

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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

Институт дополнительного образования



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКИ

**ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**  
**(с присвоением квалификации**  
**«инструктор-методист по лечебной физической культуре»)**

направление подготовки (специальность):  
**49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии  
здоровья (адаптивная физическая культура)»**

Объем: 748 часов

Москва, 2025

Программа утверждена и рекомендована к использованию  
Межфакультетским советом РУС «ГЦОЛИФК»  
Протокол № 01-09-25 от «25» сентября 2025 г.

Разработчик:

**Михайлова М.Г.** – к.п.н., доцент, доцент кафедры Физической реабилитации, массажа и  
оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини РУС «ГЦОЛИФК»

Рецензент:

Тихаченко С.А. – к.п.н., доцент

Ф.И.О., ученая степень, звание, должность.

## **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»;
- 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»;
- Методические рекомендации для организаций, реализующих дополнительные образовательные программы спортивной подготовки по адаптивному спорту, утвержденные приказом Минспорта России от 26 января 2024 г. № 65.

Программа разработана на основе Профессионального стандарта 05.004 - «Инструктор-методист по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту», утвержденного приказом Минтруда России от 02.04.2019 г. № 197н.

Программа разработана на основе требований к результатам освоения образовательной программы Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (далее - ФГОС ВО) – бакалавриат по направлению подготовки: 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)», утвержденного приказом Минобрнауки России от 19.09.2017г. № 942.

### **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 / очно-заочная.

### **1.4. Трудоемкость обучения и режим занятий слушателей:**

Общая трудоемкость составляет 748 академических часов, в том числе: 394 аудиторных часа.

Занятия проводятся в течение 9 месяцев 3 раза в неделю по 4 часа.

## **2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

**Цель программы** – профессиональная переподготовка специалистов в качестве инструкторов по лечебной физической культуре, осуществляющих деятельность в области лечебной физической культуры с целью овладения ими новыми компетенциями, современными средствами физкультурно-оздоровительной деятельности, необходимыми для приобретения новой квалификации «инструктор-методист по лечебной физической культуре».

Программа является преемственной к основной профессиональной образовательной программе высшего образования по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)», профиль «Лечебная физическая культура».

**Задачи программы:**

- сформировать объем базовых знаний теоретико-методических основ лечебной физической культуры;
- сформировать умения в применении новейших технологий и методик лечебной физической культуры;
- подготовить компетентного специалиста, владеющего теоретическими знаниями и практическими умениями в организации и осуществлении деятельности в области лечебной физической культуры и спорта;
- подтвердить документально квалификацию инструктора-методиста по лечебной физической культуре, необходимую для работы в образовательных, физкультурно-оздоровительных и физкультурно-спортивных организациях, осуществляющих деятельность по лечебной физической культуре.

### 3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

#### 3.1. Характеристика нового вида профессиональной деятельности

а) *Область, сфера профессиональной деятельности* слушателя, прошедшего обучение по программе профессиональной переподготовки для выполнения нового вида профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта с присвоением новой квалификации «инструктор-методист по лечебной физической культуре», – физическая культура и спорт (в сфере адаптивной физической культуры, оздоровительной физической культуры, физической реабилитации, адаптивного спорта, спортивной подготовки).

б) *Объектами профессиональной деятельности* являются:

- физические, психические, социальные и духовные характеристики лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов) всех нозологических форм, возрастных и гендерных групп, реализующих свои потребности в процессе занятий различными видами адаптивной физической культуры: адаптивным физическим воспитанием, адаптивным спортом, адаптивной двигательной рекреацией, физической реабилитацией, экстремальными и креативными видами двигательной активности;
- общеобразовательные и профессиональные образовательные организации, образовательные организации дополнительного образования детей – организации адаптивной физической культуры и адаптивного спорта (детско-юношеские спортивно-адаптивные школы, адаптивные детско-юношеские клубы физической подготовки), структурные подразделения по адаптивному спорту в образовательных организациях, организации, реализующие программы для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов), физкультурно-оздоровительные и реабилитационные центры, лечебно-профилактические организации, санатории, дома отдыха.

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 «Инструктор-методист по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту»:

- осуществлять организационно-методическое обеспечение реабилитационной (восстановительной) деятельности с помощью средств физической культуры, спортивной подготовки лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов, вовлеченных в

деятельность в сфере оздоровительной и адаптивной физической культуры, адаптивного физического воспитания, адаптивного спорта.

г) **Уровень квалификации** – 5-6 – в соответствии с Профессиональным стандартом «Инструктор-методист по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту».

### 3.2. Требования к результатам обучения

В результате обучения слушатель должен обладать профессиональными компетенциями, соответствующими виду и сфере деятельности по соответствующему профессиональному стандарту:

**ВД1 (ОТФ-А/5) - Организация групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами с отклонениями в состоянии здоровья:**

