

Общество с ограниченной ответственностью
«Учебный центр Перспектива-Москва»

Согласовано
На педагогическом совете

«09» сентября 2024 г.

Утверждаю:
Директор ООО
«Учебный центр Перспектива-Москва»
Т. Д. Гумпарова
«09» сентября 2024 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКИ**

**«Физическая культура и спорт:
тренер-преподаватель»
256 часов**

Квалификация: Тренер-преподаватель по физической культуре и спорту

г. Москва, 2024 г.

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка	3
Характеристика профессиональной деятельности выпускника и требования к результатам освоения программы	4
Учебный план	28
Календарный учебный график	30
Тематические планы и программы	32
Требования к организационно – педагогическим условиям реализации программы.....	47
Формы аттестации	50
Список литературы	51
Фонды оценочных средств и методические материалы	54

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая программа профессиональной переподготовки «Физическая культура и спорт: тренер-преподаватель» (Далее Программа) предназначена для формирования у слушателей профессиональных компетенций, необходимых для выполнения нового вида профессиональной деятельности, приобретения новой квалификации «Тренер-преподаватель по физической культуре и спорту».

Программа разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Профессионального стандарта «Тренер - преподаватель», утвержденного приказом Минтруда и социальной защиты РФ от 24.12.2020 г. N 952н (с изменениями на 30.08.2023 г.);
- Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам (утвержден Приказом Минобрнауки России от 01.07.2013 N 499).

Цель реализации программы формирование у слушателей новой профессиональной компетенции, необходимой для выполнения нового вида профессиональной деятельности по организации и проведению со спортсменами тренировочных мероприятий и осуществлению руководства состязательной деятельностью спортсменов для достижения спортивных результатов; преподаванию предметной области физической культуры по основным образовательным и дополнительным общеобразовательным программам; физическому воспитанию личности, приобретению знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта, физическому совершенствованию, формированию культуры здорового и безопасного образа жизни, укреплению здоровья детей и взрослых.

Категория слушателей

К освоению программы профессиональной переподготовки допускаются: лица, имеющие среднее профессиональное и (или) высшее образование; лица, получающие среднее профессиональное и (или) высшее образование.

Продолжительность обучения

Продолжительность обучения по данной программе – 256 часов, включая все виды аудиторной и внеаудиторной (самостоятельной) учебной работы слушателя.

Формы обучения: очная, очно-заочная

Режим занятий: 8 часов в день. Продолжительность учебного часа теоретических и практических занятий составляет один академический час (45 минут).

Выдаваемый документ: слушателям, успешно освоившим Программу и прошедшим итоговую аттестацию, выдается диплом о профессиональной переподготовке присвоением квалификации «Тренер-преподаватель по физической культуре и спорту» с правом ведения профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта,

Характеристика профессиональной деятельности выпускника и требования к результатам освоения программы

Вид деятельности	Профес. компетенции	Практический опыт	Необходимые умения	Необходимые знания
Деятельность по подготовке спортсменов и физическому воспитанию обучающихся	А/01.6 Планирование содержания занятий физической культурой и спортом	<ul style="list-style-type: none"> • Планирование тренировочного процесса, направленного на реализацию программы спортивной подготовки в организации, осуществляющей спортивную подготовку, в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки; • Планирование образовательного процесса в предметной области физической культуры, направленного на реализацию основной образовательной программы в организации, осуществляющей образовательную деятельность, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов; • Планирование образовательного процесса в организации дополнительного образования, направленного на реализацию: дополнительной общеразвивающей программы в области физической культуры и спорта, содержание и сроки обучения по которой определяются организацией, 	<ul style="list-style-type: none"> • Разрабатывать: программу спортивной подготовки в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки; основную образовательную программу в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов; дополнительную общеобразовательную программу в области физической культуры и спорта, в том числе дополнительную общеразвивающую программу в соответствии с физкультурно-спортивной направленностью, определенной образовательной организацией, и (или) дополнительную предпрофессиональную программу с учетом федеральных государственных требований, требований федеральных стандартов спортивной подготовки по виду спорта • Планировать продолжительность и объемы реализации: программы спортивной подготовки по виду спорта; основной образовательной программы; дополнительной 	<ul style="list-style-type: none"> • Концептуальные положения и требования к организации: тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку, определяемые федеральными стандартами спортивной подготовки; образовательного процесса в предметной области физической культуры, определяемые федеральными государственными образовательными стандартами общего образования; учебно-тренировочного процесса в организациях дополнительного образования, в том числе определяемые федеральными государственными требованиями и федеральными стандартами спортивной подготовки • Особенности планирования тренировочного процесса по виду спорта, образовательного процесса в предметной области физической культуры • Цели и задачи тренировочного процесса, определяемые федеральными стандартами спортивной подготовки • Цели и задачи образовательного процесса в предметной области физической культуры, определяемые федеральными государственными образовательными стандартами общего образования • Цели и задачи учебно-тренировочного процесса в организациях дополнительного образования, в том числе определяемые федеральными государственными

		<p>осуществляющей образовательную деятельность; дополнительной предпрофессиональной программы в области физической культуры и спорта с учетом федеральных государственных требований, требований федеральных стандартов спортивной подготовки по виду спорта</p>	<p>общеразвивающей программы, дополнительной предпрофессиональной программы</p> <ul style="list-style-type: none"> • Обосновывать выбор средств и методов тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта • Обосновывать выбор средств и методов обучения, воспитания и развития, выбор образовательных технологий в образовательной практике исходя из особенностей содержания предметных областей, возраста и образовательных потребностей обучаемых 	<p>требованиями и федеральными стандартами спортивной подготовки</p> <ul style="list-style-type: none"> • Формы, методы и средства тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта • Формы, методы и средства обучения в предметной области физической культуры, современные образовательные технологии, методические закономерности их выбора; связь между требованиями федерального государственного образовательного стандарта, образовательным процессом и системой оценки результатов освоения основной образовательной программы • Формы, методы и средства обучения в предметной области физической культуры и спорта, современные образовательные технологии, методические закономерности их выбора; система оценки результатов освоения основной образовательной программы, в том числе ее связь с федеральными государственными требованиями и федеральными стандартами спортивной подготовки • Положения теории и методики физической культуры, теории спорта, педагогики физической культуры и спорта, возрастной психологии, психологии физической культуры и спорта, теории и методики избранного вида спорта, теории и методики обучения базовым видам спорта, анатомии человека, биомеханики двигательной деятельности, спортивной метрологии, биохимии человека, спортивной биохимии, физиологии человека, спортивной физиологии, гигиенических основ физкультурно-спортивной деятельности, спортивной нутрициологии, спортивной
--	--	--	---	--

				<p>морфологии; анатомио-морфологические, физиологические, психологические и тендерные особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта, методика контроля и оценки антропометрических, физиологических, психологических параметров человека; правила видов спорта и требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с Всероссийской классификацией; нормативные правовые акты, регулирующие вид профессиональной деятельности</p>
	<p>А/02.6 Проведение мероприятий спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Выявление возможностей спортсменов различного пола и возраста с целью обеспечения индивидуального подхода к тренировочному процессу в организациях, осуществляющих спортивную подготовку • Выявление возможностей обучающихся различного пола и возраста с целью обеспечения индивидуального подхода к образовательному процессу в предметной области физической культуры, в образовательной организации общего образования • Выявление возможностей обучающихся различного пола и возраста с целью обеспечения индивидуального подхода к образовательному процессу в организации дополнительного 	<ul style="list-style-type: none"> • Выбирать методики спортивной ориентации и спортивного отбора спортсменов и обучающихся • Планировать мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора в программе спортивной подготовки по виду спорта, образовательной программе общего образования, образовательной программе дополнительного образования в области физической культуры и спорта • Реализовывать мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора в рамках: тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку; образовательного процесса в предметной области физической культуры; образовательного процесса в организациях 	<ul style="list-style-type: none"> • Организация спортивной ориентации: 1) стадия подготовки решения о выборе вида спорта для углубленных занятий; 2) стадия целенаправленной и многосторонней связи спортсмена в сфере спорта высших достижений • Содержание спортивной ориентации как процесса: спортивное просвещение - ознакомление детей со специфическими особенностями того или иного вида спорта; спортивная консультация - организация и проведение работ по выявлению индивидуальных способностей детей применительно к данному виду спорта; начальный отбор, конкурсный набор или советы, рекомендации ребенку по выбору спорта, основанные на знании его возможностей в данном виде; спортивная адаптация - сам процесс тренировки в избранном виде спорта • Содержание методик спортивной ориентации к занятиям определенным видом спорта; к выбору узкой спортивной специализации в

		образования	дополнительного образования	<p>пределах вида спорта; к определению индивидуальной структуры многолетней подготовки, динамики нагрузок и темпов роста достижений; к установлению ведущих факторов подготовленности к соревновательной деятельности, способных оказать решающее влияние на уровень спортивных результатов</p> <ul style="list-style-type: none"> • Цели отбора: отбор детей и подростков для занятий избранным видом спорта и для дальнейшего спортивного совершенствования в нем; отбор кандидатов в сборные команды (юношеские, молодежные, взрослые); отбор для участия в соревнованиях: преолимпийский отбор - направлен на комплектование ближайшего олимпийского резерва; олимпийский - на комплектование сборной команды для участия в ответственных международных соревнованиях • Условия проведения отбора: естественный отбор - вследствие отсева самих занимающихся в процессе тренировочных занятий; стандартизированный отбор, который связан с применением специальных методик, содействующих повышению его эффективности • Характер и количество применяемых методов для оценки спортивной одаренности: педагогический отбор; психологический отбор; физиологический отбор; биохимический отбор; генетический отбор; комплексный отбор • Продолжительность отбора: краткосрочный (экспресс) отбор; среднесрочный отбор; долгосрочный (продолжительный) отбор • Степень ориентации на будущий вид
--	--	-------------	-----------------------------	--

				<p>спортивной деятельности: межвидовой отбор, который направлен на поиск и выявление лиц, способных к занятиям несколькими родственными видами спорта; видовой отбор, который связан с выявлением детей, подростков и юношей, способных к занятиям тем или иным видом спорта; внутривидовой отбор, который предполагает выявление склонностей, способностей конкретного спортсмена в рамках определенного вида спорта</p> <ul style="list-style-type: none">• Этапы проведения: начальный (предварительный) отбор; текущий отбор; заключительный (итоговый, завершающий) отбор• Методики спортивного отбора и ориентации• Положения теории и методики физической культуры, теории спорта, педагогики физической культуры и спорта, возрастной психологии, психологии физической культуры и спорта, теории и методики избранного вида спорта, теории и методики обучения базовым видам спорта, анатомии человека, биомеханики двигательной деятельности, спортивной метрологии, биохимии человека, спортивной биохимии, физиологии человека, спортивной физиологии, гигиенических основ физкультурно-спортивной деятельности, спортивной нутрициологии, спортивной морфологии; анатомо-морфологические, физиологические, психологические и тендерные особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта, методика контроля и оценки антропометрических, физиологических, психологических параметров человека;
--	--	--	--	--

				правила видов спорта и требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с Всероссийской классификацией; нормативные правовые акты, регулирующие вид профессиональной деятельности
	А/03.6 Проведение занятий физической культурой и спортом	<ul style="list-style-type: none"> • Осуществление тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки • Осуществление образовательного процесса в предметной области физической культуры в образовательных организациях, реализующих основные образовательные программы в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов • Осуществление образовательного процесса в образовательных организациях, реализующих дополнительные образовательные программы в области физической культуры и спорта, в том числе в соответствии с федеральными государственными требованиями и федеральными стандартами спортивной подготовки 	<ul style="list-style-type: none"> • Реализовывать программу спортивной подготовки по виду спорта с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности спортсменов • Реализовывать рабочую программу учителя физической культуры с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности обучающихся по образовательной программе общего образования • Реализовывать рабочую программу педагога дополнительного образования с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта • Анализировать и оценивать динамику антропометрических, физиологических, психологических параметров спортсменов на этапах спортивной подготовки, определять уровень мотивации спортсменов • Анализировать и оценивать динамику антропометрических, физиологических, психологических параметров обучающихся, определять уровень мотивации 	<ul style="list-style-type: none"> • Основные нормативные правовые акты разного уровня: международного - Конвенция о правах ребенка; федерального, регионального, локального (на уровне организации, осуществляющей спортивную подготовку и образовательной организации) • Требования к инвентарю и оборудованию мест занятий и соревновательной деятельности • Возрастные характеристики спортсменов и специфические особенности тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки • Возрастные характеристики обучающихся и специфические особенности образовательного процесса в предметной области физической культуры в организациях, осуществляющих образовательную деятельность в соответствии федеральными государственными образовательными стандартами • Возрастные характеристики обучающихся и специфические особенности образовательного процесса в организациях дополнительного образования, в том числе с учетом федеральных государственных требований и федеральных стандартов спортивной подготовки <ul style="list-style-type: none"> • Положения теории и методики физической культуры, теории спорта,

			<p>обучающихся</p> <ul style="list-style-type: none"> • Выявлять проблемы тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки и резервы улучшения его результативности • Выявлять проблемы образовательного процесса и резервы улучшения его результативности • Применять средства и методы в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами спортсменов • Применять средства и методы в соответствии с задачами общего образования, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами обучающихся • Применять средства и методы в соответствии с задачами дополнительного образования, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами обучающихся • Использовать и модифицировать системы показателей для контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности спортсменов • Использовать и модифицировать системы показателей для контроля и оценки результативности образовательного процесса 	<p>педагогики физической культуры и спорта, возрастной психологии, психологии физической культуры и спорта, теории и методики избранного вида спорта, теории и методики обучения базовым видам спорта, анатомии человека, биомеханики двигательной деятельности, спортивной метрологии, биохимии человека, спортивной биохимии, физиологии человека, спортивной физиологии, гигиенических основ физкультурно-спортивной деятельности, спортивной нутрициологии, спортивной морфологии; анатомо-морфологические, физиологические, психологические и тендерные особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта, методика контроля и оценки антропометрических, физиологических, психологических параметров человека; правила видов спорта и требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с Всероссийской классификацией; нормативные правовые акты, регулирующие вид профессиональной деятельности</p>
--	--	--	---	---

