

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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

Институт дополнительного образования



ПРОГРАММА ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

для обучающихся по дополнительной профессиональной программе
профессиональной переподготовки
«Физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа с населением»

Форма обучения: очная с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения

Москва, 2025

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

Разработчик:

Чистова Н.А. – к.п.н., доцент, доцент кафедры водных видов спорта, зам. директора Института дополнительного образования РУС «ГЦОЛИФК»

Рецензент:

Жукова О.В. – к.э.н., доцент

Программа итоговой аттестации составлена 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; 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; на основе учебного плана ДПП ПП «Физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа с населением».

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ ПРОГРАММЫ

1.1. Цели и задачи проведения итоговой аттестации

Обучение по дополнительной профессиональной программе профессиональной переподготовки (ДПП ПП) завершается итоговой аттестацией.

Целью прохождения итоговой аттестации является установление уровня развития и освоения слушателем соответствующих компетенций и качества его подготовки для ведения нового вида деятельности в сфере физической культуры и спорта для приобретения новой квалификации «инструктор по спорту, специалист центра тестирования ВФСК «Готов к труду и обороне» (ГТО)».

Для достижения цели итоговой аттестации служат следующие **задачи**:

- оценка способности и умения слушателей, опираясь на полученные знания, умения и сформированные навыки, самостоятельно решать на современном уровне задачи своей профессиональной деятельности, профессионально излагать специальную информацию, научно аргументировать и защищать свою точку зрения;
- решение вопроса о выдаче слушателю диплома о профессиональной переподготовке;
- разработка рекомендаций по совершенствованию подготовки слушателей на основании результатов работы итоговой аттестационной комиссии.

1.2. Формы проведения итоговой аттестации

Итоговая аттестация по программе проводится в форме итогового аттестационного экзамена (ИАЭ), содержащего ключевые и практически значимые вопросы по дисциплинам (модулям) общепрофессиональной и предметной (специальной) подготовки, включенным в учебный план ДПП ПП, результаты освоения которых имеют определяющее значение для профессиональной деятельности слушателей.

1.3. Перечень планируемых результатов освоения ДПП ПП

Программа итоговой аттестации наряду с требованиями к содержанию отдельных дисциплин (модулей), практики учитывает общие требования к слушателю, предусмотренные образовательными и профессиональными стандартами, квалификационными требованиями по направлению обучения, определяя степень сформированности следующих компетенций, а также соответствующих им знаний, умений и владений:

Профессиональные компетенции

ПК 1.1 - Способность осуществлять планирование и реализацию мероприятий по физическому воспитанию населения.

Знать:

- 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;
- Двигательную рекреацию и спортивно-оздоровительный туризм;
- Особенности организации мероприятий по физическому воспитанию, физическому развитию для лиц пожилого возраста;

- Типовые методики организации мероприятий по физическому воспитанию и физическому развитию населения;
- 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;
- 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.

Уметь:

- 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
- 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;
- Составлять протокол или отчет о проведении мероприятия по физическому воспитанию населения.

Владеть навыками (иметь практический опыт):

- Составления расписания мероприятий на основе плана или программы мероприятий по физическому воспитанию населения;
- Осуществления коммуникаций с ответственными лицами общественных и коммерческих организаций с целью привлечения их к участию в мероприятиях по физическому воспитанию населения;
- Проведения встреч с трудовыми и учебными коллективами, членами общественных организаций для их вовлечения в мероприятия по физическому воспитанию населения;
- Организации работы с лицами старшего возраста по пропаганде активного долголетия, стимулированию физической активности;
- Привлечения ведущих спортсменов и представителей спортивных организаций для показательных выступлений и участия в мероприятиях по физическому воспитанию населения;
- Инструктирования лиц, участвующих в проведении мероприятий по физическому воспитанию населения;
- Организации и проведения мероприятий по физическому воспитанию населения;
- Проведения мероприятий с населением по формированию патриотизма, национальной идентичности, общечеловеческих норм нравственности, олимпийских идеалов и ценностей, принципов честной игры в спорте и недопустимости использования допинга;
- Оказания первой помощи до оказания медицинской помощи;
- Контроля выполнения программы мероприятия по физическому воспитанию населения;
- Составления протокола о проведении мероприятия по физическому воспитанию населения.

ПК 1.2 - Способность осуществлять подготовку и выполнение с детьми и подростками групповых занятий по программам детского и подросткового фитнеса.

Знать:

- 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;
- 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;
- 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;
- 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.

Уметь:

– 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 подготовленности детей и подростков к занятиям фитнесом;

– 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 воспитательной работы с детьми и подростками для формирования навыков здорового образа жизни, неприятия вредных привычек и использования допинга;

– 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, подросткового фитнеса;

– 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.

Владеть навыками (иметь практический опыт):

– Консультирования законных представителей детей и подростков по вопросам организации занятий, возрастных ограничений, показаний и противопоказаний к занятиям по программам детского и подросткового фитнеса;

- Разъяснения ожидаемых полезных эффектов занятия фитнесом для физического и интеллектуального развития детей и подростков;
- Подбора видов и состава развивающих упражнений, подвижных игр, инвентаря и игрушек для проведения занятий с детьми по программам детского фитнеса;
- Подбора оптимальных форм и видов занятий по программам подросткового фитнеса с учетом психофизических особенностей и мотивации подростков, выбора типов нагрузок с учетом уровня подготовленности подростков;
- Разработки структуры занятия для детей на основе программы детского фитнеса, подбор музыкального сопровождения занятия;
- Подбора 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;
- Разработки структуры занятий с соответствующим уровнем интенсивности и координационной сложности для начинающих, подготовленных и регулярно занимающихся фитнесом детей и подростков;
- Инструктирования детей и подростков по технике безопасного использования спортивного оборудования, инвентаря и экипировки, информирование о правилах этичного поведения на занятиях;
- Контроля физической готовности детей и подростков к выполнению занятия по программам детского и подросткового фитнеса;
- Проверки исправности спортивного оборудования, инвентаря и экипировки до начала занятия;
- Выполнения с детьми, подростками комплексов упражнений, подвижных и развивающих игр, предусмотренных структурой занятия по программе детского, подросткового фитнеса;
- Формирования у детей, подростков навыков здорового образа жизни, отказа от вредных привычек и недопустимости использования допинга;
- Контроля за двигательной активностью, физическим состоянием и воздействием физических нагрузок на детей, подростков при проведении занятия, в детской игровой зоне;
- Контроля за безопасным использованием спортивного оборудования и инвентаря, безопасным выполнением комплексов упражнений детьми, подростками и за соблюдением ими норм этичного поведения;
- Проведения занятий по физической подготовке детей и подростков к выполнению нормативов испытаний (тестов);
- Оказания первой помощи до оказания медицинской помощи;
- Составления отчетной документации о результатах проведения занятий по программам детского и подросткового фитнеса.

ПК 1.3 - Способность осуществлять подготовку и проведение мероприятий по выполнению населением нормативов испытаний (тестов).

Знать:

- Методика подготовки к выполнению нормативов испытаний (тестов) различных категорий населения;
- Порядок организации и проведения тестирования по выполнению нормативов испытаний (тестов);
- Правила проведения тестирования на выполнение нормативов испытаний (тестов) для населения в центрах тестирования;
- Требования к физическим лицам, проходящим тестирование по выполнению 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 выполнения 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;
- 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-коммуникационными технологиями и средствами связи;
- Правила этики и деонтологии в сфере взаимодействия с занимающимися;
- Содержание и правила использования информационного ресурса о выполнении населением нормативов испытаний (тестов).

Уметь:

- Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи;
- Осуществлять информационное взаимодействие между организаторами и участниками испытаний (тестов);
- 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 населения - участников тестирования о результатах выполнения ими испытаний (тестов);
- 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).

Владеть навыками (иметь практический опыт):

- Проведения встреч с населением с целью осуществления разъяснительной работы по привлечению населения к выполнению нормативов испытаний (тестов);
- Подготовки к использованию задействованных в процедуре тестирования населения спортивных объектов, спортивных сооружений, оборудования и инвентаря;
- Консультирования населения по методике подготовки к выполнению населением нормативов испытаний (тестов);
- Формирования базы данных специалистов, осуществляющих подготовку и проведения мероприятий по выполнению населением нормативов испытаний (тестов);
- Определения состава комиссии центра тестирования населения;
- Подготовки расписания мероприятий по подготовке и проведению тестирования населения;
- Разработки алгоритма проведения испытаний (тестов);
- Встречи, идентификации населения - участников тестирования и проверки условий для допуска участников к прохождению тестирования;
- Выполнения с населением - участниками тестирования общей разминки;
- Координации действий населения - участников тестирования при выполнении ими испытаний (тестов);
- Контроля соблюдения населением - участниками тестирования правил выполнения испытаний (тестов) и правил этичного поведения;
- Оказания первой помощи до оказания медицинской помощи;
- Сообщения населению - участникам тестирования полученных от судей результатов выполнения ими испытаний (тестов);
- Составления отчетности о подготовке мероприятий по тестированию и оформления протокола результатов выполнения населением нормативов испытаний (тестов).

ПК 2.1 - Способность осуществлять планирование и методическое сопровождение физической подготовки и физического развития населения.

Знать:

- 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 применения допинга для населения, лучшие практики и стандарты в этой области;

- 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, спортивно-массовых мероприятий;

- 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;

- Правила этики и деонтологии в сфере профессионального взаимодействия;

- Правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи.

Уметь:

- 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, направленные на воспитание здорового образа жизни, неприятие вредных привычек и отказ от применения допинга для населения;
- 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, тренеров-преподавателей, специалистов физкультурно-спортивных организаций, руководителей секций, групп физкультурной и спортивной направленности;
- 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.