Профессиональные компетенции	Знания	Умения	Практический опыт (владение)
ПК 1.1. Способность проводить с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья занятия по программам адаптивного физического воспитания и индивидуальным планам физической реабилитации (ТФ-А/02.5)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Теория и методика адаптивной физической культуры;</li> <li>– Теория и методика лечебной физической культуры;</li> <li>– Основы коррекционной педагогики и коррекционной психологии;</li> <li>– Анатомия человека;</li> <li>– Физиология человека;</li> <li>– Современные методики организации занятий по лечебной и адаптивной физической культуре при различных заболеваниях и нарушениях функций организма инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья;</li> <li>– Гигиенические основы физического воспитания;</li> <li>– Правила техники безопасности при проведении занятий лечебной и адаптивной физической культурой и основы организации первой помощи инвалидам, лицам с отклонениями в состоянии здоровья;</li> <li>– Медицинские основы адаптивной физической культуры и спорта;</li> <li>– Первые признаки утомления инвалидов, лиц с отклонениями в состоянии здоровья;</li> <li>– Порядок составления индивидуальной программы физической реабилитации лиц с</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Планировать процесс физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов с учетом индивидуальной программы реабилитации;</li> <li>– Планировать групповое или индивидуальное занятие по лечебной и адаптивной физической культуре по индивидуальной программе физической реабилитации;</li> <li>– Демонстрировать лицам с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидам элементы техники выполнения упражнений; проводить самостоятельно занятия ЛФК при наиболее распространенных заболеваниях и травмах;</li> <li>– Использовать спортивное и оздоровительно-реабилитационное оборудование, инвентарь, контрольно-измерительные приборы для занятий по адаптивной физической культуре и лечебной физической культуре;</li> <li>– Оценивать уровень подготовленности лиц с отклонениями в</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Составление индивидуальной программы физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов;</li> <li>– Владение методикой проведения занятий по лечебной физической культуре и адаптивной физической культуре при заболеваниях и травмах опорно-двигательного аппарата, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой и нервной систем;</li> <li>– Разработка плана-конспекта проведения индивидуального и группового занятия по лечебной и адаптивной физической культуре согласно индивидуальной программе физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов;</li> <li>– Контроль подготовленности лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов к занятию лечебной и адаптивной физической культурой;</li> <li>– Проведение занятия по лечебной и адаптивной физической культуре согласно индивидуальной программе физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов;</li> </ul>

	<p>отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов, плана-конспекта проведения индивидуального и группового занятия по лечебной гимнастике с лицами с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидами;</p> <p>– Правила использования оздоровительно-реабилитационного оборудования и инвентаря для занятий лечебной и адаптивной физической культурой;</p> <p>– Формы составления отчета о проведении индивидуального или группового занятия по лечебной и адаптивной физической культуре.</p>	<p>состоянии здоровья лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов;</p> <p>– Контролировать физическое, функциональное и психическое состояние лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов, во время проведения занятия по лечебной и адаптивной физической культуре;</p> <p>– Проводить корректировку плана-конспекта индивидуального или группового занятия по лечебной и адаптивной физической культуре с учетом показателей контроля функционального состояния и физической подготовленности лиц с отклонениями в состоянии здоровья лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов;</p> <p>– Определять признаки переутомления, перенапряжения, варьировать степенью и направленностью физической нагрузки;</p> <p>– Разъяснять правила техники безопасности при выполнении упражнений;</p> <p>– Организовывать первую помощь;</p> <p>– Вести отчетную документацию по результатам проведения занятий по адаптивной физической культуре и лечебной физической культуре.</p>	<p>– Регулирование физической нагрузки в соответствии с задачами, формой организации лечебной физической культуры, характером типичных нарушений функций организма, функциональных возможностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов;</p> <p>– Контроль и оперативная коррекция выполнения двигательных действий лицами с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидами;</p> <p>– Оценка адекватности физической нагрузки и эффективности выполнения индивидуальной программы физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов;</p> <p>– Обеспечение безопасного проведения занятия по лечебной и адаптивной физической культуре;</p> <p>– Составление методических рекомендаций лицам с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидам, их законным представителям о проведении занятий по лечебной и адаптивной физической культуре в домашних условиях;</p> <p>– Отчет о проведении занятия по лечебной и адаптивной физической культуре.</p>
<p>ПК 1.2. Способность проводить воспитательную, рекреационно-досуговую, оздоровительную работу с инвалидами и лицами с ограниченными</p>	<p>– Технология планирования и современные формы организации воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работы с лицами с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидами;</p>	<p>– Вести пропаганду здорового образа жизни среди лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов;</p> <p>– Проводить коммуникации с лицами с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидами с учетом нравственных и</p>	<p>– Анализ планов и программ, регламентирующих содержание воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работы с лицами с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидами;</p> <p>– Разработка рабочих планов мероприятий по</p>

<p>возможностями здоровья (ТФ-А/03.5)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Специальная педагогика и специальная психология;</li> <li>– Анатомия;</li> <li>– Физиология с основами биохимии;</li> <li>– Основы организации здорового образа жизни;</li> <li>– Теория и методика адаптивной физической культуры;</li> <li>– Технологии физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>– Психология и педагогика;</li> <li>– Первые признаки утомления лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов;</li> <li>– Методы общения с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья, методы общения с лицами, имеющими поражения отдельных органов чувств;</li> <li>– Медицинские основы лечебной и адаптивной физической культуры;</li> <li>– Гигиенические основы физического воспитания;</li> <li>– Правила техники безопасности при проведении воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных мероприятий с лицами с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидами, основы организации первой помощи лицам с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидам;</li> <li>– Правила использования специализированного спортивного и оздоровительно-реабилитационного оборудования и тренажеров для</li> </ul>	<p>деонтологических норм;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Излагать сведения для формирования гигиенических знаний, умений и навыков, данные по истории развития лечебной физической культуры, основам физкультурно-спортивной деятельности в доступной форме;</li> <li>– Демонстрировать элементы техники выполнения упражнений в самостраховке, страховке;</li> <li>– Использовать методы словесного, наглядного и сенсорно-коррекционного воздействия при показе техники выполнения упражнений;</li> <li>– Организовывать первую помощь;</li> <li>– Контролировать технику выполнения упражнений лицами с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидами, находить и исправлять ошибки;</li> <li>– Пользоваться специализированным спортивным и оздоровительно-реабилитационным оборудованием и тренажерами для совершенствования физических качеств;</li> <li>– Использовать различные средства, формы и методы лечебной физической культуры для лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов;</li> <li>– Планировать и проводить занятия и мероприятия по воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работе с лицами с отклонениями в состоянии здоровья и</li> </ul>	<p>воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работе с лицами с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидами, подготовка методических материалов для проведения занятий и мероприятий;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Разработка и проведение мероприятий по формированию устойчивого интереса к занятиям оздоровительной физической культурой среди лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов;</li> <li>– Формирование индивидуальной/групповой программы поддержания и совершенствования физической работоспособности с использованием средств и методов оздоровительной физической культур, с учётом возраста, пола и характера деятельности;</li> <li>– Контроль состояния мест проведения занятий и мероприятий по воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работе с лицами с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидами в соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями;</li> <li>– Проведение занятий с лицами с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидами по формированию гигиенических знаний, умений и навыков, по истории развития лечебной физической культуры, основам физкультурно-спортивной деятельности. Обучение инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья безопасному использованию спортивного оборудования, тренажеров, устройств и вспомогательных средств для совершенствования спортивной техники, использованию инвентаря</li> </ul>
---	---	--	---

