролята на всеки специалист и ясно осъзнава границите на собствените си отговорности
Резултат от учене 3.3	Води етична комуникация в различни ситуации
Знания	- Познава педагогически подходи в комуникация с деца и юноши - Разграничава основни техники за даване на обратна връзка (конструктивна, критика, похвала) - Познава етичните норми за комуникация с родителите - Познава педагогически подходи при изграждане на доверие и авторитет - Разграничава ролята и значението на комуникацията в отборната и индивидуалната подготовка
Умения	- Осъществява вербална комуникация в различни ситуации – в тренировката, в състезанието, при конфликти - Използва обратната връзка като инструмент за развитие и мотивация на спортистите (деца и юноши) - Използва различни техники за обратна връзка спрямо конкретната комуникационна ситуация
Компетентности	- Поддържа позитивен, уважителен и мотивиращ стил на общуване в различни комуникационни ситуации - Предотвратява или управлява конфликти чрез конструктивен диалог и разбиране на гледни точки
Резултат от учене 3.4	Използва чужд език в комуникацията в професионална спортна среда
Знания	- Познава основна терминология на чужд език, свързана със спорта, тренировъчния процес, състезателната дейност и възстановяването - Познава основни езикови конструкции и изрази за общуване в професионална спортна среда - Познава източници за търсене и използване на информация на чужд език
Умения	- Разбира и използва на работно ниво чужд език за устна и писмена комуникация със спортисти, треньори, съдии и организатори - Дава кратки инструкции и указания на чужд език в тренировъчни и състезателни условия - Използва подходяща чуждоезикова терминология за реализираната от него дейност - Комуникира на чужд език в ситуации, свързани с пътувания, лагери, международни състезания
Компетентности	Използва чужд език за ефективна комуникация в професионална спортна среда

	Прилага чуждоезикови знания и умения за подпомагане на тренировъчния процес и спортната дейност
Критерии за оценяване на ЕРУ	Част по теория на професията: - Владее основните теоретични знания, свързани с комуникацията, включително педагогически подходи в общуването с деца - Владее теоретичните постановки за осъществяване на обратна връзка, както и подходите за изграждане на доверие Част по практика на професията: - Участва в реализирането на писмена (мейл) комуникация със субекти от вътрешната и външната среда
Средства за оценяване	Част по теория на професията: - Писмен изпит Част по практика на професията: - Изпълнение на практическа задача по индивидуално задание по практика
ЕРУ 4	Медико-биологични основи на спорта
Резултат от учене 4.1	Познава основите на анатомията, физиологията и биохимията
Знания	- Познава устройството и функционирането на двигателния апарат - Познава устройството и функционирането на вътрешните органи и системи - Описва жлезите с вътрешна секреция - Познава състава и функциите на нервната система
Умения	- Обяснява строежа и функциите на човешкото тяло - Разбира влиянието на физическото натоварване върху промените във функционирането на отделните органи и системи - Обяснява динамичните и трайните промени в човешкия организъм в резултат на спортната тренировка - Разбира отделните физиологични състояния - Разбира и обяснява механизмите на енергоосигуряване
Компетентности	- Анализира и сравнява промените в човешкия организъм вследствие на физическото натоварване - Контролира изпълнението на тренировъчни занимания, като познава и отчита промените в човешкия организъм и проследява въздействието на физическите упражнения
Резултат от учене 4.2	Познава ролята на биомеханиката и биомеханичния анализ в спорта
Знания	- Познава кинематичните и динамичните характеристики на движенията на човека - Описва общия център на тежестта и особеностите на равновесието при човека - Познава биомеханичната структура на движенията на човека - Разбира биомеханичния анализ
Умения	Използва знанията за кинематичните и динамичните

	характеристики на движенията при формирането на техника • Умее да определя общия център на тежестта на тялото при различни движения и пози • Прави биомеханичен анализ на движенията на човека
Компетентности	• Прилага кинематичните методи за биомеханичен анализ за оценка ефективността на изпълнение на техниката • Анализира резултатите от динамични методи за биомеханичен анализ на движенията
Резултат от учене 4.3	Познава основите на спортната медицина и психология
Знания	• Познава връзката между физическата активност, фитнеса и здравето и здравословния начин на живот • Изброява и познава основните хранителни вещества • Познава състава на телесната маса • Познава спортно-медицинските проблеми на спортуващи деца, на подрастващи и на момичета • Познава забранените вещества и методи съгласно актуалния списък на Световната антидопингова агенция (World Anti-Doping Agency - WADA) • Познава процедурите за допинг контрол и правата и задълженията на спортистите при тях • Разбира връзката между етичните ценности на Олимпизма и антидопинговите правила • Познава теоретичните основи и физиологичните характеристики на въздействие на спортния масаж • Познава психологическата характеристика на спортната дейност • Познава психологическите основи на двигателното обучение • Познава различните психични състояния
Умения	• Прилага принципите на здравословното хранене • Използва методи за контрол на телесното тегло • Съобразява изискванията за превенция на спортния травматизъм при реализиране на тренировъчни занимания • Прилага правилата за антидопинг контрол в професионалната практика • Разпознава ситуации, свързани с риск от употреба на забранени вещества или методи, и информира компетентните органи • Умее да класифицира видовете спортен масаж • Съобразява тренировъчния и състезателния процес с характеристиките на личността на спортиста • Използва различни подходи за регулиране на предстартовите състояния
Компетентности	• Умее да оказва първа помощ при различни травми • Разработва дневен режим за отбор или отделен състезател • Носи отговорност за спазването на принципите на „чистия“ спорт и олимпийските ценности в професионална среда • Реализира някои масажни техники

	Разработва план за психическа подготовка
Критерии за оценяване на ЕРУ	Част по теория на професията: - Владее основните теоретични знания от областта на анатомия, физиология, биохимия, биомеханика, спортна медицина, психология, антидопинг контрола и олимпийските принципи - Владее знания, позволяващи регулиране на физическото натоварване в тренировъчни занимания, прилагане на основни методи за биомеханичен анализ, контролиране на различни психологически състояния Част по практика на професията: - Участва в подбора на тренировъчни методи и средства, съобразени с анатомичните, физиологичните, биохимичните и психологическите особености на възрастовото развитие - Съдейства за създаване на етична професионална среда, основана на олимпийските ценности
Средства за оценяване	Част по теория на професията: - Писмен изпит Част по практика на професията: - Изпълнение на практическа задача по индивидуално задание по практика
ЕРУ 5	Спорт
Резултат от учене 5.1	Познава ролята и значението на спорта в съвременното общество
Знания	- Познава социалната, здравната и образователната функция на спорта - Разбира влиянието на спорта върху физическото, психическото и емоционалното развитие на човека - Разграничава ползите на спорта върху личностното развитие, дисциплина, работа в екип и интеграция - Познава историческото и културното значение на спорта в обществото
Умения	- Обяснява на достъпен език ползите от системни спортни активности - Свързва конкретни спортни дейности с развитието на определени качества (например издръжливост, отговорност, сътрудничество) - Насърчава участниците в тренировките да възприемат спорта като ценност и средство за физическо развитие
Компетентности	- Демонстрира положително отношение към спорта като средство за здравословен и активен начин на живот - Подкрепя включването на всички участници (без значение от пол, възраст, способности) в спортната дейност
Резултат от учене 5.2	Разбира социалната и възпитателната функция на спорта при работа с деца и юноши
Знания	Познава ролята на спорта като средство за социализация и

	интеграция на децата и младежите • Познава основните принципи на възпитателната дейност чрез спорт (дисциплина, отговорност, екипност, самоконтрол) • Разбира как спортът подпомага развитието на социални умения – комуникация, сътрудничество, уважение към правилата • Познава възрастовите особености в психосоциалното развитие на децата и юношите • Разбира как чрез спорт могат да се изграждат ценности като толерантност, честност, уважение и справедливост
Умения	• Избира спортни дейности с възпитателен потенциал, съобразени с възрастта и интересите на децата • Насърчава позитивни поведения чрез спорт (сътрудничество, уважение, упоритост) • Разпознава проблемно поведение и реагира по подходящ възпитателен начин (например чрез групова работа, личен разговор) • Прилага педагогически подходи за създаване на приобщаваща и подкрепяща среда • Създава условия за включване на деца с различни възможности и социален произход
Компетентности	• Демонстрира отговорност за създаване на позитивна, възпитателна атмосфера по време на тренировки • Съдейства за социалната адаптация на децата чрез включването им в спортна общност • Работи в екип със спортни специалисти за цялостната подкрепа и развитие на потенциала на подрастващите в спорта
Резултат от учене 5.3	Познава организацията на спортната дейност в детско-юношеския спорт
Знания	• Познава Националната система за физическо възпитание и спорт • Изброява основни организации, свързани със спорта – спортни клубове, училища, федерации • Познава документи, свързани с организацията на спортната дейност • Познава общата организация на спортната дейност в различни равнища – за деца, за младежи и за високи постижения
Умения	• Използва основни понятия, свързани с организацията на спортната дейност • Описва ролята на детско-юношеския спорт за подготовката на елитни състезатели • Посочва основни условия, подпомагащи развитието на децата и младежите в спорта • Различава основни видове спортни организации
Компетентности	• Прилага правила и инструкции при организиране на спортна дейност в подсистемата на детско-юношеския спорт