Владеть навыками (иметь практический опыт):

- Определения задач и составление календарных планов, графиков физкультурной, спортивно-массовой и воспитательной работы физкультурно-спортивной организации;
- Составления плана ресурсного обеспечения физкультурной, спортивно-массовой и воспитательной работы физкультурно-спортивной организации;
- Разработки содержания спортивно-массовых мероприятий;
- Определения состава секций, групп физкультурной и спортивной направленности в физкультурно-спортивной организации;
- Разработки или подбора методик воспитательной работы и физической подготовки населения в секциях, группах физкультурной и спортивной направленности;

- Разработки мероприятий по формированию патриотизма, национальной идентичности, общечеловеческих норм нравственности, олимпийских идеалов и ценностей, норм честной игры в спорте для населения;
- Разработки мероприятий, направленные на воспитание здорового образа жизни, неприятие вредных привычек и отказ от применения допинга для населения;
- Планирования подготовки занимающихся по видам рекреации и спортивно-оздоровительного туризма;
- Разработки программ подготовки занимающихся по видам рекреации и спортивно-оздоровительного туризма;
- Формирования базы правовой, методической документации по вопросам организации и осуществления физкультурной, спортивно-массовой и воспитательной работы физкультурно-спортивной организации;
- Разработки распорядительной и методической документации по проведению физкультурной, спортивно-массовой и воспитательной работы согласно календарным планам, графикам;
- Методического сопровождения деятельности инструкторов, тренеров, тренеров-преподавателей и специалистов физкультурно-спортивных организаций, руководителей секций, групп физкультурной и спортивной направленности;
- Разработки и проведения мероприятий по видам физкультурно-оздоровительной и спортивной активности с населением, проходящим физическую подготовку в секциях, группах физкультурной и спортивной направленности;
- Контроля исполнения планов, графиков физкультурной, спортивно-массовой и воспитательной работы физкультурно-спортивной организации;
- Консультирования 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;
- Анализа и обобщения результатов работы инструкторов, тренеров, тренеров-преподавателей, руководителей секций, групп физкультурной и спортивной направленности;
- Ведения 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;
- Оказания первой помощи до оказания медицинской помощи.

ПК 2.2 - Способность осуществлять разработку и внедрение программ физического воспитания и физического развития населения.

Знать:

- 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-спортивной деятельности;
- 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;
- 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.

Уметь:

- 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 долгосрочной физической активности, поддержания активного долголетия населения;
- 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.

Владеть навыками (иметь практический опыт):

- Определения целевой аудитории и оценки практической потребности внедрения программ физической подготовки, физического развития населения;
- Составления плана и содержания мероприятий, необходимых для разработки программы физической подготовки, физического развития населения;
- Анкетирования 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;
- Составления социально-психологических профилей населения;
- Исследования факторов, оказывающих влияние на жизнедеятельность населения, включая антропометрические исследования, изучение условий проживания и питания, физических нагрузок, стрессов, обследование рабочих мест;
- Аналитической обработки данных анкетирования, социально-психологических профилей населения, выявления особенностей жизнедеятельности населения и определение направлений их корректировки;
- Составления программ физической подготовки, физического развития населения, определение ожидаемых результатов их реализации;
- Апробации программы физической подготовки, физического развития населения в рамках организации, группы занятий;
- Проведения контрольных измерений и тестов с целью определения сравнительной эффективности программы физической подготовки, физического развития населения;
- Уточнения содержания программы физической подготовки, физического развития населения по результатам апробации;
- Документального оформления программы физической подготовки, физического развития населения;

- Сопровождения внедрения программы физической подготовки, физического развития населения в форме проведения обучающих семинаров и консультаций, подготовки методических материалов;
- Оказания первой помощи до оказания медицинской помощи;
- Мониторинга практики внедрения программы физической подготовки, физического развития населения с целью возможной модификации и последующего совершенствования.

ПК 2.3 - Способность осуществлять подготовку и проведение спортивно-зрелищных мероприятий.

Знать:

- 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-зрелищного мероприятия;
- 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;
- 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.

Уметь:

- 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;
- 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.

Владеть навыками (иметь практический опыт):

- Выявления целей и задач, основных параметров и условий подготовки и проведения спортивно-зрелищного мероприятия;
- Разработки документации (сценарного плана и сценария) на основе современных технологий, методических разработок и анализа лучших практик подготовки спортивно-зрелищных мероприятий;
- Составления плана разработки и получения разрешительной документации для проведения спортивно-зрелищного мероприятия и контроль оформления разрешительной документации;
- Разработки 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;

- Разработки композиционно-постановочного плана спортивно-зрелищного мероприятия;
- Подбора современных технических средств, сценических и цифровых технологий для проведения спортивно-зрелищного мероприятия;
- Разработки плана материального обеспечения и бюджета спортивно-зрелищного мероприятия;
- Проведения репетиционной работы по подготовке спортивно-зрелищного мероприятия;
- Проведения спортивно-зрелищного мероприятия;
- Оказания первой помощи до оказания медицинской помощи;
- Контроля и анализа результатов проведения спортивно-зрелищного мероприятия;
- Подготовки отчета о проведении спортивно-зрелищного мероприятия.

Общепрофессиональные компетенции

ОПК-1 - Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста.

Знать

- Положения теории физической культуры теории спорта, физиологические, анатомо-морфологические и психические особенности 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.

Уметь

- 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.

Владеть навыками (иметь практический опыт):

- Использования технологий 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.

Знать:

- Средства, методы и приемы различных видов физкультурно-спортивной деятельности;
- Организацию и методику проведения занятий физической культурой и спортом, физкультурно-спортивных мероприятий.

Уметь:

- 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.

Владеть навыками (иметь практический опыт):

– Применения методики 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.

Знать:

- 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.

Уметь:

- Проводить мероприятия по формированию осознанного отношения занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни.

Владеть навыками (иметь практический опыт):

- Применения методики 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 и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.

Знать:

- 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.

Уметь:

- Подбирать методики измерения и оценки физического развития, подготовленности, психического состояния занимающихся;
- Осуществлять контрольные процедуры;
- Интерпретировать результаты контроля физического развития, подготовленности, психического состояния занимающихся.

Владеть навыками (иметь практический опыт):

- Использования методов 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.

Знать:

- 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.

Уметь:

- 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.

Владеть навыками (иметь практический опыт):

- Применения правовых и этических норм в профессиональной деятельности.

1.4. Допуск к итоговой аттестации

К итоговой аттестации допускается обучающийся, не имеющий академической задолженности и в полном объеме выполнивший учебный план по осваиваемой ДПП ПП.

1.5. Утвержденная программа доводится до сведения слушателей не позднее, чем за 2 месяца до начала итоговой аттестации.

II. ПРОГРАММА ИТОГОВОГО АТТЕСТАЦИОННОГО ЭКЗАМЕНА

2.1. Цели проведения ИАЭ

Итоговый аттестационный экзамен имеет своей **целью**:

- оценку теоретических знаний, практических навыков, умений и владений;
- проверку подготовленности слушателя к дальнейшей профессиональной деятельности в соответствии с перечнем планируемых результатов освоения ДПП ПП.

2.2. Сроки проведения ИАЭ

Итоговый аттестационный экзамен проводится в сроки, установленные календарным учебным графиком и расписанием итоговой аттестации.

2.3. Дисциплины (модули) и разделы, включенные в ИАЭ.

Итоговый аттестационный экзамен, являясь интегрированным междисциплинарным экзаменом, включает в себя знания, умения и владения по следующим модулям, дисциплинам и разделам (темам):

Биомеханика

Общая биомеханика. Частная биомеханика. Спортивная метрология.

Психолого-педагогические основы физической культуры и спорта

Педагогика физической культуры и спорта. Психология физкультурно-спортивной деятельности.

Медико-биологические основы физической культуры и спорта

Анатомия человека. Биохимия человека. Физиология человека.

Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности, спортивная медицина

Гигиенические основы физической культуры и спорта. Основы медицинских знаний. Спортивная медицина в системе спортивной подготовки. Основы спортивной фармакологии. Врачебно-педагогический контроль.

Теория и методика физической культуры и спорта

Общие основы теории и методики физического воспитания. Основы теории обучения двигательным действиям. Теоретико-методические основы воспитания физических качеств и способностей. Научно-прикладные основы использования физической культуры в различные периоды жизни человека. Теория и методика спорта.

Нормативно-правовые и организационно-управленческие основы физической культуры и спорта

Нормативно-правовые основы регулирования сферы физической культуры и спорта на международном уровне и в Российской Федерации. Правовое регулирование создания и организации деятельности физкультурно-спортивных организаций. Нормативные документы в области адаптивной физической культуры и адаптивного спорта. Нормативно-

правовое регулирование организации и проведения спортивных соревнований. Нормативно-правовое обеспечение антидопинговой деятельности.

Основы здорового образа жизни

Понятие, принципы и компоненты здорового образа жизни (ЗОЖ). Физическая активность как основа ЗОЖ. Основы рационального питания. Режим дня. Методы популяризации ЗОЖ. Профилактика вредных привычек.

Базовые виды спорта (гимнастика, легкая атлетика, спортивные и подвижные игры, плавание)

Базовые виды спорта в системе физической культуры и спорта. Гимнастика в системе физического воспитания и спортивной деятельности. Легкая атлетика в системе физического воспитания и спортивной деятельности. Плавание в системе физического воспитания и спортивной деятельности. Спортивные и подвижные игры в системе физического воспитания и спортивной деятельности.

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО)

История возникновения и развития ВФСК ГТО. Нормативно-правовое обеспечение ВФСК ГТО. Создание и организация работы Центров тестирования населения и их роль в подготовке населения к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО. Организация и проведение тестирования населения в соответствии с государственными требованиями ВФСК ГТО.

ВАРИАТИВНЫЕ МОДУЛИ

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

Организация и проведение спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий

Основы корпоративной физической культуры и спорта. Технологии организации и проведения корпоративных спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий.

Оздоровительная гимнастика во внерабочее время. Оздоровительная гимнастика для инвалидов

Основы оздоровительной гимнастики. Принципы и методики организации занятий оздоровительной гимнастикой. Оздоровительная гимнастика для людей с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов.

Организация гимнастики на рабочем месте и активного отдыха в рабочее время

Основы производственной гимнастики. Принципы и методики организации занятий производственной гимнастикой. Организация 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

Содержание занятий на спортивных сооружениях

Нормативно-правовые и организационные основы работы на спортивных сооружениях. Безопасность и материально-техническое обеспечение занятий на спортивных объектах.

Возрастные особенности проведения занятий. Профилактика травматизма

Особенности проведения занятий с различными возрастными группами. Профилактика травматизма на физкультурно-оздоровительных занятиях.

Содержание физкультурно-оздоровительных занятий. Физкультурно-оздоровительные занятия для инвалидов

Содержание и методика проведения занятий на спортивных сооружениях. Особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий для лиц с ОВЗ и

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

Физкультурно-оздоровительные клубы, фитнес центры, их виды деятельности

Введение в индустрию физкультурно-оздоровительных услуг. Основные виды деятельности физкультурно-оздоровительных клубов и фитнес центров. Маркетинг и управление в фитнес-индустрии.

Организация дополнительных спортивных и оздоровительных услуг для детей в физкультурно-оздоровительных клубах

Нормативно-правовые основы организации детских спортивных услуг. Возрастные особенности физического развития детей. Виды и содержание дополнительных услуг для детей. Организация и методика проведения физкультурно-оздоровительных занятий для детей.