	<p>совершенствования физических качеств;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Правила этики и деонтологии в сфере взаимодействия с лицами с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидами;</li> <li>– Порядок составления и ведения документации по воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работе с лицами с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидами.</li> </ul>	<p>инвалидами, готовить необходимые методические материалы;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Оценивать результаты коррекционно-развивающей направленности педагогических воздействий в отношении лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов при проведении тренировочных, воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных занятий и мероприятий, готовить обоснованные предложения по корректировке планов мероприятий;</li> <li>– Мотивировать лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов к участию в воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных мероприятиях;</li> <li>– Своевременно выявлять угрозы и оценивать степень опасности внешних и внутренних факторов, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять алгоритмы действий для устранения или снижения опасности последних.</li> </ul>	<p>и спортивной экипировки в избранном виде спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Обучение лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов выполнению упражнений в самостраховке, страховке, оказание помощи при выполнении различных упражнений и технических действий;</li> <li>– Контроль соблюдения графика занятий и мероприятий по воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работе с лицами с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидами;</li> <li>– Подготовка предложений тренирующе-оздоровительной направленности при проведении воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной с лицами с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидами.</li> </ul>
--	---	---	--

***ВД2 (ОТФ-В/6) - Организационно-методическое обеспечение процессов реабилитационной (восстановительной) деятельности с применением средств физической культуры, спортивной подготовки инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья:***

Профессиональные компетенции	Знания	Умения	Практический опыт (владение)
ПК 2.1. Способность осуществлять управление процессами методического обеспечения	– Нормативные правовые акты в области физической культуры и спорта в части регулирования и развития адаптивной	– Определять задачи и делегировать полномочия инструкторам-методистам по лечебной физической	– Разработка программ, планов физической реабилитации, активного отдыха, оздоровительной физической культуры в

<p>реабилитационной (восстановительной) деятельности с помощью средств физической культуры, спортивной подготовки инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья <b>(ТФ-В/04.6)</b></p>	<p>физической культуры, адаптивного спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Приоритетные направления развития адаптивной физической культуры и спорта;</li> <li>– Теория и методика физической культуры;</li> <li>– Теория и методика адаптивной физической культуры;</li> <li>– Основы спортивно-медицинской, спортивно-функциональной и гандикапной классификаций;</li> <li>– Биомеханика двигательной деятельности;</li> <li>– Анатомия человека;</li> <li>– Физиология человека;</li> <li>– Принципы и формы организации реабилитационной (восстановительной) деятельности инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья с использованием средств физической культуры, направленные на восстановление нарушенных или временно утраченных функций организма человека и способностей к общественной и профессиональной деятельности;</li> <li>– Медицинские основы адаптивной физической культуры и спорта;</li> <li>– Правила техники безопасности при осуществлении реабилитационной (восстановительной) деятельности с использованием средств физической культуры, спортивной подготовки инвалидов, лиц с ограниченными</li> </ul>	<p>культуре, вести контроль их деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Разрабатывать программы, планы-конспекты и методическое сопровождение лечебной физической культуры, физической реабилитации, активного отдыха;</li> <li>– Оценивать уровень и составлять планы развития профессиональных компетенций инструкторов-методистов по лечебной физической культуре;</li> <li>– Систематизировать методические и информационные материалы по обеспечению реабилитационной (восстановительной) деятельности с использованием средств физической культуры, спортивной подготовки лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов;</li> <li>– Пользоваться современными технологиями реализации компетентного подхода, реабилитационными (восстановительными) технологиями в отношении лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов;</li> <li>– Координировать тренировочный, воспитательный и реабилитационный (восстановительный) процессы, оптимизировать физические потенциалы лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов .соответствии с видами</li> </ul>	<p>физкультурно-спортивной или организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Управление разработкой комплексов занятий по лечебной физической культуре;</li> <li>– Оценка эффективности применяемых методов оздоровительной физической культуры и методов физкультурно-спортивной деятельности лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов, разработка предложений по совершенствованию физкультурно-оздоровительно работы в области адаптивной лечебной физической культуры;</li> <li>– Координирование тренировочного, воспитательного и реабилитационного (восстановительного) процессов в организации спортивной подготовки и организациях, осуществляющих деятельность в области адаптивной физической культуры и спорта;</li> <li>– Мониторинг уровня профессиональной подготовленности инструкторов-методистов по лечебной физической культуре, планирование мероприятий по развитию их профессиональных компетенций;</li> <li>– Контроль формирования банка педагогической, психологической, научно-методической, методической информации, нормативных правовых актов в области</li> </ul>
--	--	---	--