Резултат от учене 5.4	Разпознава основните принципи на физическата активност и нейното въздействие върху здравето
Знания	• Познава основните принципи на физическата активност – честота, интензивност, продължителност, вид натоварване • Изброява основните ефекти на физическата активност върху човешкия организъм – подобряване на сърдечносъдовата функция, дишането, мускулната сила, гъвкавостта и телесния състав • Познава значението на физическата активност за психическото здраве – намаляване на стреса, тревожност, депресивни състояния, подобряване на съня • Познава възрастовите и индивидуалните особености при прилагане на физическа активност (при деца и юноши)
Умения	• Подбира подходяща физическа активност и натоварване съобразно възрастта и здравословното състояние на участниците • Разпознава признаци на претоварване или неадекватно физическо усилие от страна на състезателите • Откроява основни препоръки за здравословен и активен начин на живот
Компетентности	• Подпомага създаването на програма за физическа подготовка, съобразена с индивидуалните нужди на състезателите, в екип със спортни специалисти • Демонстрира отговорност при организиране на тренировъчен процес, насочен към подобряване на здравето
Критерии за оценяване на ЕРУ	Част по теория на професията: • Владее теоретични знания за: – значението, основните принципи и ефектите от физическата активност – основните принципи на възпитателната дейност чрез спорт (дисциплина, отговорност, екипност, самоконтрол) – възрастовите особености в психосоциалното развитие на децата и юношите Част по практика на професията: • Обяснява и посочва примери за социалната и интеграционната роля на спорта • Описва и обяснява четирите основни параметъра на физическата активност, посочва примери за тяхното прилагане в тренировъчна среда • Изброява и обяснява основните физиологични ефекти от редовна физическа активност
Средства за оценяване	Част по теория на професията: • Писмен изпит Част по практика на професията: • Изпълнение на практическа задача по индивидуално задание по

	практика
--	----------

3.2.3. Специфична професионална подготовка по професията

ЕРУ 6	Същност и функции на съвременния спорт. Система на спортна подготовка
Резултат от учене 6.1	Познава същността и функциите на съвременния спорт
Знания	- Разбира същността и социалните функции на спорта в съвременното общество - Познава предметните области на спорта - Дефинира и характеризира спорта за високи постижения - Разбира понятието „спортно постижение“, етапите и факторите за неговото развитие
Умения	- Обяснява ролята на спорта в съвременното общество и неговото значение за личностното и социалното развитие на човека - Разпознава и различава основните функции на спорта - Разграничава подходите за изясняване на същността на спорта в съвременното общество - Групира видовете спорт в зависимост от средствата и формите за водене на спортна борба - Тълкува значението на понятието „спортно постижение“ и разбира факторите, които определят логистичното му развитие - Оценява влиянието на основните фактори върху спортното постижение
Компетентности	- Прилага знания за същността и функциите на спорта при изпълнение на тренировъчна дейност - Отчита социалното значение на спорта и неговото въздействие върху личностното развитие - Разпознава и използва основни термини, класификации и фактори, свързани със спорта за високи постижения - Анализира влиянието на различни фактори върху спортното постижение - Съдейства при планиране и организиране на тренировъчна дейност, като прилага разбиране за закономерностите и тенденциите в развитието на спортните постижения
Резултат от учене 6.2	Познава основните структури и подструктури на системата на спортна подготовка
Знания	- Разбира същността на системно-структурния подход - Познава генотипните (наследствени) фактори - Познава фенотипните (придобити) фактори - Познава материално-техническите фактори - Познава управленските фактори
Умения	Разграничава факторите, влияещи върху спортното развитие

	(генотипни и фенотипни) • Описва ролята на материално-техническите условия и значението им за спортната подготовка • Познава и обяснява значението на управленските фактори за организирането и провеждането на тренировъчния процес • Разпознава връзките между отделните елементи (биологичните, социалните и организационните) на спортната система • Свързва отделни структурни фактори с практическите им проявления в тренировъчната дейност
Компетентности	• Прилага знания за факторите в системата на спортната подготовка за ефективното провеждане на тренировъчния процес • Работи под контрол на треньора, като отчита анатомо-морфологичните характеристики и двигателните способности на спортистите и условията за подготовка • Участва в поддържане на необходимата материално-техническа база, като разбира значението ѝ за качеството на подготовката • Съдейства при организирането на тренировъчния процес, като отчита управленските изисквания и условията за провеждане на спортната подготовка
Резултат от учене 6.3	Познава Олимпизма и Олимпийското движение
Знания	• Познава принципите на честната игра • Овладева знания за създаването и историята на Олимпийското движение • Познава принципите на Олимпийското движение • Притежава знания за олимпийската слава на България • Притежава знания за дейността на Световната антидопингова агенция (World Anti-Doping Agency – WADA)
Умения	• Обяснява основните принципи на Олимпизма и Олимпийското движение • Описва и разграничава понятията „честна игра“, „антидопинг“ и „олимпийски ценности“ • Разпознава и прилага принципите на честната игра в спортната подготовка и в състезанията • Представя ключови моменти от създаването и развитието на Олимпийското движение • Оценява значението на олимпийската слава на България за националната гордост и мотивацията на младите спортисти
Компетентности	• Прилага етичните принципи на Олимпизма и честната игра в изпълнение на дейности в тренировъчния процес • Работи под ръководството/контрола на треньора, като съдейства за формиране на спортменско поведение у трениращите • Съдейства за популяризиране на олимпийските ценности и традиции, включително чрез познаване на олимпийските

	успехи на България Участва в дейности, насочени към предотвратяване на недопустими практики, като прилага знания за принципите на Световната антидопингова агенция (World Anti-Doping Agency – WADA) и антидопинговата политика
Резултат от учене 6.4	Познава характеристиките и видовете адаптирана физическа активност (АФА)
Знания	- Познава съдържанието, целта, задачите, принципите и функциите на АФА - Познава основни понятия от АФА - Познава и изброява видовете АФА - Познава значението на спорта като средство за социална адаптация и интеграция
Умения	- Прилага основни принципи на АФА при организирането на двигателна дейност - Различава видовете АФА според целевата група и поставените цели - Познава значението на АФА като средство за рехабилитация, социална адаптация и интеграция - Подбира подходящи упражнения и дейности в съответствие с видовете АФА
Компетентности	- Участва под контрол на треньор в занимания по адаптирана физическа активност - Познава специализирани термини и понятия от областта на АФА - Демонстрира ангажираност към принципите на приобщаване и равнопоставеност в спорта - Осъзнава социалното въздействие на АФА и допринася за позитивна и подкрепяща среда
Резултат от учене 6.5	Познава видовете увреждания и международните спортни движения
Знания	- Познава основните видове увреждания (физически, интелектуални, сензорни) - Познава принципите за класификация на уврежданията - Познава Паралимпийското движение и движението „Спешъл Олимпикс” (зимни и летни спортове)
Умения	- Различава основните видове увреждания - Описва характеристиките на Паралимпийското движение и движението „Спешъл Олимпикс” - Изброява зимни и летни адаптирани спортове - Избира подходящи двигателни дейности съобразно вида и спецификата на увреждането
Компетентности	- Помага при адаптирането на двигателната активност спрямо вида увреждане и възможностите на участващите - Проявява уважение и спазва етични правила при работата с хора