Современные виды оздоровительной гимнастики

Основы оздоровительной гимнастики. Характеристика видов оздоровительной гимнастики. Принципы и методики организации занятий оздоровительной гимнастикой для людей разных возрастных групп. Оздоровительная гимнастика для людей с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов.

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

Нормативно-правовая база и государственная политика в сфере ВФСК ГТО. Проектирование и эксплуатация стационарных площадок для ГТО. Организация работы центров тестирования ГТО.

Организация судейства соревнований комплекса ГТО

Подготовка к тестированию и методика проведения испытаний. Судейство и фиксация результатов.

Методика подготовки к выполнению нормативов ВФСК ГТО для лиц разного возраста. Подготовка инвалидов к ГТО

Методика подготовки к выполнению нормативов для разных возрастных групп. Методика подготовки инвалидов и лиц с ОВЗ к сдаче нормативов ГТО. Планирование и организация тренировочного процесса при подготовке к участию в ВФСК ГТО. Пропаганда и мотивация к участию в комплексе ГТО.

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

Организация и проведение спортивно-массовой работы для детей школьного возраста

Основы спортивно-массовой работы с детьми школьного возраста. Планирование спортивно-массовой работы в школе. Методика организации и проведения спортивно-массовых мероприятий для школьников. Организация деятельности школьных спортивных клубов.

Организация и проведение спортивно-массовой работы для студентов

Теоретико-правовые основы спортивно-массовой работы со студентами. Планирование и ресурсное обеспечение спортивно-массовой работы в вузе. Методика организации и проведения спортивно-массовых мероприятий для студентов. Организация деятельности студенческих спортивных клубов.

Фитнес программы в повышении физического состояния и физической подготовленности школьников и студентов

Теоретические основы фитнеса и его роль в физическом развитии. Виды и

направления фитнес программ. Методика организации и проведения фитнес занятий. Практическое применение фитнес программ в образовательной среде.

2.4. Оценочные средства для проведения ИАЭ

Итоговый аттестационный экзамен представляет собой устный экзамен, проводимый по экзаменационным билетам, сформированным из перечня вопросов, выносимых на итоговую аттестацию.

1-ый и 2-ой вопросы в билете формулируются на основании общих для всех слушателей вне зависимости от выбранного ими модуля вопросов по блоку базовых дисциплин. 3-ий вопрос в билете формулируется с учетом выбранного слушателем модуля.

Перечень вопросов (заданий), выносимых на итоговый аттестационный экзамен по блоку базовых дисциплин (1 и 2 вопросы в билете):

1. Понятие «физическая культура»: соотношение с понятиями «культура общества» и «культура личности», основные аспекты понимания физической культуры в работе инструктора.

2. Формы физической культуры в современном обществе: отличительные особенности базовой, профессионально-прикладной, оздоровительно-рекреативной и реабилитационной физической культуры, роль спорта как компонента физической культуры в деятельности инструктора.

3. Специфические и общекультурные функции физической культуры и спорта в современном обществе с точки зрения задач инструктора по спорту.

4. Система физической культуры: её идейные, научно-прикладные, программно-нормативные и методические основы, формы организации в обществе и их реализация в работе инструктора.

5. Понятие «спорт» в узком и широком понимании: спорт как соревновательная деятельность и система подготовки с позиции работы инструктора по спорту.

6. Стороны и формы спортивного движения в обществе: особенности общедоступного спорта и спорта высших достижений, их взаимосвязь и отражение в работе инструктора.

7. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» как основа работы инструктора. Социальная значимость и практическое применение положений закона.

8. Органы управления физической культурой и спортом в России: роль и функции инструктора в системе менеджмента физкультурно-спортивной организации (на примере работы в фитнес-клубе или спортивной школе).

9. Правовой статус физкультурно-спортивных организаций в РФ. Требования к их регистрации и лицензированию. Виды физкультурно-спортивных организаций и основные направления деятельности.

10. Нормативные документы в области адаптивной физической культуры. Права лиц с ОВЗ и инвалидов на доступ к занятиям спортом.

11. Тело человека как биомеханическая система: структура и принципы работы. Биомеханические свойства мышц и факторы, влияющие на их работу. Биомеханические характеристики основных физических качеств: сила, скорость, выносливость, гибкость, координация/ловкость.

12. Основные виды перемещающих движений в спорте (броски, удары, толчки) и биомеханические требования к ним для достижения максимальной дальности или точности. Влияние вращения снаряда на его траекторию (эффект Магнуса) и роль гироскопического эффекта в стабилизации полёта.

13. Выбор методов измерения и оценки физических показателей (сила, скорость, выносливость) в тренировочном процессе: критерии надёжности и валидности используемых тестов.

14. Процедура стандартизации тестирования физической подготовленности занимающихся: подготовка испытуемых, условия проведения и обработка результатов.
15. Погрешности измерений в спортивной метрологии: основные источники ошибок при тестировании скоростно-силовых качеств и способы их минимизации.
16. Сравнение методов регистрации кинематических и динамических характеристик движений (видеоанализ, тензометрия, акселерометрия): преимущества и ограничения каждого метода.
17. Принципы построения шкал оценок в спортивной метрологии: пример разработки оценочной шкалы для теста на общую выносливость.
18. Современные педагогические технологии в сфере физической культуры. Инновационные методики и оценка их эффективности в работе с людьми разного возраста.
19. Реализация принципов доступности и индивидуализации в процессе физического воспитания людей разного возраста. Примеры адаптации нагрузки.
20. Роль игровых методов в обучении двигательным действиям. Возрастные группы, для которых они наиболее эффективны. Обоснование выбора метода.
21. Методика построения урочных форм занятий: структура занятия, распределение материала по частям, моторная и общая плотность, динамика нагрузки и чередование с интервалами отдыха. Формы занятий неурочного типа: отличительные черты малых и крупных форм, их применение инструктором по спорту.
22. Структура и содержание учебно-тренировочной программы для лиц разного возраста. Этапы обучения и их задачи. Особенности содержания занятий.
23. Формирование осознанного отношения к занятиям физической культурой у школьников и студентов. Содержание комплекса воспитательных мероприятий.
24. Механизмы формирования мотивации к занятиям физической культуры у людей зрелого и пожилого возраста: способы поддержания мотивации.
25. Взаимосвязь между строением мышечных волокон (медленные/быстрые) и их функциональными возможностями: учёт при планировании тренировок на развитие силы и выносливости.
26. Биохимические процессы энергообеспечения при выполнении упражнений разной интенсивности (аэробные, анаэробные): динамика накопления и утилизации лактата.
27. Физиологические механизмы адаптации сердечно-сосудистой системы к регулярным занятиям физической культурой и спортом. Показатели, отражающие уровень адаптации.
28. Влияние гормональной регуляции на процессы восстановления после физических нагрузок: ключевые гормоны и их роль.
29. Особенности метаболизма у занимающихся разных возрастных групп. Биохимические маркеры тренированности.
30. Гигиенические требования к организации тренировочного процесса в закрытых спортивных сооружениях. Параметры микроклимата и способы их контроля.
31. Алгоритм врачебно-педагогического контроля за занимающимися в группах оздоровительной физической культуры. Показатели и периодичность обследований.
32. Риски применения биологически активных добавок в спорте: критерии безопасного использования.
33. Принципы антидопингового контроля: процедуры тестирования и санкции за нарушение правил.
34. Роль восстановительных мероприятий (массаж, гидротерапия, физиотерапия) при физкультурно-оздоровительных занятиях. Показания и противопоказания отдельных мероприятий для разных возрастных групп.
35. Подходы к обучению двигательным действиям. Этап начального разучивания двигательного действия.

36. Двигательный навык: характеристика, положительный и отрицательный перенос навыков при выполнении действий. Методы формирования двигательного навыка.
37. Методы воспитания физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, координации/ловкости). Принципы дозирования нагрузки для разных возрастных групп.
38. Средства физического воспитания в работе инструктора. Содержание и форма физических упражнений, их классификация и выбор для разных групп занимающихся. Тренировочные эффекты упражнений: зависимость от режима, методов и условий выполнения, практическое применение знаний инструктором.
39. Использование круговой тренировки для комплексного развития физических качеств. Примерная схема занятия.
40. Научно-прикладные основы физической культуры для людей зрелого и пожилого возраста. Приоритетные виды активности и ограничения.
41. Влияние систематических занятий физической культурой и спортом на морфофункциональное развитие детей школьного возраста. Оптимальные режимы нагрузки для школьников.
42. Организация и проведение физкультурно-спортивных мероприятий. Основные организационно-управленческие действия по планированию и проведению физкультурно-спортивных мероприятий, выполняемые инструктором по спорту.
43. Механизмы реализации антидопинговой политики в России: роль РУСАДА и WADA в контроле за соблюдением правил.
44. Компоненты здорового образа жизни: роль физической активности в их реализации и нормы двигательной активности для разных возрастных групп.
45. Принципы рационального питания для людей, ведущих активный образ жизни: соотношение белков, жиров, углеводов и калорийность в зависимости от уровня нагрузки.
46. Влияние режима дня на эффективность тренировочного процесса. Содержание недельного расписания для студента-спортсмена и занимающегося в группе активного долголетия возраста 60+.
47. Методы популяризации ЗОЖ среди молодёжи. Эффективность социальных кампаний и спортивных мероприятий.
48. Стратегии профилактики вредных привычек в образовательных учреждениях. Содержание комплекса профилактических мероприятий.
49. Сравнение методик обучения базовым элементам гимнастики (кувырки, стойки, равновесия) для детей и взрослых: типичные ошибки и способы их исправления.
50. Этапы обучения технике бега на средние дистанции: критерии оценки эффективности техники.
51. Особенности обучения плаванию начинающих взрослых: последовательность освоения стилей и упражнений.
52. Тактические приёмы в спортивных играх (баскетбол, волейбол). Методы их отработки на тренировках.
53. Педагогические подходы к организации подвижных игр для дошкольников и школьников. Воспитательный потенциал подвижных игр.
54. История создания и развития ВФСК ГТО в России. Нормативно-правовая база ВФСК ГТО. Документы, регламентирующие порядок тестирования населения.
55. Структура и функции Центров тестирования ГТО. Роль Центров в подготовке населения к выполнению нормативов. Процедура регистрации участников и учёта результатов тестирования ГТО. Используемые информационные системы.
56. Возрастные ступени и нормативы испытаний ГТО. Категории сложности и критерии присвоения знаков отличия.
57. Методика подготовки школьников к сдаче нормативов ГТО. Структура и содержание плана-графика тренировочных занятий.