	<p>возможностями здоровья;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Основы коррекционной педагогики и коррекционной психологии;</li> <li>– Методическое обеспечение адаптивного физического воспитания, адаптивной двигательной рекреации, физической реабилитации, активного отдыха, включая современные методы и инновационные технологии;</li> <li>– Содержание когнитивного и двигательного (моторного) обучения, основанного на единстве механизмов формирования ориентировочной основы умственных, сенсорных, перцептивных и двигательных действий и понятий;</li> <li>– Методы сбора, систематизации и статистической обработки информации;</li> <li>– Методы оценки качества и результативности работы инструкторов-методистов по лечебной физической культуре.</li> </ul>	<p>лечебной физической культуры;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Проводить коррективную методик сопровождения реабилитационной (восстановительной) деятельности с использованием средств физической культуры лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.</li> </ul>	<p>лечебной и адаптивной физической культуры;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Управление деятельностью инструкторов-методистов по лечебной физической культуре по распространению современных технологий в области реабилитации.</li> </ul>
--	--	---	--

В результате освоения программы слушатель должен обладать общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

Код компетенции	Наименование общепрофессиональных компетенций и(или) общих (общекультурных) компетенций или универсальных компетенций	Код и наименование индикатора достижения общепрофессиональной компетенции
ОПК-1.	Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и	<p>ОПК-1.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- историю и современное состояние базовых видов спорта (гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных игр), их место и значение в физической культуре, науке и образовании;</li> <li>- значение и виды гимнастики, легкой атлетики,</li> </ul>

	<p>когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья.</p>	<p>подвижных игр, плавания как базовых видов спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- воспитательные возможности занятий базовыми видами спорта;</li> <li>- терминологию базовых видов спорта;</li> <li>- средства базовых видов спорта и возможности их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности;</li> <li>- основы обучения упражнениям в базовых видах спорта;</li> <li>- основы техники в базовых видах спорта;</li> <li>- методики обучения технике в базовых видах спорта;</li> <li>- методики развития физических качеств средствами базовых видов спорта;</li> <li>- методики контроля и оценки технической и физической подготовленности занимающихся на занятиях базовыми видами спорта;</li> <li>- правила и организацию соревнований по базовым видам спорта;</li> <li>- методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами базовых видов спорта;</li> <li>- организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях;</li> <li>- организацию досуговой деятельности учащихся в образовательных организациях;</li> <li>- способы повышения эффективности педагогического процесса на уроках физической культуры;</li> <li>- способы реализации здоровьесформирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся.</li> </ul> <p>ОПК-1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять методы организации учебной деятельности на занятиях базовым видам спорта с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по базовым видам спорта в зависимости от поставленных задач;</li> <li>- использовать в своей деятельности терминологию базовых видов спорта;</li> <li>- распределять на протяжении занятия средства базовых видов спорта с учетом их влияния на организм занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в базовых видах спорта;</li> <li>- использовать средства базовых видов спорта для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых</li> </ul>
--	---	--

		<p>навыков и развития физических качеств, в том числе для ИВАС;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой, адаптивной физической культурой с использованием средств базовых видов спорта;</li> <li>- организовывать группу занимающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений базовых видов спорта;</li> <li>- контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств базовых видов спорта;</li> <li>- оценивать качество выполнения упражнений в базовых видах спорта и определять ошибки в технике;</li> <li>- определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в базовых видах спорта, подбирать приемы и средства для их устранения;</li> <li>- использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья на занятиях по базовым видам спорта;</li> <li>- использовать существующие методики проведения соревнований по базовым видам спорта, проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по базовым видам спорта;</li> <li>- проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- осуществлять подготовку обучающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях;</li> <li>- анализировать и корректировать уровень сформированности физической культуры обучающихся;</li> <li>- анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям;</li> <li>- формировать основы физкультурных знаний;</li> <li>- нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся;</li> <li>- применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- оценивать результаты учебной деятельности обучающихся на основе объективных методов контроля.</li> </ul> <p>ОПК-1.3. Имеет опыт:</p>
--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся;</li> <li>- владения техникой общеподготовительных, специальноподготовительных и соревновательных элементов базовых видов спорта;</li> <li>- владения техникой двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов;</li> <li>- проведения фрагмента занятия по обучению технике выполнения упражнений по базовым видам спорта, развитию физических качеств и воспитанию личности занимающихся;</li> <li>- составления упражнений по обучению техническим приемам базовых видов спорта с учетом возраста и контингента занимающихся;</li> <li>- участия в судействе соревнования по базовым видам спорта</li> </ul>
ОПК-2.	Способен обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры.	<p>ОПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные понятия, используемые в адаптивной физической культуре;</li> <li>- предмет, цель, роль и место адаптивной физической культуры в реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья;</li> </ul> <p>ОПК-2.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать и подбирать средства и методы адаптивной физической культуры для данной категории занимающихся;</li> <li>- осуществлять образование лиц с отклонениями в состоянии здоровья;</li> <li>- дифференцированно использовать известные методики с учетом особенностей занимающихся.</li> </ul> <p>ОПК-2.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- составления индивидуальных программ;</li> <li>- овладения профессиональной терминологией;</li> <li>- опытом обобщения и анализа информации.</li> </ul>
ОПК-3.	Способен обосновывать выбор наиболее эффективных методов обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья с использованием специальных знаний и способов их рационального применения в специальных медицинских группах в организациях общего и среднего профессионального образования.	<p>ОПК-3.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- психофизические особенности развития лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья;</li> <li>- показания и противопоказания к применению тех или иных средств, методов и методических приемов при регулировании психофизической нагрузки;</li> <li>- технические средства обучения, используемые в адаптивной физической культуре;</li> <li>- методики оценивания состояния здоровья лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья;</li> <li>- основы научно-исследовательской деятельности;</li> <li>- методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей.</li> </ul> <p>ОПК-3.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать современные педагогические технологии по развитию когнитивной и двигательной сфер занимающихся;</li> <li>- использовать современные методики</li> </ul>