	- с увреждания - Участва в подготовката и провеждането на спортни дейности и инициативи за хора с увреждания - Подкрепя равнопоставеност и приобщаване
Резултат от учене 6.6	Познава съвременните информационни и технологични средства за управление на тренировъчния процес
Знания	- Познава съвременни информационни и технологични средства, използвани в спортната практика, като приложения за анализ на тренировки, мониторинг на физическо състояние и др. - Разбира функциите и възможностите на офис пакети за текстообработка, електронни таблици, презентации, за изготвяне на документи, отчети и планове - Познава специализирани информационни и технологични средства за анализ на движенията, на сърдечната честота, на възстановителните реакции - Разбира основите на графичната обработка и видеообработката, необходими за визуализиране на упражнения, демонстрации и обратна връзка със спортистите - Има знания за облачни технологии и тяхното приложение при съхранение, споделяне и съвместна работа с данни
Умения	- Използва офис и специализиран софтуер и хардуер за създаване, обработка и представяне на професионална информация - Работи със специализирани приложения за планиране на тренировки, оценка на натоварването и анализ на резултатите - Създава и поддържа електронни регистри и бази данни за спортисти и за тренировъчен процес - Обработва и анализира цифрови данни за физическа активност, физиологични показатели и възстановяване - Използва програми за мултимедийно представяне (PowerPoint, Canva, Prezi и др.) за обучение, консултиране и представяне на резултати
Компетентности	- Използва ефективно съвременни дигитални продукти за подпомагане, организиране и подобряване на тренировъчния и възстановителния процес - Избира подходящи програми и приложения, съобразени със специфичните цели на тренировката или на състезателите - Демонстрира дигитална грамотност и адаптивност към нови технологии и платформи - Работи съвместно в дигитална среда, използвайки софтуер за координация, анализ и комуникация - Поддържа и усъвършенства своите дигитални умения, като следи развитието на технологиите и приложението им в спорта
Критерии за оценяване на ЕРУ	Част по теория на професията: Познава и обяснява същността, функциите и предметните области на спорта

	• Описва основните фактори на системата на спортна подготовка (биологични, организационни, технически) • Разграничава и прилага принципите на Олимпизма, честната игра и антидопинговите норми • Тълкува значението на спортното постижение и свързаните с него етапи и фактори • Оценява ролята на българските олимпийски успехи за спортната култура и мотивацията на младите спортисти • Описва характеристиките, принципите и функциите на АФА • Назовава основните видове увреждания и тяхната класификация • Разграничава и сравнява международните движения – Паралимпийско движение и движение „Спешъл Олимпикс“ • Владее основните теоретични знания, свързани с информационните и комуникационните технологии в професионалната си сфера • Владее теоретичните постановки за осъществяване анализ и интерпретация на данни в конкретната професионална сфера Част по практика на професията: • Прилага знания за същността и структурата на спортната подготовка при изпълнение на тренировъчна дейност • Работи под ръководството/контрола на треньор, като отчита индивидуалните характеристики (физически, двигателни, психически) на спортистите • Съдейства за поддържане на материално-техническата база и организиране на тренировъчния процес • Прилага принципите на честната игра и спортната етика в практически ситуации/тренировъчния процес • Участва в дейности, свързани с формиране на спортсменско поведение и популяризиране на олимпийски ценности • Прилага принципите и задачите на АФА при организиране и реализиране на двигателни дейности, съобразени с вида увреждане • Участва в подготовката и провеждането на спортни занимания за хора с увреждания • Участва в анализ и интерпретиране на данни, добити чрез конкретен софтуерен или хардуерен продукт
Средства за оценяване	Част по теория на професията: • Писмен изпит Част по практика на професията: • Изпълнение на практическа задача по индивидуално задание по практика
ЕРУ 7	Натоварване. Умора. Възстановяване. Тренираност и спортна форма
Резултат от учене 7.1	Познава същността на тренировъчното натоварване
Знания	• Дефинира понятието „тренировъчно натоварване“

	• Познава основните адаптационни теории • Дефинира понятието „суперкомпенсация“ • Изброява и познава видовете ефекти от натоварването • Познава и дефинира основните компоненти на тренировъчното натоварване • Познава и изброява видовете натоварване • Познава същността на оптималното натоварване
Умения	• Дефинира понятието „тенировъчно натоварване“ и обяснява основните му характеристики • Обяснява термините „суперкомпенсация“ и „адаптация“ в контекста на натоварването • Изброява и описва основните компоненти на тренировъчното натоварване • Разграничава различните видове натоварване • Описва основните ефекти от натоварването • Разпознава приложението на основни адаптационни теории
Компетентности	• Подпомага треньора при прилагането и контрола на тренировъчното натоварване спрямо възможностите на трениращите • Изпълнява указания, свързани с регулиране на обема и интензивността на натоварването в тренировъчните занимания • Наблюдава и съобщава за признаци на пренатоварване или на неефективност като резултат от приложеното натоварване • Демонстрира отговорност и разбиране за важноста на правилното прилагане на натоварването и предотвратяването на умора и претренираност
Резултат от учене 7.2	Дефинира понятията „умора“ и „възстановяване“
Знания	• Дефинира понятието „умора“ • Познава и различава видовете умора в спортната дейност • Познава процеса на възстановяване като функция на умората • Познава и различава видовете възстановяване
Умения	• Дефинира и обяснява понятието „умора“ в контекста на спортната/тенировъчната дейност • Различава видовете умора и свързва техните признаци със състоянието на трениращия • Обяснява процеса на възстановяване като функция на умората • Изброява и характеризира основните видове възстановяване • Забелязва необходимостта от възстановяване в конкретни тренировъчни ситуации • Участва в изпълнението на основни възстановителни дейности по указания/под контрола на треньора
Компетентности	• Наблюдава и информира треньора при настъпили признаци на умора у трениращите • Съдейства за организиране и изпълнение на основни възстановителни дейности в тренировъчния процес

	• Разбира значението на възстановяването за постигане на тренираност и спортна форма и за безопасността на трениращия • Спазва указания и установен режим, свързани с осигуряване на ефективно възстановяване след натоварване • Демонстрира отговорност и дисциплина при прилагането на мерки за превенция от претренираност чрез адекватно възстановяване
Резултат от учене 7.3	Дефинира понятията „тренираност“ и „спортна форма“
Знания	• Познава динамиката на градивните процеси в организма на спортиста • Дефинира понятието „спортна форма“ • Познава видовете динамика на спортната форма
Умения	• Разграничава понятията „тренираност“ и „спортна форма“ • Описва критериите на спортната форма • Описва динамиката на спортната форма
Компетентности	• Наблюдава и помага при оценяването на спортната форма (под контрола на треньор) • Прилага зададени критерии за оценка на състоянието на тренираност и спортна форма на спортистите
Критерии за оценяване на ЕРУ	Част по теория на професията: • Изброява и обяснява компонентите на тренировъчното натоварване • Разглежда понятието „суперкомпенсация“ и го свързва с възстановяването и адаптацията • Разпознава видовете умора и възстановяване и тяхното значение в тренировъчния процес • Дефинира правилно понятията „тренираност“ и „спортна форма“ • Изброява и описва критериите и типовете динамика на спортната форма Част по практика на професията: • Наблюдава и разпознава реакции на организма, свързани с умора и възстановяване • Участва в изпълнението на възстановителни дейности по указания и под контрола на треньора • Подпомага треньора при регулиране на натоварването спрямо възможностите на трениращите • Следи и информира треньора при настъпили признаци на претренираност или настъпила умора • Демонстрира отговорно отношение и разбиране за значението на процеса на възстановяване • Разграничава и прилага зададени критерии при наблюдение и оценяване на състоянието на спортисти (под контрола на треньор) • Наблюдава и подпомага процеса на оценка на спортната форма,

	като спазва указанията на треньора
Средства за оценяване	Част по теория на професията: - Писмен изпит Част по практика на професията: - Изпълнение на практическа задача по индивидуално задание по практика
ЕРУ 8	Средства, методи и принципи на спортната тренировка като педагогически процес
Резултат от учене 8.1	Познава същността и класификацията на средствата на спортната тренировка
Знания	- Познава същността на физическите упражнения и обяснява понятието „спортна техника“ - Обяснява формата и съдържанието на физическото упражнение - Изяснява същността на основите на техниката, основното звено и детайлите на техниката - Познава основните закономерности при управление на движенията на човека - Изяснява същността на знанията, двигателното умение и двигателния навик
Умения	- Прилага в тренировката знания за форма, съдържание, основи на техниката, основно звено и детайли на техниката - В процеса на формиране на двигателен навик умее да определи основното звено на техниката - Разграничава трите етапа в процеса на обучение в движения
Компетентности	- Основава се на основното звено на техниката при формирането на двигателния навик и обучението в техника - Подбира и разработва физически упражнения съобразно етапа на формиране на двигателния навик
Резултат от учене 8.2	Познава методите на спортната тренировка
Знания	- Познава различни методи за организация на тренировъчния процес - Познава методите за обучение в двигателни действия - Познава методите за регулиране на физическото натоварване - Познава методи за развиване на двигателните качества
Умения	- Подбира коректно методи за организация съобразно наличната материална база и броя на участниците в тренировката - Владее различните словесни, нагледни и практически (двигателни) методи при обучението в техника - Разпознава и описва методите за физическо натоварване
Компетентности	- Умее да организира тренировъчно занимание посредством конкретни методи - Анализира и прилага цялостния и разчленения метод при обучението в техника