58. Требования ГТО для городских и сельских жителей. Факторы, влияющие на доступность выполнения нормативов.

59. Формы мотивации населения к участию в программе ГТО. Эффективность материальных и нематериальных стимулов.

60. Пути совершенствования системы ГТО для повышения вовлечённости населения. Предложения по модернизации нормативов и инфраструктуры.

Перечень вопросов (заданий), выносимых на итоговый аттестационный экзамен по вариативным модулям (3-ий вопрос в билете):

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

1. Понятие корпоративной физической культуры: цели, задачи, значение для организации и влияние на производительность труда и корпоративный климат.

2. Нормативно правовая база организации физкультурно оздоровительной работы на предприятиях и в учреждениях.

3. Формы и виды корпоративной физической активности (спортивные клубы, секции, соревнования) и опыт их внедрения в российских и зарубежных компаниях.

4. Принципы формирования корпоративной спортивной политики предприятия и взаимодействие работодателя, профсоюза и сотрудников при организации физкультурно спортивной работы.

5. Этапы планирования и подготовки корпоративного спортивного мероприятия (от идеи до реализации).

6. Виды корпоративных спортивных мероприятий (турниры, спартакиады, дни здоровья) и особенности их организации на территории предприятия.

7. Требования к материально техническому обеспечению корпоративных спортивных мероприятий и подбору упражнений для сотрудников с разным уровнем физической подготовленности.

8. Методика составления программы корпоративного дня здоровья или спортивного праздника и способы мотивации сотрудников к участию.

9. Критерии и методы оценки эффективности корпоративных физкультурно оздоровительных программ.

10. Понятие оздоровительной гимнастики: цели, задачи, виды (дыхательная, суставная, корригирующая и др.) и физиологическое воздействие на организм (влияние на сердечно сосудистую, дыхательную, опорно двигательную системы).

11. Структура и содержание занятия оздоровительной гимнастикой (разминка, основная часть, заминка).

12. Основные средства и методы оздоровительной гимнастики (упражнения, тренажёры, элементы йоги, пилатеса) и дозирование нагрузки с учётом возраста, пола и уровня подготовленности.

13. Противопоказания и ограничения к занятиям оздоровительной гимнастикой.

14. Принципы построения программ оздоровительной гимнастики для различных групп населения (дети, взрослые, пожилые) и особенности методики для лиц старшего возраста (55+ лет).

15. Адаптация упражнений оздоровительной гимнастики для людей с ОВЗ и инвалидов (с нарушениями опорно двигательного аппарата, зрения, слуха и т.д.).

16. Подбор упражнений и оборудования для занятий оздоровительной гимнастикой в условиях предприятия и роль инструктора в обеспечении безопасности и страховки.

17. Примеры комплексов оздоровительной гимнастики для профилактики профессиональных заболеваний (остеохондроз, синдром хронической усталости и т.д.).

18. Понятие производственной гимнастики: цели, задачи, значение для профилактики профессиональных заболеваний.

19. Виды производственной гимнастики (вводная гимнастика, физкультурная пауза, физкультурная минутка, микропауза активного отдыха), их назначение и методика составления комплексов упражнений для работников различных профессий (офисные сотрудники, рабочие конвейера, водители и т.д.).

20. Организация и проведение физкультурных пауз и минут в течение рабочего дня: продолжительность, частота, содержание.

21. Требования к месту проведения производственной гимнастики на предприятии (освещение, вентиляция, площадь, оборудование).

22. Способы контроля самочувствия и дозирования нагрузки во время производственной гимнастики.

23. Примеры комплексов упражнений для профилактики утомления при сидячей работе (для шеи, спины, глаз, кистей рук).

24. Особенности организации активного отдыха в рабочее время: формы и методы (короткие разминки, прогулки, элементы подвижных игр).

25. Влияние активного отдыха в течение рабочего дня на работоспособность и снижение уровня стресса.

26. Алгоритм действий инструктора при возникновении нештатной ситуации во время проведения корпоративного спортивного или оздоровительного мероприятия (травма, ухудшение самочувствия участника).

27. Правила оформления документации для организации корпоративных спортивных и оздоровительных мероприятий (разрешения, согласия, отчёты).

28. Использование цифровых технологий и мобильных приложений для продвижения корпоративной физической культуры и контроля активности сотрудников.

29. Психологические аспекты работы инструктора с разнородной группой сотрудников. Учёт мотивации, страхов, уровня уверенности в своих силах.

30. Комплексный подход к организации физкультурно оздоровительной работы на предприятии: взаимосвязь корпоративной физической культуры, производственной гимнастики и активного отдыха.

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

1. Содержание основных нормативно-правовых актов РФ, регулирующих организацию спортивно-массовой работы на спортивных сооружениях (ФЗ «О физической культуре и спорте в РФ», СанПиН, ГОСТы и т.д.).

2. Требования к лицензированию и аккредитации спортивных сооружений для проведения массовых занятий.

3. Обязанности инструктора по спорту при организации занятий на спортивных объектах согласно профстандарту.

4. Порядок оформления документации для проведения массовых спортивных мероприятий (заявки, разрешения, договоры).

5. Принципы взаимодействия инструктора с администрацией спортивного сооружения, МЧС, медицинскими службами.

6. Правила организации доступа и пропускного режима на спортивных объектах различного типа (открытые площадки, залы, бассейны).

7. Основные требования к безопасности спортивных площадок и сооружений (открытых и закрытых) согласно действующим нормативам.

8. Порядок проведения ежедневного осмотра и технического обслуживания спортивного инвентаря и оборудования.

9. Правила хранения и учёта спортивного инвентаря на объекте.

10. Алгоритм действий инструктора при возникновении чрезвычайной ситуации на спортивном объекте (пожар, травма участника, стихийное бедствие).

11. Состав аптечки первой помощи для спортивного объекта и правила её использования.
12. Требования к освещению, вентиляции, температурному режиму и покрытию спортивных залов и площадок для разных видов активности.
13. Физиологические и психологические особенности организации занятий для детей дошкольного возраста (3–6 лет) на спортивных площадках.
14. Методические подходы к проведению физкультурно-оздоровительных занятий для школьников (7–17 лет) с учётом учебной нагрузки.
15. Особенности организации спортивных мероприятий для молодёжи (18–35 лет) в парках и на открытых площадках.
16. Специфика проведения занятий для лиц среднего возраста (36–55 лет), включая дозирование нагрузки и профилактику перегрузок.
17. Принципы организации физкультурно-оздоровительной работы с лицами старшего возраста (55+ лет), включая адаптацию упражнений и контроль состояния здоровья.
18. Методы мотивации различных возрастных групп к регулярным занятиям на спортивных объектах.
19. Основные причины травматизма на спортивных объектах и способы их предупреждения.
20. Методика проведения разминки и заминки с учётом возраста и уровня подготовленности занимающихся.
21. Правила страховки и самостраховки при выполнении упражнений на тренажёрах и спортивных снарядах.
22. Способы подбора упражнений и регулирования нагрузки для минимизации риска травм у начинающих.
23. Алгоритм действий инструктора при получении участником травмы во время занятия (первая помощь, оповещение медперсонала).
24. Противопоказания к занятиям на открытых спортивных площадках в зависимости от погодных условий и состояния здоровья занимающихся.
25. Структура и содержание типового физкультурно-оздоровительного занятия на открытой площадке (разминка, основная часть, заминка) с указанием временных отрезков.
26. Методы дозирования физической нагрузки для групп разного уровня подготовленности (начинающие, средний уровень, продвинутые).
27. Способы адаптации программы занятий в зависимости от типа спортивного сооружения (стадион, зал, парк, бассейн).
28. Примеры игровых и групповых форм работы на открытых площадках для повышения вовлечённости участников.
29. Категории лиц с ОВЗ, для которых требуется адаптация физкультурно-оздоровительных программ, и основные ограничения для каждой.
30. Принципы построения занятий для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата на открытых и закрытых спортивных площадках (подбор упражнений, оборудование, страховка).

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

1. Современное состояние и тенденции развития индустрии физкультурно-оздоровительных услуг в России.
2. Основные виды физкультурно-оздоровительных клубов и фитнес-центров (клубы премиум-класса, эконом-сегмента, специализированные студии) и их целевые аудитории.

3. Ключевые виды услуг, предоставляемых фитнес-центрами (групповые программы, персональные тренировки, СПА-услуги и т.д.).
4. Особенности бизнес-модели фитнес-клуба: источники доходов, структура расходов, ключевые показатели эффективности.
5. Принципы маркетинга в фитнес-индустрии: сегментация рынка, позиционирование клуба, формирование уникального торгового предложения.
6. Методы привлечения и удержания клиентов в фитнес-клубе (программы лояльности, акции, специальные предложения).
7. Роль инструктора по спорту в системе управления фитнес-клубом и его взаимодействие с другими подразделениями (администрация, маркетинг, сервис).
8. Стандарты обслуживания клиентов в фитнес-клубе и роль инструктора в их соблюдении.
9. Использование цифровых технологий и онлайн-маркетинга для продвижения услуг фитнес-клуба (соцсети, мобильные приложения, веб-сайт).
10. Этика и профессиональные стандарты работы инструктора по спорту в фитнес-центре.
11. Нормативно-правовая база организации занятий физической культурой и спортом для детей (ФЗ «Об образовании в РФ», ФЗ «О физической культуре и спорте в РФ» и др.).
12. Возрастные периоды физического развития детей и подростков (дошкольный, младший школьный, подростковый) и их особенности.
13. Требования к материально-технической базе и безопасности при организации занятий для детей в фитнес-клубах.
14. Виды дополнительных физкультурно-оздоровительных услуг для детей в фитнес-клубе (спортивные секции, игровые программы, лагеря дневного пребывания и т.д.).
15. Принципы дозирования физической нагрузки для детей разных возрастных групп.
16. Методика проведения физкультурно-оздоровительных занятий для дошкольников (3–6 лет): структура, содержание, игровые формы.
17. Особенности организации занятий для младших школьников (7–10 лет) с учётом учебной нагрузки и физиологических возможностей.
18. Специфика работы с подростками (11–17 лет) в фитнес-клубе: мотивация, выбор видов активности, профилактика перегрузок.
19. Правила взаимодействия инструктора с родителями детей-участников программ.
20. Профилактика травматизма на занятиях с детьми: меры безопасности, страховка, контроль состояния здоровья.
21. Понятие оздоровительной гимнастики: цели, задачи, основные виды (дыхательная, суставная, корригирующая, пилатес, йога и др.).
22. Физиологическое воздействие оздоровительной гимнастики на организм человека (влияние на сердечно-сосудистую, дыхательную, опорно-двигательную системы).
23. Структура и содержание занятия оздоровительной гимнастикой (разминка, основная часть, заминка) для разных возрастных групп.
24. Принципы подбора упражнений оздоровительной гимнастики для пожилых людей (55+ лет): адаптация нагрузки, контроль самочувствия, профилактика возрастных изменений.
25. Методика проведения занятий оздоровительной гимнастикой для лиц среднего возраста (36–55 лет) с учётом профессиональных особенностей и образа жизни.
26. Адаптация упражнений оздоровительной гимнастики для людей с ОВЗ и инвалидов (с нарушениями опорно-двигательного аппарата, зрения, слуха и т.д.): подбор упражнений, оборудование, страховка.