			<p>обучающихся</p> <ul style="list-style-type: none"> • Анализировать нормативные, прогнозныe и фактические значения показателей результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности спортсменов • Анализировать нормативные, прогнозныe и фактические значения показателей результативности образовательного процесса в предметной области физической культуры и спорта • Оценивать результативность тренировочного процесса, выявлять проблемы в организации и вносить необходимые коррективы в тренировочный процесс • Оценивать результативность образовательного процесса, выявлять проблемы в организации и вносить необходимые коррективы в образовательный процесс • Контролировать и корректировать (при необходимости) величину физической нагрузки спортсменов и обучающихся 	
	<p>A/04.6 Психолого-педагогическое, информационное, техническое сопровождение занятий физической</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Осуществление поддержки и психолого-педагогического, информационного, технического сопровождения спортсменов, а также проведение анализа деятельности для корректировки 	<ul style="list-style-type: none"> • Использовать знания об особенностях тендерного развития для планирования работы со спортсменами и обучающимися, в том числе при проведении индивидуальных воспитательных мероприятий • Применять образовательные технологии для индивидуализации обучения, развития, воспитания 	<ul style="list-style-type: none"> • Законы развития личности и проявления личностных свойств, психологические законы периодизации и кризисов развития • Психолого-педагогические технологии индивидуализации обучения, развития, воспитания • Психолого-педагогические основы учебной и тренировочной деятельности в части учета индивидуальных особенностей обучающихся и спортсменов

	<p>культурой и спортом</p>	<p>сопровождения тренировочного процесса</p> <ul style="list-style-type: none"> • Обеспечение информационного, технического сопровождения обучающихся с применением психолого-педагогических технологий, необходимых для индивидуализации обучения, развития, воспитания обучающихся, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями • Осуществление психолого-педагогического, информационного, технического сопровождения обучающихся по дополнительным программам в области физической культуры и спорта, а также анализа деятельности для корректировки программ сопровождения образовательного процесса 	<ul style="list-style-type: none"> • Составлять психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности спортсмена и обучающегося • Использовать технологии психолого-педагогического, информационного, технического сопровождения в профессиональной деятельности для индивидуализации обучения, развития, воспитания спортсменов и обучающихся, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями • Оказывать адресную помощь спортсменам и обучающимся, в том числе с особыми образовательными потребностями • Разрабатывать (совместно с другими специалистами) и реализовывать совместно с родителями (законными представителями) программы индивидуального развития ребенка • Оказывать индивидуальную помощь и поддержку обучающимся в зависимости от их способностей, образовательных возможностей и потребностей • Разрабатывать индивидуально ориентированные программы, методические разработки и дидактические материалы с учетом индивидуальных особенностей обучающихся в целях реализации гибкого алгоритма управления процессом образовательной 	<ul style="list-style-type: none"> • Содержание информационного, технического и психолого-методического сопровождения соревновательной деятельности в избранном виде спорта • Характеристика личностных, метапредметных и предметных результатов обучающихся в контексте обучения в предметной области физической культуры согласно федеральным государственным образовательным стандартам • Методы и приемы контроля, оценивания и коррекции результатов спортивной подготовки и образовательного процесса • Требования к инвентарю и оборудованию мест занятий и соревновательной деятельности • Положения теории и методики физической культуры, теории спорта, педагогики физической культуры и спорта, возрастной психологии, психологии физической культуры и спорта, теории и методики избранного вида спорта, теории и методики обучения базовым видам спорта, анатомии человека, биомеханики двигательной деятельности, спортивной метрологии, биохимии человека, спортивной биохимии, физиологии человека, спортивной физиологии, гигиенических основ физкультурно-спортивной деятельности, спортивной нутрициологии, спортивной морфологии; анатомо-морфологические, физиологические, психологические и тендерные особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта, методика контроля и оценки антропометрических, физиологических, психологических параметров человека;
--	----------------------------	--	---	--

			<p>деятельности обучающихся</p> <ul style="list-style-type: none"> • Оценивать достижения обучающихся на основе взаимного дополнения количественной и качественной характеристик образовательных результатов • Создавать и применять в практике обучения в предметной области физической культуры рабочие программы, методические разработки, дидактические материалы с учетом индивидуальных особенностей обучающихся • Организовывать проверку соответствия инвентаря и оборудования решаемым задачам спортивной подготовки по виду спорта, общего и дополнительного образования • Осуществлять подбор и использование инвентаря и оборудования в процессе спортивной подготовки по виду спорта, общего и дополнительного образования • Анализировать деятельность и ее результаты для корректировки процессов спортивной подготовки по виду спорта, общего и дополнительного образования 	<p>правила видов спорта и требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с Всероссийской классификацией; нормативные правовые акты, регулирующие вид профессиональной деятельности</p>
	<p>А/05.6 Организация участия в спортивных соревнованиях, в</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Обеспечение соответствия материально-технического оснащения занятий особенностям соревнований, спортивных и физкультурных мероприятий 	<ul style="list-style-type: none"> • Организовывать проверку соответствия инвентаря и оборудования решаемым задачам спортивной подготовки по виду спорта, общего и дополнительного образования, подбирать и 	<ul style="list-style-type: none"> • Санитарно-гигиенические требования к организациям, осуществляющим спортивную подготовку; к организациям, осуществляющим образовательную деятельность • Требования к экипировке, инвентарю и

<p>спортивных и физкультурных мероприятиях</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Проведение отбора для участия в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях • Организация индивидуального или в составе команды участия в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях • Обеспечение безопасности в течение всего периода участия в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях • Анализ соревновательной деятельности и ее результатов для корректировки подготовки к участию в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях 	<p>использовать инвентарь и оборудование в процессе спортивной подготовки по виду спорта, общего и дополнительного образования</p> <ul style="list-style-type: none"> • Выявлять своевременно угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для участников спортивных соревнований, спортивных и физкультурных мероприятий, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности • Применять средства огнезащиты, средства индивидуальной защиты • Пользоваться приборами объективного контроля, техническими средствами и устройствами, средствами измерений, разработанными для оценки различных сторон подготовленности спортсменов, реакций организма на тренировочные и соревновательные нагрузки, эффективности тренировочного процесса, учета адаптационных перестроек функций организма спортсменов • Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи • Анализировать результаты соревновательной деятельности для 	<p>оборудованию мест занятий и соревновательной деятельности</p> <ul style="list-style-type: none"> • Федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта • Общероссийские антидопинговые правила, утвержденные федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями • Методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние • Положения теории и методики физической культуры, теории спорта, педагогики физической культуры и спорта, возрастной психологии, психологии физической культуры и спорта, теории и методики избранного вида спорта, теории и методики обучения базовым видам спорта, анатомии человека, биомеханики двигательной деятельности, спортивной метрологии, биохимии человека, спортивной биохимии, физиологии человека, спортивной физиологии, гигиенических основ физкультурно-спортивной деятельности, спортивной нутрициологии, спортивной морфологии; анатомио-морфологические, физиологические, психологические и тендерные особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта, методика контроля и оценки антропометрических, физиологических, психологических параметров человека; правила видов спорта и требования для
--	--	--	--

			корректировки подготовки к участию в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях	присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с Всероссийской классификацией; нормативные правовые акты, регулирующие вид профессиональной деятельности
	А/06.6 Формирование осознанного отношения к физической и спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентации и установок на ведение здорового образа жизни, моральных ценностей честной спортивной конкуренции, воспитание социально значимых личностных качеств для профилактики	<ul style="list-style-type: none"> • Обеспечение физического, психического, социального, духовно-нравственного развития лиц, проходящих спортивную подготовку, для воспитания социально значимых личностных качеств и формирования культуры здорового и безопасного образа жизни • Обеспечение физического, психического, социального, духовно-нравственного развития лиц, обучающихся по основным образовательным программам, для воспитания социально значимых личностных качеств и формирования культуры здорового и безопасного образа жизни • Обеспечение физического, психического, социального, духовно-нравственного развития лиц, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам, для воспитания социально значимых личностных качеств и формирования культуры здорового и безопасного образа жизни 	<ul style="list-style-type: none"> • Воспитывать социально значимые личностные качества, формировать моральные ценности честной спортивной конкуренции • Формировать навыки безопасного поведения и культуру безопасности, навыки саморазвития и укрепления здоровья для достижения должного уровня физической подготовленности к полноценной социальной и профессиональной деятельности средствами и методами физической культуры • Использовать современные методики формирования общей культуры здорового и безопасного образа жизни спортсменов, обучающихся и лиц различного пола и возраста, занимающихся физической культурой и спортом • Применять методики контроля над процессом формирования общей культуры здорового и безопасного образа жизни, воспитания нравственных, эстетических и личностных качеств, сохранения и укрепления здоровья спортсменов и обучающихся 	<ul style="list-style-type: none"> • Сущность, закономерности, тенденции и перспективы развития педагогического процесса как фактора и средства воспитания человека на протяжении всей его жизни, технологии его организации, формы и методы совершенствования различных видов деятельности спортсменов и обучающихся, а также стратегий и способов взаимодействия • Социально значимые личностные качества, моральные ценности честной спортивной конкуренции, признаки и причины негативного социального поведения • Особенности применения разнообразных средств безопасности, сохранения и укрепления здоровья • Основы культуры здорового и безопасного образа жизни спортсменов и обучающихся • Положения теории и методики физической культуры, теории спорта, педагогики физической культуры и спорта, возрастной психологии, психологии физической культуры и спорта, теории и методики избранного вида спорта, теории и методики обучения базовым видам спорта, анатомии человека, биомеханики двигательной деятельности, спортивной метрологии, биохимии человека, спортивной биохимии, физиологии человека, спортивной физиологии, гигиенических основ физкультурно-спортивной деятельности, спортивной нутрициологии, спортивной морфологии; анатомо-морфологические,

	ки негативного социального поведения			физиологические, психологические и тендерные особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта, методика контроля и оценки антропометрических, физиологических, психологических параметров человека; правила видов спорта и требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с Всероссийской классификацией; нормативные правовые акты, регулирующие вид профессиональной деятельности
	А/07.6 Обеспечение профилактики травматизма на занятиях физической культурой и спортом	<ul style="list-style-type: none"> • Обеспечение условий для профилактики травматизма в процессе спортивной подготовки по виду спорта • Обеспечение условий для профилактики травматизма в процессе общего образования • Обеспечение условий для профилактики травматизма в процессе дополнительного образования 	<ul style="list-style-type: none"> • Разрабатывать и реализовывать тренировочные программы, обеспечивающие профилактику травматизма • Разрабатывать и реализовывать образовательные программы, обеспечивающие профилактику травматизма 	<ul style="list-style-type: none"> • Нормативные правовые акты, регламентирующие создание условий безопасности для здоровья и жизни обучающихся при организации и проведении образовательного процесса, спортсменов при организации и проведении тренировочного процесса, а также при организации и проведении спортивных, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий • Способы предотвращения возникновения основных причин травматизма, в числе которых: организационные недостатки при проведении занятий, которые включают ошибки в методике проведения занятий, связанные с нарушением принципов обучения, воспитания, развития, отсутствием индивидуального подхода, недостаточным учетом состояния здоровья, половых, возрастных особенностей и подготовленности; несоответствие выбора средств целям и задачам, отсутствие страховки или неправильное ее применение; несоответствие материально-технической базы организации

				<p>требованиям СанПиН, правилам видов спорта; нарушение правил медицинского (врачебного) контроля в организациях; нарушение требований инструкций и правил по безопасности нахождения в организации; недостатки в организации административно-общественного контроля за соблюдением порядка расследования и учета несчастных случаев в организации, допуск к занятиям без прохождения врачебного осмотра, предоставление недостоверной информации со стороны родителей (законных представителей) о состоянии здоровья детей, невыполнение врачебных рекомендаций по срокам возобновления занятий после заболевания и травм, по ограничению интенсивности нагрузок</p> <ul style="list-style-type: none"> • Правила профилактики травматизма на занятиях физической культурой и спортом • Положения теории и методики физической культуры, теории спорта, педагогики физической культуры и спорта, возрастной психологии, психологии физической культуры и спорта, теории и методики избранного вида спорта, теории и методики обучения базовым видам спорта, анатомии человека, биомеханики двигательной деятельности, спортивной метрологии, биохимии человека, спортивной биохимии, физиологии человека, спортивной физиологии, гигиенических основ физкультурно-спортивной деятельности, спортивной нутрициологии, спортивной морфологии; анатомо-морфологические, физиологические, психологические и тендерные особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта, методика контроля и оценки
--	--	--	--	---

				антропометрических, физиологических, психологических параметров человека; правила видов спорта и требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с Всероссийской классификацией; нормативные правовые акты, регулирующие вид профессиональной деятельности
	А/08.6 Проведение работы по предотвращению применения допинга	<ul style="list-style-type: none"> • Проведение разъяснительной работы об антидопинговых правилах • Проведение работы, способствующей формированию нетерпимости к допингу спортсменов, с целью сохранения их здоровья и утверждения в спорте свода этических и моральных законов, основанных на внутреннем убеждении индивидуума о благородстве и справедливости в спорте 	<ul style="list-style-type: none"> • Планировать и проводить антидопинговые мероприятия с применением методик проведения работы по предотвращению применения допинга • Обеспечивать нетерпимость к допингу спортсменов с целью сохранения их здоровья и утверждения в спорте свода этических и моральных законов, основанных на внутреннем убеждении индивидуума о благородстве и справедливости в спорте, формировании знаний и навыков определения возможных путей профилактической антидопинговой деятельности 	<ul style="list-style-type: none"> • Нормативные правовые акты, регулирующие работу по предотвращению применения допинга, содержание и организация антидопинговых мероприятий • Педагогические, медико-биологические и психологические аспекты проблемы применения допинга в спорте • Основные характеристики допингов различных видов и их воздействие на организм спортсмена; мотивы применения спортсменами допинга • Варианты организации антидопинговой работы с различными группами населения • Положения теории и методики физической культуры, теории спорта, педагогики физической культуры и спорта, возрастной психологии, психологии физической культуры и спорта, теории и методики избранного вида спорта, теории и методики обучения базовым видам спорта, анатомии человека, биомеханики двигательной деятельности, спортивной метрологии, биохимии человека, спортивной биохимии, физиологии человека, спортивной физиологии, гигиенических основ физкультурно-спортивной деятельности, спортивной нутрициологии, спортивной морфологии; анатомио-морфологические, физиологические, психологические и тендерные особенности взрослых и детей, в