		<p>комплексного оценивания состояния здоровья занимающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подбирать и использовать технические средства обучения с учетом индивидуальных особенностей психофизического развития занимающихся;</li> <li>- использовать аппаратуру для измерений и оценки функционального состояния и двигательных действий человека;</li> <li>- применять методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей;</li> <li>- использовать способы обработки результатов измерений и владеть их педагогической интерпретацией.</li> </ul> <p>ОПК-3.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применения теоретических знаний и практических умений при использовании современных средств и методов когнитивного и двигательного развития, занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья;</li> <li>- применения всех частных методик адаптивного физического воспитания лиц с различными формами заболеваний;</li> <li>- использования технических средств обучения для осуществления когнитивного и двигательного развития;</li> <li>- владения современными методами оценивания состояния здоровья занимающихся;</li> <li>- применения средств, методов, приемов, технических средств и тренажеров;</li> <li>- использования аппаратуры для измерений и оценки функционального состояния и двигательных действий человека;</li> <li>- применения методов качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей;</li> </ul>
ОПК-4.	<p>Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния занимающихся, с учетом нозологических форм заболеваний занимающихся.</p>	<p>ОПК-4.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека;</li> <li>- механические характеристики тела человека и его движений;</li> <li>- систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека;</li> <li>- влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека;</li> <li>- закономерности протекания биохимических процессов в организме человека;</li> <li>- методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола;</li> <li>- механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности;</li> <li>- принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику,</li> </ul>

		<p>психокоррекцию, элементы консультирования;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем;</li> <li>- основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации;</li> <li>- нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК ГТО, федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования;</li> <li>- систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; - методики контроля и оценки технической, тактической и физической подготовленности в ИВАС;</li> <li>- особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВАС.</li> </ul> <p>ОПК-4.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам;</li> <li>- определять биомеханические характеристики тела человека и его движений;</li> <li>- оценивать эффективность статических положений и движений человека;</li> <li>- с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов;</li> <li>- проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки;</li> <li>- оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи;</li> <li>- использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма;</li> <li>- моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов;</li> <li>- подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом;</li> <li>- проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена;</li> <li>- использовать методы оценки волевых качеств</li> </ul>
--	--	---

		<p>спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся;</p> <p>- планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования;</p> <p>- оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля;</p> <p>- пользоваться контрольно-измерительными приборами;</p> <p>- использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабиллометрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миоэлектрометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности, методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся, корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика Шмишека Леонгарда (акцентуации характера), методика «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.);</p> <p>- использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВАС;</p> <p>- интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВАС.</p> <p>ОПК-4.3. Имеет опыт</p> <p>- проведения антропометрических измерений;</p> <p>- применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека;</p> <p>- анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе;</p> <p>- владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера;</p> <p>- применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма;</p> <p>- контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения</p>
--	--	--

		<p>организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта;</li> <li>- проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВАС;</li> <li>- анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВАС.</li> </ul>
ОПК-7.	<p>Способен определять закономерности развития физических и психических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья, кризисы, обусловленные их физическим и психическим созреванием и функционированием, чувствительные периоды развития тех или иных функций.</p>	<p>ОПК-7.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- виды физических качеств и факторы, их определяющие;</li> <li>- особенности занятий и методики подбора физических упражнений для развития физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья;</li> <li>- особенности развития физических качеств, форм построения занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, и инвалидами различных нозологических групп;</li> </ul> <p>ОПК-7.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- учитывать закономерности и факторы физического и психического развития людей с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- разрабатывать современные методики развития физических качеств в различных видах адаптивной физической культуры с учетом особенностей нозологических групп;</li> <li>- способствовать развитию психических и физических качеств занимающихся с учетом чувствительных периодов развития их функций;</li> </ul> <p>ОПК-7.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- владения современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления двигательного развития и оценивать состояние занимающихся;</li> <li>- планирования содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний, занимающихся;</li> <li>- применения психологических подходов в обучении, воспитании и развитии лиц с нарушением в развитии;</li> </ul>
ОПК-8.	<p>Способен определять закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья.</p>	<p>ОПК-8.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные понятия, используемые в реабилитационной (восстановительной) деятельности;</li> <li>- наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений;</li> <li>- особенности реабилитации у детей и подростков, у лиц зрелого и пожилого возраста;</li> <li>- особенности реабилитации при различных видах инвалидности;</li> <li>- основы биохимии двигательной активности и биомеханики движения;</li> <li>- гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности и материально-техническое обеспечение в физической реабилитации;</li> <li>- психологические особенности занимающихся</li> </ul>

