

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКИ

**ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ И
СПОРТИВНО-МАССОВАЯ РАБОТА С НАСЕЛЕНИЕМ**
(с присвоением квалификации «инструктор по спорту, специалист
центра тестирования ВФСК «Готов к труду и обороне» (ГТО)»)

направление подготовки (специальность):
49.03.01 Физическая культура

Объем: 300 часов

Москва, 2025

Программа утверждена и рекомендована к использованию
Межфакультетским советом РУС «ГЦОЛИФК»,
протокол № 03-12-25 от «18» декабря 2025 г.

Разработчики:

РЭУ им. Г.В. Плеханова

Андрющенко Л.Б. – д.п.н., профессор, заведующий кафедрой физического воспитания;

Шутова Т.Н. – к.п.н., доцент, доцент кафедры физического воспитания;

Столяр К.Э. - к.п.н., доцент, доцент кафедры физического воспитания;

Высоцкая Т.П. – ст. преподаватель кафедры физического воспитания;

Пуховская М.Н. – ст. преподаватель кафедры физического воспитания.

Общая редакция РУС «ГЦОЛИФК»

Крамской И.С. – к.ю.н., и.о. директора ИДО;

Чистова Н.А. – к.п.н., доцент, зам. директора ИДО;

Мысенко Г.В. – к.п.н., доцент, зам. директора ИДО.

Рецензент:

Жукова О.В. – к.э.н., доцент

** Программа разработана на основе дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки «Физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа с населением», утв. Федеральным учебно-методическим объединением в системе высшего образования (ФУМО) по укрупненной группе специальностей и направлений подготовки 49.00.00 Физическая культура и спорт 25 ноября 2019 года.*

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. Нормативно-правовые основания разработки программы

Нормативную правовую основу разработки программы составляют:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- постановление Правительства Российской Федерации от 10 апреля 2023 г. № 580 «О разработке и утверждении профессиональных стандартов»;
- Правила применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ, утвержденные постановлением Правительства Российской Федерации от 11 октября 2023 г. № 1678;
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам, утвержденный приказом Минобрнауки России от 24 марта 2025 г. № 266;
- приказ Минтруда России от 12 апреля 2013 г. № 148н «Об утверждении уровней квалификаций в целях разработки проектов профессиональных стандартов».

Программа разработана на основе профессионального стандарта 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта», утвержденного приказом Минтруда России от 21 апреля 2022 г. № 237н.

Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (далее – ФГОС ВО) - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, утвержденного приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 г. № 940.

1.2. Категория слушателей:

К освоению дополнительной профессиональной программы повышения квалификации допускаются:

- лица, имеющие среднее профессиональное и (или) высшее образование;
- лица, получающие среднее профессиональное или высшее образование.

Наличие указанного образования должно подтверждаться документом об образовании и о квалификации или справкой с места учебы.

1.3. Форма обучения очная с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения.

1.4. Трудоемкость обучения и режим занятий слушателей

Общая трудоемкость составляет 300 академических часов, в том числе: 132 аудиторных часа.

Занятия проводятся в течение 3 месяцев 4-5 раз в неделю по 4-6 часов.

2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Цель программы – профессиональная переподготовка специалистов в качестве инструкторов-методистов физкультурно-спортивных организаций и образовательных организаций, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта, с целью овладения ими новыми компетенциями, современными средствами физкультурно-спортивной деятельности, необходимыми для приобретения новой квалификации.

Программа является преемственной к основной профессиональной образовательной программе высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура.

Задачи программы:

- подготовить компетентного специалиста, владеющего теоретическими знаниями и практическими умениями в организации и осуществлении физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы с населением.
- подтвердить документально квалификацию специалиста по инструкторской деятельности, необходимую для работы в образовательных и физкультурно-спортивных организациях.

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

3.1. Характеристика нового вида профессиональной деятельности

а) *Область профессиональной деятельности* слушателя, прошедшего обучение по программе профессиональной переподготовки для выполнения нового вида профессиональной деятельности с присвоением новой квалификации «инструктор по спорту, специалист центра тестирования ВФСК «Готов к труду и обороне» (ГТО)», - организационно-методическая деятельность в области физической культуры и спорта.

б) *Объектами профессиональной деятельности* являются:

- лица, вовлеченные в деятельность в области физической культуры и спорта, потенциальные потребители физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг;
- процессы, обеспечивающие физкультурно-оздоровительную и спортивно-массовую работы с населением;
- учебно-методическая и нормативная документация.

в) Слушатель, успешно завершивший обучение по данной программе, должен решать следующие *профессиональные задачи* в соответствии с видами профессиональной деятельности (далее – ВД), представленными в профессиональном стандарте 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»:

ВД 1 - Подготовка и проведение мероприятий и занятий по физическому воспитанию населения

- Планирование и реализация мероприятий по физическому воспитанию населения;
- Подготовка и выполнение с детьми и подростками групповых занятий по программам детского и подросткового фитнеса;
- Подготовка и проведение мероприятий по выполнению населением нормативов испытаний (тестов).

ВД 2 - Организационно-методическое обеспечение физической подготовки, физического развития населения, спортивной подготовки занимающихся

- Планирование и методическое сопровождение физической подготовки и физического развития населения;
- Разработка и внедрение программ физического воспитания и физического развития населения;
- Подготовка и проведение спортивно-зрелищных мероприятий.

г) *Уровень квалификации* – 5-6 - в соответствии с профессиональным стандартом «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта».

3.2. Требования к результатам освоения программы

В результате освоения программы слушатель должен обладать профессиональными компетенциями, соответствующими видам деятельности по профессиональному стандарту

05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»:

ВД 1 - Подготовка и проведение мероприятий и занятий по физическому воспитанию населения (ОТФ-D/5)

Профессиональные компетенции	Знания	Умения	Практический опыт (владение)
<p>ПК 1.1. Способность осуществлять планирование и реализацию мероприятий по физическому воспитанию населения. ТФ-D/01.5</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Принципы и составляющие здорового образа жизни и активного долголетия; – Правила проведения мероприятий по физическому воспитанию, физическому развитию населения; – Закономерности возрастного развития различных систем организма человека; – Основы педагогики физической культуры, включая теорию воспитания личности и общечеловеческие нормы нравственности; – Физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; – Формы, виды и средства физической культуры и спорта для развития физической активности, поддержания активного долголетия населения; – Двигательная рекреация и спортивно-оздоровительный туризм; – Особенности организации мероприятий по физическому воспитанию, физическому развитию для лиц пожилого возраста; – Типовые методики организации мероприятий по физическому 	<ul style="list-style-type: none"> – Подбирать содержание выступления, встречи с трудовыми и учебными коллективами, членами общественных организаций с учетом их социально-демографических и профессиональных характеристик – Проводить коммуникации с ведущими спортсменами и представителями спортивных организаций с учетом нравственных и этических норм; – Организовывать мероприятия по физическому воспитанию различных групп населения с учетом интересов, социально-демографических, профессиональных особенностей, уровня физической подготовленности; – Анализировать потребности различных групп населения в гармоничном физическом развитии и мотивировать их на развитие двигательной активности; – Информировать население о рисках, связанных с недостатком движения, физической активности; – Осуществлять целеполагание и контролировать ход выполнения плана или программы мероприятия по физическому воспитанию населения 	<ul style="list-style-type: none"> – Составление расписания мероприятий на основе плана или программы мероприятий по физическому воспитанию населения; – Осуществление коммуникаций с ответственными лицами общественных и коммерческих организаций с целью привлечения их к участию в мероприятиях по физическому воспитанию населения; – Проведение встреч с трудовыми и учебными коллективами, членами общественных организаций для их вовлечения в мероприятия по физическому воспитанию населения; – Организация работы с лицами старшего возраста по пропаганде активного долголетия, стимулированию физической активности; – Привлечение ведущих спортсменов и представителей спортивных организаций для показательных выступлений и участия в мероприятиях по физическому воспитанию населения; – Инструктирование лиц, участвующих в проведении мероприятий по физическому воспитанию населения; – Организация и проведение мероприятий по физическому воспитанию населения; – Проведение мероприятий с населением по формированию патриотизма, национальной идентичности, общечеловеческих норм нравственности, олимпийских идеалов и