	• Подбира под наставничеството на треньор методите на спортната тренировка
Резултат от учене 8.3	Познава принципите на спортната тренировка
Знания	• Познава принципа „насоченост към максимални постижения” • Познава принципа „непрекъснатост на тренировъчния процес” • Познава принципа „адекватност и целесъобразност на тренировъчните въздействия“ • Познава принципа „единство на общата и специалната подготовка“ • Познава принципа „цикличност на тренировъчния процес“ • Познава принципа „единство на тренировъчния и на състезателния процес“
Умения	• Прилага в тренировъчната работа принципите на спортната тренировка • Осъществява връзката между основните принципи на спортната тренировка
Компетентности	• Адекватно анализира въздействието на отделните принципи на спортната тренировка
Критерии за оценяване на ЕРУ	Част по теория на професията: • Дефинира понятията: средства, методи и принципи на спортната тренировка • Изброява и характеризира основните методи на спортната тренировка • Описва особеностите на спортната техника • Познава същността на процеса на обучение в движения • Изброява и обяснява различните методи на спортната тренировка • Изброява и характеризира принципите на спортната тренировка Част по практика на професията: • Участва в подбора на тренировъчни упражнения, съобразени с етапа на процеса на формиране на двигателния навик • Разпознава и прилага под ръководство на треньор подходящи методи за физическо натоварване • Подпомага треньора при организацията на тренировъчните занимания • Наблюдава и определя въздействието на принципите на спортната тренировка
Средства за оценяване	Част по теория на професията: • Писмен изпит Част по практика на професията: • Изпълнение на практическа задача по индивидуално задание по практика
ЕРУ 9	Характеристика и основни методи за развиване на двигателните качества

Резултат от учене 9.1	Познава теорията и методиката на двигателното качество „сила“
Знания	• Дефинира понятието „мускулна сила“ • Назовава и различава основните видове мускулна сила • Назовава и различава основните видове мускулни усилия • Разпознава факторите на мускулната сила • Описва основните средства и методи на силова подготовка и приложението им в спорта • Дефинира основните принципи на работата за сила в годишния тренировъчен цикъл
Умения	• Различава методите за развиване на различните видове сила в спорта • Използва подходящи средства и методи на силова подготовка в конкретния спорт • Спазва последователността на развиването на отделните видове сила в конкретния спорт • Изготвя програми за силова подготовка в конкретния спорт
Компетентности	• Изготвя под контрола на треньор план-конспект за тренировъчно занимание по силова подготовка съобразно конкретните спортно-специфични цели
Резултат от учене 9.2	Познава теорията и методиката на двигателното качество „издръжливост“
Знания	• Дефинира понятието „издръжливост“ • Назовава и различава основните видове издръжливост • Разпознава факторите на издръжливостта • Изброява и аргументира основните зони на енергетично осигуряване • Описва основните средства и методи на развиване на аеробните възможности и приложението им в спорта • Описва основните средства и методи на развиване на анаеробните възможности и приложението им в спорта • Описва основните принципи на работата за издръжливост в годишния тренировъчен цикъл
Умения	• Различава методите за развиване на различните видове издръжливост в спорта • Използва подходящи средства и методи за развиване на издръжливостта в конкретния спорт • Спазва последователността на развиването на отделните видове издръжливост в конкретния спорт • Изготвя програми за развиване на издръжливостта в конкретния спорт
Компетентности	• Изготвя под контрола на треньор план-конспект за тренировъчно занимание за развиване на издръжливостта съобразно конкретните спортно-специфични цели

Резултат от учене 9.3	Познава теорията и методиката на двигателното качество „бързина“
Знания	• Дефинира понятието „бързина“ • Назовава и различава формите на проявление на бързината • Разпознава факторите на бързината • Назовава и различава основните средства и методи на развиване на бързината и приложението им в спорта • Описва основните принципи на работата за бързина в годишния тренировъчен цикъл
Умения	• Прилага методите за развиване на бързината • Използва подходящи средства и методи за развиване на бързината в конкретния спорт • Спазва последователността на развиването на отделните форми на бързината в конкретния спорт • Изготвя тренировъчни програми за развиване на спортно-специфичните проявления на бързината
Компетентности	• Изготвя под контрола на треньор план-конспект за тренировъчно занимание за развиване на бързината съобразно конкретните спортно-специфични цели
Резултат от учене 9.4	Познава теорията и методиката на двигателните качества „ловкост“ и „гъвкавост“
Знания	• Дефинира същността на ловкостта и гъвкавостта като двигателни качества на човека • Разпознава различните координационни способности • Разпознава факторите на ловкостта и гъвкавостта • Описва основните средства и методи на развиване на ловкостта и гъвкавостта, както и приложението им в спорта • Описва основните принципи на работата за ловкост и гъвкавост в цялостния тренировъчен процес
Умения	• Прилага методите за развиване на координационните способности • Използва подходящи средства и методи за развиване на ловкостта и гъвкавостта в конкретния спорт • Спазва последователността на развиването на отделните видове ловкост и гъвкавост в конкретния спорт • Изготвя програми за развиване на ловкостта и гъвкавостта в конкретния спорт
Компетентности	• Изготвя под контрола на треньор план-конспект за тренировъчно занимание, насочено към развиване на ловкостта или гъвкавостта, съобразно конкретните спортно-специфични цели
Критерии за оценяване на ЕРУ	Част по теория на професията: • Дефинира същността на двигателните качества на човека • Изброява и характеризира факторите на двигателните качества • Описва средствата и методите за развиване на двигателните

	качества - Описва основните принципи на работата за развиване на двигателните качества в годишния цикъл Част по практика на професията: - Участва в изпълнението на тренировъчни задачи, свързани с разработването на тренировки за развиване на отделните двигателни качества - Разпознава и прилага под ръководство на треньор подходящи занимания за развиване на двигателните качества - Подпомага треньора при организацията на тренировката за развиване на двигателните качества в съответствие със структурата на годишния план - Наблюдава и съобщава за несъответствия между планирани и реално изпълнявани задачи в тренировъчния процес
Средства за оценяване	Част по теория на професията: - Писмен изпит Част по практика на професията: - Изпълнение на практическа задача по индивидуално задание по практика
ЕРУ 10	Периодизация на спортната тренировка
Резултат от учене 10.1	Познава същността на периодизацията на спортната тренировка
Знания	- Дефинира понятието „периодизация на спортната тренировка“ - Разбира необходимостта от периодизацията на спортната тренировка - Познава концепциите/теориите за периодизацията на спортната тренировка - Изброява трите периода в годишния цикъл – подготвителен, състезателен и преходен - Изброява трите основни подструктури на периодизацията на спортната тренировка – макроструктура, мезоструктура, микроструктура
Умения	- Дефинира понятието „периодизация“ на спортната тренировка и обяснява нейното предназначение - Описва необходимостта от структуриране на тренировъчния процес по етапи с цел ефективна подготовка - Изброява и описва трите основни периода в годишния тренировъчен цикъл – подготвителен, състезателен и преходен - Разграничава макроструктурата, мезоструктурата и микроструктурата на тренировъчния процес - Разпознава основни характеристики на всяка фаза от периодизацията в реални условия (практическа ситуация) - Свързва знанията за периодизацията с целенасочено наблюдение и подпомагане на подготовката на трениращите в различните периоди
Компетентности	Участва в организацията на тренировъчния процес според

	конкретния етап от годишната подготовка под контрола на треньор • Подпомага треньора при изпълнението на задачи, характерни за различните периоди от годишната подготовка на спортистите • Разбира ролята на периодизацията за управление на спортната форма • Съдейства за прилагането на подходящи натоварвания и възстановителни средства и методи, съобразени с фазата на подготовка • Демонстрира отговорност и дисциплина при изпълнение на тренировъчни задачи в рамките на конкретен период от подготовката • Наблюдава тренировъчния процес и информира треньора при несъответствие с планираните задачи за съответния период
Резултат от учене 10.2	Познава макроструктурата на тренировъчния процес
Знания	• Познава особеностите на подготвителния период (продължителност, задачи, основни акценти на работата) • Познава особеностите на състезателния период (продължителност, задачи, етапи, основни акценти на работата) • Познава особеностите на преходния период (продължителност, задачи, основни акценти на работата) • Познава видовете структура на подготовка в едногодишния тренировъчен цикъл – едноциклична, двуциклична (варианти), трициклична
Умения	• Описва основните характеристики на подготвителния, състезателния и преходния период в годишния тренировъчен цикъл • Спазва основните задачи и приоритети на работа за всеки период • Разграничава продължителността и основните задачи за всеки период в зависимост от структурата на годишната подготовка • Изброява и обяснява формите на едногодишна подготовка – едноциклична, двуциклична и трициклична • Свързва теоретичните знания с конкретни примери от спортната практика (под ръководството на треньор)
Компетентности	• Участва в организацията и провеждането на тренировъчни занимания, съобразени със задачите на всеки период от годишната подготовка • Прилага и съдейства при изпълнението на конкретни задачи, характерни за подготвителния, състезателния и преходния период • Подпомага треньора при преминаването от един към друг период в годишната подготовка • Спазва последователността на задачите, характерни за избраната структура на периодизация (едноциклична, двуциклична или трициклична)