		<p>физическими упражнениями.</p> <p>ОПК-8.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выделять средства, формы и методы физической реабилитации при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей;</li> <li>- использовать различные методики физической реабилитации при разных видах инвалидности;</li> <li>- дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей;</li> <li>- оценивать эффективность физической реабилитации при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп;</li> <li>- ориентироваться в вопросах возрастной психопатологии, уметь провести психоконсультирование в рамках физической реабилитации;</li> <li>- пользоваться физиотерапевтическим оборудованием.</li> </ul> <p>ОПК-8.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применения профессиональной терминологии.</li> <li>- владения методами физической реабилитации в зависимости от нозологии и возрастных особенностей;</li> <li>- обобщения и анализа полученных результатов тестирования;</li> <li>- владения приемами массажа, способами адекватного его использования в зависимости от нозологии и возрастных особенностей;</li> <li>- работы на физиотерапевтическом оборудовании.</li> </ul>
ОПК-9.	<p>Способен развивать компенсаторные возможности, оставшиеся после болезни или травмы функции организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья.</p>	<p>ОПК-9.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- функции организма, способные частично или полностью заменить навсегда утраченные в результате заболевания или травмы;</li> <li>- современные методы развития компенсаторных функций организма при различных последствиях заболеваний и травм;</li> <li>- технологию формулировки цели и задач развития компенсаторных функций организма;</li> <li>- способы оценки эффективности развивающей деятельности с целью компенсации утраченных функций.</li> </ul> <p>ОПК-9.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формулировать цель и задачи компенсаторной деятельности;</li> <li>- дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей;</li> <li>- оценивать эффективность компенсаторной деятельности при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп;</li> <li>- корректировать содержание и направленность компенсаторной деятельности в соответствии с индивидуальными особенностями организма человека.</li> </ul> <p>ОПК-9.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- создания условий развития компенсаторных возможностей организма человека;</li> <li>- применения методов оперативного и этапного контроля эффективности компенсаторной деятельности при заболеваниях и повреждениях</li> </ul>

		<p>у различных возрастных групп;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализа полученных результатов развития компенсаторных возможностей функций организма человека и соотнесения полученных результатов развития компенсаторных функций с поставленными целями и задачами.</li> </ul>
ОПК-10.	<p>Способен проводить комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на человека с целью предупреждения возможного возникновения и (или) прогрессирования заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (вторичных отклонений и сопутствующих заболеваний).</p>	<p>ОПК-10.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- факторы риска, способствующие неблагоприятному развитию основного заболевания, и патогенетические механизмы прогрессирования основного заболевания, дефекта и/или вторичных отклонений основного заболевания;</li> <li>- патогенетически значимые мишени профилактического воздействия;</li> <li>- виды физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека с целью предупреждения прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма.</li> </ul> <p>ОПК-10.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определить наиболее значимые мишени профилактического воздействия;</li> <li>- подобрать и осуществить на практике комплекс физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, ориентированный на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов).</li> </ul> <p>ОПК-10.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- практического применения физических упражнений, физических средств и методов воздействия на человека, направленных на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов).</li> </ul>
ОПК-12	<p>Способен проводить исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере адаптивной физической культуры с использованием современных методов исследования.</p>	<p>ОПК-12.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- роль исследовательской деятельности в повышении эффективности планирования, контроля, методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов;</li> <li>- актуальные проблемы и тенденции развития научного знания о физкультурно-спортивной деятельности, путях совершенствования ее средств и методов (технологий), контрольно-измерительных и контрольно-оценочных средств;</li> <li>- направления научных исследований в области физической культуры и спорта, вида спорта;</li> <li>- тенденции развития физической культуры и спорта;</li> <li>- направления и перспективы развития образования в области физической культуры и спорта;</li> <li>- методологические предпосылки (современные общенаучные подходы, конкретнометодологические установки) в исследовании физической культуры;</li> <li>- методы получения и первичной обработки данных, составляющих информационную основу исследования, логику построения исследования;</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- основные источники получения информации в сфере физической культуры и спорта;</li> <li>- научную терминологию, принципы, средства и методы научного исследования;</li> <li>- теоретические основы и технологию организации научно-исследовательской и проектной деятельности;</li> <li>- актуальные вопросы развития ИВАС, направления повышения эффективности учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности;</li> <li>- назначение и область применения основных методов исследования в физической культуре и спорте;</li> <li>- алгоритм построения педагогического эксперимента;</li> <li>- способы обработки результатов исследования и анализ полученных данных.</li> </ul> <p>ОПК-12.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления тренировочного и образовательного процессов;</li> <li>- собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле, методическом обеспечении тренировочного и образовательного процессов;</li> <li>- использовать научную терминологию;</li> <li>- классифицировать методологические подходы, средства и методы исследования;</li> <li>- актуализировать проблематику научного исследования;</li> <li>- анализировать и оценивать эффективность процесса спортивной подготовки в ИВАС, физкультурно-оздоровительной деятельности; организационно-управленческого процесса в ФСО, в зависимости от направленности ОПОП;</li> <li>- определять задачи научного исследования;</li> <li>- анализировать инновационные методики;</li> <li>- определять задачи научного исследования в ИВАС, разрабатывать и формулировать гипотезу;</li> <li>- подбирать и использовать методы исследования в ИВАС;</li> <li>- использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабиллометрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миоэлектрометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности, методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся,</li> </ul>
--	--	---

		<p>корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика СпилбергераХанина, методика Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), методика «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять биомеханические характеристики тела человека и его движений;</li> <li>- использовать методы наблюдения, опроса, педагогического эксперимента;</li> <li>- использовать для обработки результатов исследований стандартные методы математической статистики (расчет числовых характеристик выборки, критерии проверки статистических гипотез, корреляционный анализ);</li> <li>- анализировать и оценивать эффективность учебно-тренировочного процесса в ИВАС;</li> <li>- интерпретировать результаты собственных исследований в ИВАС;</li> <li>- анализировать и интерпретировать полученные результаты;</li> <li>- формулировать и аргументировать обобщения и выводы, практические рекомендации;</li> <li>- представлять результаты собственных исследований перед аудиторией;</li> <li>- использовать технические и программные средства публичных выступлений.</li> </ul> <p>ОПК-12.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использования исследовательских материалов при осуществлении педагогической диагностики, планирования, педагогического контроля и методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов;</li> <li>- выполнения исследований по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с направленностью образовательной программы.</li> </ul>
ОПК-15	Способен осуществлять профессиональную деятельность во всех видах адаптивной физической культуры в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики.	<p>ОПК-15.1. Знает: - понятия и признаки правовых отношений; -трудовое законодательство Российской Федерации; - законодательство Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта; - законодательство Российской Федерации в сфере социальной защиты населения; - законодательство Российской Федерации в образовании;</p> <p>ОПК-15.2. Знает: - нормативные документы в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, в здравоохранении и социальной защите ; - требования федераций по видам спорта, по видам адаптивного спорта к подготовке и проведению спортивных мероприятий; ОПК-15.3. Знает: - правила внутреннего трудового распорядка физкультурно-спортивной организации; - нормативные документы в области управления</p>