	<p>воспитанию и физическому развитию населения;</p> <ul style="list-style-type: none"> – Мероприятия по формированию патриотизма, национальной идентичности, общечеловеческих норм нравственности, олимпийских идеалов и ценностей, норм честной игры в спорте для населения; – Мероприятия, направленные на воспитание здорового образа жизни, неприятие вредных привычек и отказ от применения допинга для населения; – Антидопинговые правовые документы; – Способы антидопингового противодействия; – Технологии воспитательной работы с населением; – Требования охраны труда; – Правила безопасного поведения на мероприятиях по физическому воспитанию и физическому развитию населения; – Регламент проведения мероприятия по физическому воспитанию и физическому развитию населения; – Комплексы упражнений по общей и специальной физической подготовке; – Гигиенические требования и нормы, предъявляемые к занятиям физической культурой и спортом; – Правила, виды, алгоритмы оказания первой помощи до оказания медицинской помощи; 	<ul style="list-style-type: none"> – Выбирать оптимальные средства и методы вовлечения населения в мероприятия по физическому воспитанию, пропаганды физической активности среди населения; – Использовать технологии воспитательной работы для формирования патриотизма, национальной идентичности, общечеловеческих норм нравственности, олимпийских идеалов и ценностей, норм честной игры в спорте и недопустимости использования допинга у населения; – Формировать у населения навыки здорового образа жизни, неприятие вредных привычек; – Организовывать взаимодействие с лицами старшего возраста, разъяснять роль и значение физической активности в поддержании активного долголетия; – Отдавать распоряжения и координировать действия участников мероприятия по физическому воспитанию населения в целях обеспечения выполнения регламента мероприятия; – Инструктировать лиц, участвующих в проведении мероприятия по физическому воспитанию населения; – Оказывать первую помощь до оказания медицинской помощи; – Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи; 	<p>ценностей, принципов честной игры в спорте и недопустимости использования допинга;</p> <ul style="list-style-type: none"> – Оказание первой помощи до оказания медицинской помощи; – Контроль выполнения программы мероприятия по физическому воспитанию населения; – Составление протокола о проведении мероприятия по физическому воспитанию населения.
--	---	---	---

	<ul style="list-style-type: none"> – Инструкции по оказанию первой помощи до оказания медицинской помощи; – Правила проведения подвижных спортивных игр с населением различных возрастных групп; – Правила эксплуатации спортивного оборудования и инвентаря при проведении мероприятий по физическому воспитанию и физическому развитию населения; – Правила составления протокола или отчетной документации о проведении мероприятия по физическому воспитанию населения, в том числе с использованием электронных средств; – Правила этики и деонтологии в сфере взаимодействия с занимающимися; – Правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи. 	<ul style="list-style-type: none"> – Составлять протокол или отчет о проведении мероприятия по физическому воспитанию населения. 	
<p>ПК 1.2. Способность осуществлять подготовку и выполнение с детьми и подростками групповых занятий по программам детского и подросткового фитнеса. ТФ-D/02.5</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Средства детского, подросткового фитнеса и правила их использования для гармоничного физического развития детей и подростков; – Система классифицирующих показателей для оценки физической подготовленности детей и подростков к занятиям фитнесом; – Анатомические, физиологические и психологические особенности детей и подростков; 	<ul style="list-style-type: none"> – Использовать разнообразные направления фитнеса, увлекательные упражнения и музыкальное сопровождение, упражнения аэробики подражательного характера при проведении занятий для повышения интереса детей, подростков к занятиям фитнесом; – Использовать систему классифицирующих показателей для оценки физической 	<ul style="list-style-type: none"> – Консультирование законных представителей детей и подростков по вопросам организации занятий, возрастных ограничений, показаний и противопоказаний к занятиям по программам детского и подросткового фитнеса; – Разъяснение ожидаемых полезных эффектов занятия фитнесом для физического и интеллектуального развития детей и подростков; – Подбор видов и состава развивающих упражнений, подвижных игр, инвентаря и игрушек для проведения

	<ul style="list-style-type: none"> – Сенситивные периоды развития физических способностей; – Основы биомеханики двигательной деятельности; – Мотивационные техники ведения здорового и активного образа жизни; – Основы педагогики физической культуры, включая теорию воспитания личности и общечеловеческие нормы нравственности; – Методы воспитания нравственного сознания и поведения детей и подростков; – Технологии воспитательной работы с детьми и подростками; – Антидопинговые правовые документы; – Способы антидопингового противодействия; – Методики проведения занятий с тренажерными устройствами для детей, подростков; – Общие принципы компоновки и комбинации физических упражнений в детском и подростковом фитнесе; – Нормирование нагрузки и отдыха на разных этапах занятия по фитнесу с сочетаемостью разных типов нагрузки для детей и подростков; – Организация работы по физическому воспитанию и физическому развитию детей и подростков; – Показания и противопоказания для занятий детским, подростковым фитнесом; 	<p>подготовленности детей и подростков к занятиям фитнесом;</p> <ul style="list-style-type: none"> – Учитывать психофизические особенности и мотивацию детей, подростков при выборе комплексов упражнений для занятия; – Выявлять первые признаки утомления детей, подростков, варьировать направленностью и объемом нагрузки, интенсивностью и координационной сложностью упражнений с учетом уровня подготовленности детей, подростков; – Использовать комплексы упражнений фитбол-аэробики, степ-аэробики, игрового стретчинга для предотвращения нарушения осанки детей, подростков; – Подбирать оптимальные комплексы упражнений и объемы нагрузки для гармоничного физического развития детей и подростков; – Обучать детей, подростков техникам выполнения комплексов упражнений, правилам безопасного использования спортивного оборудования и инвентаря с привлечением методов словесного и сенсорно-коррекционного воздействия; – Обучать детей и подростков правилам этичного поведения и методам самостраховки; – Применять техники и методы страховки; – Использовать технологии 	<p>занятий с детьми по программам детского фитнеса;</p> <ul style="list-style-type: none"> – Подбор оптимальных форм и видов занятий по программам подросткового фитнеса с учетом психофизических особенностей и мотивации подростков, выбор типов нагрузок с учетом уровня подготовленности подростков; – Разработка структуры занятия для детей на основе программы детского фитнеса, подбор музыкального сопровождения занятия; – Подбор комплексов упражнений и музыкального сопровождения для занятий фитнесом с подростками с использованием элементов аэробики, упражнений с элементами единоборств, силовых программ для укрепления всех мышечных групп, развития баланса, стретчинга, упражнений с использованием предметов; – Разработка структуры занятий с соответствующим уровнем интенсивности и координационной сложности для начинающих, подготовленных и регулярно занимающихся фитнесом детей и подростков; – Инструктирование детей и подростков по технике безопасного использования спортивного оборудования, инвентаря и экипировки, информирование о правилах этичного поведения на занятиях; – Контроль физической готовности детей и подростков к выполнению занятия по программам детского и подросткового фитнеса; – Проверка исправности спортивного оборудования, инвентаря и экипировки до начала занятия; – Выполнение с детьми, подростками комплексов
--	--	---	--

	<ul style="list-style-type: none"> – Методики проведения занятий по физической подготовке детей и подростков к выполнению нормативов испытаний (тестов); – Состав и содержание испытаний (тестов) для детей и подростков; – Требования к детям и подросткам, проходящим тестирование по выполнению нормативов испытаний (тестов); – Структура занятия по программам детского и подросткового фитнеса и элементы физической нагрузки; – Общие и частные факторы риска травмирования и ухудшения физического состояния при занятиях по программам детского и подросткового фитнеса и способы их предупреждения; – Порядок функционирования детской игровой зоны; – Комплексы упражнений для групповых занятий с детьми и подростками с элементами хореографии, аэробики подражательного характера, упражнений фитбол-аэробики, степ-аэробики, игрового стретчинга; – Типовые программы детского, подросткового фитнеса; – Правила проведения подвижных и развивающих игр для детей и подростков; – Техники и методы страховки при проведении занятий с детьми и подростками; 	<p>воспитательной работы с детьми и подростками для формирования навыков здорового образа жизни, неприятия вредных привычек и использования допинга;</p> <ul style="list-style-type: none"> – Координировать действия детей, подростков при выполнении комплексов упражнений, выявлять ошибки в технике двигательных действий; – Вовлекать детей, подростков в занятие, развивать интерес к физическим упражнениям, стимулировать их двигательную активность; – Развивать у детей и подростков мотивированность к участию в выполнении нормативов испытаний (тестов); – Контролировать двигательную активность и безопасное выполнение упражнений, участие в игре детей, подростков с соблюдением ими норм этичного поведения при проведении занятия и в детской игровой зоне; – Разъяснять детям и подросткам общие и частные факторы риска травмирования и ухудшения физического состояния при занятиях фитнесом; – Оказывать первую помощь до оказания медицинской помощи; – Использовать спортивное оборудование и инвентарь, звуковое и осветительное оборудование при проведении занятий по программам детского, 	<p>упражнений, подвижных и развивающих игр, предусмотренных структурой занятия по программе детского, подросткового фитнеса;</p> <ul style="list-style-type: none"> – Формирование у детей, подростков навыков здорового образа жизни, отказа от вредных привычек и недопустимости использования допинга; – Контроль за двигательной активностью, физическим состоянием и воздействием физических нагрузок на детей, подростков при проведении занятия, в детской игровой зоне; – Контроль за безопасным использованием спортивного оборудования и инвентаря, безопасным выполнением комплексов упражнений детьми, подростками и за соблюдением ими норм этичного поведения; – Проведение занятий по физической подготовке детей и подростков к выполнению нормативов испытаний (тестов); – Оказание первой помощи до оказания медицинской помощи; – Составление отчетной документации о результатах проведения занятий по программам детского и подросткового фитнеса.
--	--	---	---