27. Примеры комплексов оздоровительной гимнастики для профилактики распространённых заболеваний (остеохондроз, гипертония, плоскостопие и т. д.).

28. Роль инструктора в обеспечении безопасности и эффективности занятий оздоровительной гимнастикой: контроль техники выполнения, дозирование нагрузки, оказание первой помощи.

29. Противопоказания и ограничения к занятиям оздоровительной гимнастикой для разных возрастных групп и людей с хроническими заболеваниями.

30. Использование дополнительного оборудования (фитболы, эспандеры, гантели малого веса) на занятиях оздоровительной гимнастикой для различных категорий занимающихся.

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

1. Структура и ступени Всероссийского физкультурно спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) с учётом возрастных групп населения.

2. Основные нормативно правовые акты, регулирующие внедрение и реализацию ВФСК ГТО (ФЗ «О физической культуре и спорте в РФ», приказы Минспорта России и т. д.).

3. Цели, задачи и значение комплекса ГТО в системе физического воспитания населения РФ.

4. Порядок регистрации участников и ведения электронной базы данных ГТО, включая работу с порталом www.gto.ru.

5. Процедура награждения знаками отличия ГТО: виды знаков, условия присвоения, оформление удостоверений.

6. Требования к проектированию и оборудованию стационарных площадок для тестирования по нормативам ГТО (спортивные городки, стадионы, залы).

7. Нормы безопасности и эксплуатации спортивных сооружений, используемых для тестирования ГТО.

8. Перечень и технические характеристики оборудования для выполнения испытаний ГТО (для разных возрастных групп).

9. Организация зоны тестирования: разметка, размещение оборудования, обеспечение условий для фиксации результатов.

10. Особенности обустройства площадок для тестирования в условиях ограниченного пространства (школы, вузы, предприятия).

11. Функции и задачи центра тестирования ГТО: структура, штат, взаимодействие с органами власти и общественными организациями.

12. Порядок создания и аккредитации центра тестирования ГТО, требования к материально технической базе.

13. Документационное обеспечение работы центра тестирования (заявки, протоколы, отчёты, согласия на обработку данных).

14. Организация графика тестирования: планирование, информирование участников, учёт сезонности и погодных условий.

15. Взаимодействие центра тестирования с медицинскими учреждениями: порядок получения допуска к участию в ГТО.

16. Этапы подготовки участников к тестированию ГТО: информирование, разминка, инструктаж по технике выполнения упражнений.

17. Методика проведения испытаний по основным видам нормативов ГТО (бег, прыжки, подтягивания, отжимания, плавание и т. д.).

18. Правила судейства при выполнении испытаний ГТО: критерии оценки, фиксация ошибок, спорные ситуации.

19. Порядок фиксации и оформления результатов тестирования: заполнение протоколов, внесение данных в электронную базу.

20. Алгоритм действий при возникновении нештатных ситуаций во время тестирования (травма, ухудшение самочувствия участника).
21. Особенности физической подготовки детей и подростков (I–V ступени ГТО) к выполнению нормативов: дозирование нагрузки, подбор упражнений.
22. Методика тренировки для взрослых участников (VI–VII ступени ГТО): учёт уровня физической подготовленности и профессиональной деятельности.
23. Принципы организации занятий для пожилых людей (VIII–XI ступени ГТО): адаптация упражнений, контроль состояния здоровья, профилактика перегрузок.
24. Комплексы упражнений для самостоятельной подготовки к сдаче нормативов ГТО (по возрастным группам).
25. Категории лиц с ОВЗ, допущенных к участию в комплексе ГТО: медицинские ограничения и возможности адаптации нормативов.
26. Специальные нормативы ГТО для лиц с нарушениями опорно двигательного аппарата, зрения, слуха и интеллекта.
27. Методика подбора упражнений и оборудования для подготовки инвалидов к тестированию.
28. Роль ассистента и инструктора при сопровождении лиц с ОВЗ на этапах тестирования.
29. Принципы составления индивидуальных и групповых программ подготовки к сдаче нормативов ГТО (учёт возраста, пола, уровня подготовленности).
30. Методы пропаганды и мотивации к участию в комплексе ГТО среди различных социальных групп (школьники, студенты, работники предприятий, пенсионеры): формы работы, информационные каналы, стимулирующие меры.

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

1. Возрастные особенности физического развития школьников (младшего, среднего и старшего возраста) и их учёт при организации спортивно-массовой работы.
2. Цели и задачи спортивно-массовой работы в общеобразовательной школе.
3. Нормативно-правовая база организации спортивно-массовой работы с детьми школьного возраста (ФЗ «Об образовании в РФ», ФЗ «О физической культуре и спорте в РФ» и др.).
4. Принципы планирования спортивно-массовой работы в школе на учебный год (календарный план мероприятий).
5. Формы спортивно-массовой работы в школе (секции, соревнования, дни здоровья, спартакиады) и их роль в физическом воспитании школьников.
6. Методика организации школьных спартакиад: этапы подготовки, виды соревнований, система зачёта и награждения.
7. Особенности проведения спортивных праздников и дней здоровья для разных возрастных групп школьников.
8. Структура и функции школьного спортивного клуба, его роль в организации физкультурно-оздоровительной работы.
9. Взаимодействие школьного спортивного клуба с учителями физкультуры, администрацией школы, родителями и местными спортивными организациями.
10. Критерии оценки эффективности спортивно-массовой работы в школе (количественные и качественные показатели).
11. Нормативно-правовые основы организации спортивно-массовой работы в вузах (ФГОС, локальные акты вуза, положения о студенческом спорте).
12. Цели и задачи студенческого спортивного клуба в системе физического воспитания вуза.
13. Планирование спортивно-массовой работы в вузе на учебный год: составление календарного плана мероприятий и графика тренировок.

14. Ресурсное обеспечение спортивно-массовой работы в вузе (материально-техническая база, кадровое обеспечение, финансирование).
15. Формы спортивно-массовой работы со студентами (секции, сборные команды, межфакультетские соревнования, универсиады) и их особенности.
16. Методика организации межфакультетских спартакиад и студенческих спортивных лиг: выбор видов спорта, регламент, система проведения.
17. Особенности проведения массовых спортивных мероприятий для студентов (флешмобы, эстафеты, турниры по популярным видам спорта).
18. Взаимодействие студенческого спортивного клуба с администрацией вуза, кафедрами физкультуры, студенческими организациями и внешними спортивными структурами.
19. Способы мотивации студентов к участию в спортивно-массовых мероприятиях (система поощрений, PR-кампании, вовлечение лидеров мнений).
20. Оценка эффективности деятельности студенческого спортивного клуба (критерии и методы мониторинга).
21. Понятие фитнеса, его цели и задачи в системе физического воспитания школьников и студентов.
22. Роль фитнес-занятий в укреплении здоровья, коррекции телосложения и профилактике заболеваний у детей и молодёжи.
23. Основные виды и направления фитнес-программ (аэробика, силовой тренинг, пилатес, йога, функциональный тренинг и др.) и их воздействие на организм.
24. Возрастные особенности применения фитнес-программ для школьников и студентов: выбор интенсивности, объёма и направленности нагрузки.
25. Структура и содержание фитнес-занятия в образовательной среде (разминка, основная часть, заминка): временные отрезки и методические требования.
26. Методика дозирования физической нагрузки на фитнес-занятиях для групп разного уровня подготовленности (начинающие, средний уровень, продвинутые).
27. Правила безопасности и профилактика травматизма на фитнес-занятиях в школе и вузе: страховка, самостраховка, контроль самочувствия.
28. Подбор и адаптация фитнес-программ для включения в расписание школьных и студенческих спортивных клубов (с учётом материально-технической базы и кадрового обеспечения).
29. Примеры комплексных фитнес-программ для школьников и студентов: цели, задачи, упражнения, режим нагрузки.
30. Использование фитнес-технологий для повышения вовлечённости школьников и студентов в спортивно-массовую работу (игровые форматы, челленджи, групповые тренировки).

Из перечня вопросов к итоговому аттестационному экзамену составляются билеты для проведения ИАЭ, которые утверждаются директором ИДО не позднее, чем за две недели до проведения экзаменов на основе данной программы ИА.

2.5. Критерии оценки результатов сдачи ИАЭ

По результатам сдачи ИАЭ:

Оценка *«отлично»* выставляется слушателю, сформулировавшему полные и правильные ответы на все задания экзаменационного билета, логично структурировавшему и изложившему материал. При этом слушатель должен показать знание литературы, установленной программой ИА.

Для получения отличной оценки слушателю необходимо продемонстрировать умение обозначить проблемные вопросы в соответствующей области знаний, проанализировать их и предложить варианты решений, дать исчерпывающие ответы на уточняющие и дополнительные вопросы членов итоговой аттестационной комиссии.

Оценка *«хорошо»* выставляется слушателю, который дал полные правильные ответы на задания экзаменационного билета с соблюдением логики изложения материала, но допустил при ответе отдельные неточности, не имеющие принципиального характера, то есть не искажающие смысл обсуждаемых положений, а также научных концепций, продемонстрировал умение логически мыслить и формулировать свою позицию по проблемным вопросам.

Оценка *«хорошо»* может выставляться слушателю, недостаточно четко и полно ответившему на уточняющие и дополнительные вопросы членов итоговой аттестационной комиссии.

Оценка *«удовлетворительно»* выставляется слушателю, показавшему неполные знания, допустившему ошибки и неточности при ответе на задания экзаменационного билета, продемонстрировавшему неумение логически выстроить материал ответа и сформулировать свою позицию по проблемным вопросам. При этом хотя бы по одному из заданий ошибки не должны иметь принципиального характера.

Слушатель, ответ которого оценивается *«удовлетворительно»*, должен знать основные положения, относящиеся к заданиям экзаменационного билета, опираться в своем ответе на литературу, предусмотренную программой ИА.