		<p>персоналом физкультурно-спортивной организации;</p> <p>ОПК-15.4. Знает: - нормативные документы в области осуществления контроля качества услуг; - нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией; - требования к оформлению, реквизитам, порядку разработки и утверждения локальных нормативных актов; - требования охраны труда в области образования, физической культуры и спорта; - меры ответственности педагогических работников за жизнь и здоровье обучающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья;</p> <p>ОПК-15.5. Знает: - нормативные правовые акты в области защиты прав ребенка; - нормативные правовые акты в области защиты прав инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;</p> <p>ОПК-15.6. Знает: - методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние; - источники надежной и достоверной информации, отражающие государственную и региональную политику в области образования, физической культуры и спорта, и адаптивной физической культуры, и адаптивного спорта; - этические нормы в области спорта, адаптивного спорта и образования.</p> <p>ОПК-15.7. Умеет: - ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом; - анализировать планирующую и отчетную документацию по вопросам физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта на предмет реалистичности, логичности, соответствия действительному положению дел и удовлетворения формальным требованиям нормативных правовых актов; - осуществлять контроль качества услуг, их соответствия требованиям нормативно-правовых актов, условиям договоров.</p> <p>ОПК-15.8. Имеет опыт: - обоснования принимаемых решений по организации деятельности в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта с позиции норм законодательства и профессиональной этики; - разработки обязательной отчетности в соответствии с порядком установленными нормативными правовыми актами, требованиями вышестоящей организации или собственника; - разработки внутренних порядков организации управленческого учета и отчетности; - составления документов по проведению соревнований.</p>
--	--	--

#### 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		Самост. работа	Форма аттестации
				Лекции	Практи- ческие занятия		
Блок 1 (базовые дисциплины)							
1.	Медико-биологические основы физической культуры и спорта	88	48	16	32	40	зачет
2.	Основы биомеханики и биомеханического контроля в спорте	52	16	8	8	36	зачет
3.	Психолого-педагогические основы физической культуры и спорта	52	16	8	8	36	зачет
4.	Правовые основы профессиональной деятельности	38	8	4	4	30	зачет
5.	История физической культуры и спорта	24	8	4	4	16	зачет
6.	Теория и методика физической культуры и спорта	102	54	18	36	48	экзамен
7.	Базовые виды спорта (гимнастика, легкая атлетика, плавание, спортивные игры)	88	64	16	48	24	зачет
Всего по блоку 1:		444	214	74	140	230	
Блок 2 (профессиональные дисциплины / практики)							
8.	Ведение в специальность. История ЛФК	16	8	4	4	8	зачет
9.	Теория и организация адаптивной физической культуры	28	16	4	12	12	экзамен
10.	Специальная педагогика и специальная психология	24	16	4	12	8	экзамен
11.	ЛФК при нарушениях, заболеваниях и травмах ОДА	32	20	8	12	12	экзамен
12.	ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	24	12	4	8	12	экзамен

13.	ЛФК при заболеваниях органов дыхания	20	8	4	4	12	экзамен
14.	ЛФК в неврологии	28	16	8	8	12	экзамен
15.	ЛФК в детском возрасте	20	8	4	4	12	экзамен
16.	ЛФК в пожилом возрасте	20	8	4	4	12	экзамен
17.	Тейпирование	20	12	4	8	8	зачет
18.	Гидрокинезотерапия	20	12	4	8	8	зачет
19.	Массаж	24	16	4	12	8	зачет
20.	Профессионально–ориентированная практика	20	20	0	20	0	зачет
<b>Всего по блоку 2:</b>		<b>296</b>	<b>172</b>	<b>48</b>	<b>124</b>	<b>124</b>	
21.	<b>Итоговая аттестация</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>0</b>	<b>8</b>	<b>0</b>	<b>Итоговый аттестационный экзамен</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>748</b>	<b>394</b>	<b>122</b>	<b>272</b>	<b>354</b>	

## 5. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Мес	1-ый месяц					2-ой месяц				3-ий месяц				4-ый месяц				5-ый месяц				6-ой месяц				7-ой месяц				8-ой месяц				9-ый месяц				10-ый месяц				11-ый месяц				12-ый месяц					
	1-7	8-14	15-21	22-28	29-5	6-12	13-19	20-26	27-2	3-9	10-16	17-23	24-30	1-7	8-14	15-21	22-28	29-4	5-11	12-18	19-25	26-1	2-8	9-15	16-22	23-1	2-8	9-15	16-22	23-29	30-5	6-12	13-19	20-26	27-3	4-10	11-17	18-24	25-31	1-7	8-14	15-21	22-28	29-5	6-12	13-19	20-26	27-2	3-9	10-16	17-23
I	А	А	А	А	А	А	А	А	А	А	А	А	А	А	А	А	А	А	А	А	А	А	А	А	А	А	А	А	А	А	А	А	А	А	А	А	П	ПА	ИА	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