	<ul style="list-style-type: none"> – Требования к содержанию и организации инструктажей при проведении занятия по программам детского и подросткового фитнеса; – Правила, виды, алгоритмы оказания первой помощи до оказания медицинской помощи; – Инструкции по оказанию первой помощи до оказания медицинской помощи; – Правила эксплуатации спортивного оборудования и инвентаря, звукового, звукоусиливающего и осветительного оборудования; – Требования охраны труда; – Правила безопасного поведения на занятиях по программам детского, подросткового фитнеса – Правила этики и деонтологии в сфере взаимодействия с занимающимися; – Гигиенические требования и нормы к проведению занятий по программам детского, подросткового фитнеса; – Правила составления отчетности о проведении занятий по программам детского и подросткового фитнеса, в том числе с использованием электронных средств. 	<p>подросткового фитнеса;</p> <ul style="list-style-type: none"> – Подбирать и применять специальные комплексы упражнений для подготовки к выполнению нормативов испытаний (тестов) детьми и подростками; – Выявлять источники опасности и возникновения травматизма во время занятия по программам детского и подросткового фитнеса и выбирать алгоритмы действий по их предупреждению; – Составлять отчетную документацию о результатах проведения занятий по программам детского и подросткового фитнеса. 	
<p>ПК 1.3. Способность осуществлять подготовку и проведение мероприятий по выполнению населением нормативов испытаний (тестов). ТФ-D/03.5</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Методика подготовки к выполнению нормативов испытаний (тестов) различных категорий населения; – Порядок организации и проведения тестирования по выполнению 	<ul style="list-style-type: none"> – Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи; – Осуществлять информационное взаимодействие между организаторами и участниками испытаний (тестов); 	<ul style="list-style-type: none"> – Проведение встреч с населением с целью осуществления разъяснительной работы по привлечению населения к выполнению нормативов испытаний (тестов); – Подготовка к использованию задействованных в процедуре тестирования

	<p>нормативов испытаний (тестов);</p> <ul style="list-style-type: none"> – Правила проведения тестирования на выполнение нормативов испытаний (тестов) для населения в центрах тестирования; – Требования к физическим лицам, проходящим тестирование по нормативов испытаний (тестов); – Состав и содержание испытаний (тестов) для различных категорий населения; – Система классифицирующих показателей для оценки физической готовности занимающихся к выполнению испытаний (тестов); – Нормативы и требования для выполнений населением условий получения знаков отличия (золотого, серебряного, бронзового) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»; – Анатомо-физиологические особенности человека; – Физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; – Антидопинговые правовые документы; – Способы антидопингового противодействия; – Гигиенические требования и нормы, предъявляемые к занятиям физической культурой и спортом; 	<ul style="list-style-type: none"> – Оформлять официальные документы, связанные с проведением испытаний (тестов); – Формировать состав комиссии центра тестирования населения; – Планировать мероприятия по выполнению населением нормативов испытаний (тестов); – Контролировать готовность к использованию задействованных в процедуре тестирования населения спортивных объектов, спортивных сооружений, оборудования и инвентаря; – Использовать систему классифицирующих показателей для оценки физической готовности занимающихся к выполнению испытаний (тестов); – Применять методику подготовки населения к выполнению нормативов испытаний (тестов); – Использовать контрольно-измерительные приборы и спортивный инвентарь; – Проводить общую разминку с участниками тестирования; – Инструктировать участников тестирования; – Проводить жеребьевку участников тестирования; – Контролировать соблюдение правил выполнения испытаний (тестов) и правил этичного поведения; – Использовать средства информирования 	<p>населения спортивных объектов, спортивных сооружений, оборудования и инвентаря;</p> <ul style="list-style-type: none"> – Консультирование населения по методике подготовки к выполнению населением нормативов испытаний (тестов); – Формирование базы данных специалистов, осуществляющих подготовку и проведение мероприятий по выполнению населением нормативов испытаний (тестов); – Определение состава комиссии центра тестирования населения; – Подготовка расписания мероприятий по подготовке и проведению тестирования населения; – Разработка алгоритма проведения испытаний (тестов); – Встреча, идентификация населения - участников тестирования и проверка условий для допуска участников к прохождению тестирования; – Выполнение с населением - участниками тестирования общей разминки; – Координация действий населения - участников тестирования при выполнении ими испытаний (тестов); – Контроль соблюдения населением - участниками тестирования правил выполнения испытаний (тестов) и правил этичного поведения; – Оказание первой помощи до оказания медицинской помощи; – Сообщение населению - участникам тестирования полученных от судей результатов выполнения ими испытаний (тестов); – Составление отчетности о подготовке мероприятий по тестированию и оформление протокола результатов выполнения
--	--	---	---

	<ul style="list-style-type: none"> – Основы педагогики физической культуры, включая теорию воспитания личности и общечеловеческие нормы нравственности; – Требования охраны труда; – Правила безопасного поведения при выполнении испытаний (тестов); – Требования к специалистам в области физической культуры и спорта для формирования комиссии центра тестирования населения; – Техники и методы страховки при выполнении населением - участниками тестирования испытаний (тестов); – Правила, виды, алгоритмы оказания первой помощи до оказания медицинской помощи; – Инструкции по оказанию первой помощи до оказания медицинской помощи; – Правила эксплуатации спортивных объектов, сооружений, оборудования и инвентаря при проведении тестирования населения; – Правила составления отчетности о подготовке мероприятий по тестированию; – Правила оформления протокола результатов выполнения населением нормативов испытаний (тестов); – Правила пользования информационно- 	<p>населения - участников тестирования о результатах выполнения ими испытаний (тестов);</p> <ul style="list-style-type: none"> – Выявлять факты нарушения участниками тестирования правил выполнения испытаний (тестов); – Оказывать первую помощь до оказания медицинской помощи; – Пользоваться информационной системой тестирования; – Составлять отчетную документацию о подготовке мероприятий по тестированию и оформлять протокол результатов выполнения населением нормативов испытаний (тестов). 	<p>населением нормативов испытаний (тестов).</p>
--	---	---	--

	<p>коммуникационными технологиями и средствами связи;</p> <ul style="list-style-type: none"> – Правила этики и деонтологии в сфере взаимодействия с занимающимися; – Содержание и правила использования информационного ресурса о выполнении населением нормативов испытаний (тестов). 		
--	--	--	--

ВД 2 - Организационно-методическое обеспечение физической подготовки, физического развития населения, спортивной подготовки занимающихся (ОТФ-Ф/6)