	Демонстрира разбиране и отговорно отношение към структурираното планиране на годишната подготовка
Резултат от учене 10.3	Познава мезоструктурата на тренировъчния процес
Знания	- Разбира същността на мезоциклите в тренировъчния процес - Познава продължителността на отделните мезоцикли - Изброява и познава видовете мезоцикли – вработващи, базови, стабилизиращи, предсъстезателни, състезателни, междинни, разтоварващи
Умения	- Обяснява понятието „мезоцикъл“ и неговото място в структурата на тренировъчния процес - Разграничава различните видове мезоцикли – вработващи, базови, стабилизиращи, предсъстезателни, състезателни, междинни, разтоварващи - Описва характерните задачи и цели на всеки вид мезоцикъл - Свързва знанията за мезоциклите с практиката – разпознава към какъв тип мезоцикъл принадлежи даден етап на подготовка - Подпомага изпълнението на тренировъчни задачи, съобразени с конкретния мезоцикъл (под ръководството на треньор)
Компетентности	- Участва в прилагането на тренировъчни задачи, характерни за различните видове мезоцикли - Разбира ролята на мезоциклите за плавното и последователно протичане на тренировъчния процес - Подпомага треньора при организацията на подготовката в рамките на конкретен мезоцикъл - Следи и съобщава на треньора при несъответствия между изпълняваните задачи и съдържанието на мезоцикъл - Спазва указания, свързани с натоварването, характерни за съответния вид мезоцикъл - Демонстрира отговорно отношение при участие в тренировъчния процес в рамките на различните мезоцикли
Резултат от учене 10.4	Познава микроструктурата на тренировъчния процес
Знания	- Дефинира понятието „тренировка“ като основна структурна единица на цялостния тренировъчен процес - Изброява и познава видовете тренировъчни занимания по признак „важност“ – основни и допълнителни - Изброява и познава видовете тренировъчни занимания по признак „величина на натоварването“ – голямо средно, малко - Изброява и познава видовете тренировъчни занимания по признак „насоченост на въздействието“ – с избираща (преимствена) и комплексна насоченост
Умения	- Дефинира тренировката като основна структурна единица на цялостната подготовка - Изброява и обяснява видовете тренировъчни занимания според тяхната важност, натоварване и насоченост

	- Разглежда особеностите на тренировъчното занимание в контекста на микроструктурата - Разпознава вида на тренировъчното занимание по зададени признаци - Свързва знанията за микроструктурата с участието си в реална работна среда (тренировъчни дейности) под ръководство на треньор
Компетентности	- Участва в подготовката и провеждането на тренировъчни занимания, съобразени с техния вид и натоварване (под контрола на треньор) - Разпознава и съдейства при прилагането на различни видове занимания според техните цели и въздействие - Спазва указания при провеждане на занимания с различна величина на натоварване и насоченост - Участва под ръководството на треньор в изпълнението на тренировъчни задачи по структуриран и целенасочен начин - Демонстрира отговорност и дисциплина при участието си в тренировъчния процес на равнище микроструктура
Критерии за оценяване на ЕРУ	Част по теория на професията: - Дефинира понятието „периодизация“ и обяснява нейната необходимост в тренировъчния процес - Изброява и характеризира основните периоди от годишната подготовка – подготвителен, състезателен, преходен - Разграничава макроструктурата, мезоструктурата и микроструктурата на тренировъчния процес - Описва особеностите и задачите на различните мезоцикли - Познава видовете тренировъчни занимания според важност, натоварване и насоченост - Изброява и обяснява формите на едногодишна подготовка – едноциклична, двуциклична, трициклична Част по практика на професията: - Участва в изпълнението на тренировъчни задачи, съобразени с конкретен период, мезоцикъл или вид занимание - Разпознава и прилага под ръководство на треньор подходящи занимания според тяхната насоченост и натоварване - Подпомага треньора при организацията на подготовката в съответствие със структурата на годишния план - Наблюдава и съобщава за несъответствия между планирани и реално изпълнявани задачи в тренировъчния процес - Демонстрира отговорност, дисциплина и разбиране при участие в тренировъчния процес на различните структурни нива
Средства за оценяване	Част по теория на професията: - Писмен изпит Част по практика на професията: - Изпълнение на практическа задача по индивидуално задание по практика

ЕРУ 11	Видове спортна подготовка
Резултат от учене 11.1	Познава същността на техническата подготовка
Знания	• Дефинира понятието „спортна техника“ • Познава видовете движения, насочени към правилно изпълнение на спортната техника (постъпателни, въртеливи, сложни пространствени, равномерни и неравномерни) • Познава особеностите на техниката в различните видове спорт • Характеризира видовете техническа подготовка – обща и специална техническа подготовка • Познава етапите на техническата подготовка • Познава съвременни технически средства за контрол, оценка на спортната техника и анализ на движенията
Умения	• Обяснява ролята на техническата подготовка в различните видове спорт/в спорта, който практикува • Разпознава и описва видовете движения, свързани със спортната техника • Разглежда особеностите на спортната техника според спецификата на вида спорт, който практикува • Разграничава обща от специална техническа подготовка • Спазва в зависимост от спортно-техническото ниво и възрастта на състезателя/състезателите етапите на техническата подготовка и обяснява как те се прилагат • Използва базови (съвременни) технически средства за наблюдение и оценка на спортната техника • Анализира основни грешки в изпълнението на движения чрез наблюдение или видеозапис • Съдейства при демонстриране и/или коригиране на спортна техника под ръководството/контрола на треньор
Компетентности	• Подпомага провеждането на тренировъчни занимания за обща и специална техническа подготовка съгласно задачи и указания, дадени от треньора • Съдейства при прилагането на етапите на техническата подготовка според възрастта и нивото на спортна подготовка на състезателя • Изпълнява основни дейности при използване на съвременни средства за наблюдение и анализ на спортната техника под ръководството на треньор • Следи за правилното изпълнение на основни елементи от техниката и сигнализира при нужда от корекция • Поддържа обратна връзка с треньора относно напредъка на състезателите при овладяване на техническите умения
Резултат от учене 11.2	Познава същността на тактическата подготовка
Знания	• Дефинира понятието „спортна тактика“ • Изброява и познава елементите на спортната тактика – средства, способности, форми

	• Познава етапите на спортната тактика – тактически замисъл, тактически план и тактическо действие • Познава целта и задачите на тактическата подготовка • Познава средствата и методите на тактическата подготовка • Познава съвременни технически средства за анализ на тактическите действия в тренировъчни и състезателни условия
Умения	• Описва основните елементи и етапи на спортната тактика • Разграничава средствата и методите, използвани при тактическата подготовка • Обяснява връзката между тактическия замисъл, тактическия план и тактическите действия в тренировъчни и състезателни условия • Разпознава подходящи средства за развиване на тактическо мислене според възрастта и нивото на състезателя • Използва указания за прилагане на базови съвременни технически средства за наблюдение и анализ на тактическите действия (в тренировъчни и състезателни условия)
Компетентности	• Участва в провеждането на тренировъчни занимания, свързани с изграждането на тактически умения, под ръководството на треньор • Изпълнява прости задачи за прилагане на средства и методи за тактическа подготовка в реални условия (тренировъчни занимания) • Използва на базово ниво съвременни технически средства за наблюдение и анализ на тактически действия по указание и под контрола на треньор/специалист • Прилага тактически действия по време на тренировка или състезание съобразно възрастта, уменията на състезателя (под контрола на треньор)
Резултат от учене 11.3	Познава същността на физическата подготовка
Знания	• Дефинира понятието „физическа подготовка“ • Разбира значението на физическата подготовка и връзката ѝ с останалите видове подготовка • Познава същността на видовете физическа подготовка – обща и специална • Познава основни средства и методи за развиване на двигателните качества • Познава съвременни технически средства за оценка и контрол на физическата подготовка на състезателите
Умения	• Обяснява значението на физическата подготовка като част от цялостната спортна подготовка • Разграничава общата и специалната физическа подготовка • Свързва физическата подготовка с другите видове спортна подготовка (техническа, тактическа, психологическа и др.) • Разпознава основни средства и методи за развиване на