				<p>том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта, методика контроля и оценки антропометрических, физиологических, психологических параметров человека; правила видов спорта и требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с Всероссийской классификацией; нормативные правовые акты, регулирующие вид профессиональной деятельности</p>
	<p>А/09.6 Осуществление контроля и учета подготовленности с использованием методик измерения и оценки</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Выявление и оценка уровня и качества аналитической (технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной) и интегральной подготовленности спортсменов и фиксация всех обязательных показателей в документах учета, установленных организацией, осуществляющей спортивную подготовку • Выявление и оценка личностных, метапредметных и предметных результатов освоения основной образовательной программы и фиксация всех обязательных показателей в журнале успеваемости, личном журнале учета учителя, журнале учета проведенных мероприятий по физическому воспитанию (или в иных документах учета, установленных организацией, 	<ul style="list-style-type: none"> • Планировать и проводить мероприятия контроля, оценки и учета результатов с использованием информативных средств и методов • Проводить сбор, оценивание, анализ и учет необходимой информации о реальном ходе тренировочного или образовательного процесса, состоянии сторон подготовленности спортсменов и обучающихся, их результатах и поведении • Вести документы учета, соответствующие проводимым мероприятиям контроля и локальным актам организации 	<ul style="list-style-type: none"> • Основные функции и формы контроля подготовленности: годичный, этапный, текущий и оперативный, - их содержание и особенности при организации и проведении тренировочного процесса, а также при организации и проведении спортивных, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий • Основные функции и формы контроля результатов освоения основной образовательной программы и дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта • Характеристики нагрузок: специализированность, координационная сложность, направленность, величина и показатели, используемые для контроля нагрузок, в зависимости от вида спорта • Объекты контроля и показатели технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной, интегральной сторон подготовленности • Основные способы систематического анализа эффективности учебных занятий и подходов к обучению: общий анализ,

		<p>осуществляющей образовательную деятельность)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Выявление и оценка результатов освоения дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта и фиксация всех обязательных результатов обучения в соответствующих документах учета, установленных организацией, осуществляющей образовательную деятельность 		<p>аспектный анализ, комплексный психолого-педагогический анализ, анализ учебного занятия в соответствии с положениями личностно-развивающего обучения, целостный анализ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Методы контроля, в том числе: сбор мнений спортсменов и обучающихся; анализ рабочей документации тренировочного и образовательного процесса; педагогические наблюдения во время урока, тренировки и соревнований; определение и регистрация показателей, характеризующих деятельность спортсменов и обучающихся в процессе занятий (хронометрирование, пульсометрия, динамометрия, видеозапись); тесты (контрольные испытания) различных сторон подготовленности спортсменов и обучающихся; медико-биологические измерения • Содержание и документы поэтапного, текущего и оперативного учета результатов спортивной подготовки по виду спорта • Содержание и документы учета результатов промежуточной и итоговой аттестации обучающихся по основной образовательной программе • Содержание и документы промежуточной и итоговой аттестации обучающихся по дополнительной общеобразовательной программе в области физической культуры и спорта • Положения теории и методики физической культуры, теории спорта, педагогики физической культуры и спорта, возрастной психологии, психологии физической культуры и спорта, теории и методики избранного вида спорта, теории и методики
--	--	--	--	---

				<p>обучения базовым видам спорта, анатомии человека, биомеханики двигательной деятельности, спортивной метрологии, биохимии человека, спортивной биохимии, физиологии человека, спортивной физиологии, гигиенических основ физкультурно-спортивной деятельности, спортивной нутрициологии, спортивной морфологии; анатомо-морфологические, физиологические, психологические и тендерные особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта, методика контроля и оценки антропометрических, физиологических, психологических параметров человека; правила видов спорта и требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с Всероссийской классификацией; нормативные правовые акты, регулирующие вид профессиональной деятельности</p>
	<p>А/10.6 Осуществление организации и судейства соревнований по виду спорта и физкультурно-спортивных тестовых мероприятий с населением</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Обеспечение соблюдения правил вида спорта и положения (регламента) о спортивном соревновании при проведении спортивного соревнования по виду спорта • Обеспечение соблюдения правил и положения (регламента) при проведении физкультурно-спортивных тестовых мероприятий с населением различных возрастных групп 	<ul style="list-style-type: none"> • Выполнять осмотр места проведения спортивного соревнования или этапа соревнования, оценивать соответствие места проведения спортивного соревнования требованиям вида спорта, положению или регламенту спортивных соревнований • Выполнять осмотр места проведения физкультурно-спортивных тестовых мероприятий с населением различных возрастных групп, оценивать соответствие места проведения 	<ul style="list-style-type: none"> • Правила соревнований по виду спорта • Требования всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" • Требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию • Положение или регламент и программа спортивных соревнований • Правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники, приборов объективного контроля, технических средств и устройств • Календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных

			<p>требованиям, положению или регламенту физкультурно-спортивных тестовых мероприятий с населением различных возрастных групп</p> <ul style="list-style-type: none"> • Проверять исправность приборов объективного контроля, технических средств и устройств, спортивного инвентаря, оборудования, спортивных сооружений • Осуществлять судейство спортивных соревнований по виду спорта, спортивной дисциплине, этапа спортивного соревнования, мероприятий по выполнению населением различных возрастных групп нормативов испытаний (тестов) 	<p>мероприятий, календарные планы физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий субъектов Российской Федерации, муниципальных образований, организаций общего, дополнительного образования, организаций, осуществляющих спортивную подготовку</p> <ul style="list-style-type: none"> • Положение о физкультурно-спортивных тестовых мероприятиях с населением различных возрастных групп • Положения теории и методики физической культуры, теории спорта, педагогики физической культуры и спорта, возрастной психологии, психологии физической культуры и спорта, теории и методики избранного вида спорта, теории и методики обучения базовым видам спорта, анатомии человека, биомеханики двигательной деятельности, спортивной метрологии, биохимии человека, спортивной биохимии, физиологии человека, спортивной физиологии, гигиенических основ физкультурно-спортивной деятельности, спортивной нутрициологии, спортивной морфологии; анатомо-морфологические, физиологические, психологические и тендерные особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта, методика контроля и оценки антропометрических, физиологических, психологических параметров человека; правила видов спорта и требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с Всероссийской классификацией; нормативные правовые акты, регулирующие вид профессиональной деятельности
--	--	--	--	--

	<p>А/11.6 Обеспечение хореографической и акробатической подготовки спортсменов и обучающихся</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Проведение мероприятий по формированию и развитию хореографической подготовленности спортсменов и обучающихся • Осуществление планирования, реализации, контроля, учета результатов хореографической подготовки, оценки качества исполнения индивидуальных или групповых соревновательных программ по виду спорта лиц, проходящих спортивную подготовку • Осуществление планирования, реализации, контроля, учета результатов хореографической подготовки обучающихся, оценки качества исполнения индивидуальных или групповых программ в процессе общего образования • Осуществление планирования, реализации, контроля, учета результатов хореографической подготовки обучающихся, оценки качества исполнения индивидуальных или групповых программ в процессе дополнительного образования • Проведение мероприятий по формированию и развитию акробатической подготовленности спортсменов и обучающихся • Осуществление планирования, 	<ul style="list-style-type: none"> • Формировать хореографическую подготовленность спортсменов в соответствии с задачами спортивной подготовки • Формировать акробатическую подготовленность спортсменов в соответствии с задачами спортивной подготовки • Осуществлять развитие музыкально-хореографических, артистических, творческих способностей и эстетического восприятия у спортсменов и обучающихся • Обучать хореографическим упражнениям, этюдам, конструировать комбинации для реализации задач технической подготовки в виде спорта • Обучать акробатическим упражнениям для реализации задач технической подготовки в виде спорта • Осуществлять постановку соревновательных композиций в соответствии с правилами соревнований и спецификой вида спорта • Проводить тренировочные занятия, в том числе по хореографии, в соответствии с задачами спортивной подготовки • Проводить тренировочные занятия по акробатической подготовке в соответствии с задачами спортивной подготовки • Проводить анализ подготовки 	<ul style="list-style-type: none"> • Современные формы и методы хореографической и акробатической подготовки спортсменов и обучающихся • Положения теории и методики физической культуры, теории спорта, педагогики физической культуры и спорта, возрастной психологии, психологии физической культуры и спорта, теории и методики избранного вида спорта, теории и методики обучения базовым видам спорта, анатомии человека, биомеханики двигательной деятельности, спортивной метрологии, биохимии человека, спортивной биохимии, физиологии человека, спортивной физиологии, гигиенических основ физкультурно-спортивной деятельности, спортивной нутрициологии, спортивной морфологии; анатомо-морфологические, физиологические, психологические и тендерные особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта, методика контроля и оценки антропометрических, физиологических, психологических параметров человека; правила видов спорта и требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с Всероссийской классификацией; нормативные правовые акты, регулирующие вид профессиональной деятельности <ul style="list-style-type: none"> • Передовой опыт подготовки спортсменов в соответствующем виде спорта
--	--	---	--	--

		<p>реализации, контроля, учета результатов акробатической подготовки, оценки качества исполнения индивидуальных или групповых соревновательных программ по виду спорта лиц, проходящих спортивную подготовку</p> <ul style="list-style-type: none"> • Осуществление планирования, реализации, контроля, учета результатов акробатической подготовки обучающихся, оценки качества исполнения индивидуальных или групповых программ в процессе общего образования • Осуществление планирования, реализации, контроля, учета результатов акробатической подготовки обучающихся, оценки качества исполнения индивидуальных или групповых программ в процессе дополнительного образования 	<p>спортсменов и вносить предложения по их корректировке</p> <ul style="list-style-type: none"> • Участвовать в разработке программ и планов подготовки спортсменов • Участвовать в отборе и переводе спортсменов на следующий этап спортивной подготовки • Вести документацию по установленной форме 	
	<p>А/12.6</p> <p>Организация и проведение дистанционных занятий физкультурно-спортивной направленности</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Выбор наиболее оптимальной по техническим и технологическим особенностям модели и формы дистанционного занятия • Структуризация учебных элементов, выбор формы их предъявления спортсмену или обучающемуся (текстовые, графические, медиа, рисунки, таблицы, слайды); подготовка плана занятий в дистанционной 	<ul style="list-style-type: none"> • Осуществлять выбор наиболее оптимальной по техническим и технологическим особенностям модели и формы дистанционного занятия для организации процесса • Проводить структуризацию учебных элементов, выбор формы их предъявления спортсмену или обучающемуся и подготовку плана занятий в дистанционной форме. • Проводить занятия в 	<ul style="list-style-type: none"> • Теоретические и практические аспекты осуществления выбора наиболее оптимальной по техническим и технологическим особенностям модели и формы дистанционного занятия для организации процесса • Правила и регламенты проведения процесса, в том числе с использованием сетевой формы реализации образовательных программ и электронного обучения • Методики и алгоритмы организации процесса в дистанционном формате

		<p>форме с указанием времени на каждый пункт плана</p> <ul style="list-style-type: none"> • Проведение занятий в дистанционном формате, в том числе с использованием: кейс-технологий, которые основываются на использовании наборов (кейсов) текстовых, аудиовизуальных и мультимедийных учебно-методических материалов и их рассылке для самостоятельного освоения спортсмену или обучающемуся; сетевых технологий, использующих телекоммуникационные сети для обеспечения занимающихся учебным и методическим материалом • Контроль выполнения спортсменом или обучающимся мероприятий в дистанционном формате • Проведение инструктажа со спортсменом или обучающимся по соблюдению ими безопасного выполнения мероприятий при проведении занятий в дистанционном формате • Проведение со спортсменом или обучающимся анализа проведения занятия в дистанционном формате и возможности корректировки процесса с учетом результатов 	<p>дистанционном формате с использованием различных моделей и средств коммуникаций</p> <ul style="list-style-type: none"> • Применять методики контроля выполнения спортсменом или обучающимся занятий и заданий в дистанционном формате • Консультировать спортсмена или обучающегося по вопросам организации и проведения занятий в дистанционном формате • Организовывать и проводить инструктаж со спортсменом или обучающимся по соблюдению ими безопасного выполнения мероприятий при проведении занятий в дистанционном формате • Организовывать и проводить со спортсменом или обучающимся анализ занятия в дистанционном формате и корректировку процесса с учетом результатов • Вести отчетную документацию по проведению занятия в дистанционном формате • Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи 	<ul style="list-style-type: none"> • Особенности планирования и проведения занятий с использованием дистанционного формата • Порядок составления отчетной документации по проведению занятий, в том числе с использованием дистанционного формата • Правила использования приборов объективного контроля, технических средств и устройств, средств измерений • Правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи • Положения теории и методики физической культуры, теории спорта, педагогики физической культуры и спорта, возрастной психологии, психологии физической культуры и спорта, теории и методики избранного вида спорта, теории и методики обучения базовым видам спорта, анатомии человека, биомеханики двигательной деятельности, спортивной метрологии, биохимии человека, спортивной биохимии, физиологии человека, спортивной физиологии, гигиенических основ физкультурно-спортивной деятельности, спортивной нутрициологии, спортивной морфологии; анатомио-морфологические, физиологические, психологические и тендерные особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта, методика контроля и оценки антропометрических, физиологических, психологических параметров человека; правила видов спорта и требования для присвоения спортивных разрядов и званий
--	--	--	--	---