Профессиональные компетенции	Знания	Умения	Практический опыт (владение)
<p>ПК 2.1. Способность осуществлять планирование и методическое сопровождение физической подготовки и физического развития населения. ТФ-Ф/02.6</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Порядок и формы планирования физкультурной и спортивно-массовой работы физкультурно-спортивной организации; – Физкультурно-оздоровительные технологии развития физических качеств, способностей человека; – Теория и методика физкультурной и спортивно-массовой работы; – Методика разработки содержания спортивно-массовых мероприятий; – Методики разработки мероприятий по формированию патриотизма, национальной идентичности, общечеловеческих норм нравственности, олимпийских идеалов и ценностей, норм честной игры в спорте для населения, лучшие практики и стандарты в этой области; – Методики разработки мероприятий, направленные на воспитание здорового образа жизни, неприятие вредных привычек и отказ от 	<ul style="list-style-type: none"> – Использовать методики календарного планирования и ресурсного обеспечения физкультурной, спортивно-массовой и воспитательной работы в физкультурно-спортивных организациях; – Подбирать средства, методы и формы физкультурной, спортивно-массовой и воспитательной работы в соответствии с поставленными задачами деятельности физкультурно-спортивной организации; – Использовать соответствующие возрастному и психофизиологическому развитию населения методики воспитания; – Составлять программы, планы мероприятий по формированию патриотизма, национальной идентичности, общечеловеческих норм нравственности, олимпийских идеалов и ценностей, норм честной игры в спорте для населения; – Составлять программы, планы мероприятий, 	<ul style="list-style-type: none"> – Определение задач и составление календарных планов, графиков физкультурной, спортивно-массовой и воспитательной работы физкультурно-спортивной организации; – Составление плана ресурсного обеспечения физкультурной, спортивно-массовой и воспитательной работы физкультурно-спортивной организации; – Разработка содержания спортивно-массовых мероприятий; – Определение состава секций, групп физкультурной и спортивной направленности в физкультурно-спортивной организации; – Разработка или подбор методик воспитательной работы и физической подготовки населения в секциях, группах физкультурной и спортивной направленности; – Разработка мероприятий по формированию патриотизма, национальной идентичности, общечеловеческих норм нравственности, олимпийских идеалов и ценностей, норм честной

	<p>применения допинга для населения, лучшие практики и стандарты в этой области;</p> <ul style="list-style-type: none"> – Основы педагогики физической культуры, включая теорию воспитания личности и общечеловеческие нормы нравственности; – Основы возрастной психологии и воспитания; – Принципы и методы физического воспитания и физического развития различных категорий населения; – Технологии воспитательной работы с населением; – Типовые и авторские методические комплексы физической подготовки, физического развития населения в секциях, группах физкультурной и спортивной направленности; – Социально-биологические основы, цели, задачи, ведущие направления двигательной рекреации с населением различных категорий; – Способы нормирования и контроля тренировочных нагрузок в физкультурной и спортивно-массовой работе с населением; – Передовой опыт методического обеспечения физкультурной и спортивно-массовой работы; – Антидопинговые правовые документы; – Способы антидопингового противодействия; – Методики проведения физкультурных, 	<p>направленные на воспитание здорового образа жизни, неприятие вредных привычек и отказ от применения допинга для населения;</p> <ul style="list-style-type: none"> – Разрабатывать содержание спортивно-массовых мероприятий; – Составлять программы, планы подготовки занимающихся по видам рекреации и спортивно-оздоровительного туризма; – Использовать методики планирования состава секций, групп физкультурной и спортивной направленности; – Выбирать средства и методики физической подготовки и физического развития населения в секциях, группах физкультурной и спортивной направленности с учетом принципов развития долгосрочной физической активности населения; – Подбирать и систематизировать правовую, методическую документацию по вопросам организации и осуществления физкультурной, спортивно-массовой и воспитательной работы физкультурно-спортивной организации; – Разрабатывать распорядительную и методическую документацию для реализации календарных планов, графиков физкультурной, спортивно-массовой и воспитательной работы; – Проводить методические советы и консультировать инструкторов, тренеров, 	<p>игры в спорте для населения;</p> <ul style="list-style-type: none"> – Разработка мероприятий, направленные на воспитание здорового образа жизни, неприятие вредных привычек и отказ от применения допинга для населения; – Планирование подготовки занимающихся по видам рекреации и спортивно-оздоровительного туризма; – Разработка программ подготовки занимающихся по видам рекреации и спортивно-оздоровительного туризма; – Формирование базы правовой, методической документации по вопросам организации и осуществления физкультурной, спортивно-массовой и воспитательной работы физкультурно-спортивной организации; – Разработка распорядительной и методической документации по проведению физкультурной, спортивно-массовой и воспитательной работы согласно календарным планам, графикам; – Методическое сопровождение деятельности инструкторов, тренеров, тренеров-преподавателей и специалистов физкультурно-спортивных организаций, руководителей секций, групп физкультурной и спортивной направленности; – Разработка и проведение мероприятий по видам физкультурно-оздоровительной и спортивной активности с населением, проходящим физическую подготовку в секциях, группах
--	--	---	--

	<p>спортивно-массовых мероприятий;</p> <ul style="list-style-type: none"> – Формы распорядительной и методической документации по проведению физкультурной, спортивно-массовой и воспитательной работы; – Формы и методы статистического учета результатов физкультурной, спортивно-массовой и воспитательной работы физкультурно-спортивной организации; – Основы организации работы и методического сопровождения секций, групп физкультурной и спортивной направленности; – Правила, виды, алгоритмы оказания первой помощи до оказания медицинской помощи; – Инструкции по оказанию первой помощи до оказания медицинской помощи; – Требования охраны труда; – Характеристика и особенности функционирования различных типов спортивных объектов; – Способы оформления и представления методических, презентационных, обучающих материалов; – Методы консультирования, технологии разработки и проведения методических советов; – Методы контроля исполнения планов, графиков; – Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности; 	<p>тренеров-преподавателей, специалистов физкультурно-спортивных организаций, руководителей секций, групп физкультурной и спортивной направленности;</p> <ul style="list-style-type: none"> – Планировать и проводить мероприятия по видам физкультурно-оздоровительной и спортивной активности с населением, проходящим физическую подготовку в секциях, группах физкультурной и спортивной направленности; – Использовать методы контроля за ходом исполнения планов, графиков физкультурной, спортивно-массовой и воспитательной работы физкультурно-спортивной организации и оценивать степень реализации поставленных задач; – Анализировать и обобщать в виде справочных материалов, аналитических отчетов результаты работы инструкторов, тренеров, тренеров-преподавателей, специалистов, руководителей секций, групп физкультурной и спортивной направленности; – Оказывать первую помощь до оказания медицинской помощи; – Вести статистическую отчетность по направлениям деятельности; – Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи. 	<p>физкультурной и спортивной направленности;</p> <ul style="list-style-type: none"> – Контроль исполнения планов, графиков физкультурной, спортивно-массовой и воспитательной работы физкультурно-спортивной организации; – Консультирование инструкторов, тренеров, тренеров-преподавателей, специалистов физкультурно-спортивных организаций, руководителей секций, групп физкультурной и спортивной направленности по определению содержания, форм, методов и средств физической подготовки и физического развития; – Анализ и обобщение результатов работы инструкторов, тренеров, тренеров-преподавателей, руководителей секций, групп физкультурной и спортивной направленности; – Ведение статистической отчетности в сфере физической культуры и спорта на основе документов первичного учета о состоянии и результатах физкультурной, спортивно-массовой и воспитательной работы физкультурно-спортивной организации; – Оказание первой помощи до оказания медицинской помощи.
--	--	--	---

	<ul style="list-style-type: none"> – Правила этики и деонтологии в сфере профессионального взаимодействия; – Правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи. 		
<p>ПК 2.2. Способность осуществлять разработку и внедрение программ физического воспитания и физического развития населения. ТФ-Ф/03.6</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Анатомо-физиологические особенности человека; – Анатомия человека; – Основы физиологии и биохимии спорта; – Основы общей и возрастной психологии; – Спортивное питание; – Особенности и правила употребления специализированных пищевых добавок и витаминно-минеральных комплексов; – Физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления человеческого организма в зависимости от возраста и образа жизни; – Основы педагогики физической культуры, включая теорию воспитания личности и общечеловеческие нормы нравственности; – Закономерности возрастного развития различных систем организма человека; – Основы возрастной психологии и воспитания; – Социально-биологические основы, цели, задачи, ведущие направления двигательной рекреации с различными группами населения; – Гигиенические основы физкультурно- 	<ul style="list-style-type: none"> – Использовать типовые методики разработки программ физической подготовки и физического развития населения; – Собирать, систематизировать и анализировать информацию из различных источников согласно методикам разработки программ физической подготовки и физического развития населения; – Составлять и реализовывать программы физической подготовки и физического развития населения; – Планировать формы физкультурных занятий с учетом медико-биологических основ физкультурной деятельности в целях продления физической активности, поддержания активного долголетия населения; – Разъяснять населению полезные эффекты программы физической подготовки и физического развития населения; – Составлять социально-психологические профили населения; – Анализировать социально-психологические профили населения, оценивать уровень жизнедеятельности, качество жизни населения и подбирать адекватные методики формирования 	<ul style="list-style-type: none"> – Определение целевой аудитории и оценка практической потребности внедрения программ физической подготовки, физического развития населения; – Составление плана и содержания мероприятий, необходимых для разработки программы физической подготовки, физического развития населения; – Анкетирование населения по вопросам особенностей образа жизни, занятости, наличия травм и нарушений физического состояния, уровня физической активности, режима работы, наличия вредных производственных факторов на рабочих местах и особенностей организации охраны труда; – Составление социально-психологических профилей населения; – Исследование факторов, оказывающих влияние на жизнедеятельность населения, включая антропометрические исследования, изучение условий проживания и питания, физических нагрузок, стрессов, обследование рабочих мест; – Аналитическая обработка данных анкетирования, социально-психологических профилей населения, выявление особенностей жизнедеятельности