	двигателните качества • Прилага указания за използването на основни съвременни средства за измерване и контрол на физическата подготвеност
Компетентности	• Участва в провеждането на тренировъчни дейности за обща и специална физическа подготовка под ръководството на треньор • Изпълнява основни задачи, свързани с наблюдение и измерване на двигателната подготвеност на състезателите • Използва основни съвременни технически средства за оценка и контрол на двигателните качества по указание на треньора • Участва в прилагането на индивидуален подход при развиването на физическата подготовка според възрастта и възможностите/ниво на подготовка на състезателя
Резултат от учене 11.4	Познава същността на психическата подготовка
Знания	• Дефинира понятието „психическа подготовка“ • Познава същността на видовете психическа подготовка – обща, специализирана и специална • Изброява методите на психическа подготовка • Познава особеностите и опорните точки при планирането на психическата подготовка
Умения	• Описва и обяснява значението на психическата подготовка като част от спортната подготовка • Разграничава видовете психическа подготовка и свързва всяка с конкретни/определени ситуации от практиката • Подбира подходящи методи за психическа подготовка според нивото и нуждите на спортиста и ситуацията • Анализира ситуации, в които се прилагат различните методи на психическа подготовка • Отчита какво включват плановете за конкретния вид психическа подготовка
Компетенции	• Прилага основни принципи и методи на психическа подготовка при работа със спортисти под контрола на треньор • Участва в прилагането на програми за психическа подготовка под ръководството на треньор или психолог/спортен психолог • Оценява необходимостта от психическа подготовка / подкрепа в тренировъчния и състезателния процес – на индивидуално и отборно ниво • Демонстрира разбиране за значението на психическата устойчивост в спортната дейност (тренировъчна и състезателна) • Участва в планирането на дейности от психическата подготовка под ръководство на треньор или спортен психолог
Резултат от учене 11.5	Познава същността на теоретичната подготовка в съответния вид спорт
Знания	• Обяснява разбираемо основни понятия, свързани с вида спорт • Описва основните елементи от системата на спортната

	подготовка в съответния вид спорт (тренировъчен процес, натоварване, стрес, адаптация, умора и възстановяване) - Разбира основни понятия от анатомията, физиологията, биомеханиката, биохимията, психологията, отнесени към вида спорт - Обяснява връзката между основните характеристики на двигателните качества и подбора на подходящи упражнения и методи за тяхното развиване съобразно спецификата на спорта - Разбира и обяснява елементи от техниката и основни тактически действия на съответния спорт - Участва в прилагането и обсъждането на основни принципи на периодизация и контрол на спортната подготовка в съответния спорт под контрола на треньор
Умения	- Прилага основни понятия от теорията на спортната подготовка към конкретния вид спорт - Анализира взаимовръзките между натоварване, стрес, умора и възстановяване в контекста на тренировъчния процес - Подбира и прилага основни средства и методи за развиване на двигателни качества съобразно спецификата на спорта - Описва и разпознава основни елементи от техниката и тактиката на съответния спорт - Съдейства при прилагането на основни принципи на периодизацията и контрола на спортната подготовка под ръководството на треньор - Използва базисни знания от анатомия, физиология, биомеханика, биохимия и психология, свързани с тренировъчния процес
Компетенции	- Участва в организирането и провеждането на теоретичната подготовка съобразно етапите на спортната подготовка - Обяснява под контрола на треньор основни понятия и принципи пред състезателите - Подпомага вземането на решения относно избор на упражнения и възстановителни методи в съответствие с фазата на подготовка - Прилага последователно теоретични знания в изпълнението на практическите задачи под ръководството на треньор - Спазва указания и работи ефективно в екип при реализиране на тренировъчния процес - Демонстрира стремеж към усъвършенстване на знания и умения чрез участие в обсъждания и обратна връзка с треньора
Резултат от учене 11.6	Познава контрола в спорта
Знания	- Дефинира целта на контрола в спорта - Дефинира предмета на контрола в спорта - Познава видовете контрол в спорта - Познава основните области на контрол в спорта

Умения	• Обяснява целта и предмета на контрола в спорта • Различава основните видове контрол в спорта • Описва основните области на контрол в спорта
Компетентности	• Помага при прилагането на методи за контрол и оценка под ръководството на треньор • Използва зададени от треньора показатели за наблюдение и оценка на тренировъчния процес • Спазва основни правила при прилагане на контрола в тренировъчния процес и в състезателния процес
Критерии за оценяване на ЕРУ	Част по теория на професията: • Познава и дефинира основни понятия, свързани с видовете спортна подготовка • Обяснява особеностите и ролята на различните видове подготовка в спорта • Разграничава и описва обща и специална подготовка • Познава и описва етапите на подготовката • Познава основни средства и методи за развиване на двигателни и психически качества • Познава съвременни технически средства за оценка и контрол на подготовката • Обяснява правилно целта и предмета на контрола в спорта • Различава и описва основните видове контрол в спорта Част по практика на професията: • Изпълнява задачи, свързани с организиране и провеждане на тренировки, насочени към техническата и физическата подготовка • Прилага средства и методи за развиване на двигателни качества • Участва при анализиране на движения от техниката на спорта или тактически ситуации с помощта на съвременни технически средства под ръководството на треньор • Поддържа обратна връзка с треньора и подава информация при необходимост от корекция на техниката/тактиката • Прилага под ръководството на треньор дадени методи за контрол и оценка в тренировъчния процес • Спазва правила при участие в наблюдението и оценката на тренировъчния процес
Средства за оценяване	Част по теория на професията: • Писмен изпит Част по практика на професията: • Изпълнение на практическа задача по индивидуално задание по практика
ЕРУ 12	Управление на детско-юношеския спорт. Организация и управление на спортни събития
Резултат от учене 12.1	Познава основите на управлението в подсистемата на детско-юношеския спорт (ДЮС)

Знания	• Познава Националната система за физическо възпитание и спорт и връзката ѝ с други организации или институции • Изброява основните структурни единици в системата – федерации, клубове, училища • Познава основните функции на помощник-треньора • Изброява основни нормативни актове в областта на физическото възпитание и спорта • Познава основните равнища и структури на детско-юношеския спорт и спорта за високи постижения (пирамида на спортната дейност)
Умения	• Използва основни понятия в управлението на спортните организации на детско-юношеския спорт и спорта за високи постижения като система, цел, политика, структура • Обяснява връзката между детско-юношеския спорт и спорта за високи постижения • Прилага знания за факторите за развитие на детско-юношеския спорт и спорта за високи постижения в реална среда • Разпознава комбинацията от специализирани услуги, които елитните състезатели или тези с потенциал за развитие е необходимо да получат • Разграничава видовете спортни организации
Компетентности	• Прилага основните нормативни актове, свързани с професията помощник-треньор по вид спорт, в рамките на работната среда и в своите професионални ангажименти
Резултат от учене 12.2	Познава процеса на организация и управление на спортни събития
Знания	• Познава основните правила и етапи при организиране на спортни събития • Разбира правилниците и регламентите за провеждане на състезания в съответния спорт • Познава процедурите за записване на участници, технически и медицински прегледи • Разяснява основните функции на лицата, ангажирани в организацията на спортното състезание • Познава в детайли задълженията на помощник-треньора при реализиране на спортно състезание • Познава основните принципи за осигуряване на безопасна и етична спортна среда
Умения	• Подготвя базова документация при организацията на спортни състезания • Прилага знания за организацията на спортни състезания в работна среда • Съдейства за техническото осигуряване (спортен инвентар, съоръжения, маркировка) • Осъществява комуникация с участниците в спортното състезание