		<ul style="list-style-type: none"> • Отчет по проведенным занятиям в дистанционном формате, в том числе в форме аудио- и видеозаписей 		<p>по виду спорта в соответствии с Всероссийской классификацией; нормативные правовые акты, регулирующие вид профессиональной деятельности</p>
А/13.6	Организация и координация работы тренерско-преподавательской бригады	<ul style="list-style-type: none"> • Подготовка предложений по организации деятельности и формированию состава тренерско-преподавательской бригады • Организация планирования тренировочного процесса с учетом бригадного метода работы тренеров-преподавателей и иных специалистов, осуществляющих тренировочный процесс, конкретизация распределения функций и технологии работы в тренерско-преподавательской бригаде • Осуществление общего руководства организацией тренировочного процесса с использованием бригадного метода работы • Координация взаимозаменяемости и проведения совместных мероприятий тренерами-преподавателями и иными специалистами, осуществляющими тренировочный процесс, в том числе при выездных мероприятиях • Контроль исполнения 	<ul style="list-style-type: none"> • Обосновывать предложения по организации деятельности и формированию состава тренерско-преподавательской бригады • Планировать тренировочный процесс с учетом бригадного метода работы тренеров-преподавателей и иных специалистов, осуществляющих тренировочный процесс, конкретизировать распределение функций и технологии работы в тренерско-преподавательской бригаде • Пользоваться коммуникациями по координации и руководству организацией тренировочного процесса с использованием бригадного метода работы • Обеспечивать координацию тренировочного процесса с учетом изменения задач по результатам реализации тренировочного процесса и участия в спортивных мероприятиях • Осуществлять контроль исполнения утвержденных тренировочных программ, показателей работы и поручений руководства • Осуществлять разработку и подготовку промежуточной и итоговой отчетной документации, 	<ul style="list-style-type: none"> • Технология разработки распорядительной документации • Методы планирования тренировочного процесса • Коммуникационные технологии взаимодействия в коллективах специалистов с учетом специфики тренировочного процесса и соревновательной деятельности • Порядок составления отчетной документации по проведению тренировочных занятий, в том числе с использованием дистанционного формата • Правила использования приборов объективного контроля, технических средств и устройств, средств измерений • Правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи • Положения теории и методики физической культуры, теории спорта, педагогики физической культуры и спорта, возрастной психологии, психологии физической культуры и спорта, теории и методики избранного вида спорта, теории и методики обучения базовым видам спорта, анатомии человека, биомеханики двигательной деятельности, спортивной метрологии, биохимии человека, спортивной биохимии, физиологии человека, спортивной физиологии, гигиенических основ физкультурно-спортивной деятельности, спортивной нутрициологии, спортивной морфологии; анатомио-морфологические, физиологические, психологические и

		<p>тренерско-преподавательской бригадой и специалистами, входящими в ее состав, утвержденных тренировочных программ и показателей работы</p> <ul style="list-style-type: none"> • Подготовка промежуточной и итоговой отчетной документации по работе тренерско-преподавательской бригады, в том числе по вопросам морального и материального стимулирования специалистов, входящих в тренерско-преподавательскую бригаду, в порядке, установленном локальными нормативными актами организации • Подготовка докладов, презентаций и информационных сообщений по эффективности деятельности тренерско-преподавательской бригады 	<p>в том числе по работе тренерско-преподавательской бригады</p> <ul style="list-style-type: none"> • Осуществлять разработку макета и подготовку докладов, презентаций и информационных сообщений 	<p>тендерные особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта, методика контроля и оценки антропометрических, физиологических, психологических параметров человека; правила видов спорта и требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с Всероссийской классификацией; нормативные правовые акты, регулирующие вид профессиональной деятельности</p>
--	--	--	---	---

Учебный план

Дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки по направлению «Физическая культура и спорт: тренер-преподаватель»

Цель: обеспечить профессиональную переподготовку специалистов в качестве тренеров, тренеров-преподавателей физкультурно-спортивных и образовательных организаций, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта с целью овладения ими компетентностями, современными средствами физкультурно-спортивной деятельности.

Категория слушателей: специалисты физкультурно-спортивных и образовательных организаций, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта, имеющих/получающих среднее профессиональное или высшее образование.

3.1. Форма обучения: очно-заочная.

Трудоемкость: 256 академических часов, в т.ч. 118ч. – заочная часть (самостоятельная работа), 134 – очная часть (аудиторные занятия), 6 – итоговая аттестация.

Срок освоения: 8 недель.

Режим занятий: 8 часов в день.

N п/п	Наименование дисциплины	Всего часов, час	В том числе, акад. час		Аудиторные занятия, акад. час		Самостоятельная работа, акад. час		
			аудиторных	самостоятельной работы	лекции	практические занятия	Изучение УММ* с применением ЭО** и ДОТ***	самостоятельная практическая работа	аудиторных
	Модуль 1. Общетеоретический блок	74	24	50	24	0	50	0	0
1.1	Основы законодательства в сфере физической культуры и спорта	14	6	8	6	0	8	0	0
1.2	Теория физической культуры	17	5	12	5	0	12	0	0
1.3	Общая педагогика	17	5	12	5	0	12	0	0
1.4	Психология физической культуры и спорта	24	6	18	6	0	18	0	0
	Промежуточная аттестация (зачет)	2	2		2				
	Модуль 2. Профессиональный блок	176	108	68	74	34	68	0	0
2.1	Физиология физического воспитания и спорта	25	16	9	10	6	9	0	0
2.2	Педагогика физической культуры и спорта	25	10	15	10	0	15	0	0

2.3	Методика преподавания физической культуры	25	10	15	10	0	15	0	0
2.4	Медико – биологическое сопровождение тренировочного процесса	25	16	9	13	3	9	0	0
2.5	Спортивная метрология	12	8	4	2	6	4	0	0
2.6	Обучение базовым видам спорта	62	40	22	21	19	22	0	0
	Промежуточная аттестация(зачет)	2	2	0	2	0	0	0	0
	Итоговая аттестация	6	6	0	6	0	0	0	0
	Итого	256	134	118	100	34	118	0	0

* – учебно-методические материалы, ** – электронное обучение *** - дистанционные образовательные технологии

Спортивная метрология	2	8	2																
Обучение базовым видам спорта			6	8	8	8	8	8	8	2									
Промежуточная аттестация										2									
Итоговая аттестация											6								
Итого											256								

Тематические планы и программы

Модуль 1. Общетеоретический блок

1. Учебно-тематический план дисциплины «Основы законодательства в сфере физической культуры и спорта»

№ п/п	Наименование дисциплины	Всего часов	В том числе, акад. час		Аудиторные занятия		Форма контроля
			Аудиторн.	Самост. работы	Лекции и	Практич. занятия	
1	Государственная политика в области физической культуры	7	3	4	3	0	
2	Социально – правовой статус тренера – преподавателя	7	3	4	3	0	
	Итого	14	6	8	6	0	Устный опрос

Содержание дисциплины «Основы законодательства в сфере физической культуры и спорта»

Тема 1. Государственная политика в области физической культуры

Конституционные права человека и гражданина в области физической культуры и спорта. Федеральный закон о физической культуре и спорте Российской Федерации. Роль и место законодательства о физкультуре и спорте в правовом поле РФ.

Конституционные положения о физкультуре и спорте. Федеральное и региональное законодательство в сфере физической культуры и спорта. Иерархическая структура законодательства РФ о физкультуре и спорте. Закон «О физической культуре и спорте в РФ», структура, основные положения, нормативно–правовые акты.

Тема 2. Социально – правовой статус тренера – преподавателя

Правовое регулирование профессиональной трудовой деятельности преподавателя физической культуры в системе образования Российской Федерации. Правовой статус тренера, спортивного врача, судьи, спортсмена. Юридическая ответственность преподавателя физкультуры за жизнь, здоровье и безопасность учащихся. Нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность тренера-преподавателя. Нормативно-правовая компетентность тренера-преподавателя в содержании профессионального стандарта педагога дополнительного образования.

2. Учебно-тематический план дисциплины «Теория физической культуры»

№ п/п	Наименование дисциплины	Всего часов	В том числе, акад. час		Аудиторные занятия		Форма контроля
			Аудиторн.	Самост. работы	Лекции	Практич. занятия	
1	Термин «Физическая культура». Основные понятия физической культуры	8	2	6	2	0	
2	Физическая культура в обеспечении здоровья	9	3	6	3	0	
	Итого	17	5	12	5	0	Устный опрос

Содержание дисциплины «Теория физической культуры»

Тема 1. Термин «Физическая культура». Основные понятия физической культуры

Цель задачи, формы физического воспитания. Возникновение термина физической культуры. Виды физической культуры. Физическое образование. Физическая рекреация. Двигательная реабилитация. Физическая подготовка. Физическое развитие. Физические упражнения. Физическое совершенство. Физическая и функциональная подготовленность. Психофизическая подготовка. Физическое воспитание как системное качество личности.

Тема 2. Физическая культура в обеспечении здоровья

Понятие «здоровье», его содержание. Составляющие здорового образа жизни. Физическое самовоспитание, регулирование работоспособности.

Понятие «здоровье», его содержание и критерии. Функциональные резервы организма. Здоровье человека - результат сложного взаимодействия социальных, средовых и биологических факторов. Режим труда и отдыха. Профилактика вредных привычек. Режим питания. Двигательная активность. Закаливание. Здоровье и окружающая среда. Психологическая саморегуляция. Физическое самовоспитание. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.

3. Учебно-тематический план дисциплины «Общая педагогика»

№ п/п	Наименование дисциплины	Всего часов	В том числе, акад. час		Аудиторные занятия		Форма контроля
			Аудиторн.	Самост. работы	Лекции	Практич. занятия	
1	Введение в педагогическую деятельность	8	2	6	2	0	
2	Общие основы педагогики	9	3	6	3	0	
	Итого	17	5	12	5	0	Устный опрос

Содержание дисциплины «Общая педагогика»

Тема 1. Введение в педагогическую деятельность

Профессия педагога и педагогическая деятельность. Определение понятия «педагогическая деятельность». Специфика педагогической деятельности. Гуманистическая направленность педагогической деятельности. Структура педагогической деятельности.

Эффективность труда педагога, риски, их факторы и пути минимизации. Этические нормы профессии педагога. Педагогическая позиция. Профессиональная роль педагога.

Общая и профессиональная культура педагога. Культура общения и педагогический такт.

Профессиональное самосовершенствование педагога. Развитие педагога как свободной, демократической и социально ответственной личности. Мастерство педагога. Содержание и принципы организации профессионально-педагогического самообразования и самовоспитания педагога. Основные механизмы профессионального самосовершенствования. Эффективность системы самообразования и самовоспитания педагога.

Тема 2. Общие основы педагогики

Педагогика как наука. Предмет и функции педагогической науки. Связь педагогики с другими науками. Система педагогических наук. Характеристика основных категорий педагогической науки: образования, воспитания, обучения, развития, самовоспитания, индивидуализации, социализации, педагогической деятельности, образовательного процесса, педагогического взаимодействия, педагогической системы.

Педагогическая система. Закономерности и принципы целостного педагогического процесса. Педагогические технологии.

Формирование, развитие и социализация личности как педагогическая проблема.

Различные подходы к определению понятия личность. Личность как педагогическая категория. Характеристика основных факторов развития личности: биологических предпосылок развития; социальной среды; воспитания как педагогического явления. Деятельность общения как основные источники развития личности. Движущие силы развития личности. Общие закономерности развития личности. Возрастные и индивидуальные особенности развития, их учет в педагогической деятельности. Социализация личности как педагогическая проблема. Факторы социализации личности.

4. Учебно-тематический план дисциплины «Психология физической культуры и спорта»

№ п/п	Наименование дисциплины	Всего часов	В том числе, акад. час		Аудиторные занятия		Форма контроля
			Аудиторн.	Самост. работы	Лекции и	Практич. занятия	
1	Введение в психологию физического воспитания и спорта	2	1	1	1	0	
2	Психологические основы обучения на уроках физической культуры	2	0	2	0	0	
3	Психологические особенности спорта в сравнении с другими	1	0	1	0	0	

	видами деятельности						
4	Психология личности учителя физической культуры и тренера	2	1	1	1	0	
5	Психология школьника как субъекта учебной деятельности на уроках физической культуры	3	1	2	1	0	
6	Психология личности спортсмена	3	1	2	1	0	
7	Социальная психология спортивных групп	3	1	2	1	0	
8	Психологическое обеспечение спортивной деятельности	3	1	2	1	0	
9	Помеховлияние и помехоустойчивость в спорте	2	0	2	0	0	
10	Эмоции и чувства в спортивной деятельности	3	1	2	1	0	
	Итого	24	6	18	6	0	Устный опрос

Содержание дисциплины «Психология физической культуры и спорта»

Тема 1. Введение в психологию физического воспитания и спорта

Предмет и объект психологии физического воспитания и спорта. Задачи психологии физического воспитания и спорта. Особенности деятельности в физическом воспитании и спорте. Психологическая систематика видов спорта.

Тема 2. Психологические основы обучения на уроках физической культуры

Внимание в физкультурно-спортивной деятельности. Развитие внимания и способы поддержания его устойчивости.

Проявление восприятия в процессе занятий физическими упражнениями. Организация эффективного восприятия на уроках физической культуры.

Особенности мыслительной деятельности. Физическая активность и умственная работоспособность.

Особенности проявления памяти.

Воображение как процесс создания новых образов, предметов и явлений. Интерес к физической культуре как фактор, повышающий активность школьников.

Факторы, способствующие повышению активности школьников на уроках физической культуры. Уровни управления поведением субъекта деятельности.

Тема 3. Психологические особенности спорта в сравнении с другими видами деятельности

Психологическая характеристика физических качеств. Психологические особенности двигательных навыков. Стадии формирования двигательных навыков. Двигательные ощущения — основа саморегуляции моторных действий. Специализированные восприятия в спорте. Роль представлений в управлении движениями. Реакция в спорте.

Психологическое напряжение и перенапряжение в тренировочном процессе. Стресс в физкультурно-спортивной деятельности. Предсоревновательные психические состояния. Причины динамики предсоревновательного психического напряжения. Экстремальные

ситуации соревновательного характера как фактор, снижающий результативность в спортивной деятельности.

Тема 4. Психология личности учителя физической культуры и тренера

Деятельность учителя физической культуры. Способности, необходимые учителю физической культуры. Умения учителя физической культуры. Стиль деятельности учителя физической культуры. Авторитет учителя физической культуры. Психологические особенности личности тренера. Психологические особенности и проблемы оздоровительной физической культуры, подготовки юных спортсменов, деятельности педагога по физической культуре.

Тема 5. Психология школьника как субъекта учебной деятельности на уроках физической культуры

Ученик — субъект учебной деятельности. Мотивационная сфера школьника. Мотивационные основы физкультурно-спортивных занятий для людей различного возраста. Самосознание школьника. Эмоциональная сфера школьника. Волевая сфера школьника. Типические особенности личности школьников. Понятие об индивидуальности. Методы психолого-педагогического изучения личности школьника учителем физической культуры.

Тема 6. Психология личности спортсмена

Личность спортсмена как субъекта спортивной деятельности. Формирование личности спортсмена. Профессиональная адаптация в спорте. Психологические функции спортсмена.

Тема 7. Социальная психология спортивных групп

Социально-психологические особенности спортивной группы. Лидерство в спортивной группе. Социально-психологический климат. Психологические основы общения в спорте. Успешность спортивной деятельности и общение. Особенности общения и межличностных отношений, связь эмоциональной сферы с физическим воспитанием и спортом. Особенности взаимоотношений в системе «тренер спортсмен». Особенности взаимоотношений в системе «спортсмен - спортсмен».