	<p>спортивной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> – Системы и методики восстановления работоспособности у лиц, занимающихся физической культурой и спортом; – Национальные стандарты предоставления фитнес-услуг; – Концепция управления здоровым образом жизни; – Теоретические и прикладные аспекты разработки программ физической подготовки, физического развития населения, лучшие практики и стандарты в этой области; – Технологии воспитательной работы с населением; – Методики апробации и внедрения программ физической подготовки, физического развития населения; – Методики силовых, аэробных тренировок, тренировок на развитие гибкости, функционального тренинга с использованием тренажерных устройств; – Методика планирования тренировочных нагрузок для различных групп населения; – Особенности проектирования программ физической подготовки, физического развития населения для отдельных возрастных и социальных групп населения; – Типовые комплексы и программы физической подготовки, физического развития для различных групп населения; 	<p>долгосрочной физической активности, поддержания активного долголетия населения;</p> <ul style="list-style-type: none"> – Определять и организовывать процедуры получения информации, необходимой для разработки программ физической подготовки, физического развития населения с учетом требований законодательства Российской Федерации о защите персональных данных; – Оказывать первую помощь до оказания медицинской помощи; – Определять возможную эффективность программы физической подготовки, физического развития населения; – Выявлять направления модификации и совершенствования разработанной программы физической подготовки, физического развития населения с использованием технологий мониторинга; – Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи. 	<p>населения и определение направлений их корректировки;</p> <ul style="list-style-type: none"> – Составление программ физической подготовки, физического развития населения, определение ожидаемых результатов их реализации; – Апробация программы физической подготовки, физического развития населения в рамках организации, группы занятий; – Проведение контрольных измерений и тестов с целью определения сравнительной эффективности программы физической подготовки, физического развития населения; – Уточнение содержания программы физической подготовки, физического развития населения по результатам апробации; – Документальное оформление программы физической подготовки, физического развития населения; – Сопровождение внедрения программы физической подготовки, физического развития населения в форме проведения обучающих семинаров и консультаций, подготовки методических материалов; – Оказание первой помощи до оказания медицинской помощи; – Мониторинг практики внедрения программы физической подготовки, физического развития населения с целью возможной модификации и последующего совершенствования.
--	--	--	---

	<ul style="list-style-type: none"> – Оздоровительные технологии управления видами питания и массой тела человека; – Основные принципы выбора режима питания на основе морфофункциональных, психологических и возрастных особенностей населения различных возрастных групп; – Антидопинговые правовые документы; – Способы антидопингового противодействия; – Правила, виды, алгоритмы оказания первой помощи до оказания медицинской помощи; – Инструкции по оказанию первой помощи до оказания медицинской помощи; – Требования охраны труда; – Требования к документальному оформлению и составу методических разработок программ физической подготовки, физического развития населения; – Инструменты оценки эффективности программ физической подготовки, физического развития населения; – Передовой опыт методического обеспечения физической активности, поддержания активного долголетия населения; – Мотивационные техники ведения здорового и активного образа жизни; – Методы сбора, обработки и анализа информации; – Правила этики и деонтологии в сфере профессионального взаимодействия; – Правила пользования 		
--	---	--	--

	информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи.		
<p>ПК 2.3. Способность осуществлять подготовку и проведение спортивно-зрелищных мероприятий. ТФ-F/04.6</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Национальные стандарты и нормативно-техническая документация по организации спортивно-зрелищных мероприятий; – Типовые и авторские методики и технологии организации спортивно-зрелищных мероприятий; – Методики разработки мероприятий по формированию патриотизма, национальной идентичности, общечеловеческих норм нравственности, олимпийских идеалов и ценностей, норм честной игры в спорте для населения, лучшие практики и стандарты в этой области; – Методики разработки мероприятий, направленных на воспитание здорового образа жизни, неприятие вредных привычек и отказ от применения допинга для населения, лучшие практики и стандарты в этой области; – Методы формирования нравственного сознания и поведения населения средствами спортивно-зрелищных мероприятий; – Антидопинговые правовые документы; – Способы антидопингового противодействия; – Порядок оформления разрешительной документации на проведение спортивно- 	<ul style="list-style-type: none"> – Анализировать и систематизировать лучшие практики, методические разработки проектирования спортивно-зрелищных мероприятий; – Разрабатывать режиссерскую концепцию, определять композиционное построение спортивно-зрелищного мероприятия исходя из цели проведения, состава участников, параметров и условий его проведения; – Применять методы формирования нравственного сознания и поведения населения; – Составлять график разработки и получения разрешительной документации для проведения спортивно-зрелищного мероприятия; – Планировать, организовывать и проводить спортивно-зрелищные мероприятия с учетом возрастных особенностей зрителей, участников; – Определять материально-техническое и финансовое обеспечение проведения спортивно-зрелищного мероприятия; – Формировать алгоритмы взаимодействия участников спортивно-зрелищного мероприятия с ответственными лицами административных, контрольных и надзорных органов для эффективной организации мероприятия; 	<ul style="list-style-type: none"> – Выявление целей и задач, основных параметров и условий подготовки и проведения спортивно-зрелищного мероприятия; – Разработка документации (сценарного плана и сценария) на основе современных технологий, методических разработок и анализа лучших практик подготовки спортивно-зрелищных мероприятий; – Составление плана разработки и получения разрешительной документации для проведения спортивно-зрелищного мероприятия и контроль оформления разрешительной документации; – Разработка требований к месту проведения спортивно-зрелищного мероприятия, перечню спортивных сооружений, спортивному инвентарю и оборудованию, технологическому оборудованию, в том числе системам светового и аудиовизуального сопровождения в соответствии с санитарно-эпидемиологическими нормами, правилами пожарной и экологической безопасности; – Разработка композиционно-постановочного плана спортивно-зрелищного мероприятия; – Подбор современных технических средств, сценических и цифровых технологий для проведения спортивно-зрелищного мероприятия; – Разработка плана материального обеспечения и бюджета спортивно-зрелищного мероприятия;

	<p>зрелищного мероприятия;</p> <ul style="list-style-type: none"> – Теория и практика современной режиссуры спортивно-зрелищных мероприятий; – Массовые спортивно-развлекательные программы и спортивно-художественные представления; – Выразительные средства режиссуры спортивно-зрелищных мероприятий; – Технические средства, сценические, цифровые и проектные технологии подготовки и проведения спортивно-зрелищных мероприятий; – Режиссерская концепция и принципы монтажа спортивно-зрелищного мероприятия; – Способы активизации зрительского восприятия спортивно-зрелищного мероприятия; – Новые формы и современные технологии в режиссуре спортивно-зрелищных мероприятий; – Требования к нормативно-технической документации по разработке спортивно-зрелищного мероприятия; – Особенности интерактивного взаимодействия со зрителем при проведении спортивно-зрелищного мероприятия; – Постановочная работа в различных видах спорта; – Основы маркетинга спортивно-зрелищных мероприятий; 	<ul style="list-style-type: none"> – Проводить репетиционную работу в соответствии со сценарием спортивно-зрелищного мероприятия; – Использовать формы презентаций, шоу-программ, шоу-конкурсов, световые, пиротехнические и лазерные шоу и современные технологии режиссуры спортивно-зрелищных мероприятий; – Использовать технические средства, сценические и цифровые технологии для художественного восприятия спортивно-зрелищного мероприятия; – Контролировать подготовку и ход проведения спортивно-зрелищного мероприятия; – Оказывать первую помощь до оказания медицинской помощи; – Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи, электронными средствами. 	<ul style="list-style-type: none"> – Проведение репетиционной работы по подготовке спортивно-зрелищного мероприятия; – Проведение спортивно-зрелищного мероприятия; – Оказание первой помощи до оказания медицинской помощи; – Контроль и анализ результатов проведения спортивно-зрелищного мероприятия; – Подготовка отчета о проведении спортивно-зрелищного мероприятия.
--	--	---	---