Компетентности	• Прилага правилата и изискванията при организиране на спортни състезания, включително координацията на част от дейностите между различните звена на организационния екип, под наблюдението на треньора • Проявява гъвкавост и бърза адаптация при промени в програмата или непредвидени ситуации
Критерии за оценяване на ЕРУ	Част по теория на професията: • Владее основните теоретични знания и понятия в областта на управлението на детско-юношески спорт и спорта за високи постижения • Владее основните теоретични концепции в областта на организиране на спортни състезания Част по практика на професията: • Последователно и точно определя алгоритъма от действия за разрешаване на конкретен проблем в зададен казус • Участва в разработването на програма за спортно състезание според профила на спорта и според изискванията на предварително дефинираното задание
Средства за оценяване	Част по теория на професията: • Писмен изпит Част по практика на професията: • Изпълнение на практическа задача по индивидуално задание по практика
ЕРУ 13	Спонсорство и връзки с обществеността
Резултат от учене 13.1	Познава основите на маркетинга в спорта
Знания	• Познава същността и ролята на маркетинга в спортната практика • Изрежда основните направления в маркетинговата политика на спортна организация (спортен клуб) • Познава функциите на промоцията като част от маркетинговите активности
Умения	• Разграничава видовете промоционни активности, вкл. реклама, връзки с обществеността, спонсорство • Прилага знания за маркетинг в работната си среда
Компетентности	• Идентифицира успешни практически примери за управление на маркетингова дейност
Резултат от учене 13.2	Познава инструментариума на връзките с обществеността
Знания	• Познава функциите на връзките с обществеността в спортната практика • Разграничава целевите публики – медии, родители, зрители, институции • Познава етикета, публичното поведение и представяне на спорта пред обществеността

	Изрежда основните носители на връзките с обществеността – печатни, звукови, визуални, специални събития
Умения	- Подпомага организацията и провеждането на комуникация с външни публики с цел връзки с обществеността - Съдейства при създаването и разпространението на рекламни материали, кампании за връзки с обществеността, вкл. плакати, флаери, публикации в социални мрежи - Търси информация за успешни връзки с обществеността, кампании на спортни организации, приложими в конкретната професионална дейност - Използва дигитални инструменти за връзки с обществеността и комуникация – социални мрежи, уебплатформи и др.
Компетентности	- Участва активно в изграждането на позитивен имидж на спортния клуб, събитие или отбор - Проявява етичност, комуникативност и представителност при публични изяви и връзки с външната среда
Резултат от учене 13.3	Познава концепцията за спонсорство в спорта
Знания	- Разграничава основните направления на спонсорството в спорта (на спортни организации, на спортисти, на спортни събития) - Познава видовете спонсорство в спорта (финансово, материално, логистично) - Запознат е с възможностите за реклама, представяни като ползи от страна на спортните организации
Умения	Съдейства при подготовката на спонсорски предложения (описание на събитието/дейността; ползи за спонсора; възможности за реклама и видимост)
Компетентности	- Работи в екип по изготвяне и реализиране на спонсорски стратегии - Идентифицира потенциални спонсори и партньори спрямо вида на спортната дейност - Представя идеи и предложения с цел реклама към потенциални спонсори
Критерии за оценяване на ЕРУ	Част по теория на професията: - Владее основните теоретични знания и понятия в областта на спонсорството в спорта - Владее основните теоретични концепции в областта на маркетинга и връзките с обществеността в спорта Част по практика на професията: - Последователно и точно определя алгоритъма от действия за разрешаване на конкретен проблем в зададен казус - Участва в разработването на спонсорска и маркетингова програма според профила на спорта и според изискванията на предварително дефинираното задание
Средства за	Част по теория на професията:

оценяване	- Писмен изпит Част по практика на професията: - Изпълнение на практическа задача по индивидуално задание по практика
ЕРУ 14	Тренировката като адаптационен процес. Тренираност и спортна форма
Резултат от учене 14.1	Обяснява тренировката като адаптационен процес
Знания	- Разбира основните понятия: тренировка, стрес и адаптация - Описва основните стадии и фази на адаптационния процес - Описва основните свойства на адаптационния процес
Умения	- Обяснява тренировката като адаптационен процес - Диференцира основните стадии и фази на адаптационния процес - Описва понятието „стрес“ и неговата роля за настъпване на адаптация - Обяснява връзката между тренировъчно натоварване и адаптация - Прилага знанията при наблюдение и базов анализ на реакции при трениращи в процеса на адаптация (под ръководството на треньор)
Компетентности	- Участва под ръководство на треньор в планирането и оценяването на приложените тренировъчни въздействия с оглед подпомагане на адаптационния процес при спортистите - Спазва указания за поддържане на оптимално ниво на въздействие с цел предотвратяване на негативни реакции - Притежава отговорно отношение към значението на адекватното възстановяване и последователност в тренировъчния процес
Резултат от учене 14.2	Характеризира тренираността и спортната форма
Знания	- Разбира и описва динамиката на градивните процеси в организма на спортиста - Характеризира понятието „тренираност“ - Описва специфичните критерии на тренираност - Характеризира понятието „спортна форма“ - Описва критериите за спортна форма - Характеризира типовете динамика на спортната форма
Умения	- Дефинира и обяснява понятието „тренираност“ и неговата роля в спортната подготовка - Описва понятието „устойчиво състояние“ и свързаните с него характеристики - Разпознава критериите за тренираност - Дефинира понятието „спортна форма“ и я разграничава от тренираността - Изброява основните критерии за спортна форма

	- Разпознава и описва динамиката на спортната форма - Наблюдава и описва прояви/състояния на тренираност и спортна форма у спортисти по време на тренировъчни занимания под ръководство на треньор
Компетенции	- Участва в проследяване на физическото и функционалното състояние на трениращите по време на тренировъчния и състезателния процес - Участва в наблюдението на динамиката на спортната форма по време на тренировъчния процес - Подпомага дейността на треньора в поддържането на условия за изграждане и запазване на спортната форма - Разпознава признаци на понижено функционално състояние или спад в спортната форма и информира треньора - Демонстрира отговорност и дисциплина при участие в тренировъчния процес, насочен към постигане на тренираност и поддържане на спортната форма
Критерии за оценяване на ЕРУ	Част по теория на професията: - Дефинира и обяснява основни понятия (стрес, адаптация, натоварване, тренираност, спортна форма) - Разпознава и описва основните етапи на адаптационния процес - Изброява критериите за тренираност и спортна форма и обяснява тяхната динамика Част по практика на професията: - Наблюдава и разпознава адаптационните реакции на организма - Подпомага треньора при регулиране на натоварването спрямо възможностите на трениращите - Участва в проследяване на физическото и функционалното състояние на трениращите - Демонстрира отговорно отношение и разбиране за значението на тренировката като адаптационен процес
Средства за оценяване	Част по теория на професията: - Писмен изпит Част по практика на професията: - Изпълнение на практическа задача по индивидуално задание по практика
ЕРУ 15	Кондиционна подготовка
Резултат от учене 15.1	Разгриване и разпускане в спорта
Знания	- Познава същността на разгриването в спорта като физиологичен процес - Класифицира видовете разгривания в спорта - Разпознава особеностите на предстартовите реакции на спортистите - Описва упражнения, използвани за разгриване и разпускане
Умения	Обобщава подбора и дозировката на упражнения за разгриване

	• Провежда разгриване за тренировка и състезание • Използва неспецифични и специфични упражнения за разгриване и разпускане в спорта
Компетентности	• Провежда разгриване в условията на тренировка и състезание • Провежда разпускане за стимулиране на адаптационните процеси като резултат на приложените тренировъчни въздействия
Резултат от учене 15.2	Превенция на травматизма чрез кондиционни упражнения
Знания	• Познава спортния травматизъм – видове травми и принципи за възстановяване след тях • Познава основните принципи и средства за превенция на травматизма в спорта • Описва последователността в работата за възстановяване на силовите възможности след травма
Умения	• Изготвя силови упражнения/комплекси (статични и динамични усилия) за превенция • Използва упражнения с дестабилизиращо средство – тежестта на тялото в комбинация с тренировъчно пособие • Прилага превантивно-стабилизиращи упражнения
Компетентности	• Участва под контрола на треньор в изготвянето на програма за превенция от спортни травми • Участва под контрола на треньор в провеждането на тренировъчни занимания за превенция на травми
Резултат от учене 15.3	Планиране на кондиционната подготовка във възрастов аспект
Знания	• Познава възрастовите особености на трениращите • Дефинира различните етапи на кондиционна подготовка • Разпознава основните принципи на планиране в кондиционната подготовка за различните възрасти и етапи
Умения	• Участва в разработването на план за развиване на двигателните качества за определен тренировъчен период • Участва в разработването на план за тренировка, насочена към подобряване на кондиционните способности
Компетентности	• Организира и провежда под контрола на треньор тренировка за подобряване на двигателните качества и способности • Извършва анализ на проведената кондиционна тренировка
Резултат от учене 15.4	Тренировъчни средства и методи за развиване на двигателните качества в кондиционната подготовка
Знания	• Познава основните принципи на работата за развиване на двигателните качества в кондиционната подготовка • Описва тренировъчните средства и методи за развиване на двигателните качества в кондиционната подготовка