Оценка *«неудовлетворительно»* выставляется слушателю, если он не дал ответа хотя бы по одному заданию экзаменационного билета; дал неверные, содержащие фактические ошибки ответы на все вопросы; не смог ответить на дополнительные и уточняющие вопросы членов итоговой аттестационной комиссии; опирался в ответе на устаревшие источники информации.

Неудовлетворительная оценка выставляется слушателю, отказавшемуся отвечать на задания билета, а также слушателю, который во время подготовки к ответу пользовался запрещенными материалами (средствами мобильной связи, иными электронными средствами, шпаргалками и т.д.) и данный факт установлен членами итоговой аттестационной комиссии.

2.6. Перечень рекомендуемой литературы для подготовки к ИАЭ и его информационное обеспечение

а) Основная литература

1. Алексеев, С. В. Спортивный маркетинг: правовое регулирование: учебник / С.В. Алексеев; под ред. П.В. Крашенинникова; Московский государственный юридический университет им. О.Е. Кутафина (МГЮА). – М.: Юнити-Дана: Закон и право, 2017. – 647 с. - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=682238>

2. Алексеев, С.В. Спортивный менеджмент: Регулирование орг. и проведения физкультур. и спортив. мероприятий: учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению 032101, 080507, 030500: рек. УМЦ «Проф. учеб.»: рек. Науч.-исслед. ин-том образования и науки: рек. Науч.-метод. советом по физ. культуре М-ва образования и науки РФ / С.В. Алексеев; под ред. заслуж. юриста РФ, д-ра юрид. наук, проф. П.В. Крашенинникова; М-во образования и науки РФ, Моск. гос. юрид. ун-т им. О.Е. Кутафина (МГЮА). - М.: Закон и право: Юнити-Дана, 2015. - 681 с.: ил. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=44647

3. Андриянова, Е.Ю. Спортивная медицина: учебник для вузов / Е.Ю. Андриянова. - 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Юрайт, 2025. - 341 с. - <https://urait.ru/bcode/566894>

4. Баскетбол, волейбол: учебник для вузов / под редакцией Е.В. Конеевой. - 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2025. - 176 с. - URL: <https://urait.ru/bcode/569039>.

5. Боярская, Л.А. Методика и организация физкультурно-оздоровительной работы: учебное пособие / Л.А. Боярская; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина. – Екатеринбург: Издательство Уральского университета, 2017. – 122 с.: схем., табл., ил.– URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=695312>

6. Гавердовский, Ю.К. Теория и методика спортивной гимнастики. В 2 т. Т. 2: учебник / Ю.К. Гавердовский. – М.: Советский спорт, 2021. – 233 с.: ил. – URL: <https://lib.rucont.ru/efd/744428>.
7. Губа, В.П. Спортивная морфология: учеб. для высш. учеб. заведений: / В.П. Губа, В.Н. Чернова. – Москва: Сов. спорт, 2020. – 351 с.: ил. – URL: <https://lib.sportedu.ru/Texts/Books/DOC/325413.doc>
8. Губа, В.П. Теория и методика спортивных игр: учебник / В.П. Губа. – М.: Спорт, 2020. – 721 с. : ил. – URL: <https://lib.rucont.ru/efd/727776>
9. Ершов, Ю. А. Биохимия человека: учебник для вузов / Ю. А. Ершов. - 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Юрайт, 2023. - 466 с. - URL: <https://urait.ru/bcode/512232>
10. Жуков, Р.С. Основы спортивной тренировки: учебное пособие / Р.С. Жуков; Кемеровский государственный университет. – Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2014. – 110 с. : ил. - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278415>
11. Зайцев, А.А. Легкая атлетика: учебник для вузов / А. А. Зайцев, С. Я. Луценко; под редакцией А.А. Зайцева. - 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Юрайт, 2025. - 70 с. - URL: <https://urait.ru/bcode/569107>
12. Замараев, В. А. Анатомия для студентов физкультурных вузов и факультетов: учебник и практикум для вузов / В. А. Замараев, Е. З. Година, Д. Б. Никитюк. – М.: Юрайт, 2023. – 353 с. – URL: <https://urait.ru/bcode/534212>
13. Иваницкий, М.Ф. Анатомия человека: [с основами динам. и спорт. морфологии]: учебник для высш. учеб. заведений физ. культуры / ред.: Б.А. Никитюк [и др.]; М.Ф. Иваницкий. - 16-е изд. - М.: Спорт, 2022. - 625 с.: ил. – URL: <https://lib.rucont.ru/efd/776825>
14. Капилевич, Л. В. Физиология человека. Спорт: учебник для вузов / Л.В. Капилевич. - М.: Издательство Юрайт, 2025. - 159 с. - URL: <https://urait.ru/bcode/561304>
15. Карпеев, А.Г. Биомеханика: учебное пособие / А.Г. Карпеев, Н.П. Курнакова, Г.А. Коновалов; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. – Часть 1. – 148 с.: ил., схем., табл. - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429352>
16. Кошкарев, Л.Т. Спортивная метрология (основы статистики, измерений, комплексного контроля в тренировочном процессе спортсменов): учеб. пособие / Л.Т. Кошкарев. - Великие Луки: Великолукская государственная академия физической культуры и спорта, 2014. – 225 с. – URL: <https://lib.rucont.ru/lti/tool?goto=279257>
17. Криживецкая, О.В. Фитнес. Основы спортивно-оздоровительной тренировки: учеб. пособие / И.А. Ивко; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта; О.В. Криживецкая. - Омск: Изд-во СибГУФК, 2018. - 121 с. – URL: <https://lib.rucont.ru/efd/816952>
18. Легкая атлетика: учеб. пособие / Е.Я. Гридасова, Е.С. Кетлерова, В.В. Мехрикадзе, В.И. Никонов, Г.В. Самойлов, А.М. Степанова; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК). – М.: Колос-с, 2022. – 331 с.: ил. – URL: <https://lib.rucont.ru/efd/806846/info>
19. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры: Введ. в предмет: учеб. для высш. спец. физкультур. учеб. заведений: доп. Гос. ком. РФ по физ. культуре и спорту / Л.П. Матвеев. - Изд. 4-е, стер. - СПб. [и др.]: Лань: Омега - Л, 2004. - 159 с.- URL: <http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/124068.pdf>
20. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры: учебник / Л.П. Матвеев. - 4-е изд. – М.: Спорт, 2021. - 521 с. – URL: <https://lib.rucont.ru/efd/739883>
21. Мелёхин, А.В. Правовое регулирование физической культуры и спорта: учебник для бакалавриата и магистратуры / А.В. Мелёхин. – М.: Издательство Юрайт, 2022. - 479 с. – URL: <https://urait.ru/bcode/488328>
22. Михайлов, С.С. Спортивная биохимия: учебник для вузов и колледжей физической культуры / С.С. Михайлов. - 7-е изд., стер. – М.: Советский спорт, 2013. - 348 с.: ил. – URL: <https://lib.rucont.ru/efd/279319>

23. Попов, Г.И. Биомеханика: учеб. для студентов вузов, обучающихся по специальности "Физ. культура" / Г.И. Попов. - 4-е изд., стер. - М.: Academia, 2009. - 254 с. - URL: <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=184955&DocQuerID=10948280&DocTypeID=1&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

24. Психология физического воспитания и спорта: учеб. для студентов учреждений высш. образования, обучающихся по направлению подгот. «Пед. Образование», профиль «Физ. культура» / под ред.: А.В. Родионова, В.А. Родионова. - М.: Academia, 2016. - 319 с. - URL: <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=269793&DocQuerID=10949624&DocTypeID=1&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=8767033>

25. Синельник, Е.В. Теория и методика обучения базовым видам спорта: легкая атлетика: учеб.-метод. пособие/И.В. Руденко; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта; Е.В. Синельник. - Омск: Изд-во СибГУФК, 2021. - 128 с.: ил. - URL: <https://lib.rucont.ru/efd/816921>.

26. Солодков, А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: учебник для высш. учеб. заведений физ. культуры / Е.Б. Сологуб; А.С. Солодков. - 4-е изд., испр. и доп. - М.: Советский спорт, 2023. - 621 с.: ил. - URL: <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=353072&DocQuerID=10948959&DocTypeID=1&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=https://lib.rucont.ru/efd/187910>

27. Спортивное плавание: путь к успеху. В 2 кн. Кн. 1 / ред. В.Н. Платонов; пер. И. Андреев. - М.: Советский спорт, 2012. - 478 с.: ил. - Пер. с англ.; Библиогр.: с. 468-479. - URL: <https://lib.rucont.ru/efd/225207>

28. Спортивное плавание: путь к успеху. В 2 кн. Кн. 2 / ред. В.Н. Платонов. - М.: Советский спорт, 2012. - 544 с. : ил. - URL: <https://lib.rucont.ru/efd/225208>

29. Спортивные игры: правила, тактика, техника: учебник для вузов / под общей редакцией Е.В. Конеевой. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: Юрайт, 2025. - 344 с. - URL: <https://urait.ru/bcode/565604>

30. Тютюков, В.Г. Акмеология физической культуры и спорта: учебник / В.Г. Тютюков. - М.: Советский спорт, 2020. - 529 с. - URL: <https://lib.rucont.ru/efd/713611>

31. Физкультурно-оздоровительные технологии: учебник для вузов / В.Л. Кондаков, А.А. Горелов, О.Г. Румба, Е.Н. Копейкина. - М.: Юрайт, 2026. - 334 с.- URL: <https://urait.ru/bcode/588340>

32. Харисова, Л.М. Организация физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой деятельности: учебное пособие / Л.М. Харисова; Костромской государственный университет им. Н. А. Некрасова. - Кострома: Костромской государственный университет (КГУ), 2011. - 370 с.: ил., табл., схем. - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=275636>

33. Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: учебник для вузов / Г.А. Ямалетдинова; под научной редакцией И.В. Еркомайшвили. - М.: Юрайт, 2025. - 191 с. - URL: <https://urait.ru/bcode/56427>

б) Дополнительная литература

1. Алтухов, С. Ивент-менеджмент в спорте: Упр. спортив. мероприятиями: [учеб.-метод. пособие] / Сергей Алтухов. - М.: Сов. спорт, 2013. - 206 с.: ил. - URL: <https://lib.rucont.ru/efd/279263>

2. Алхасов, Д.С. Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы: учебник для вузов / Д.С. Алхасов. - М.: Юрайт, 2025. - 144 с. - URL: <https://urait.ru/bcode/568318>

3. Асташина, М.П. Физкультурно-оздоровительная работа с разными возрастными группами населения: учебное пособие / М.П. Асташина; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. - 189 с.: ил. - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=336043>

4. Бегидов, М.В. Социальная защита инвалидов: учебное пособие для вузов / М.В.