	<ul style="list-style-type: none"> – Материально-техническое обеспечение и финансирование спортивно-зрелищного мероприятия; – Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы проведения спортивно-зрелищных мероприятий различных видов; – Правила, виды, алгоритмы оказания первой помощи до оказания медицинской помощи; – Инструкции по оказанию первой помощи до оказания медицинской помощи; – Требования охраны труда; – Основные виды доходов и расходов спортивно-зрелищного мероприятия; – Правила составления отчетности по результатам проведения спортивно-зрелищного мероприятия; – Правила этики и деонтологии в сфере профессионального взаимодействия; – Правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи, электронными средствами. 		
--	---	--	--

В результате освоения программы слушатель должен обладать общепрофессиональными компетенциями (ОПК) в соответствии с ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура:

Код компетенции	Наименование общепрофессиональных компетенций и(или) общих (общекультурных) компетенций или универсальных компетенций	Код и наименование индикатора достижения общепрофессиональной компетенции
ОПК-1	Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических	ОПК-1.1. Знает: – положения теории физической культуры теории спорта, физиологические, анатомо-морфологические и психические особенности

	и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста.	занимающихся физической культурой и спортом различного пола и возраста; – специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки в рамках сферы спортивной подготовки и сферы образования. ОПК-1.2. Умеет: – планировать тренировочный процесс на этапах спортивной подготовки и содержание занятий физической культурой и спортом в рамках спортивной подготовки и сферы образования; – определять методы, формы и средства при планировании содержания занятий по физической культуре и спорту. ОПК-1.3. Владеет: – технологиями планирования содержания занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки и сферы образования.
ОПК-3	Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке.	ОПК-3.1. Знает: – средства, методы и приемы различных видов физкультурно-спортивной деятельности; – организацию и методику проведения занятий физической культурой и спортом, физкультурно-спортивных мероприятий. ОПК-3.2. Умеет: – подбирать средства, методы и приемы различных видов физкультурно-спортивной деятельности для проведения занятий, составлять комплексы упражнений; – проводить занятия физической культурой и спортом, физкультурно-спортивные мероприятия. ОПК-3.3. Владеет: – методикой проведения занятий и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств, методов и приемов различных видов физкультурно-спортивной деятельности.
ОПК-6	Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.	ОПК-6.1. Знает: – роль, структуру и функции физической культуры и спорта; – составляющие здорового образа жизни и факторы, их определяющие; – механизмы и приемы формирования осознанного отношения к спортивной и физкультурной деятельности, мотивации на ведение здорового образа жизни ОПК-6.2. Умеет: – проводить мероприятия по формированию осознанного отношения занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни. ОПК-6.3. Владеет: – методикой формирования у занимающихся осознанного отношения к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни.
ОПК-9	Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения	ОПК-9.1. Знает:

	и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.	<ul style="list-style-type: none"> – содержание и формы, методы контроля, методики измерения и оценки физического развития и функционального состояния организма занимающихся физической культурой и спортом, различных сторон подготовленности занимающихся, психического состояния занимающихся. <p>ОПК-9.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> – подбирать методики измерения и оценки физического развития, подготовленности, психического состояния занимающихся; – осуществлять контрольные процедуры; – интерпретировать результаты контроля физического развития, подготовленности, психического состояния занимающихся. <p>ОПК-9.3. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> – методами контроля с использованием методик измерения и оценки физического развития, подготовленности, психического состояния занимающихся.
ОПК-12	Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики.	<p>ОПК-12.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> – нормативные правовые акты в области физической культуры и спорта; – требования нормативных актов в области образования, нормативные документы по вопросам обучения, воспитания и развития детей и молодежи, законодательство о правах ребенка, трудовое законодательство; – правила профессиональной этики. <p>ОПК-12.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> – ориентироваться в нормативных правовых актах в области образования, физической культуры и спорта; – принимать решения и совершать действия в соответствии с законами; – соблюдать правила профессиональной этики. <p>ОПК-12.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> – применения правовых и этических норм в профессиональной деятельности.

4. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

(Приложение 1 к дополнительной профессиональной программе профессиональной переподготовки)

№ пп	Наименование разделов, тем, дисциплин (модулей)	Всего часов трудоем- кости	Всего, ауд. часов	В том числе		Всего часов с ДОТ	В том числе		Самост. работа	Форма аттестаци и
				Лекции	Практически е занятия		Лекции	Практические занятия		
Блок 1. Базовые дисциплины										
1.	Биомеханика	8	4	<i>4</i>	<i>0</i>	2	<i>1</i>	<i>1</i>	2	зачет
2.	Психолого-педагогические основы физической культуры и спорта	16	8	<i>4</i>	<i>4</i>	4	<i>2</i>	<i>2</i>	4	зачет
3.	Медико-биологические основы физической культуры и спорта	26	14	<i>10</i>	<i>4</i>	6	<i>2</i>	<i>4</i>	6	зачет
4.	Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности, основы медицинских знаний	28	14	<i>6</i>	<i>8</i>	10	<i>8</i>	<i>2</i>	4	зачет
5.	Теория и методика физической культуры и спорта	22	8	<i>4</i>	<i>4</i>	6	<i>2</i>	<i>4</i>	8	зачет
6.	Нормативно-правовые и организационно-управленческие основы физической культуры и спорта	18	6	<i>6</i>	<i>0</i>	8	<i>4</i>	<i>4</i>	4	зачет
7.	Основы здорового образа жизни	10	6	<i>4</i>	<i>2</i>	2	<i>1</i>	<i>1</i>	2	зачет
8.	Базовые виды спорта (гимнастика, легкая атлетика, спортивные и подвижные игры, плавание)	28	16	<i>8</i>	<i>8</i>	6	<i>4</i>	<i>2</i>	6	зачет
9.	Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО)	26	16	<i>6</i>	<i>10</i>	4	<i>2</i>	<i>2</i>	6	зачет
	Итого по блоку 1:	182	92	<i>52</i>	<i>40</i>	48	<i>26</i>	<i>22</i>	42	
Блок 2. Вариативные модули										
10.1.	Модуль 1. Организация спортивно-массовой работы на предприятиях, в учреждениях									
10.1.1.	Организация и проведение спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий.	24	10	<i>4</i>	<i>6</i>	0	<i>0</i>	<i>0</i>	14	зачет

10.1.2.	Оздоровительная гимнастика во внерабочее время. Оздоровительная гимнастика для инвалидов.	30	12	2	10	8	2	6	10	зачет
10.1.3.	Организация гимнастики на рабочем месте и активного отдыха в рабочее время.	42	14	2	12	16	2	14	12	экзамен
	Всего по модулю 1:	96	36	8	28	24	4	20	36	
10.2.	Модуль 2. Организация спортивно-массовой работы на спортивных сооружениях, в том числе на открытых/ закрытых спортивных площадках, а также в парках для лиц различных возрастных групп, в том числе старших возрастных групп									
10.2.1.	Содержание занятий на спортивных сооружениях.	24	10	4	6	0	0	0	14	зачет
10.2.2.	Возрастные особенности проведения занятий. Профилактика травматизма.	30	12	2	10	8	2	6	10	зачет
10.2.3.	Содержание физкультурно-оздоровительных занятий. Физкультурно-оздоровительные занятия для инвалидов.	42	14	2	12	16	2	14	12	экзамен
	Всего по модулю 2:	96	36	8	28	24	4	20	36	
10.3.	Модуль 3. Организация спортивно-массовой работы в физкультурно-оздоровительных клубах и фитнес центрах для лиц различных возрастных групп, в том числе старших возрастных групп									
10.3.1.	Физкультурно-оздоровительные клубы, фитнес центры, их виды деятельности.	24	10	4	6	0	0	0	14	зачет
10.3.2.	Организация дополнительных спортивных и оздоровительных услуг для детей в физкультурно-оздоровительных клубах.	30	12	2	10	8	2	6	10	зачет
10.3.3.	Современные виды оздоровительной гимнастики	42	14	2	12	16	2	14	12	экзамен
	Всего по модулю 3:	96	36	8	28	24	4	20	36	
10.4.	Модуль 4. Организация спортивно-массовой работы специалистов центров тестирования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)									