	Познава биомеханичната структура на използваните тренировъчни средства и тяхното анатомично въздействие
Умения	- Прилага тренировъчни средства със силови и скоростно-силови въздействия - Прилага средства и методи за развиване на бързината и скоростните способности - Управлява развитието на издръжливостта в различните ѝ форми според изискванията на спорта - Прилага средства и методи за развиване на координационните способности
Компетентности	- Структурира под контрола на треньор цялостно тренировъчно занимание с кондиционна насоченост - Извършва анализ на проведеното тренировъчно занимание с кондиционна насоченост
Критерии за оценяване на ЕРУ	Част по теория на професията: - дефинира същността на двигателните качества на човека - описва средствата и методите за развиване на двигателните качества в кондиционната подготовка - описва основните принципи на планиране в кондиционната подготовка в годишния цикъл Част по практика на професията: - изпълнява задачи, свързани с организиране и провеждане на тренировки с кондиционна насоченост - прилага средства и методи за развиване на двигателни качества в кондиционната подготовка
Средства за оценяване	Част по теория на професията: - Писмен изпит Част по практика на професията: - Изпълнение на практическа задача по индивидуално задание по практика
ЕРУ 16	Контрол на спортната подготовка
Резултат от учене 16.1	Предмет и видове контрол в спорта
Знания	- Анализира и формулира целта и предмета на контрола в спорта - Класифицира и оценява различните видове контрол в спорта - Систематизира предметните области на системата на контрол в спорта
Умения	- Разграничава основните форми на контрол в спорта - Използва адекватни средства и методи на контрол в спорта
Компетентности	- Контролира натоварването чрез връзката „доза – ефект“ - Разпознава показатели на физическо (външно) и функционално (вътрешно) натоварване
Резултат от учене 16.2	Оценяване и оптимизиране на спортната подготовка

Знания	- Разбира процеса на оценяване като познавателна дейност - Познава количествени и качествени методи за комплексна оценка на отделните страни на спортната подготовка - Разбира процеса на оптимизиране за вземане на ефективни решения и актуализиране на процеса на подготовка
Умения	- Разработва тестови батерии за контрол на спортната подготовка - Провежда тестване и анализира данните - Разработва под контрол на треньора модели на поведение на спортистите или отбора
Компетентности	- Анализира информация от проведени тествания за нивото на развитие на двигателните качества и връзката им с техническата и тактическата подготовка - Планира и оптимизира спортната подготовка под ръководството на треньора
Критерии за оценяване на ЕРУ	Част по теория на професията: - Познава и дефинира основни понятия, свързани с контрола в спорта - Обяснява особеностите и ролята на различните видове контрол в спорта - Познава основни средства и методи за контрол в спорта - Познава съвременни технически средства за оценка и контрол на подготовката Част по практика на професията: - Изпълнява задачи, свързани с организиране и провеждане на контрол в спорта - Прилага средства и методи за контрол на отделните страни на спортната подготовка
Средства за оценяване	Част по теория на професията: - Писмен изпит Част по практика на професията: - Изпълнение на практическа задача по индивидуално задание по практика
ЕРУ 17	Адаптирана физическа активност и спорт
Резултат от учене 17.1	Класифицира видовете увреждания и начините на класификация
Знания	- Класифицира интелектуалните увреждания - Класифицира физическите увреждания - Класифицира сензорните увреждания - Анализира класификационната система
Умения	- Диференцира основните типове увреждания – физически, интелектуални и сензорни - Формулира основните принципи на класификационната система - Идентифицира специфичните потребности на хора с различни видове увреждания

	Избира и препоръчва подходящи двигателни дейности въз основа на класификацията
Компетентности	- Съдейства при адаптирането на физическа активност съобразно вида на увреждането - Работи с внимание и уважение към индивидуалните особености на участниците - Спазва етични и професионални стандарти при работа с хора с увреждания и лица от уязвими групи
Резултат от учене 17.2	Познава международните спортни движения
Знания	- Описва принципите и дейностите на Паралимпийското движение - Класифицира летни и зимни паралимпийски спортове - Описва принципите и дейностите на движението „Спешъл Олимпикс“ - Класифицира летни и зимни спортове от „Спешъл Олимпикс“
Умения	- Характеризира основните дейности на Паралимпийското движение и движението „Спешъл Олимпикс“ - Систематизира спортовете, включени в летните и зимните Паралимпийски игри - Сравнява различни спортни събития и тяхното значение за участниците
Компетентности	- Аргументирано представя познания за културното и социалното значение на адаптираните спортни движения - Насърчава приобщаващото участие в спортни дейности чрез информираност и ангажираност с принципите на равнопоставеност - Активно подпомага развитието на спорта сред хора с увреждания - Включва се в планирането и провеждането на събития и инициативи, свързани с адаптиран спорт
Критерии за оценяване на ЕРУ	Част по теория на професията: - Посочва характеристики и цели на международните адаптирани спортни движения. Част по практика на професията: - Демонстрира способност за подбор на подходящи двигателни дейности за хора с увреждания - Работи в екип и комуникира/обсъжда ефективно теми в контекста на адаптирани спортни дейности - Прилага принципи на адаптация спрямо конкретен казус или задача
Средства за оценяване	Част по теория на професията: - Писмен изпит Част по практика на професията: - Изпълнение на практическа задача по индивидуално задание по

	практика
--	----------

4. Съвкупност от единици резултати от учене, които формират придобиването на квалификация по част от професията „Помощник-треньор“

Степен на професионална квалификация	Ниво по ЕКР/НКР	ЕРУ № ... от списъка по т. 3.1 (мин. 3 броя ЕРУ, поне 1 ЕРУ е от специфичната ПП)
III	4	неприложимо
IV	5	неприложимо

5. Изисквания към материалната база

Обучението по теория на професията се осъществява в учебни кабинети, а по учебна практика – в спортни съоръжения към обучаващата институция, както и в спортна база на други спортни организации и фирми, с които обучаващата институция има договорни отношения.

5.1. Изисквания към кабинетите за обучение по теория на професията – характеристики, обзавеждане, оборудване, софтуер

Обучението по теория се извършва в учебни кабинети, оборудвани с необходимата съвременна техника. Обзавеждането на учебен кабинет по теория включва: работно място за обучаващия и за всеки обучаван (работна маса и стол), мултимедия, учебна дъска/бяла дъска, интерактивен дисплей, екрани или стойки за окачване на табла и учебно-технически средства/видеотехника при необходимост, учебни пособия: демонстрационни макети, модели, онагледяващи табла, учебни видеофилми/презентации, програмни продукти, специализирана литература на хартиен или електронен носител, инструкции. Кабинетите по ИКТ е необходимо да бъдат оборудвани със специализирани софтуерни продукти.

5.2. Изисквания към учебната база за обучение по практика на професията – характеристики, обзавеждане, оборудване, софтуер

Обучението по практика на професията се извършва в реална работна среда – открити и закрити спортни зали, стадиони, плувни басейни, гребни канали и други спортни комплекси, оборудвани със спортни уреди, пособия и технически съоръжения, необходими за провеждането на високоефективен тренировъчен процес.

Броят на спортните уреди и съоръжения е съобразен с броя на обучаваните и броя на участниците в подготвителните групи, с които се изпълняват задачите от съдържанието на техническата подготовка, както и изискванията на правилниците по конкретните видове спорт.

Оборудването трябва да включва базови измервателни уреди или апаратура за контрол на натоварването, провеждане на тестове за подбор и контрол на тренираността (хронометри, уреди за антропометрични измервания, пулсометри и др.).

За планиране и провеждане на общата и специфичната физическа подготовка са необходими различни съоръжения и специализирани уреди (плътни топки, гирички, дискове, въженца за скачане, координационни стълбички, ластици и еластични ленти, конуси, малки препятствия, гимнастически топки, уреди за баланс и др.).

6. Изисквания към обучаващите

Право да преподават по теория и практика на професията имат лица с висше образование и образователно-квалификационна степен „магистър“ или „бакалавър“ по специалностите от професионално направление „Спорт“ от областта на висше образование „Здравеопазване и спорт“ или професионално направление „Педагогика на обучението по ... (физическо възпитание)“ от областта на висше образование „Педагогически науки“ от Класификатора на областите на висше

образование и професионалните направления“ (обн., ДВ, бр. 64 от 2002 г.), съответстващи на професията, като за преподавателите по практика е задължително да имат придобита професионална квалификация „треньор“ по съответния спорт.

По учебен предмет от професионалната подготовка, за който няма съответно професионално направление в Класификатора на областите на висше образование и професионалните направления, могат да преподават лица без висше образование и без придобита професионална квалификация „учител“ или „треньор“, ако са придобили съответната професионална квалификация при условията и по реда на Закона за професионалното образование и обучение.

Препоръчително е на всеки три години обучаващите да преминават курс за актуализиране на професионалните си знания, умения и компетентности.