Тема 8. Психологическое обеспечение спортивной деятельности

Мотивация спортивной деятельности. Психологические основы диагностики в спорте. Психологические основы отбора в спорте. Психологическое обеспечение тренировок и соревнований. Психологические особенности спортивного соревнования. Общая психологическая подготовка спортсмена к соревнованиям. Специальная психологическая подготовка спортсмена к соревнованиям.

Ситуативное управление состоянием и поведением спортсмена в условиях соревнований. Основы планирования психологической подготовки спортсменов к соревнованиям. Психорегуляция, психодиагностика в спорте. Методы гетерорегуляции и ауторегуляции утомления, избыточного нервно-психического напряжения и фрустрации. Основы психогигиены в спорте.

Тема 9. Помеховлияние и помехоустойчивость в спорте

Спортивная деятельность как единство помеховлияния и помехоустойчивости. Классификация помеховлияний: сила их воздействия, продолжительность действия, источники возникновения, средства осуществления. Понятия, аналогичные категории помеховлияния: отвлекающий фактор, сбивающий фактор, стрессовый фактор. Помехоустойчивость как совокупность особенностей психики спортсмена - специфического функционирования познавательных процессов, возникновения и развития определенных психических состояний.

Основа помехоустойчивости — антиципирующая направленность внимания. Проявления помехоустойчивости в форме волевого усилия, предвидения помеховлияющей ситуации,

своевременного выполнения защитных и контратакующих действий. Понятия, аналогичные категории помехоустойчивости: надежность, стрессоустойчивость.

Тема 10. Эмоции и чувства в спортивной деятельности

Виды предстартовых состояний. Типичные эмоции, переживаемые при соревновательном выступлении. Эмоциональное переживание трудностей («чужое поле», «неудобный соперник» и др.). Экстремальные ситуации в спортивной деятельности. Взаимосвязь эмоционального состояния тренера и спортсменов, феномен «эмоционального заражения».

Модуль 2. Профессиональный блок

1. Учебно-тематический план дисциплины «Физиология физического воспитания и спорта»

№ п/п	Наименование дисциплины	Всего часов	В том числе, акад. час		Аудиторные занятия		Форма контроля
			Аудиторн.	Самост. оят. работы	Лекции и	Практич. занятия	
1	Общие закономерности физиологии спорта и ее основные понятия	3	1	2	1	0	
2	Циклические и ациклические движения, их особенности и характеристика	6	4	2	1	3	
3	Физиологическая характеристика функциональных состояний организма при мышечной активности	3	1	2	1	0	
4	Физиологические основы утомления спортсменов	3	3	0	3	0	
5	Физиологическая характеристика восстановительных процессов	4	3	1	3	0	
6	Физиологические критерии тренированности при различных функциональных состояниях организма и в зависимости от вида спортивной деятельности	6	4	2	1	3	
	Итого	25	16	9	10	6	Устный опрос

Содержание дисциплины «Физиология физического воспитания и спорта»

Тема 1. Общие закономерности физиологии спорта и ее основные понятия

Произвольные и произвольные движения. Основные принципы организации движений; роль различных отделов ЦНС в регуляции познотонических реакций; нисходящие моторные системы. Физические упражнения как произвольные движения. Вклад ученых в развитие учения о произвольных движениях. Управление произвольными движениями. Навыки и физиологические механизмы их формирования. Закономерности образования двигательного навыка.

Особенности формирования навыка у детей разного возраста. Проявление двигательных качеств у детей разного возраста.

Тема 2. Циклические и ациклические движения, их особенности и характеристика

Состояние физиологических функций при циклических и ациклических видах деятельности. Понятие о мышечной работе. Вегетативное обеспечение мышечной работы. Анаэробная и аэробная фаза работы. Мощность работы: максимальная, субмаксимальная, большая, умеренная. Особенности энергетического обеспечения. Состояние физиологических функций. Ведущие факторы утомления. Состояние физиологических функций при ациклических видах деятельности. Общие черты ациклических движений.

Тема 3. Физиологическая характеристика функциональных состояний организма при мышечной активности

Физиологическая характеристика вработывания и устойчивого состояния. Предстартовое и стартовое состояния. Разминка. Вработывание. Преднастройка, ее физиологические механизмы и роль в достижении рабочего состояния. Разминка как ускоритель вработывания. Фазы устойчивой работоспособности; истинное и кажущееся устойчивое состояние. «Мёртвая точка» и «второе дыхание»: причины возникновения, механизмы проявления.

Тема 4. Физиологические основы утомления спортсменов

Понятие «утомление». Виды утомления. Физиологическая сущность утомления. Биологическое значение утомления. Факторы, влияющие на скорость наступления утомления. Перенапряжения, перетренированность. Переход утомления в переутомление. Особенности развития утомления у детей.

Тема 5. Физиологическая характеристика восстановительных процессов

Виды восстановления. Периодическое восстановление. Предрабочее восстановление. Текущее восстановление. Фазы восстановительного после рабочего периода. Восстановительные процессы в организме после физической нагрузки, их физиологические механизмы. Конструктивная фаза восстановления. Методы и средства ускорения процессов восстановления.

Тема 6. Физиологические критерии тренированности при различных функциональных состояниях организма и в зависимости от вида спортивной деятельности

Особенности протекания физиологических процессов у тренированных лиц в покое: функциональное состояние ЦНС, сенсорных систем, двигательного аппарата, деятельность органов кровообращения и дыхания, состав крови. Спортивная форма как состояние высокой степени тренированности. Физиологическое обоснование нормирования физических нагрузок. Тесты физической работоспособности и функциональных возможностей организма. Особенности реакций тренированного и нетренированного организма на дозированную нагрузку.

Практические занятия

Тема2.Определение функциональных изменений в организме при выполнении упражнений максимальной и субмаксимальной интенсивности. Функциональные изменения в организме при выполнении упражнений максимальной, большой интенсивности.. Функциональные изменения в организме при выполнении упражнений умеренной интенсивности

Темаб. Определение адаптационных возможностей организма с помощью теста максимального потребления кислорода (МПК).Функциональные пробы для определения функциональных возможностей организма. Определение индекса Кердо и коэффициента выносливости. Определение адаптационных возможностей организма с помощью индекса функциональных изменений Адамовича. Определение хронотипа человека с помощью температурного теста. Определение хронотипа человека с помощью дыхательного индекса Хильдебрандта.

2. Учебно-тематический план дисциплины «Педагогика физической культуры и спорта»

№ п/п	Наименование дисциплины	Всего часов	В том числе, акад. час		Аудиторные занятия		Форма контроля
			Аудиторн.	Самост. оят. работы	Лекции и	Практич. занятия	
1	Теоретико-методологические основы педагогики	9	4	5	4	0	
2	Теории воспитания и развития личности	8	3	5	3	0	
3	Теории обучения	8	3	5	3	0	
	Итого	25	10	15	10	0	Устный опрос

Содержание дисциплины «Педагогика физической культуры и спорта»

Тема 1.Теоретико-методологические основы педагогики

Сущностная и функциональная характеристика педагогики физической культуры и спорта. Педагогическая антропология как методологическая основа современной педагогики. Проблема диалектической взаимосвязи педагогики и психологии. Педагогическая деятельность, ее объективный и субъективный характер. Сущностная и функциональная характеристика категориального аппарата педагогической науки.

Тенденции развития современной педагогики физической культуры и спорта.

Проблемы глобализации, единства и целостности мирового образовательного пространства. Современная система образования, модели образования, основные тенденции развития.

Тема 2.Теории воспитания и развития личности

Воспитание как феномен культуры. Факторы становления института воспитания. Социальный и государственный запросы на воспитание человека. Основные противоречия, закономерности и принципы процессов воспитания и развития человека. Человека как субъект

образовательного процесса и собственной деятельности. Характеристика традиционных и инновационных подходов к проблеме развития личности.

Педагогическое общение. Взаимодействие и совместность. Событийность педагогического взаимодействия. Концепции педагогической помощи, педагогической поддержки и педагогического сопровождения. Индивидуальные траектории воспитания и развития личности.

Системы воспитания и развития личности.

Тема 3. Теории обучения

Научные основы процесса обучения: культурологические, психологические, этические, физиологические, социально-нормативные, информационные. Функции процесса обучения, их характеристика.

Психолого-дидактическое проектирование

Современные подходы к сценарированию обучающего занятия. Сочетание принципов, методов, форм и средств обучения в контексте решения основополагающих задач образования. Дидактическая интерпретация содержания образования на различных уровнях обучения.

Развитие личности посредством обучения

Динамика развития личности обучающегося в процессе обучения. Развитие личности обучающегося посредством использования разнообразных методов, форм, средств и технологий обучения. Развивающее обучение. Коллективный способ обучения.

3. Учебно-тематический план дисциплины «Методика преподавания физической культуры»

№ п/п	Наименование дисциплины	Всего часов	В том числе, акад. час		Аудиторные занятия		Форма контроля
			Аудиторн.	Самост. оят. работы	Лекции и	Практич. занятия	
1	Теория и методика физической культуры как учебная дисциплина	6	2	4	2	0	
2	Средства физического воспитания	7	3	4	3	0	
3	Особенности обучения в физическом воспитании	6	2	4	2	0	
4	Методы развития физических качеств	6	3	3	3	0	
	Итого	25	10	15	10	0	Устный опрос

Содержание дисциплины «Методика преподавания физической культуры»

Тема 1. Теория и методика физической культуры как учебная дисциплина

Предмет теории и методики физического воспитания. Основные понятия теории и практики физического воспитания. Общая характеристика системы физического воспитания:

цель и задачи физического воспитания; взаимосвязь физического воспитания с другими сторонами всестороннего воспитания; структура системы физического воспитания, содержание.

Тема 2. Средства физического воспитания

Общая характеристика средств физического воспитания. Физическое упражнение – как основное и специфическое средство физического воспитания. Учение И.М. Сеченова, И.П. Павлова о произвольном движении. Техника физических упражнений. Основы и элементы техники, их взаимообусловленность. Классификация физических упражнений. Условия, определяющие воздействие упражнений. Естественные силы природы и гигиенические условия как средство физического воспитания.

Тема 3. Особенности обучения в физическом воспитании

Характеристика понятий: «бучение в физическом воспитании», «обучение двигательным действиям», «обучение движениям». Двигательные умения и навыки. Определение понятия, физиологическое обоснование. Закономерности формирования двигательных навыков и умений. «Перенос» двигательного навыка. Двигательные умения высшего порядка. Принципы обучения и их реализация в процессе обучения.

Тема 4 Методы развития физических качеств

Определение понятия «метод», «методический прием», «методика». Классификация методов, их характеристика. Особенности их использования в различных группах обучающихся.

Общая характеристика, определение понятий и особенности развития физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости. Методы физического воспитания. Двигательные умения и навыки. Физические качества. Формы занятий. Общая физическая подготовка. Специальная подготовка. Спортивная подготовка. Интенсивность физических нагрузок. Энергозатраты при физических нагрузках. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.

4. Учебно-тематический план дисциплины «Медико – биологическое сопровождение тренировочного процесса»

№ п/п	Наименование дисциплины	Всего часов	В том числе, акад. час		Аудиторные занятия		Форма контроля
			Аудито рн.	Самост оят. работы	Лекци и	Практи ч. заняти я	
1	Основы общей патологии	1	1	0	1	0	
2	Оценка функционального состояния и характеристика состояния опорно-двигательного аппарата	4	4	0	1	3	
3	Оценка функционального состояния функционального состояния и заболевания сердечно-сосудистой системы спортсменов	3	1	2	1	0	
4	Оценка функционального	3	1	2	1	0	

	состояния и заболевания дыхательной системы спортсменов						
5	Оценка функционального состояния и заболевания системы крови спортсменов	3	2	1	2	0	
6	Оценка функционального состояния и заболевания нервной системы спортсменов	3	2	1	2	0	
7	Оценка функционального состояния и заболевания системы пищеварения спортсменов	3	2	1	2	0	
8	Оценка функционального состояния и заболевания эндокринной системы спортсменов	3	2	1	2	0	
9	Оценка функционального состояния и заболевания мочеполовой системы спортсменов	2	1	1	1	0	
	Итого	25	16	9	13	3	Устный опрос

Содержание дисциплины «Медико – биологическое сопровождение тренировочного процесса»

Тема 1. Основы общей патологии

Понятие «здоровье». Факторы, определяющие состояние здоровья человека. Занятия физической культурой и спортом – факторы сохранения и укрепления здоровья человека, продления его жизненного и творческого долголетия.

Понятие «болезнь». Биологическая сущность болезни – нарушение адаптации организма к изменениям внешней среды. Болезнь как общая реакция организма на вредные воздействия внешней среды. Роль социальных, психологических факторов в возникновении, распространении и профилактике болезней. Понятие о стрессе. Понятие об этиологии и патогенезе болезней. Общая характеристика внешних причин болезней. Краткая характеристика внутренних факторов болезней. Понятие о наследственных и врожденных заболеваниях.

Понятие об острых, подострых и хронических болезнях. Наиболее частые причины перехода острых заболеваний в хронические. Пути распространения болезненного процесса в организме человека. Стадии течения болезни. Понятие о воспалении. Местные и общие признаки воспаления.

Тема 2. Оценка функционального состояния и характеристика состояния опорно-двигательного аппарата

Понятие о костной системе; ее компоненты и факторы, лимитирующие ее работу. Повреждения суставов, костей, связок, сухожилий, капсул суставов, мышц. Меры предупреждения. Травма, понятие, классификация. Причины травм в спорте. Особенности спортивного травматизма.

Оказание первой помощи.

Противопоказания к занятиям спортом со стороны костной системы.

Понятие о мышечной системе; ее компоненты и резервные возможности мышц. Повреждение мышц (растяжения и разрывы) при занятиях спортом. Повреждение сухожилий при занятиях спортом: механизм развития, типичная локализация, признаки, оказание первой помощи, профилактика. Противопоказания к занятиям спортом со стороны мышечной системы.

Тема 3. Оценка функционального состояния функционального состояния и заболевания сердечно-сосудистой системы спортсменов

Понятие о кардиореспираторной системе; ее компоненты и лимитирующие звенья. Оценка состояния нервной системы. Методы определения ЧСС в покое и при нагрузке. Понятие о нормокардии, брадикардии и тахикардии. Методы определения артериального давления крови (АД)(слуховой, кровяной), его изменения при нагрузке у тренированных и нетренированных людей.