10.4.1.	Особенности работы стационарных площадок для ГТО.	24	10	4	6	0	0	0	14	зачет
10.4.2.	Организация судейства соревнований комплекса ГТО.	30	12	2	10	8	2	6	10	зачет
10.4.3.	Методика подготовки к выполнению нормативов ВФСК ГТО для лиц разного возраста. Подготовка инвалидов к ГТО.	42	14	2	12	16	2	14	12	экзамен
	Всего по модулю 4:	96	36	8	28	24	4	20	36	
10.5.	Модуль 5. Организация спортивно-массовой работы в школьном и студенческом спортивном клубе									
10.5.1.	Организация и проведение спортивно-массовой работы для детей школьного возраста.	24	10	4	6	0	0	0	14	зачет
10.5.2.	Организация и проведение спортивно-массовой работы для студентов.	30	12	2	10	8	2	6	10	зачет
10.5.3.	Фитнес программы в повышении физического состояния и физической подготовленности школьников и студентов.	42	14	2	12	16	2	14	12	экзамен
	Всего по модулю 5:	96	36	8	28	24	4	20	36	
11.	Практика	18	0	0	0	18	0	18	0	зачет
	Итого по блоку 2:	114	36	8	28	42	4	38	36	
12.	Итоговая аттестация	4	4	0	4	0	0	0	0	итоговый аттестационный экзамен
Всего		300	132	60	72	90	30	60	78	

5. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

даты	1 месяц				2 месяц				3 месяц			
	7-13	14-20	21-27	28-4	5-11	12-18	19-25	26-1	2-8	9-15	16-22	23-29
пон	А	А	А	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Д	А	А
вт	А	А	А	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Д	А	А
ср	А	А	А	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Д	А	ПА
четв	А	А	А	Д	Д	Д	Д	Д	Д	П	А	ИА
пятн	А	А	ПА	Д	Д	Д	Д	Д	Д	П	А	ИА
суб	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Д	П	Д	
воскр												

Условные обозначения:

А - Аудиторные занятия; Д – Дистанционная работа; П - Практика; ПА - Промежуточная аттестация; ИА - Итоговая аттестация

6. РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИН (МОДУЛЕЙ)/ПРАКТИК/ СТАЖИРОВОК

Рабочая программа дисциплины «Биомеханика».

Рабочая программа дисциплины «Психолого-педагогические основы физической культуры и спорта».

Рабочая программа дисциплины «Медико-биологические основы физической культуры и спорта».

Рабочая программа дисциплины «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности, спортивная медицина».

Рабочая программа дисциплины «Теория и методика физической культуры и спорта».

Рабочая программа дисциплины «Нормативно-правовые и организационно-управленческие основы физической культуры и спорта».

Рабочая программа дисциплины «Основы здорового образа жизни».

Рабочая программа дисциплины «Базовые виды спорта (гимнастика, легкая атлетика, спортивные и подвижные игры, плавание)».

Рабочая программа дисциплины «Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО)».

Вариативные модули:

Модуль 1. Организация спортивно-массовой работы на предприятиях, в учреждениях.

Рабочая программа дисциплины «Организация и проведение спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий».

Рабочая программа дисциплины «Оздоровительная гимнастика во внерабочее время. Оздоровительная гимнастика для инвалидов».

Рабочая программа дисциплины «Организация гимнастики на рабочем месте и активного отдыха в рабочее время».

Модуль 2. Организация спортивно-массовой работы на спортивных сооружениях, в том числе на открытых/ закрытых спортивных площадках, а также в парках для лиц различных возрастных групп, в том числе старших возрастных групп.

Рабочая программа дисциплины «Содержание занятий на спортивных сооружениях».

Рабочая программа дисциплины «Возрастные особенности проведения занятий. Профилактика травматизма».

Рабочая программа дисциплины «Содержание физкультурно-оздоровительных занятий. Физкультурно-оздоровительные занятия для инвалидов».

Модуль 3. Организация спортивно-массовой работы в физкультурно-оздоровительных клубах и фитнес центрах для лиц различных возрастных групп, в том числе старших возрастных групп.

Рабочая программа дисциплины «Физкультурно-оздоровительные клубы, фитнес центры, их виды деятельности».

Рабочая программа дисциплины «Организация дополнительных спортивных и оздоровительных услуг для детей в физкультурно-оздоровительных клубах».

Рабочая программа дисциплины «Современные виды оздоровительной гимнастики».

Модуль 4. Организация спортивно-массовой работы специалистов центров тестирования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Рабочая программа дисциплины «Особенности работы стационарных площадок для ГТО».

Рабочая программа дисциплины «Организация судейства соревнований комплекса ГТО».

Рабочая программа дисциплины «Методика подготовки к выполнению нормативов ВФСК ГТО для лиц разного возраста. Подготовка инвалидов к ГТО».

Модуль 5. Организация спортивно-массовой работы в школьном и студенческом спортивном клубе.

Рабочая программа дисциплины «Организация и проведение спортивно-массовой работы для детей школьного возраста».

Рабочая программа дисциплины «Организация и проведение спортивно-массовой работы для студентов».

Рабочая программа дисциплины «Фитнес программы в повышении физического состояния и физической подготовленности школьников и студентов».

Рабочая программа практики.

Программа итоговой аттестации.

7. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

7.1. Организация образовательного процесса

В образовательном процессе используются следующие *виды учебной деятельности*:

- Лекции. Предназначены для обзора теоретического материала и выделения наиболее значимых, с точки зрения управления, концепций и подходов.

В дистанционном формате лекции реализуются в двух вариантах: синхронные - онлайн-трансляции с непосредственным взаимодействием преподавателя и обучающихся (через специализированные платформы), включающие демонстрацию презентаций, обсуждение ключевых тезисов, ответы на вопросы в реальном времени; асинхронные - предоставление записанных видеолекций, текстовых конспектов и инфографики в электронной информационно-образовательной среде (ЭИОС), с возможностью повторного просмотра и самостоятельного изучения материала.

- Практические занятия. Проводятся для освоения представленных в программе концепций, идей и техник, развития и закрепления навыков их применения в различных ситуациях. Занятия основаны на использовании эффективных методов групповой или индивидуальной работы и обмена опытом.

В дистанционном формате практические занятия организуются следующим образом: синхронные сессии - вебинары с разбором кейсов, групповые дискуссии в виртуальных комнатах, ролевые игры в онлайн-среде, коллективное решение задач с использованием интерактивных досок; асинхронные задания - работа с интерактивными симуляциями, выполнение практических упражнений в ЭИОС, анализ кейсов с последующей письменной рефлексией, подготовка мини-проектов с загрузкой результатов в облачные хранилища; комбинированные форматы - предварительное самостоятельное изучение материалов с последующим онлайн-обсуждением и презентацией решений.

- Самостоятельная работа. Включает изучение программного материала по основным и дополнительным литературным источникам, подготовку сообщений по отдельным темам, составление документов планирования (конспектов и т. д.), выполнение практических заданий, подготовку к проведению отдельных частей занятий, решение конкретных профессионально-ориентированных задач.

В условиях дистанционного обучения самостоятельная работа приобретает следующие особенности: доступ к электронным ресурсам (учебникам, статьям, базам данных) через ЭИОС и библиотечные платформы; выполнение заданий с использованием специализированных онлайн-инструментов (например, конструкторов документов, программ моделирования); ведение электронного портфолио для систематизации материалов и отслеживания прогресса; участие в асинхронных дискуссиях в ЭИОС для обмена мнениями и взаимопроверки работ; самоконтроль через автоматизированные тесты и чек-листы, размещённые в системе обучения.

При реализации различных видов учебной деятельности используются следующие **образовательные технологии**:

- анализ учебных и практических ситуаций;
- технология работы в рамках проблемно-ориентированного подхода (анализ ситуации, выработка предположений и выявление проблемы, формулировка выводов, выработка рекомендаций и плана действий, предполагаемые последствия реализации рекомендаций, преимущества и недостатки предложений);
- технология организации дискуссии и развития коммуникативных навыков;
- компетентный подход с акцентированием не на сумме усвоенных знаний, а на способности обучающегося успешно действовать в различных ситуациях;
- личностно-ориентированный подход.

7.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение

Каждый обучающийся должен располагать доступом к библиотечным ресурсам университета (в том числе, электронно-библиотечным системам (электронным библиотекам), а также к электронной информационно-образовательной среде.