### Условные обозначения:

А- Аудиторные занятия; П- Практика; ПА- Промежуточная аттестация; ИА- Итоговая аттестация

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

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

Рабочая программа дисциплины «Основы биомеханики и биомеханического контроля в спорте»;

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

Рабочая программа дисциплины «Правовые основы профессиональной деятельности»;

Рабочая программа дисциплины «История физической культуры и спорта»;

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

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

Рабочая программа дисциплины «Ведение в специальность. История ЛФК»;

Рабочая программа дисциплины «Теория и организация адаптивной физической культуры»;

Рабочая программа дисциплины «Специальная педагогика и специальная психология»;

Рабочая программа дисциплины «ЛФК при нарушениях, заболеваниях и травмах ОДА»;

Рабочая программа дисциплины «ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы»;

Рабочая программа дисциплины «ЛФК при заболеваниях органов дыхания»;

Рабочая программа дисциплины «ЛФК в неврологии»;

Рабочая программа дисциплины «ЛФК в детском возрасте»;

Рабочая программа дисциплины «ЛФК в пожилом возрасте»;

Рабочая программа дисциплины «Тейпирование»;

Рабочая программа дисциплины «Гидрокинезотерапия»;

Рабочая программа дисциплины «Массаж»;

Рабочая программа практики «Профессионально-ориентированная практика»;

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.
- 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.
- Самостоятельная работа. Включает изучение программного материала по основным и дополнительным литературным источникам, подготовка 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.

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;
- компетентностный 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.

Специфические требования к учебно-методическому и информационному обеспечению каждой из реализуемых дисциплин (модулей)/практик/стажировок 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 и научно-исследовательской работ обучающихся, предусмотренных учебным планом.

Специальные помещения представляют собой учебные аудитории для проведения лекционных занятий, аудиторно-самостоятельной работы (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.

Перечень материально-технического обеспечения, необходимого для реализации программы *«Лечебная физическая культура»*, включает в себя лекционные аудитории, методические кабинеты, лаборатории, спортивные залы и площадки, оснащенные специализированным оборудованием.

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

## **7.4. Кадровое обеспечение**

Реализация программы *«Лечебная физическая культура»* 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 (лечебной физической культуре).

Специфические требования к кадровому обеспечению каждой из реализуемых дисциплин (модулей)/практик/стажировок 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) 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/стажировок);
- 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

**ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

(с присвоением квалификации

«инструктор-методист по лечебной физической культуре»)

**Направление подготовки (специальность):** 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»

**Цель реализации образовательной программы** – профессиональная переподготовка специалистов в качестве инструкторов по лечебной физической культуре, осуществляющих деятельность в области лечебной физической культуры с целью овладения ими новыми компетенциями, современными средствами физкультурно-оздоровительной деятельности, необходимыми для приобретения новой квалификации «инструктор-методист по лечебной физической культуре».

**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 / очно-заочная.

**Трудоемкость:**

748 академических часов.

**Срок освоения:** 9 месяцев.

**Режим занятий:** 3 раза в неделю по 4 часа.

№ пп	Наименование разделов, тем, дисциплин (модулей)	Всего часов трудоём- кости	Всего, ауд. часов	В том числе		Самост. работа	Форма аттестации
				Лек- ции	Практи- ческие занятия		
Блок 1 (базовые дисциплины)							
1.	Медико-биологические основы физической культуры и спорта	88	48	16	32	40	зачет
2.	Основы биомеханики и биомеханического контроля в спорте	52	16	8	8	36	зачет
3.	Психолого-педагогические основы физической культуры и спорта	52	16	8	8	36	зачет

4.	Правовые основы профессиональной деятельности	38	8	4	4	30	зачет
5.	История физической культуры и спорта	24	8	4	4	16	зачет
6.	Теория и методика физической культуры и спорта	102	54	18	36	48	экзамен
7.	Базовые виды спорта (гимнастика, легкая атлетика, плавание, спортивные игры)	88	64	16	48	24	зачет
<b>Всего по блоку 1:</b>		<b>444</b>	<b>214</b>	<b>74</b>	<b>140</b>	<b>230</b>	
<b>Блок 2 (профессиональные дисциплины / практики)</b>							
8.	Ведение в специальность. История ЛФК	16	8	4	4	8	зачет
9.	Теория и организация адаптивной физической культуры	28	16	4	12	12	экзамен
10.	Специальная педагогика и специальная психология	24	16	4	12	8	экзамен
11.	ЛФК при нарушениях, заболеваниях и травмах ОДА	32	20	8	12	12	экзамен
12.	ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	24	12	4	8	12	экзамен
13.	ЛФК при заболеваниях органов дыхания	20	8	4	4	12	экзамен
14.	ЛФК в неврологии	28	16	8	8	12	экзамен
15.	ЛФК в детском возрасте	20	8	4	4	12	экзамен
16.	ЛФК в пожилом возрасте	20	8	4	4	12	экзамен
17.	Тейпирование	20	12	4	8	8	зачет
18.	Гидрокинезотерапия	20	12	4	8	8	зачет
19.	Массаж	24	16	4	12	8	зачет
20.	Профессионально-ориентированная практика	20	20	0	20	0	зачет
<b>Всего по блоку 2:</b>		<b>296</b>	<b>172</b>	<b>48</b>	<b>124</b>	<b>124</b>	
21.	<b>Итоговая аттестация</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>0</b>	<b>8</b>	<b>0</b>	<b>Итоговый аттестационный экзамен</b>
<b>ИТОГО</b>		<b>748</b>	<b>394</b>	<b>122</b>	<b>272</b>	<b>354</b>	

И.о. директора ИДО

И.С. Крамской