Классификация функциональных проб, используемых в практике спортивной медицины для оценки состояния сердечно-сосудистой системы.

Общее представление о методах исследования артериальных и венозных сосудов.

Влияние систематических занятий спортом на состояние ССС: понятие о «спортивном сердце», его структурные особенности, признаки тоногенной дилатации и физиологической гипертрофии сердца, тоногенная дилатация и объем сердца, физиологические признаки тоногенной дилатации, физиологическая гипертрофия миокарда, связь гипертрофии миокарда со спортивной специализацией. Понятие о пороках сердца (врожденные и приобретенные), о пролапсе митрального клапана, о гипертонической болезни.

Функциональные особенности сердечно-сосудистой системы у спортсменов, основные показатели в покое и при мышечной работе.

Причины развития наиболее часто встречающихся видов нарушения деятельности сердечно-сосудистой системы у спортсменов. Особенности функционального состояния сосудов у спортсменов. Противопоказания к занятиям спортом со стороны сердечно-сосудистой системы.

Тема 4. Оценка функционального состояния и заболевания дыхательной системы спортсменов

Понятие о системе дыхания. Оценка состояния дыхательной системы. Динамика объемных и вентиляционных показателей в условиях покоя и после выполнения физической нагрузки. Спирография.

Характеристика получаемых показателей и их динамика в связи со спортивным совершенствованием. Методика пневмотахометрии. Оценка полученных показателей в абсолютных значениях и в процентах к должной величине.

Методика выполнения функциональных проб внешнего дыхания: пробы Розенталя, Лебедева, Шафрановского. Оценка результатов.

Гипоксемические пробы Штанге и Генчи. Методика проведения и оценки состояния функциональных систем. Пробы с гипервентиляцией и с физической нагрузкой. Оценка полученных данных.

Особенности состояния системы дыхания при занятиях физической культурой и в покое. Причины развития наиболее часто встречающихся видов нарушения деятельности дыхательной системы у спортсменов. Противопоказания к занятиям спортом со стороны дыхательной системы.

Тема 5. Оценка функционального состояния и заболевания системы крови спортсменов

Особенности системы крови спортсменов. Сравнительная оценка крови спортсмена и человека, не занимающегося спортом. Половые особенности состава крови. Форменные элементы крови. Белковый и электролитный состав крови. Изменение состава крови спортсмена во время соревнований и при тренировочном режиме. Заболевания системы крови у спортсменов.

Тема 6. Оценка функционального состояния и заболевания нервной системы спортсменов

Неврологический анамнез – простейший метод получения сведений о функциональном состоянии ЦНС; характеристика силы, равновесия и подвижности нервных процессов.

Оценка функционального состояния ЦНС.

Общее представление о наиболее часто встречающихся у спортсменов заболеваниях периферической нервной системы при нерациональных занятиях спортом.

Противопоказания к занятиям спортом со стороны нервной системы.

Тема 7. Оценка функционального состояния и заболевания системы пищеварения спортсменов

Причина заболеваний системы пищеварения у спортсменов. Место заболеваний пищеварительной системы в структуре общей заболеваемости спортсменов.

Особенности питания спортсменов в период соревнований и вне соревнований. Качественные характеристики характера и режима питания спортсмена.

Тема 8. Оценка функционального состояния и заболевания эндокринной системы спортсменов

Общая характеристика функционального состояния эндокринной системы спортсменов. Особенности функционирования эндокринной системы спортсменов. Влияние нерационального планирования тренировочного режима на функционирование эндокринной системы.

Тема 9. Оценка функционального состояния и заболевания мочеполовой системы спортсменов

Оценка состояния мочевой системы. Особенности жалоб спортсменов с заболеваниями мочевой системы. Расстройство диуреза.

Лабораторные методы исследования работы мочевой системы и их изменение при заболеваниях. Протеинурия. Причины ее возникновения. Форменные элементы в моче, причины.

Практические занятия

Тема 2. Отработка навыка оказания первой помощи при различных видах травм

Травмы головы. Оказание первой помощи при травмах глаза и носа.

Травмы шеи, оказание первой помощи. Остановка наружного кровотечения при травмах шеи. Фиксация шейного отдела позвоночника

Травмы груди, оказание первой помощи. Основные проявления травмы груди, особенности наложения повязок при травме груди. Особенности наложения повязки на рану груди с инородным телом.

Травмы живота и таза, основные проявления. Оказание первой помощи.

Закрытая травма живота с признаками внутреннего кровотечения. Оказание первой помощи. Особенности наложения повязок на рану при выпадении органов брюшной полости, при наличии инородного тела в ране.

Травмы конечностей, оказание первой помощи. Понятие «иммобилизация». Способы иммобилизации при травме конечностей.

Травмы позвоночника. Оказание первой помощи.

Цель и принципы придания пострадавшим оптимальных положений тела. Оптимальные положения тела пострадавшего с травмами груди, живота, таза, конечностей, с потерей сознания, с признаками кровопотери.

5. Учебно-тематический план дисциплины «Спортивная метрология»

№ п/п	Наименование дисциплины	Всего часов	В том числе, акад. час		Аудиторные занятия		Форма контроля
			Аудиторн.	Самост. оят. работы	Лекции и	Практич. занятия	
1	Основные элементы теорий измерений, тестов, оценок и квалитметрии	2	2	0	2	0	
2	Тестирование состояния и подготовленности спортсмена	4	2	2	2	2	
3	Количественные и качественные методы оценок. Виды инструментальных методов исследования. Особенности оценки двигательных действий с использованием регистрирующих систем	3	2	1	2	2	
4	Методы и методики измерения физических способностей с использованием датчиков	3	2	1	2	2	
	Итого	12	8	4	2	6	

Содержание дисциплины «Спортивная метрология»

Тема 1. Основные элементы теорий измерений, тестов, оценок и квалитметрии

Предмет спортивной метрологии. Структура спортивной метрологии. Элементы системы измерения физических величин. Виды измерений. Единицы измерений. Шкалы измерений. Точность измерений. Средства измерений. Единство измерений. Элементы системы измерения качественных показателей. Виды качественных показателей. Измерения методом экспертных оценок.

Тема 2. Тестирование состояния и подготовленности спортсмена

Оценка спортивных результатов и тестов. Тестирование как косвенное измерение. Виды двигательных тестов. Метрологические требования к тестам. Процедура оценивания. Виды и

шкалы оценок. Нормы как основа классификации. Пригодность норм. Тестирование физических способностей. Оценка личного физического состояния.

Способы измерения и оценки скоростно-силовых способностей, выносливости, гибкости и координации. Инструментальные методы исследования. Особенности оценки двигательных действий с использованием регистрирующих систем.

Тема 3. Количественные и качественные методы оценок. Виды инструментальных методов исследования. Особенности оценки двигательных действий с использованием регистрирующих систем

Контактные и бесконтактные методы оценки двигательных действий: достоинства и недостатки, область применения, способы реализации. Задачи бесконтактных методов: протоколирование, метрологическая регистрация. Зрительный образ, статистический и динамический. Острота зрения. Разновидности светочувствительных систем (материалов): с фиксацией и без фиксации изображения. Закономерности создания оптического изображения и особенности спортивной съемки.

Метрологические основы судейства в спорте. Определение времени финиширования.

Тема 4. Методы и методики измерения физических способностей с использованием датчиков

Элементы контрольно-измерительных систем. Методы оценки физического состояния и двигательных действий с использованием датчиков.

Виды измерительных систем и их особенности. Общая схема измерительной системы. Требования, предъявляемые к элементам схемы.

Практические занятия

Тема 2. Тестирование физических способностей. Оценка личного физического состояния. (Контрольное задание «Оценка личного физического состояния»).*

Батарея тестов. Измерение личных физиологических параметров и физических способностей. Оценивание результатов тестирования в баллах и представление их в графической форме.

Тема 3. Метрологические основы судейства. Определение времени финиширования. (Практическая работа «Фотофиниш»).

Тема 4. . Изучение кинематических характеристик движения по промеру (Практическая работа «Промер»).

6. Учебно-тематический план дисциплины «Обучение базовым видам спорта»

№ п/п	Наименование дисциплины	Всего часов	В том числе, акад. час		Аудиторные занятия		Форма контроля
			Аудиторн.	Самост. работы	Лекции и	Практич. занятия	
1	Лыжный спорт	13	8	5	4	4	
2	Гимнастика	18	13	5	7	6	
3	Легкая атлетика	19	14	5	9	5	
4	Плавание	12	5	7	1	4	
	Итого	62	40	22	21	19	

2. Содержание дисциплины «Обучение базовым видам спорта»

Тема 1 Лыжный спорт

Строевые приемы с лыжами и на лыжах; способы переноски лыж, повороты на месте: поворот вокруг носок лыж влево (право) поворот вокруг пятки лыж влево (право), поворот скрестно левой, скрестно правой (вперед, назад), поворот махом (левой, правой), поворот наместе с опорой и без опоры на палки.

Классический попеременный двухшажный ход. Изучение скользящего шага - ходьба без палок. Изучение толчка ногой. Классический одновременный бесшажный ход. Классический одновременный одношажный ход. Преодоление спусков (стойки). Преодоление подъемов. Переходы с хода на ход. Повороты в движении, торможения.

Природные условия передвижения на лыжах. Свойства снега. Рельеф лыжных трасс. Экипировка лыжника. Смазка лыж.

Тема 2. Гимнастика

Понятие «Гимнастика» и его толкования. Классификация видов гимнастики. Обеспечение техники безопасности на занятиях гимнастикой. Гимнастическая терминология. Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения, их классификация. Техника гимнастических упражнений. Методика обучения упражнениям в гимнастике. Организация и проведение соревнований по гимнастике. Урок гимнастики в школе. Структура урока и методика его проведения. Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения на уроке гимнастики. Техника выполнения и методика обучения элементам на гимнастических снарядах и акробатическим упражнениям (по теме конкретного занятия). Техника выполнения и методика обучения лазанию по канату в 3 приема. Техника выполнения и методика обучения упражнениям в равновесии

Тема 3. Легкая атлетика

Введение в предмет. Легкоатлетические виды в программе Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО». Основы техники спортивной ходьбы и бега. Понятие о технике спортивных движений. Основы методики обучения технике легкоатлетических видов. Особенности занятий по легкой атлетике с детьми разного возраста. Организация и судейство соревнований по легкой атлетике. Техника бега на средние и длинные дистанции. Обучение технике прыжка в длину с места. Обучение технике прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги». Обучение технике метания малого мяча. Обучение технике спортивной ходьбы. Обучение технике тройного прыжка с места. Обучение технике эстафетного бега. Техника метания гранаты. Техника метания копья. Техника прыжка в высоту способом «перешагивание», «перекидной». Обучение технике барьерного бега. Знакомство с техникой метания молота.

Тема 4. Плавание

Классификация плавания, спортивные способы плавания.

Основные группы средство обучения плаванию. Характеристика подготовительных упражнений для освоения с водой. Специальные упражнения для развития силы, быстроты, гибкости суставов с учетом способа плавания, что является основанием для выбора способа плавания при начальном обучении детей и взрослых. Спортивные способы плавания. Основы техники спортивных и прикладных способов плавания, стартов и поворотов. Понятия о технике плавания. Техника выполнения стартов. Техника выполнения поворотов. Методика обучения прикладному плаванию. Методика обучения технике ныряния. Техника плавания на боку.

Спасание утопающего. Действия спасателя при захватах тонущего. Способы транспортировки пострадавшего. Оказание первой помощи при утоплении.

Практические занятия

Тема 1. Разработка конспекта урока лыжной подготовки.

Тема 2. Составление комплекса ОРУ без предметов, состоящего из 5упражнений в движении и 10 упражнений на месте.

Учебное проведение студентами вводно-подготовительной части урока по подготовленному конспекту.

Тема 3. Составление комплекса общеразвивающих упражнений для подготовительной части занятия по обучению и совершенствованию техники легкоатлетических прыжков.

Составление комплекса из 10 - 12 упражнений сходных по характеру и структуре движения с техникой легкоатлетических прыжков для проведения в подготовительной части занятия.

Тема 4. Разработка конспекта урока обучения плаванию.

ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИОННО – ПЕДАГОГИЧЕСКИМ УСЛОВИЯМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Организационно-педагогические условия реализации рабочей учебной программы обеспечивают: реализацию рабочей программы в полном объеме, соответствие качества подготовки обучающихся установленным требованиям, соответствие применяемых форм, средств, методов обучения и воспитания возрастным, психофизическим особенностям, склонностям, способностям, интересам и потребностям обучающихся.

Квалификационные требования, предъявляемые к педагогическим работникам Учебного центра, определяются ФЗ «Об образовании в РФ» и иными нормативными актами (квалификационными справочниками и/ или профессиональными стандартами).

Требования, предъявляемые к должности «Преподаватель»:

- высшее профессиональное образование и стаж работы в образовательном учреждении не менее 1 года, при наличии послевузовского профессионального образования (аспирантура, ординатура, адъюнктура) или ученой степени кандидата наук – без предъявления требований к стажу работы. Продолжительность учебного часа теоретических и практических занятий составляет 1 академический час (45 минут). Продолжительность учебного часа практического обучения на производстве составляет 1 астрономический час (60 минут) в соответствии с трудовым законодательством РФ.

Для обучения слушателей по программам дополнительного профессионального образования Учебный центр располагает собственными помещениями.

При реализации программ используется учебная аудитория, которая оборудована необходимыми техническими средствами обучения.

Кроме того, слушатели в процессе обучения обеспечиваются необходимой нормативно-справочной и учебно-методической литературой, информационными материалами.

Занятия очной части осуществляются в пределах рабочего дня с 08.00 до 18.00 час. С учетом пожеланий обучающихся, обеденный перерыв с 12.15 до 13.00, имеется возможность питания в пунктах общественного питания, расположенных в зоне шаговой доступности.

Обучение проводится:

1. В форме лекционных занятий в оборудованном учебном классе с использованием соответствующей учебно – материальной базы (теоретическое обучение);

2. В форме лекционных занятий – вебинаров с использованием информационно – телекоммуникационной сети Интернет;
3. В форме практических занятий в специально оборудованном классе.
4. В форме самостоятельной работы путем изучения теоретического учебно – методического материала по программе в дистанционном портале «Прометей» .