Требования к учебно-методическому и информационному обеспечению каждой из реализуемых дисциплин (модулей)/практик представлены в соответствующих рабочих программах и в программе итоговой аттестации.

7.3. Материально-техническое обеспечение

Университет располагает материально-технической базой, соответствующей действующим противопожарным правилам и нормам и обеспечивающей проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, практической работы обучающихся, предусмотренных учебным планом.

Специальные помещения представляют собой учебные аудитории для проведения лекционных и практических занятий (в том числе, с применением информационных технологий), консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы и помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования. Специальные помещения укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Для проведения занятий лекционного типа предлагаются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающие тематические иллюстрации, соответствующие программам дисциплин.

Для проведения занятий с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения требуется обеспечение стабильного интернет-соединения и программного обеспечения для онлайн-взаимодействия.

Перечень материально-технического обеспечения, необходимого для реализации программы *«Физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа с населением»*, включает в себя лекционные аудитории, методические кабинеты, лаборатории, спортивные залы и площадки, оснащенные специализированным оборудованием.

Требования к материально-техническому обеспечению каждой из реализуемых дисциплин (модулей)/практик представлены в соответствующих рабочих программах.

7.4. Кадровое обеспечение

Реализация программы *«Физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа с населением»* обеспечивается руководящими и научно-педагогическими работниками организации, а также лицами, привлекаемыми к реализации программы на условиях гражданско-правового договора из числа работодателей и специалистов в сфере деятельности по направлению профессиональной переподготовки (организационно-методической деятельности в области физической культуры и спорта).

Специфические требования к кадровому обеспечению каждой из реализуемых дисциплин (модулей)/практик представлены в соответствующих рабочих программах.

8. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

В отношении соответствия результатов освоения дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки заявленным целям и планируемым результатам обучения проводится оценка качества освоения программы.

Оценка качества освоения программы включает:

– текущую и промежуточную аттестацию по отдельным дисциплинам (модулям) / практикам программы (формы текущей и промежуточной аттестации, оценочные средства, критерии оценивания, а также методические рекомендации и требования к выполнению заданий представлены в рабочих программах дисциплин (модулей)/практик;

– итоговую аттестацию.

Итоговая аттестация по программе проводится в форме **итогового аттестационного экзамена**.

Описание содержания, процедуры проведения итоговой аттестации, оценочные средства, критерии оценивания, а также методические рекомендации и требования к выполнению заданий представлены в программе итоговой аттестации.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»

Институт дополнительного образования



Учебный план*

дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки
«ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ И СПОРТИВНО-МАССОВАЯ РАБОТА С НАСЕЛЕНИЕМ»
(с присвоением квалификации «инструктор по спорту, специалист центра тестирования ВФСК «Готов к труду и обороне» (ГТО)»)

Направление подготовки (специальность): 49.03.01 Физическая культура

Цель реализации образовательной программы – профессиональная переподготовка специалистов в качестве инструкторов-методистов физкультурно-спортивных организаций и образовательных организаций, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта, с целью овладения ими новыми компетенциями, современными средствами физкультурно-спортивной деятельности, необходимыми для приобретения новой квалификации.

Категория слушателей: к освоению дополнительной профессиональной программы повышения квалификации допускаются лица, имеющие среднее профессиональное и (или) высшее образование; лица, получающие среднее профессиональное или высшее образование. Наличие указанного образования должно подтверждаться документом об образовании и о квалификации или справкой с места учебы.

Форма обучения: очная с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения.

Трудоёмкость: 300 академических часов.

Срок освоения: 3 месяца.

Режим занятий: 4-5 раз в неделю по 4-6 часов.

* Учебный план подготовлен на основании ДПП ПП «Физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа с населением», утв. Федеральным учебно-методическим объединением в системе высшего образования (ФУМО) по укрупненной группе специальностей и направлений подготовки 49.00.00 Физическая культура и спорт 25 ноября 2019 г.

№ пп	Наименование разделов, тем, дисциплин (модулей)	Всего часов трудоем- кости	Всего, ауд. часов	В том числе		Всего часов с ДОТ	В том числе		Самост. работа	Форма аттестации
				Лекции	Практические занятия		Лекции	Практические занятия		
Блок 1. Базовые дисциплины										
	Биомеханика	8	4	4	0	2	1	1	2	зачет
2.	Психолого-педагогические основы физической культуры и спорта	16	8	4	4	4	2	2	4	зачет
3.	Медико-биологические основы физической культуры и спорта	26	14	10	4	6	2	4	6	зачет
4.	Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности, основы медицинских знаний	28	14	6	8	10	8	2	4	зачет
5.	Теория и методика физической культуры и спорта	22	8	4	4	6	2	4	8	зачет
6.	Нормативно-правовые и организационно-управленческие основы физической культуры и спорта	18	6	6	0	8	4	4	4	зачет
7.	Основы здорового образа жизни	10	6	4	2	2	1	1	2	зачет
8.	Базовые виды спорта (гимнастика, легкая атлетика, спортивные и подвижные игры, плавание)	28	16	8	8	6	4	2	6	зачет
9.	Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО)	26	16	6	10	4	2	2	6	зачет
	Итого по блоку 1:	182	92	52	40	48	26	22	42	
Блок 2. Вариативные модули										
Модуль 1. Организация спортивно-массовой работы на предприятиях, в учреждениях										
	Организация и проведение спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий.	24	10	4	6	0	0	0	14	зачет

Оздоровительная гимнастика во внерабочее время. Оздоровительная гимнастика для инвалидов.	30	12	2	10	8	2	6	10	зачет
Организация гимнастики на рабочем месте и активного отдыха в рабочее время.	42	14	2	12	16	2	14	12	экзамен
Всего по модулю 1:	96	36	8	28	24	4	20	36	
Модуль 2. Организация спортивно-массовой работы на спортивных сооружениях, в том числе на открытых/ закрытых спортивных площадках, а также в парках для лиц различных возрастных групп, в том числе старших возрастных групп									
Содержание занятий на спортивных сооружениях.	24	10	4	6	0	0	0	14	зачет
Возрастные особенности проведения занятий. Профилактика травматизма.	30	12	2	10	8	2	6	10	зачет
Содержание физкультурно-оздоровительных занятий. Физкультурно-оздоровительные занятия для инвалидов.	42	14	2	12	16	2	14	12	экзамен
Всего по модулю 2:	96	36	8	28	24	4	20	36	
Модуль 3. Организация спортивно-массовой работы в физкультурно-оздоровительных клубах и фитнес центрах для лиц различных возрастных групп, в том числе старших возрастных групп									
Физкультурно-оздоровительные клубы, фитнес центры, их виды деятельности.	24	10	4	6	0	0	0	14	зачет
Организация дополнительных спортивных и оздоровительных услуг для детей в физкультурно-оздоровительных клубах.	30	12	2	10	8	2	6	10	зачет
Современные виды оздоровительной гимнастики	42	14	2	12	16	2	14	12	экзамен
Всего по модулю 3:	96	36	8	28	24	4	20	36	
Модуль 4. Организация спортивно-массовой работы специалистов центров тестирования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)									

	Особенности работы стационарных площадок для ГТО.	24	10	4	6	0	0	0	14	зачет
	Организация судейства соревнований комплекса ГТО.	30	12	2	10	8	2	6	10	зачет
	Методика подготовки к выполнению нормативов ВФСК ГТО для лиц разного возраста. Подготовка инвалидов к ГТО.	42	14	2	12	16	2	14	12	экзамен
	Всего по модулю 4:	96	36	8	28	24	4	20	36	
Модуль 5. Организация спортивно-массовой работы в школьном и студенческом спортивном клубе										
	Организация и проведение спортивно-массовой работы для детей школьного возраста.	24	10	4	6	0	0	0	14	зачет
	Организация и проведение спортивно-массовой работы для студентов.	30	12	2	10	8	2	6	10	зачет
	Фитнес программы в повышении физического состояния и физической подготовленности школьников и студентов.	42	14	2	12	16	2	14	12	экзамен
	Всего по модулю 5:	96	36	8	28	24	4	20	36	
13.	Практика	18	0	0	0	18	0	18	0	зачет
	Итого по блоку 2:	114	36	8	28	42	4	38	36	
14.	Итоговая аттестация	4	4	0	4	0	0	0	0	итоговый аттестационный экзамен
Всего		300	132	60	72	90	30	60	78	

И.о. директора ИДО



И.С. Крамской