- Бегидов, Т.П. Бегидова. -2-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2023. - 98 с. - URL: <https://urait.ru/bcode/515196>
5. Белова, Л.В. Спортивная медицина: учебное пособие / Л.В. Белова; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь: Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2016. – 149 с.: ил. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458915>
 6. Белова, Ю.В. Современные технологии физкультурно-оздоровительной деятельности: учебно-методическое пособие / О.И. Ткачева, Е.Ю. Смирнова; Ю.В. Белова. - Великие Луки: Великолукская государственная академия физической культуры и спорта, 2022. - 156 с. - URL: <https://lib.rucont.ru/efd/807702>
 7. Биомеханические технологии подготовки спортсменов / И.П. Ратов [и др.]. - М.: ФиС, 2007. - 119 с.- URL: <https://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/42267.pdf>
 8. Виленская, Т.Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста: учебник / Т.Е. Виленская. - 2-е изд., испр. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2025. - 285 с. – URL: <https://urait.ru/bcode/563233>
 9. Виноградов, Г.П. Атлетизм: теория и методика, технология спортивной тренировки: учебник / И.Г. Виноградов; Г.П. Виноградов. – М.: Спорт, 2017. - 409 с.: ил. – URL: <https://lib.rucont.ru/efd/641135>
 10. Власова, И.А. Оздоровительный фитнес: учеб. пособие / О.А. Иваненко; Челяб. гос. ин-т культуры; И.А. Власова. - Челябинск: ЧГИК, 2017. - 161 с.: ил. - URL: <https://lib.rucont.ru/efd/788036>
 11. Волейбол и его разновидности: [учебник] / Л.В. Булыкина, В.П. Губа, В.В. Костюков, А.В. Родин. – М.: Советский спорт, 2024. - 524 с.: ил. - URL: <https://lib.rucont.ru/efd/877209>
 12. Врублевский, Е. П. Легкая атлетика: основы знаний (в вопросах и ответах): учебное пособие / Е. П. Врублевский. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Спорт, 2016. – 241 с.: ил. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=459995.
 13. Граевская, Н.Д. Спортивная медицина. Курс лекций и практические занятия: [учеб. пособие] / Т.И. Долматова; Н.Д. Граевская. – М.: Спорт : Человек, 2018. - 712 с. : ил. - URL: <https://lib.rucont.ru/efd/643232>
 14. Григорьев, О.А. Организация физкультурно-оздоровительной работы в детском оздоровительном лагере: учебник для вузов / О.А. Григорьев, Е.А. Стеблецов. - Москва: Юрайт, 2026. - 261 с.- URL: <https://urait.ru/bcode/587892>
 15. Гриднев, В.А. Новый комплекс ГТО в ВУЗе: учебное пособие / В.А. Гриднев, С.В. Шпагин; Тамбовский государственный технический университет. – Тамбов: Тамбовский государственный технический университет (ТГТУ), 2015. – 80 с.: ил., табл., схем.– URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=444640>
 16. Грудницкая, Н.Н. Оздоровительные телесно-ориентированные технологии: учебное пособие: Направление подготовки 49.04.01 – Физическая культура. Магистерская программа «Физкультурно-оздоровительные технологии» / Н.Н. Грудницкая. - Ставрополь: изд-во СКФУ, 2014. - 209 с. – URL: <https://lib.rucont.ru/efd/304117>
 17. Грудницкая, Н.Н. Современные оздоровительные системы и виды кондиционной тренировки: учебное пособие (курс лекций): направление подготовки – 490401 Физическая культура. Магистратура / Т.В. Мазакова; Н.Н. Грудницкая. - Ставрополь: изд-во СКФУ, 2015. - 131 с.- URL: <https://lib.rucont.ru/efd/304116>
 18. Губа, В.П. Теория и методика обучения базовым видам спортивных игр в системе физического воспитания [Электронный ресурс]: учеб. пособие для преподавателей, студентов вузов, обучающихся по направлениям 49.03.01, 49.03.04: утв. и рек. к изд. Эмс тренер. фак. ФГБОУ ВО "РУС "ГЦОЛИФК" / Губа В.П., Былукина Л.В., Ананьин А.С.; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования "Рос. ун-т спорта "ГЦОЛИФК", Каф. теории и методики волейбола. – М., 2023. – URL: <https://lib.sportedu.ru/Texts/Books/DOC/356010.doc>

19. Добрынин, И.М. Подготовка комплекса мер, направленных на выполнение нормативов ГТО в вузе: учебное пособие / И.М. Добрынин, В.А. Шемятихин; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина. - Екатеринбург: Издательство Уральского университета, 2016. - 103 с. - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=689885>
20. Дроздова, М. В. Анатомия человека: полный курс к экзамену: учебное пособие / М.В. Дроздова; Научная книга. – 2-е изд. – Саратов: Научная книга, 2020. – 351. - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=57840>
21. Жигун, Е.Е. Особенности проведения занятий по физической культуре с различными возрастными категориями: учеб. пособие для студентов, обучающихся по направлению подгот. 49.03.01 / Жигун Е.Е., Бархатова Л.А.; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)", Каф. теории и методики индивидуально-игровых и интеллектуал. видов спорта. – М., 2017. - URL: <http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/DOC/291280.doc>
22. Золотова, Л.В. Специализированная подготовка студентов по баскетболу: учебно-методическое пособие / Л.В. Золотова, Н.В. Гафиятова; Поволжский государственный технологический университет. – Йошкар-Ола: Поволжский государственный технологический университет, 2021. – 68 с.: схем., табл., ил. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=696378>
23. Иванова, С.В. Физкультурно-спортивная работа с населением: средовый подход / С.В. Иванова, И.В. Манжелей; Тюменский государственный университет. – Тюмень: Тюменский государственный университет, 2017. – 244 с.: ил. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=572743>
24. Игровая рационализация комплекса ГТО в системе физического воспитания школьников: учебное пособие / В. И. Столяров, В. И. Вишневский, Л. М. Чеснокова, А. В. Лаптев.- Малаховка: МГАФК, 2020.- 474 с.- URL: <https://lib.rucont.ru/efd/772183>
25. Ильин, Е.П. Психология спорта / Е.П. Ильин. - М.; СПб.: Питер, 2019. - 351 с.: ил. – URL.: <https://lib.rucont.ru/efd/641192>
26. Калинин, Е.М. Интервальные методы тренировки в подготовке спортсменов: учеб.-метод. пособие / В.Б. Гаврилов, В.Н. Селуянов; Е.М. Калинин. – М.: ТВТ Дивизион, 2021. - 134 с.: ил. – URL: <https://lib.rucont.ru/efd/807657>
27. Карпеев, А.Г. Биомеханика: практикум / А.Г. Карпеев, О.В. Кайгородцева; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2022. – 48 с.: ил. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=699158>
28. Костихина, Н. М. Педагогика физической культуры: учебник / Н. М. Костихина, О.Ю. Гаврикова; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – 2-е изд. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2015. – 296 с.: табл. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429371>
29. Костихина, Н.М. Педагогика физической культуры и спорта: учебник / Н.М. Костихина, О.Ю. Гаврикова; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2013. – 296 с. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274610>
30. Кравчук, Т.А. Управление спортивными сооружениями: учеб. пособие / М.В. Малыгина, Н.А. Мальцева; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта; Т.А. Кравчук. - Омск: Изд-во СибГУФК, 2023.- 117 с.- URL: <https://lib.rucont.ru/efd/870438>
31. Кроссфит как способ повышения эффективности физической подготовки обучающихся вуза: учебное пособие / Ю.А. Дронь, А.Ю. Дронь, Е.В. Фомина. - Сургут: РИО СурГПУ, 2025. - 74 с. - URL: <https://lib.rucont.ru/efd/949456>

32. Крылов, В.Е. Технологии и методики фитнес-тренировки: учебное пособие / В.М. Якунина, А.И. Иванов, М.С. Шориков. - Шуя: Издательство Шуйского филиала ИВГУ, 2021. - 265 с. - URL: <https://lib.rucont.ru/efd/781392>
33. Кузьменко, М.В. Аква-фитнес: учебно-методическое пособие / ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры»; М.В. Кузьменко. - Малаховка: МГАФК, 2018. - 131 с.: ил. - URL: <https://lib.rucont.ru/efd/772102>
34. Легкая атлетика: учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению «Физ. культура» и специальности «Физ. культура и спорт»: рек. умо по образованию в обл. физ. культуры и спорта / под ред. Н.Н. Чеснокова, В.Г. Никитушкина. - М.: Физ. культура, 2010. - 440 с. - URL: <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=187445&DocQuerID=10951480&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
35. Макеева, В.С. Физкультурно-оздоровительная работа в детских и молодежных лагерях: учеб. пособие / М.А. Соломченко; В.С. Макеева. - М.: Физическая культура, 2010. - 288 с. - URL: <https://lib.rucont.ru/efd/862792>
36. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры: учебник / Л.П. Матвеев. - 4-е изд. - М.: Спорт, 2021. - 521 с. - URL: <https://lib.rucont.ru/efd/739883>
37. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры: учебник / Л.П. Матвеев. - 4-е изд. - М.: Спорт, 2021. - 521 с. - URL: <https://lib.rucont.ru/efd/739883>
38. Минникаева, Н. В. Теория и методика физической культуры: избранные лекции: учебное пособие / Н.В. Минникаева, С.В. Шабашева; Кемеровский государственный университет. - Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2016. - 144 с.: ил. - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=481577>
39. Национальные программы формирования здорового образа жизни, междунар. науч.-практ. конгресс. Международный научно-практический конгресс «Национальные программы формирования здорового образа жизни», Москва, 27 - 29 мая 2014 г.: В 4 т. / М-во спорта РФ, Департамент образования г. Москвы, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования «Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)». - Москва, 2014. - Т. 1: Материалы конгресса. - 605 с. - URL: <http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/PDF/244787.pdf>
40. Немов, Р.С. Психология: учебник: в 3 книгах / Р.С. Немов. - М.: Владос, 2023. - Книга 1. Общие основы психологии. - 689 с.: табл., схем. - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=618380>
41. Никитушкин, В.Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания: учебник для вузов / В.Г. Никитушкин, Н.Н. Чесноков, Е.Н. Чернышева. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: Издательство Юрайт, 2025. - 279 с. - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=693654>
42. Организация в высших учебных заведениях спортивно-массовой работы: учебное пособие / В.А. Гриднев, С.Ю. Дутов, Н.В. Шамшина [и др.]; Тамбовский государственный технический университет. - Тамбов: Тамбовский государственный технический университет (ТГТУ), 2020. - 82 с. - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=720622>
43. Организация физкультурно-массовой работы с людьми, имеющими поражения опорно-двигательного аппарата: учебно-методическое пособие / Л.Н. Рогалева, В.С. Штоколок, Н.А. Дубровина, Е.М. Гилязетдинова; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б. Н. Ельцина. - Екатеринбург: Издательство Уральского университета, 2017. - 122 с.: табл. - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=695636>
44. Осинский, В. Герокинезиология. Наука об активном долголетии / Веслав Осинский; [пер. с пол. В.И. Ляха]. - М.: Спорт, 2021. - 309 с.: ил. - URL: <http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Rucont/343014.pdf>
45. Основы антидопингового обеспечения спорта: учеб.-метод. пособие / Н.И.

Федорова, Е.В. Антропова, А.А. Шляхтина. – М.: Советский спорт, 2023. - 111 с. - URL: <https://lib.rucont.ru/efd/822380>

46. Пельменев, В.К. История физической культуры: учебное пособие для вузов / В.К. Пельменев, Е.В. Конеева. - 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Юрайт, 2023. - 184 с. - URL: <https://urait.ru/bcode/516433>

47. Плавание; техника, методика обучения и тренировка. Курс лекций: учебное пособие, ч.1 / А. Ю. Александров, Е. Л. Фаворская, Д. А. Лаврентьева, А. В. Бакеев. - Малаховка: МГАФК, 2016. - 117 с.: ил. - URL: <https://lib.rucont.ru/efd/772847>

48. Платонов, В.Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов: [монография] / В.Н. Платонов. – М.: Спорт, 2022. - 657 с.: ил. URL: <https://lib.rucont.ru/efd/784813>

49. Пономарев, А.К. Организационно-методическое обеспечение комплекса ГТО: учебник для вузов / А. К. Пономарев, С. Н. Амелин. - 2-е изд.- Москва: Юрайт, 2026.- 134 с. - URL: <https://urait.ru/bcode/582149>

50. Пономарев, В.Д. Игровая культура праздника: теория, технология, профессиональная культура: учебное пособие. Направление подготовки "Режиссура театрализованных представлений и праздников". Квалификация (степень) выпускника "бакалавр" / КемГИК; В. Д. Пономарев. - Кемерово : Издательство КемГИК, 2021.- 177 с. - URL: <https://lib.rucont.ru/efd/785712>

51. Попков, В.Н. Спортивная метрология: [16+] / В.Н. Попков; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2004. – 183 с.: ил., табл. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274886>

52. Починкин А.В. Менеджмент в сфере физической культуры и спорта: учебное пособие. – М.: Спорт, 2017. – 384 с. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454524>

53. Психология / Н.Е. Есманская. - Воронеж: Издательский дом ВГУ, 2016. - 81 с. - 81 с. – URL: <https://lib.rucont.ru/efd/279287>

54. Савин, С.В. Педагогическое проектирование занятий фитнесом с лицами зрелого возраста / О.Н. Степанова; С.В. Савин. – М.: Перспектива, 2015. - 251 с. - URL: <https://lib.rucont.ru/efd/304388>

55. Савчак, Д.А. Организация деятельности фитнес-департамента: учебное пособие / Д.А. Савчак, Т.А. Кравчук; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. – 210 с.: схем., ил., табл. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690286>

56. Савчак, Д.А. Силовая тренировка в групповых фитнес-программах: рабочая тетрадь / Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта; Д.А. Савчак. - Омск: Изд-во СибГУФК, 2020. - 121 с.: ил. – URL: <https://lib.rucont.ru/efd/816918>

57. Сайкина, Е.Г. Концепция оздоровления школьников средствами фитнеса в реалиях современной школы / Е.Г. Сайкина, Ю.Я. Лобанов, Ю.В. Смирнова. – Санкт-Петербург; Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена (РГПУ), 2019. – 218 с.: ил. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=692260>

58. Сидорова, Е.Н. Специальные упражнения для обучения видам легкой атлетики: учебное пособие / Е.Н. Сидорова, О.О. Николаева; Сибирский федеральный университет. – Красноярск: Сибирский федеральный университет (СФУ), 2016. – 148 с. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497533>

59. Столяров, В.И. Актуальные проблемы содержания массовой физкультурно-спортивной работы: монография / Ю.А. Фомин; В.И. Столяров.- Малаховка: МГАФК, 2020.- 266 с.- URL: <https://lib.rucont.ru/efd/772113>

60. Столяров, В.И. Идеология и технология массовой физкультурно-спортивной работы в новой стратегии развития физической культуры и спорта (авторская концепция):

монография / В.И. Столяров.- Москва: Советский спорт, 2022.- 340 с.- URL: <https://lib.rucont.ru/efd/780399>

61. Сусикова, Т.С. Менеджмент физической культуры: практикум / Н.Р. Арбузина; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта; Т.С. Сусикова. - Омск: Изд-во СибГУФК, 2019. - 187 с. - URL: <https://lib.rucont.ru/efd/816950>

62. Тамбовцева, Р.В. Основы биохимии: учеб. пособие для дисциплины «Биохимия человека» / Р.В. Тамбовцева; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования «Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)». - М., 2017. - URL: <http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/DOC/284559.doc>

63. Теория и методика обучения базовым видам спорта: плавание: учеб. пособие / А.С. Казызаева, О.Б. Галеева, Е.С. Жукова, М.Д. Бакшеев; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. - Омск: Изд-во СибГУФК, 2016. -121 с. - URL: <https://lib.rucont.ru/efd/640995>

64. Терзи, К.Г. Тренажерный зал: принципы комплектования и эксплуатации: учебно-методическое пособие / К.Г. Терзи. - Малаховка: МГАФК, 2015. - 100 с.: ил. - URL: <https://lib.rucont.ru/efd/772984>

65. Терминологический словарь по анатомии человека: учеб. пособие по дисциплине «Анатомия человека» / Савостьянова Е.Б. [и др.]; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования «Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (РГУФКСМиТ), (ГЦОЛИФК)». - М., 2015. - URL: <http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/DOC/254186.doc>

66. Тожу, Ш.О. Организация и проведение спортивно-массовой работы для детей центра социальной помощи семье и детям / Ш.О. Тожу; Тувинский государственный университет. - Кызыл, 2024. - 64 с. - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=716001>

67. Тристан, В.Г. Спортивная антропология и морфология: учеб. пособие / Тристан В.Г., Глухих Ю.Н.; СибГАФК. - Омск, 2000. - 111 с.: ил. - URL: <https://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/81359.pdf>

68. Трофимов, А.М. Теория двигательной активности и спортивной тренировки: учебное пособие / А.М. Трофимов; Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина. - Елец: Елецкий государственный университет им. И. А. Бунина, 2012. - 108 с. - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272334>

69. Туревский, И.М. Физическая подготовка: сдача нормативов комплекса ГТО: учебник для вузов / И.М. Туревский, В.Н. Бородаенко, Л.В. Тарасенко. - 2-е изд.- М.: Юрайт, 2026. - 146 с.- URL: <https://urait.ru/bcode/587411>.

70. Физкультурно-спортивная деятельность в структуре досуга студентов: учебное пособие / Н.В. Васенков, Е.В. Фазлеева, Ф.Х. Чемоданова.- Москва, 2009.- 52 с.- URL: <https://lib.rucont.ru/efd/214468>

71. Филиппов, С.С. Менеджмент физической культуры и спорта: учебник для вузов / С.С. Филиппов. - 6-е изд., перераб. и доп. - М.: Юрайт, 2023. - 255 с. - URL: <https://urait.ru/bcode/533551>

72. Филиппов, С.С. Спортивный клуб школы: этап становления: [монография] / Т.Н. Карамышева; С.С. Филиппов.- 2-е изд., испр. и доп.- Москва: Советский спорт, 2012.- 300 с.- URL: <https://lib.rucont.ru/efd/225215>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Информационный портал «Информо» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система. - URL: <https://www.informio.ru/>

2. Информационный портал «Анатомия. Виртуальный атлас. Строение Человека». - URL: <http://www/e-anatomy.ru/>

3. Федеральный портал Российское образование – информационная система. - URL: www.edu.ru.

4. Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации. - URL: <http://www.minsport.gov.ru>

5. Официальный сайт ВФСК ГТО. – URL: <https://www.gto.ru/>
6. «Университетская библиотека онлайн» - ЭБС. - URL: www.biblioclub.ru
7. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» - ЭБС. - URL: www.rucont.ru
8. «Юрайт» - ЭБС. - URL: www.biblio-online.ru
9. «Гарант» - Информационно-правовой портал. - URL: ww.garant.ru.

2.7. Процедура проведения ИАЭ

Итоговый аттестационный экзамен проводится на заключительном этапе учебного процесса.

Перед экзаменом проводится консультирование обучающихся по вопросам, включенным в данную Программу.

ИАЭ проводится на открытом заседании итоговой аттестационной комиссии. ИАЭ проводится на том языке, на котором была реализована ДПП ПП.

Обучающимся и лицам, привлекаемым к проведению итоговой аттестации, во время проведения ИАЭ запрещается иметь при себе и использовать технические средства связи.

Обучающемуся на экзамене предоставляются листы бумаги со штампом ИДО.

Обучающиеся выбирают экзаменационный билет, после чего при проведении устного экзамена экзаменуемому предоставляется 1 час для подготовки ответа. На вопросы билета слушатель отвечает публично. Члены итоговой аттестационной комиссии вправе задавать дополнительные вопросы с целью выявления глубины знаний, умений, владений слушателей по рассматриваемым темам. Продолжительность устного ответа на вопросы билета не должна превышать 30 минут.

После заслушивания ответов на вопросы экзаменационных билетов всех обучающихся группы, комиссия выставляет оценки и принимает решение. Результаты ИАЭ объявляются в день его проведения всей группе после окончания экзамена.

2.8. Рекомендации обучающимся по подготовке к ИАЭ.

Подготовку к сдаче ИАЭ необходимо начать с ознакомления с перечнем вопросов, выносимых на ИАЭ. При подготовке ответов необходимо пользоваться рекомендованной основной и дополнительной литературой, представленной в п. 2.6 программы итоговой аттестации.

Во время подготовки к ИАЭ рекомендуется, помимо лекционного материала, учебников, рекомендованной литературы просмотреть также выполненные в процессе обучения задания для индивидуальной и самостоятельной работы.

В процессе подготовки ответа на вопросы необходимо учитывать изменения, которые произошли в профессиональной сфере, увязывать теоретические проблемы с практикой сегодняшнего дня.

Обязательным является посещение консультаций, которые проводятся перед ИАЭ.