При реализации программы применяются следующие методы обучения:

1. Словесные:
 - лекция,
 - объяснение,
 - беседа,
 - дискуссия.
2. Наглядные:
 - иллюстрация,
 - демонстрация видеофильмов.
3. Практические:
 - упражнения,
 - практические занятия.

Выбор методов обучения определяется преподавателем для каждого занятия в соответствии с составом и уровнем подготовленности слушателей, степенью сложности изучаемого материала, наличием и состоянием технических средств.

Информационно-методические условия реализации Рабочей программы включают:

- Рабочую программу;
- Учебный план;
- Календарный учебный график;
- Методические материалы и разработки;
- Расписание занятий

Материально-технические условия реализации Рабочей учебной программы соответствуют требованиям к учебно-материальной базе, предъявляемым к образовательным организациям.

Материально-технические условия реализации Рабочей учебной программы

Технические средства обучения		
Компьютер с соответствующим программным обеспечением	штук	1
Мультимедийный проектор	штук	1
Экран	штук	1
Магнитно-маркерная доска	штук	1
Дистанционный курс «Физ-ра и спорт: Тренер-преподаватель» (Система дистанционного обучения «Прометей»)	комплект	1
Учебно-наглядные пособия		

Наглядные пособия: способы остановки кровотечения, сердечно-легочная реанимация, транспортные положения, первая помощь при скелетной травме, ранениях и термической травме	комплект	1
Оборудование		
Манекен «Гоша» для оказания первой помощи	штук	1

ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

Реализация программы сопровождается проведение двух видов аттестации: промежуточной и итоговой.

Промежуточная аттестация проводится для установления уровня достижения результатов освоения модуля №1 «Общетеоретический блок» и Модуля №2 «Профессиональный блок» по учебному плану. Если посредством проведения промежуточной аттестации формируются неудовлетворительные результаты по определенным курсам, предметам, модулям или же дисциплинам, то такие результаты признаются академической задолженностью.

Промежуточная аттестация по модулю №1 «Общетеоретический блок» проводится в форме зачета по вопросам.

Промежуточная аттестация по модулю №2 «Профессиональный блок» проводится в форме зачета в виде теста.

Итоговая аттестация представляет собой форму оценки степени и уровня освоения обучающимися образовательной программы.

Проверка теоретических знаний осуществляется в учебном классе на территории Учебного центра.

Критерии оценки теста для промежуточного экзамена

За каждое правильно решенное тестовое задание присваивается по 1 баллу. Общая сумма баллов, которая может быть получена за тест, соответствует количеству тестовых заданий.

Оцениваемый показатель	Оценка	
	Не сдал	Сдал
Процент набранных баллов из 100% возможных	55 % и менее	70 % и более
Количество тестовых заданий: 40	От до 27	от 28

Критерии оценки квалификационного экзамена

Оценкой «отлично» оценивается ответ, если обучающийся свободно, с глубоким знанием материала, правильно, последовательно и полно выберет тактику действий, и ответит на дополнительные вопросы.

Оценка «хорошо» выставляется, если обучающийся достаточно убедительно, с несущественными ошибками в теоретической подготовке и достаточно освоенными умениями, по существу правильно ответил на вопрос с дополнительными комментариями педагога или допустил небольшие погрешности в ответе или действии.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если обучающийся недостаточно уверенно, с существенными ошибками выполнил, как теоретическую часть, так и

практическую, продемонстрировав слабо освоенные умения. Только с помощью наводящих вопросов преподавателя, не уверенно отвечал на дополнительно заданные вопросы.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если обучающийся имеет очень слабое представление о предмете и недостаточно, или вообще не освоил вопрос, не смог в полной мере продемонстрировать умения и практические навыки, допустив серьезные ошибки. Допустил существенные ошибки в ответе на большинство вопросов, неверно отвечал на дополнительно заданные ему вопросы. При оценке «неудовлетворительно» обучающемуся предоставляется возможность пересдать экзамен один раз.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Законодательные и нормативные акты

1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993 (с изменениями в ходе общероссийского голосования 01.07.2020 г.).
2. Гражданский кодекс Российской Федерации (часть первая)" от 30.11.1994 N 51-ФЗ (с изменениями на 08.08.2024 г.).
3. Гражданский кодекс Российской Федерации (часть вторая)" от 26.01.1996 N 14-ФЗ (с изменениями на 24.07.2023 г.).
4. Гражданский кодекс Российской Федерации (часть четвертая)" от 18.12.2006 N 230-ФЗ (с изменениями на 30.01.2024 г.)
5. Федеральный закон «Об Образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 г. (с изменениями на 08.09.2024 г.) (далее — Закон об образовании).
6. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» № 329-ФЗ от 04.12.2007 г. (с изменениями на 24.07.2024 г.) (далее — Закон о спорте).

Учебная литература

1. Власов, А.Е. Развитие массового спорта в современной России [Электронный ресурс] : монография / Ю.А. Зеленков, И.В. Солнцев, А.Е. Власов .— М. : Проспект, 2018 .— 129 с.
2. Платонов, В.Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов [Электронный ресурс] : [монография] / В.Н. Платонов .— М. : Спорт, 2019 .— 656 с.
3. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой тренировки [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Ш.З. Хуббиев, С.М. Лукина, Т.Е. Коваль, Л.В. Ярчиковская .— СПб. : Изд-во С.-Петербур. ун-та, 2018 .— 272 с. : ил. — Сост. указаны на обороте тит. л. — ISBN 978-5-288-05785-4 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/693162>
4. Жигун, Е.Е. Особенности проведения занятий по физической культуре с различными возрастными категориями [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Л.А. Бархатова, Е.Е. Жигун .— М. : РГУФКСМиТ, 2017 .— 131 с. — Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/671373>
5. Лях, В.И. Развитие координационных способностей у дошкольников [Электронный ресурс] / В.И. Лях .— М. : Спорт, 2019 .— 128 с.
6. Коровин, С.С, ВОСПИТАНИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ПРОЦЕССЕ ОСВОЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ [Электронный ресурс] : Учебное пособие / П. П. Тиссен, Т. А. Ботагариев, С. С. Кубиева, С.С, Коровин .— Актобе : Издательство Актюбинского регионального государственного университета им. К. Жубанова, 2019 .— 164 с. — Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/692660>
7. Балаева, О.Е. Этика в спорте [Электронный ресурс] : учеб. пособие / О.Е. Балаева .— М. : Колос-с, 2019 .— 43 с.
8. Абашкина Р. А. Олимпийские ценности и спортивная этика // Молодой ученый. – 2018. – №26. – С. 100-101.
9. Бальсевич В.К. Перспективы развития общей теории и технологий спортивной подготовки и физического воспитания (методологический аспект) / В.К. Бальсевич // Теория и практика физической культуры. – 1999. – № 4.
10. Беляев Н.Г. Возрастная физиология. –Ставрополь: Изд-во СГУ, 2010.– 246 с.
11. Былеева Л.В., Коротков И.М. Подвижные игры. – М.: ФиС, 2002.

12. Возрастная анатомия, физиология и школьная гигиена /Н. Ф. Лысова, Р. И. Айзман, Я. Л. Завьялова, В. М. Ширшова. – Новосибирск: Сиб. унив. изд-во, 2010. – 398 с.
13. Волков Б.С. Психология юности и молодости: Учебное пособие. - М.: Академический Проект: Трикса, 2006. - 256 с.
14. Дворкина Н.И. Половозрастные особенности динамики физической подготовленности и психических процессов детей 3-6 лет / Н.И. Дворкина // Теоретико-методологические основы физического образования / Под общ.ред. доц. В.А.Вострикова. – Оренбург: Изд-во ОГПУ, 2004.
15. Егидес А. П. Психология конфликта. – М. :МФПУ «Синергия», 2013. – 315 с.
16. Ермолаев Ю.А.Возрастная физиология. –М.:СпортАкадемПресс, 2001. –448 с.
17. Ефимова Н.С. Психология общения. Практикум по психологии: Учебное пособие. - М.: ИД ФОРУМ, НИЦ ИНФРА-М, 2013. - 192 с.
18. Жуков М.Н. Подвижные игры. – М.: Изд-во: Академия. – 2000. – 160 с.
19. Ильин Е.П. Психология общения и межличностных отношений. - СПб.: Питер, 2013. - 576 с.
20. Кон И.С. Психология ранней юности. М., 1989. – 256 с.
21. Коротков И.М. Подвижные игры в занятиях спортом. – М.: ФиС, 2001.
22. Кувватов С.А. Активный отдых на свежем воздухе. – М.: Издательство: Феникс, 2006.
23. Кулагина М.Ю., Колюцкий В.Н. Возрастная психология: Полный жизненный цикл развития человека. М.: ТЦ «Сфера», 2001. -464с.
24. Леонтьев А.А. Психология общения. М.: Смысл; Изд. Центр «Академия», 2008. 368 с.
25. Леонтьева Н.Н.,МариноваК.В.Анатомия и физиология детского организма. – М.:Просвещение,1986. – 544 с.
26. Лубышева Л. И. Культурные трансформации современного спорта в аспекте социологического анализа // Теория и практика физической культуры. – № 6, 2013. – 3–5 с.
27. Макарова Г.А. Спортивная медицина: – М.: Советский спорт, 2003. - 480 с.
28. Мижериков В.А. Введение в педагогическую деятельность.– М.: Роспедагентство, 2009. – 290 с.
29. Мухина В.С., Хвостов А.А. Возрастная психология: Детство, отрочество, юность. М.: Академия, 2007. – 624 с.
30. Некрасов П. А. Комплексы общеразвивающих упражнений: – Ухта : УГТУ, 2010. – 35 с.
31. Орлов А.А. Введение в педагогическую деятельность: Практикум. –М.: Академия, 2007. – 218 с.
32. Палагина Н.Н. Психология развития и возрастная психология. М.: Московский психолого-социальный институт, 2005. - 288 с.
33. Панина, З. А. Возрастная анатомия, физиология и школьная гигиена. – Бийск : БПГУ им. В. М. Шукшина, 2007. – 133 с.
34. Педагогика / Под ред. П.И. Пидкасистого. – М.:Пед. общество России, 2009. – 640 с.
35. Реан А.А. Психология человека от рождения до смерти. - СПб.: прайм-ЕВРОЗНАК, 2002. - 656 с.
36. РоговЕ. И. Психология общения. М.: Владос, 2007. – 335 с.
37. Сапин М.Р.,БрыксинаЗ.Г.Анатомия,физиология детей и подростков. –М.:Академия,2005. – 432 с.
38. Смирнова Е.О. Педагогические системы и программы дошкольного воспитания. – М. :Владос, 2005. – 119 с.

39. Станкин М.И. Психология общения: учебник для вузов. - М.: МПСИ,2008. – 352 с.
40. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Е. Ловягина [и др.] ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 338 с. — (Профессиональное образование).

Электронные ресурсы

1. Сборник общеразвивающих упражнений по физической культуре:<https://multiurok.ru/blog/sbornik-obshchierazvivaiushchikh-uprazhnenii.html>
2. Комплексы общеразвивающих упражнениях: <https://infourok.ru/material.html?mid=176264>.
3. Общеразвивающие упражнения – базовые средства оздоровительной гимнастики:<https://studfiles.net/preview/5277973/page:3/>
4. Комплекс общеразвивающих упражнений по физкультуре: <https://sizozh.ru/kompleks-obshchierazvivayushchih-uprazhneniy-po-fizkulture>.
5. Комплекс общеразвивающих упражнений по физкультуре:<http://obg-19.narod.ru/literatura/fizra/oru/oru4.pdf>

ФОНДЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Фонд оценочных средств по Программе состоит из 3 частей.

Оценочные средства промежуточной аттестации по модулю №1 «Общетеоретический блок» проводится в форме зачета по вопросам.

Оценочные средства промежуточной аттестации по модулю №2 «Профессиональный блок» проводится в форме зачета в виде теста.

Оценочные средства для итоговой аттестации в виде экзаменационных вопросов.

Вопросы для зачета по модулю №1 «Общетеоретический блок»

1. Законы субъектов Российской Федерации о физической культуре и спорте: общая характеристика структуры и содержания норм (на конкретном примере по выбору студента).
2. Организационно-правовые формы коммерческих физкультурно-спортивных организаций.
3. Особенности создания и организации деятельности коммерческих физкультурно-спортивных организаций в различных организационно-правовых формах.
4. Особенности создания и организации деятельности некоммерческих физкультурно-спортивных организаций в различных организационно-правовых формах.
5. Нормативно-правовые основы аккредитации, аттестации деятельности отдельных типов физкультурно-спортивных организаций.
6. Структура и содержание правил спортивных соревнований (на примере вида спорта Олимпийская хартия: основные нормы и правила регулирования деятельности национальных олимпийских комитетов).
7. Олимпийская хартия: основные нормы и правила организации и проведения Олимпийских игр.
8. Общая характеристика Кодекса спортивного арбитража.
9. Специальный регламент разрешения споров, возникающих во время Олимпийских игр.
10. Предмет теории и методики физического воспитания и спорта.
11. Характеристика средств физического воспитания.
12. Связь физического воспитания с трудовым воспитанием.
13. Принцип оздоровительной направленности физического воспитания.
14. Классификация физических упражнений.
15. Цель, задачи и принципы физического воспитания.
16. Доминанта. Роль двигательной доминанты при занятиях различными видами спорта.
17. Как определить у человека способность к дифференцировке мышечных усилий.
18. Дайте определение циклических движений. Какие виды спорта к ним относятся.
19. Какие зоны относительной мощности являются общими для всех циклических движений.
20. Каковы минутный кислородный запрос, суммарный кислородный запрос и кислородный долг при работе максимальной интенсивности.
21. Состояние физиологических функций после выполнения работы максимальной интенсивности.

**Тестовые задания для промежуточной аттестации
по модулю №2 «Профессиональный блок»**

1. В каком из нормативно правовых актов определены основные принципы законодательства о физической культуре и спорте, даны свыше 30 определений: от понятий физической культуры и спорта до таких понятий как тренер, спортсмен, спортивное соревнование и многие другие.

- 1) Конституция РФ
- 2) Конвенция о правах ребенка
- 3) Федеральный закон № 329-ФЗ (ред. от 27.12.2018) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»

Ответ: 3

2. Спорт - это

- 1) составная часть физической культуры, исторически сложившаяся в форме соревновательной деятельности и специальной практики подготовки человека к соревнованиям
- 2) вид социальной деятельности, направленный на оздоровление человека и развитие его физических способностей;
- 3) специализированный педагогический процесс, построенный на системе физических упражнений и направленный на участие в спортивных соревнованиях;
- 4) педагогический процесс, направленный на морфологическое и функциональное совершенствование организма человека.

Ответ: 1

3. Официальные спортивные соревнования (мероприятия) - это

- 1) физкультурные мероприятия и спортивные мероприятия, включенные в Единый календарный план Минспорттуризма России, календарные планы физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий субъектов Российской Федерации, муниципальных образований
- 2) любое мероприятие, если имеется положение о соревновании
- 3) физкультурные мероприятия и спортивные мероприятия, включенные в план Минспорттуризма России

Ответ: 1

4. Спортсмен – это

- 1) Человек, систематически занимающийся спортом, или человек, у которого спорт является профессиональным занятием.
- 2) физическое лицо, систематически занимающееся избранным видом (видами) спорта и выступающее в спортивных соревнованиях.
- 3) гимнаст, акробат, атлет, барьерист, борец, моторник, разрядник, конкуррист, лидер, рекордсмен, физкультурник

Ответ: 2

5. Командные соревнования – это

- 1) соревнования, победитель которых определяется по результатам трёх лучших из пяти участников команды.
- 2) соревнование с участием сильнейших спортсменов (команд) без ограничения верхней границы возраста.
- 3) вид программы с участием трех и более спортсменов (групп, экипажей, пар и т.д.) в каждой из противоборствующих сторон, результаты которых суммируются с целью определения команды-победительницы.

Ответ: 3

6. Укажите не существующий в Российской Федерации спортивное звание:

- 1) мастер спорта России
- 2) гроссмейстер России
- 3) международный мастер спорта России
- 4) мастер спорта России международного класса

Ответ: 3

7. Укажите не существующий в Российской Федерации спортивный разряд:

- 1) кандидат в мастера спорта
- 2) четвертый спортивный разряд
- 3) второй юношеский спортивный разряд
- 4) третий юношеский спортивный разряд

Ответ: 2

8. Количество стран, участвовавших на всех этапах для чемпионатов, кубков, первенств мира в летних видах спорта, но не менее

- 1) 20
- 2) 35
- 3) 38
- 4) 15

Ответ: 2

9. Количество стран, участвовавших на всех этапах для чемпионатов, кубков, первенств мира в зимних видах спорта, но не менее

- 1) 20
- 2) 35
- 3) 10
- 4) 15

Ответ: 4

10. Количество стран, участвовавших на всех этапах для чемпионатов, кубков, первенств Европы в летних видах спорта, но не менее

- 1) 20
- 2) 35
- 3) 10
- 4) 15

Ответ: 1

11. Выбрать два правильных ответа

Статья 2 главы 1 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» в понятие образование включает:

- 1) единый целенаправленный процесс воспитания и обучения...
- 2) процесс, осуществляемый в интересах человека, семьи, общества и государства
- 3) процесс стихийной социализации
- 4) процесс преподавания

Ответ: 1, 2

12. Отметьте пункт, не относящийся к основным условиям успешной учебной деятельности:

- 1) равномерность;
- 2) однообразие;
- 3) постепенность;

4) посильность психической и физической нагрузки.

Ответ: 2

13. Выбрать правильный ответ

Статья 2 главы 1 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» рассматривает деятельность, направленную на развитие личности как

- 1) социализацию
- 2) образование
- 3) воспитание
- 4) саморазвитие

Ответ: 3

14. У школьников, ведущих малоподвижный образ жизни:

- 1) снижается работоспособность и выносливость;
- 2) ухудшается зрение;
- 3) улучшается осанка;
- 4) повышается общий тонус организма.

Ответ: 1

15. Основными психологическими потребностями подростка являются: стремление к самостоятельности и независимости, «эмансипация» от взрослых, признание своих прав со стороны других людей и стремление к

- 1) общественно-полезной деятельности профессиональному самоопределению
- 2) общению со сверстниками
- 3) поиску смысла жизни

Ответ: 2

16. По целевой направленности дополнительные образовательные программы могут быть: учебно-познавательные, общекультурные, прикладные и профессиональной подготовки, специальные, а также

- 1) досуговые
- 2) временные
- 3) закрытые
- 4) открытые

Ответ: 1

17. Физическая культура - это

1) часть культуры, представляющая собой совокупность ценностей, норм и знаний, создаваемых и используемых обществом в целях физического и интеллектуального развития способностей человека, совершенствования его двигательной активности и формирования здорового образа жизни, социальной адаптации путем физического воспитания, физической подготовки и физического развития.

2) часть общей культуры общества, направленная на укрепление здоровья, развитие физических способностей человека, спортивных достижений

3) вид материальной культуры, характеризующий как уровень развития общества в целом, так и человека в отдельности с точки зрения физического совершенства.

Ответ: 1

18. Под физическим развитием понимается:

1) понимается закономерный процесс формирования, становления и последующего изменения на протяжении индивидуальной жизни естественных морфофункциональных

свойств организма человека (с его генетической основой), рассматриваемых как физические качества и способности индивида.

2) динамический процесс роста (увеличение длины и массы тела, развитие органов, размер мускулатуры)

3) процесс совершенствования физических качеств с помощью физических упражнений

Ответ: 1

19. Адаптивная Физическая культура -

1) физическая культура адаптированная под социальную среду человека

2) вид физической культуры, направленный на адаптацию инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья к физическим и социальным условиям окружающей среды путём использования комплекса эффективных средств физической реабилитации

3) комплекс мер спортивно оздоровительного характера, направленных на адаптацию к нормальной социальной среде людей с высоким уровнем физического и интеллектуального развития

Ответ: 2

20. Какова ведущая деятельность в подростковом возрасте?

1) учебная деятельность

2) общение со сверстниками

3) трудовая деятельность

Ответ: 2

21. Почему, несмотря на то, что подросток продолжает быть школьником, учебная деятельность теряет свое ведущее значение?

1) снижается интерес к учебной деятельности

2) главная потребность периода – найти свое место в обществе, быть значимым – реализуется в сообществе сверстников

3) отношения со взрослыми становятся затруднительными

Ответ: 2

22. Процесс воспитания – это:

1) целенаправленный и организованный процесс формирования личности

2) процесс передачи общественно-исторического опыта новому поколению с целью подготовки к жизни

3) передача накопленного опыта от старших поколений к младшим

Ответ: 2

23. Основой для образования педагогики как науки явилась:

1) психология

2) философия

3) антропология

4) история

Ответ: 2

24. Метод, который представляет собой последовательное выполнение упражнений, воздействующих на различные мышечные группы по типу непрерывной или интервальной тренировки.

1) игровой метод

2) интервальный метод

3) круговой метод

4) соревновательный метод

Ответ: 3

25. По Э. Берну, если человек исходит из принципа «здесь и сейчас», реагирует на то, что происходит вокруг него, используя свой потенциал зрелой личности, ориентируясь в своей деятельности и поведении на принцип реальности, он проявляет свое Эго-состояние – ...

- 1) Ребенка
- 2) Родителя
- 3) Учителя
- 4) Реалиста
- 5) Взрослого

Ответ: 5

26. Постигание эмоциональных состояний другого человека, сопереживание при общении – это ...

- 1) экспрессия
- 2) рефлексия
- 3) эмпатия
- 4) аттракция

Ответ: 3

27. Двигательные действия, которые направлены на реализацию задач физической культуры, сформированные и организованные в соответствии с закономерностями ее развития.

- 1) физическое упражнение
- 2) физическая работоспособность
- 3) физическое развитие

Ответ: 1

28. Физические кондиции

1) природные в своей основе (передаваемые по наследству) свойства функционирования организма, определяющие возможность и эффективность его разнообразных проявлений в действиях, обеспечивающихся мышечной силой, двигательной быстротой, аэробной выносливостью и ловкостью.

2) способность взаимодействия с окружающим миром для поддержания или восстановления гомеостаза.

3) состояние внешних форм животного, зависящее от его упитанности и использования. В течение жизни животного кондиции могут меняться.

Ответ: 1

29. Выносливость – это

1) число циклов деформаций, выдержанных образцом материала до разрушения.

2) комплекс свойств индивида, определяющих его способность противостоять утомлению в процессе двигательной деятельности аэробного характера.

Ответ: 2

30. Техника физических упражнений - это

1) совокупность технических устройств, предназначенных для использования в деятельности человека, общества.

2) это способы выполнения двигательных действий, с помощью которых двигательная задача решается целесообразно с относительно большей эффективностью.

3) повторение (часто многократное) действия с целью его усовершенствования; лежит в основе приобретения навыков и умений.

31. Основными специфическими средствами спортивной тренировки являются:

- 1) физические упражнения;
- 2) оздоровительные силы природы;
- 3) гигиенические факторы;
- 4) тренажеры и тренажерные устройства.

Ответ: 1

32. Выберите правильный ответ. Уменьшение пульсового давления при нагрузке свидетельствует о:

- 1) неблагоприятном типе реакции;
- 2) благоприятном типе реакции;
- 3) нарушении в деятельности дыхательной системы;
- 4) появлении переутомления.

Ответ: 4

33. Ведущую роль в психическом развитии учащихся подросткового возраста играет:

- 1) труд;
- 2) учение;
- 3) общение;
- 4) игра.

Ответ: 3

34. Динамометрия - это

- 1) в антропологии и медицине измерение растянутости мышц человека
- 2) метод регистрации максимальных силовых возможностей спортсменов в статическом режиме с использованием механических динамометров пружинного типа
- 3) прибор, измеряющий электрическую энергию

Ответ: 2

35. Тензодинамография - это

- 1) прибор для измерения механической ДЕФОРМАЦИИ
- 2) метод исследования гемодинамики глаза, основанный на измерении давления в глазной артерии путем записи артериального глазного пульса
- 3) метод регистрации любых силовых показателей при выполнении соревновательного упражнения и измерении силовой выносливости с использованием тензодатчиков

Ответ: 2

36. Стробофотограмма - это

- 1) совмещенное изображение нескольких поз движущегося объекта
- 2) отпечатанный на фотобумаге отрезок киноленты
- 3) регистрация движения спортсмена в трехмерном пространстве двумя (или более) синхронно действующими съемочными аппаратами

Ответ: 1

37. Спортивные разряды присваиваются сроком на

- 1) до конца занятий спортом
- 2) два года
- 3) один год

Ответ: 2

38. Представление не присвоение спортивного звания подается с момента выполнения спортсменом норм и требований и условий их выполнения в течении

- 1) шести месяцев
- 2) одного года
- 3) трех месяцев
- 4) олимпийского цикла

Ответ: 2

39. Первая помощь при ушибе мягких тканей конечностей

- 1) тепло на место повреждения
- 2) холод на место повреждения
- 3) чередование холод-согревающая мазь

Ответ: 2

40. При переломе конечностей необходимо произвести наложение шины:

- 1) фиксируя два сустава
- 2) фиксируя один сустав
- 3) наложение одной повязки, без фиксации

Ответ: 1

Экзаменационные вопросы итогового экзамена

1. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» о правах и обязанностях спортсменов и работников физкультурно-спортивных организаций.
2. Структура и содержание положения о спортивном соревновании (на примере вида спорта специализации).
3. Нормативно-правовые основы присвоения спортивных разрядов и званий (на примере вида спорта специализации).
4. Борьба с допингом в сфере физической культуры и спорта
5. Физическое воспитание как общественное явление.
6. Физическая культура и спорт как особая область человеческой деятельности.
7. Физическое воспитание и его связь с другими видами воспитания.
8. Современные варианты организации воспитания и обучения в общеобразовательных
9. учреждениях.
10. Подходы к воспитанию и обучению в средних общеобразовательных школах.
11. Что такое воспитательная система? Ее формы и функции.
12. Функции воспитания как социального явления.
13. Сущность и характеристика воспитания как процесса.
14. Постановка воспитательных целей, задач при проведении уроков физической культуры и
15. занятий спортом.
16. Особенности физического воспитания ребенка в дошкольном возрасте.
17. Особенности физического воспитания ребенка в младшем школьном возрасте.
18. Особенности физического воспитания ребенка в подростковом возрасте.
19. Особенности физического воспитания ребенка в юношеском возрасте.
20. Основные аспекты педагогического вмешательства в конфликт.
21. Критерии и уровни авторитета учителя физической культуры, тренера.
22. Психолого-педагогические принципы построения авторитета учителя ФК, тренера.
23. Формирование мотивации физической активности личности в различные периоды жизни.
24. Естественные факторы природы и гигиенические условия как средства физического воспитания.
25. Значение навыков. Явление переноса двигательных навыков.
26. Сущность и реализация принципа систематичности в процессе физического воспитания

27. Дайте определение ациклических движений. Какие виды спорта к ним относятся?
28. Лыжный спорт как учебная дисциплина
29. Классификация видов лыжного спорта
30. Характеристика лыжных гонок.
31. Особенности планирования тренировочного процесса по виду спорта, образовательного процесса в предметной области физической культуры
32. Цели и задачи тренировочного процесса, определяемые федеральными стандартами спортивной подготовки
33. Цели и задачи образовательного процесса в предметной области физической культуры, определяемые федеральными государственными образовательными стандартами общего образования
34. Характеристика прохождения неровностей
35. Характеристика торможений на лыжах
36. Выбор места для строительства бассейна на открытом водоеме.
37. Методика обучения плаванию способом кроль на груди.
38. Типы спортивных сооружений по плаванию и их сравнительная характеристика.
39. Анализ техники плавания способом кроль на груди.
40. Способы транспортировки уставшего и тонущего.
41. Положение о соревнованиях по плаванию.
42. Формы и методы тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта
43. Средства тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта
44. •Содержание спортивной ориентации как процесса
45. Методики спортивного отбора и ориентации
46. Требования к инвентарю и оборудованию мест занятий и соревновательной деятельности
47. Возрастные характеристики спортсменов и специфические особенности тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки
48. Психолого-педагогические основы учебной и тренировочной деятельности в части учета индивидуальных особенностей обучающихся и спортсменов
49. Методы и приемы контроля, оценивания и коррекции результатов спортивной подготовки и образовательного процесса
50. Санитарно-гигиенические требования к организациям, осуществляющим спортивную подготовку; к организациям, осуществляющим образовательную деятельность
51. Методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние.