Документ подписан электронной подписью.

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ РЕСПУБЛИКИ МАРИЙ ЭЛ «УЧИЛИЩЕ ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА»

УТВЕРЖДЕНО
Директором ГБПОУ Республики
Марий Эл «УОР» Н.В.Беткузиной
30 августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

ПМН 03 ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ, ЗАНЯТИЙ ПО ФИТНЕС-ПРОГРАММАМ, ПО ВИДУ СПОРТА С НАСЕЛЕНИЕМ РАЗЛИЧНЫХ ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП

по специальности **49.02.01 Физическая культура**
(заочная форма обучения)

2023 г.

Документ подписан электронной подписью.

РАССМОТРЕНА И ОДОБРЕНА

Педагогическим советом
Протокол № 1
«*30*»___*08*__20*23* г.
Председатель Педагогического совета
_____ /Н.В. Беткузина

Рабочая программа профессионального модуля *ПМ.01. Организация и проведение физкультурно-спортивной работы* разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее - ФГОС) среднего профессионального образования (далее - СПО) по специальности *49.02.01 Физическая культура* (утв. приказом Минобрнауки Российской Федерации № 968 от 11 ноября 2022 г.)

Организация-разработчик: ГБПОУ Республики Марий Эл «УОР».

Разработчики:
Горохова Л.В., преподаватель первой квалификационной категории ГБПОУ Республики Марий Эл «УОР»
Козлова Т.А., преподаватель первой квалификационной категории ГБПОУ Республики Марий Эл «УОР»
Савельев В.Н., преподаватель первой квалификационной категории ГБПОУ Республики Марий Эл «УОР»

Документ подписан электронной подписью.

СОДЕРЖАНИЕ

1. **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРИМЕРНОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ**
2. **СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ**
3. **УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ**
4. **КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ**

Документ подписан электронной подписью.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРИМЕРНОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

«ПМ.03 Организация и проведение физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп

1.1. Цель и планируемые результаты освоения профессионального модуля

В результате изучения профессионального модуля обучающихся должен освоить основной вид деятельности «организация и проведение физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп» и соответствующие ему общие компетенции и профессиональные компетенции:

1.1.1. Перечень общих компетенций[1]

Код	Наименование общих компетенций
ОК 1.	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;
ОК 02.	Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;
ОК 04.	Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;
ОК 05.	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;
ОК 06.	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения;
ОК 08.	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;
ОК 09.	Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.

1.1.2. Перечень профессиональных компетенций

Код	Наименование видов деятельности и профессиональных компетенций
ВД 3 (3)	Организация и проведение физкультурно-оздоровительных, рекреационных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп
ПК 3.1.	Определять цели и задачи, планировать и анализировать занятия с населением различных возрастных групп.
ПК 3.2.	Проводить занятия с населением различных возрастных групп.
ПК 3.3.	Осуществлять контроль за двигательной активностью, физическим состоянием и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий.
ПК 3.4.	Осуществлять консультирование населения по вопросам организации занятий и физических нагрузок.
ПК 3.5.	Вести первичную учётно-отчётную документацию, обеспечивающую проведение занятий.
ПК 3.6.	Осуществлять организацию продвижения и оказания населению фитнес-услуг по индивидуальным программам.

[1] В данном подразделе указываются только те компетенции*, которые формируются в рамках данного модуля и результаты которых будут оцениваться в рамках оценочных процедур по модулю.*

Документ подписан электронной подписью.

1.1.3. В результате освоения профессионального модуля обучающийся должен[2]:

Иметь практический опыт	- анализа планов занятий; - планирования физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта (спортивной дисциплине) с населением различных возрастных групп; -наблюдения, анализа и самоанализа занятий, разработки предложения по их совершенствованию; - проведения занятия, мероприятия на основе программы, плана по физической подготовке для развития физических, качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик; - проведения занятия, мероприятия на основе программы, плана специально организованных физических упражнений для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы; - проведения группового занятия с детьми и подростками по программам детского и подросткового фитнеса; - проведения занятия по виду спорта (спортивной дисциплине); - осуществления контроля за двигательной активностью, физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий; - разработки рекомендаций по выбору оптимальных нагрузок для населения с учетом интересов, физического состояния и развития, физической подготовленности населения, противопоказаний к определенным видам занятий и силовым нагрузкам; - проведения встреч с трудовыми и учебными коллективами, членами общественных организаций для их вовлечение в мероприятия по физическому воспитанию населения; - проведения с населением консультаций, бесед, мероприятий, направленных на воспитание ЗОЖ, неприятия вредных привычек, разъяснение вопросов сочетания физических нагрузок и активного отдых аи определения минимального объема двигательной активности; - оказания методической помощи в организации деятельности спортивных секций, кружков по месту работы, месту жительства и месту отдыха, в образовательных организациях; - ведения учётно-отчётной документации при проведении занятий; - подготовки и размещения контента, пропагандирующего занятия фитнесом среди населения, в социальных медиаресурсах и в информационно - телекоммуникационной сети «Интернет»; - самопрезентация и проведение с населением ознакомительных занятий по фитнесу; -составления индивидуальных программ населению по фитнесу;
Уметь	- определять цель, задачи, планировать физкультурно-оздоровительные занятия, занятия по фитнес-программам, по виду спорта (спортивной дисциплине) с использованием различных методов, приемов и форм организации с учетом интересов, физического состояния и развития, физической подготовленности населения, противопоказаний к определенным видам занятий; - устанавливать соответствие содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, возрастной группе населения; - подбирать и применять специальные комплексы упражнений для

[2] *Берутся сведения, указанные по данному виду деятельности в п. 4.2.*

Документ подписан электронной подписью.

	развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик; - подбирать и применять физические упражнения для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы; - использовать разнообразные направления фитнеса, увлекательные упражнения и музыкальное сопровождение, упражнения аэробики подражательного характера при проведении занятий для повышения интереса к занятиям фитнесом у детей и подростков; - использовать комплексы упражнений фитбол-аэробики, степ-аэробики, игрового стретчинга для предотвращения нарушения осанки детей и подростков; - вовлекать детей и подростков в занятие, развивать интерес к физическим упражнениям, стимулировать их двигательную активность; - координировать действия детей, подростков при выполнении комплексов упражнений, выявлять ошибки в технике двигательных действий; - рационально и безопасно сочетать различные комплексы упражнений, соответствующие подготовке по виду спорта (спортивной дисциплине); - подбирать и применять комплексы общеразвивающих и специальных упражнений для освоения двигательных действий по виду спорта (спортивной дисциплине); - разъяснять правила выполнения комплексов упражнений, теоретические и практические вопросы технического совершенствования в виде спорта (спортивной дисциплине); - инструктировать занимающихся перед проведением занятий - демонстрировать занимающимся рациональные и безопасные техники выполнения упражнений; - пояснять занимающимся структуру занятия, мероприятия и особенности дозирования нагрузки; - определять и варьировать направленность и объем нагрузки, интенсивность и координационную сложность упражнений с учетом физического состояния и развития, физической подготовленности населения, противопоказаний к определенным видам занятий и силовым нагрузкам; - мотивировать деятельность занимающихся на занятиях, развивать интерес к физическим упражнениям, стимулировать их двигательную активность; - соблюдать технику безопасности, выявлять источники возможного травматизма; - подбирать и использовать спортивное оборудование, инвентарь и экипировку с учетом задач и вида занятия, особенностей возрастной группы; - выявлять первые признаки утомления занимающихся; - осуществлять контроль за двигательной активностью; - использовать методики контроля за физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся; - анализировать физическое состояние занимающихся, в том числе динамику его изменения; - интерпретировать результаты контроля за двигательной активностью,

Документ подписан электронной подписью.

	физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся; - обучать население техникам поддержания реализованных физических адаптаций за счёт рационального сочетания физических нагрузок и активного отдыха, методам восстановления после продолжительных физических нагрузок; - давать разъяснения населению по выбору оптимальных форм тренировок, нагрузок и видов занятий, по направленности и характеру воздействия физических упражнений и нагрузок на организм человека, по корректировки техники выполнения двигательных действий; - использовать технологии воспитательной работы для формирования у населения навыков ЗОЖ, неприятия вредных привычек; - подбирать содержание выступления, встречи с трудовыми и учебными коллективами, членами общественных организаций, направленных на вовлечение в мероприятия по физическому воспитанию населения, с учетом их социально-демографических и профессиональных характеристик; - анализировать потребности различных групп населения в гармоничном физическом развитии и мотивировать их на развитие двигательной активности; - прогнозировать востребованность спортивных секций, кружков по месту работы, месту жительства и месту отдыха, в образовательных организациях, - вести первичную учетно-отчетную документацию в электронном и бумажном виде; - выбирать оптимальные средства и методы коммуникации для вовлечения населения в занятия фитнесом, пропаганды ЗОЖ и физической активности среди населения; -подбирать материалы и готовить контент, пропагандирующий ЗОЖ и физическую активность среди различных групп населения; -применять в фитнесе индивидуальные цифровые устройства для диагностики и/или контроля своего состояния; - формировать у населения заинтересованность фитнесом путем самопрезентации; - пояснять структура занятия по фитнесу при проведении с населением ознакомительного занятия; - применять методы и технологию фитнес-тестирования населения; - применять фитнес-технологии для планирования индивидуальных программ; - подбирать и применять физические упражнения для сбалансированного развития мышечных групп и систем организма человека; -использовать базовые упражнения типовых и специализированных фитнес-программ и их разновидностей; - использовать тренажерные устройства, специализированное оборудование и инвентарь, соответствующие виду занятия; - выявлять ошибки в технике выполнения элементов упражнений, в том числе с использованием тренажерных устройств, оборудования свободного веса и спортивного инвентаря;
Знать	- теоретические и методические основы планирования физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта;

Документ подписан электронной подписью.

	- формы организации занятий для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик, для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы; - структура и методика проведения занятий для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик, для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы; - специальные комплексы упражнений для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик; - физические упражнения для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы; - физкультурно-оздоровительные технологии развития физических качеств, способностей человека; - программы, планы специально организованных физических упражнений для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы; - средства детского, подросткового фитнеса и правила их использования для гармоничного физического развития детей и подростков; - комплексы упражнений для групповых занятий с детьми и подростками с элементами хореографии, аэробики подражательного характера, упражнений фитбол-аэробики, степ-аэробики, игрового стретчинга; - общие принципы компоновки и комбинации физических упражнений в детском и подростковом фитнесе; - показания и противопоказания для занятий детским и подростковым фитнесом; - структура и методика занятия по программам детского и подросткового фитнеса и элементы физической нагрузки; - типовые программы детского, подросткового фитнеса; - основы техники и методики обучения в виде спорта (спортивной дисциплине); - структура и методика проведения занятий по виду спорта (спортивной дисциплине); - комплексы общеразвивающих и специальных упражнений для освоения двигательных действий по виду спорта (спортивной дисциплине); - правила вида спорта (спортивной дисциплины); - требования к содержанию и организации инструктажей при проведении занятий; - нормы и типы физических нагрузок для разных возрастных групп, занимающихся; - методика планирования физических нагрузок для различных групп населения; - техники и методы страховки и самостраховки при проведении занятий;

Документ подписан электронной подписью.

	- условия и способы формирования и развития мотивации к занятиям физической культурой и спортом, к ведению здорового и активного образа жизни; - тренажерные устройства, специализированное оборудование и инвентарь, соответствующие виду занятия; - техника безопасности и требования к физкультурно – спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю при проведении занятий; - методики контроля за физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся; - объективные и субъективные показатели контроля за двигательной активностью, физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся; - основы анализа и оценки показателей контроля за двигательной активностью, физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся**;** - направления и содержание консультирования населения по вопросам организации занятий и физических нагрузок; - формы и методы обучения населения по вопросам организации занятий и физических нагрузок; - технологии воспитательной работы для формирования у населения навыков ЗОЖ, неприятия вредных привычек; - способы определения и прогнозирования востребованности спортивных секций, кружков по месту работы, месту жительства и месту отдыха, в образовательных организациях; - виды учётно-отчётной документации, требования к ее ведению и оформлению; - принципы и составляющие ЗОЖ и активного долголетия; - физкультурно-оздоровительные технологии ЗОЖ и активного долголетия; - формы, виды и направления фитнеса для поддержания активного долголетия; - система и принципы организации мотивирующих фитнес-мероприятий; - противопоказания к занятиям физической культурой и по направлениям/ видам фитнеса; - техники самопрезентации в фитнесе; - особенности организации фитнеса для лиц различного возраста; - структура и виды занятий по фитнесу для лиц различного возраста; - система фитнеса, ее компоненты; - фитнес-программы различной целевой направленности; - методы и принципы планирования индивидуальных программ; - классификация фитнес–технологий и их применение для разработки индивидуальных программ; - общие принципы компоновки и комбинации физических упражнений в фитнесе и сочетание физических упражнений с другими видами оздоровительных занятий; - программы, методика и структура занятий аэробной и анаэробной направленности; - классификация и принципы комбинирования аэробных, анаэробных, функциональных упражнений в фитнесе; - методики силовых, интервальных, круговых, функциональных тренировок, тренировок для развития ловкости, равновесия, координации, гибкости, функционального тренинга;

Документ подписан электронной подписью.

	- методика проведения индивидуальных занятий по фитнесу для различного половозрастного состава населения; - методы и методика фитнес-тестирования и технологии интерпретации его результатов;

1.2. Количество часов, отводимое на освоение профессионального модуля

Всего часов - 580

в том числе в форме практической подготовки - 252

Из них на освоение МДК - 70

в том числе самостоятельная работа____*258* ____

практики, в том числе учебная -108

производственная - 144

Промежуточная аттестация___*4*____

Документ подписан электронной подписью.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

2.1. Структура профессионального модуля

Коды профессиональных общих компетенций	Наименования разделов профессионального модуля	Всего, час.	В т.ч. в форме практической подготовки	Объем профессионального модуля, ак. час.						
				Обучение по МДК					Практики	
				Всего	В том числе					
					Лабораторных и практических занятий	Курсовых работ (проектов)[3]	Самостоятельная работа[4]	Промежуточная аттестация	Учебная	Производственная
1	*2*	*3*	*4*	*5*	*6*	*7*	*8*	*9*	*10*	*11*
ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.3.; ПК 3.5.; ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 05; ОК 06; ОК 07; ОК 08; ОК 09	Раздел 1. Организация и проведение физкультурно-оздоровительных занятий.	**126**	60	**12**	6	-	54	*	**18**	**42**
ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.3.; ПК 3.5.; ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 05; ОК 06; ОК 07; ОК 08; ОК 09	Раздел 2. Организация и проведение групповых занятий с детьми и подростками по программам детского и подросткового фитнеса	**136**	70	**12**	6	-	54		**18**	**52**
ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.3.; ПК 3.5.; ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 05; ОК 06; ОК 07; ОК 08; ОК 09	Раздел 3. Организация и проведение занятий по виду спорта (спортивной дисциплине)	**134**	68	**12**	6	-	54		**18**	**50**

[3] *Данная колонка указывается только для специальностей СПО.*

[4] *Самостоятельная работа в рамках образовательной программы планируется образовательной организацией в соответствии с требованиями ФГОС СПО в пределах объема профессионального модуля в количестве часов, необходимом для выполнения заданий самостоятельной работы обучающихся, предусмотренных тематическим планом и содержанием междисциплинарного курса.*

Документ подписан электронной подписью.

ПК 3.4; ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 05; ОК 06; ОК 08; ОК 09	Раздел 4. Осуществлять консультирование населения по вопросам организации занятий и физических нагрузок.	**40**	18	**4**	2	-	18		**18**	-
ПК 3.6; ОК 01; ОК 02; ОК 03; ОК 04; ОК 05; ОК 06; ОК 07; ОК 08; ОК 09	Раздел 5. Оказание населению фитнес услуг по индивидуальным программам	**90**	18	**20**	10	-	52		**18**	-
ПК 3.6; ОК 01; ОК 02; ОК 03; ОК 04; ОК 05; ОК 06; ОК 07; ОК 08; ОК 09	Раздел 6. Организация продвижения фитнес-услуг среди населения	**54**	18	**10**	4	-	26		**18**	-
	Промежуточная аттестация									
	Всего:	***580***	*252*	**70**	34	-	258	*	***108***	**144**

Документ подписан электронной подписью.

2.2. Тематический план и содержание профессионального модуля (ПМ)

Наименование разделов и тем профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК)	**Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная учебная работа обучающихся, курсовая работа (проект)** *(если предусмотрены)*	**Объем, акад. ч. / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч.**
1	**2**	**3**
Раздел 1. Организация и проведение физкультурно-оздоровительных занятий.		
МДК.03.01 Организация и методика проведения физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта (спортивной дисциплине) с населением различных возрастных групп.		66
Тема 1.1. Основы организация и проведения физкультурно-оздоровительных занятий	**Содержание**	**2**
	1.Цели, задачи, значение занятий для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик, для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы	2
	2.Формы организации занятий для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик, для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы	
	3.Программы, планы специально организованных физических упражнений для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы.	
	Самостоятельная работа обучающихся:	**4**
	В том числе практических занятий	**4**
	Практическое занятие 1. Изучение и анализ планов занятий для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик, для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы.	2
	Практическое занятие 2. Изучение и анализ программ, планов специально организованных физических упражнений для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы.	2
	Самостоятельная работа обучающихся:	**10**

Документ подписан электронной подписью.

Тема 1.2. Средства физического воспитания и физкультурно-оздоровительные технологии, применяемые для решения задач физкультурно-оздоровительных занятий	1. Специальные комплексы упражнений для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик.	6
	2. Физические упражнения для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы.	
	3. Физкультурно-оздоровительные технологии развития физических качеств, способностей человека	
	В том числе практических занятий	**4**
	Практическое занятие 3. Подбор специальных комплексов упражнений для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик.	2
	Практическое занятие 4. Подбор физические упражнения для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы.	1
	Практическое занятие 5. Анализ физкультурно-оздоровительные технологий развития физических качеств, способностей человека.	1
Тема 1.3. Методика проведения физкультурно-оздоровительных занятий	**Содержание**	**2**
	Практическое занятие 9. Определение и варьирование направленности и объема нагрузки, интенсивности и координационной сложности упражнений с учетом физического состояния и развития, физической подготовленности населения, противопоказаний к определенным видам занятий и силовым нагрузкам.	2
	Самостоятельная работа обучающихся:	**18**
	1. Структура и методика проведения занятий для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик, для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы	10
	2. Методика проведения занятий для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик, для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы.	
	3. Нормы и типы физических нагрузок при проведении физкультурно-оздоровительных занятий. Методика планирования физических нагрузок с учетом решаемой задачи	
	4. Требования к содержанию и организации инструктажей при проведении физкультурно-оздоровительных занятий	

Документ подписан электронной подписью.

	5. Техника безопасности, требования к оборудованию и инвентарю при проведении занятий; способы и приёмы предупреждения травматизма при проведении физкультурно-оздоровительных занятий.	
	В том числе, практических занятий	**8**
	Практическое занятие 6. Проведение инструктажа занимающихся перед проведением занятий.	1
	Практическое занятие 7. Демонстрация занимающимся рациональных и безопасных техник выполнения упражнений.	1
	Практическое занятие 8. Пояснение занимающимся структуры занятия и особенности дозирования нагрузки.	1
	Практическое занятие 9. Определение и варьирование направленности и объема нагрузки, интенсивности и координационной сложности упражнений с учетом физического состояния и развития, физической подготовленности населения, противопоказаний к определенным видам занятий и силовым нагрузкам.	1
	Практическое занятие 10. Проведение фрагментов занятий по физической подготовке с применением специальных комплексов упражнений для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик.	2
	Практическое занятие 11. Проведение фрагментов занятий с применением физических упражнений для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы	2
Тема 1.4. Формирование и развитие мотивации и интереса к физкультурно-оздоровительным занятиям.	**Самостоятельная работа обучающихся:**	**4**
	1. Условия и способы формирования и развития мотивации к занятиям физической культурой и спортом, к ведению здорового и активного образа жизни.	2
	В том числе, практических занятий	**2**
	Практическое занятие 12. Определение условий и способов мотивирования деятельности занимающихся на занятиях, развития интереса к физическим упражнениям, стимулирования их двигательной активности.	2
Тема 1.5. Планирование физкультурно-оздоровительных занятий	**Содержание**	**4**
	1.Содержание, виды, методические основы планирования занятий для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик, для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы	2
	2.Основные документы планирования.	

Документ подписан электронной подписью.

	В том числе, практических занятий	**2**
	Практическое занятие 13. Определение цели, задач, разработка планов занятий для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик, для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы.	2
	Самостоятельная работа обучающихся:	**4**
	2.Основные документы планирования.	2
	В том числе, практических занятий	**2**
	Практическое занятие 14. Анализ планов занятий с целью установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, возрастной группе населения.	2
Тема 1.6. Контроль за двигательной активностью, физическим состоянием и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий.	**Содержание**	**2**
	В том числе, практических занятий	**2**
	Практическое занятие 16. Подбор методов осуществления контроля за двигательной активностью.	2
	Самостоятельная работа обучающихся:	**10**
	1. Объективные и субъективные показатели контроля за двигательной активностью, физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся.	4
	2. Методики контроля за физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся.	
	3.Основы анализа и оценки показателей контроля за двигательной активностью, физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся**.**	
	В том числе, практических занятий	**6**
	Практическое занятие 15. Определение признаков утомления у занимающихся	2
	Практическое занятие 17. Применение методик и интерпритация результатов контроля за физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся.	2
	Практическое занятие 18. Анализ физического состояния занимающихся, в том числе динамики его изменения.	2

Документ подписан электронной подписью.

Тема 1.7. Документация, обеспечивающая проведение физкультурно-оздоровительных занятий	**Содержание**	**2**
	1. Виды учётно-отчётной документации.	2
	2.Требования к ведению учётно-отчётной документации.	
	Самостоятельная работа обучающихся:	
	В том числе, практических занятий	**4**
	Практическое занятие 19. Составление и ведение документации на бумажных и электронных носителях по утвержденным формам.	4
Учебная практика раздела 1 **Виды работ** 1. Анализ планов физкультурно-оздоровительных занятий. 2. Разработка планов занятий для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик. 3. Разработка планов занятий для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы. 4. Наблюдение, анализ и самоанализ физкультурно-оздоровительных занятий, разработка предложения по их совершенствованию. 5. Проведение занятий (фрагментов) на основе программы, плана по физической подготовке для развития физических, качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик. 6. Проведения занятий, мероприятия на основе программы, плана специально организованных физических упражнений для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы. 7. Осуществление контроля за двигательной активностью, физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий.		**18**
Производственная практика раздела 1 **Виды работ** **1.** Анализ планов физкультурно-оздоровительных занятий. **2.** Разработка планов занятий для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик. **3.** Разработка планов занятий для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы. **4.** Наблюдение, анализ и самоанализ физкультурно-оздоровительных занятий, разработка предложения по их совершенствованию. **5.** Проведение занятий на основе программы, плана по физической подготовке для развития физических, качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных		**42**

Документ подписан электронной подписью.

характеристик. **6.** Проведения занятий, мероприятия на основе программы, плана специально организованных физических упражнений для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы. **7.** Осуществление контроля за двигательной активностью, физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий. **8.** Ведение учётно-отчётной документации при проведении занятий.		
Раздел 2. Организация и проведение групповых занятий с детьми и подростками по программам детского и подросткового фитнеса.		
МДК.03.01 Организация и методика проведения физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта (спортивной дисциплине) с населением различных возрастных групп.		**66**
Тема 2.1. Основы организация и проведения групповых занятий с детьми и подростками по программам детского и подросткового фитнеса.	**Содержание**	**2**
	1.Цели, задачи, значение занятий с детьми и подростками по программам детского и подросткового фитнеса.	2
	2.Типовые программы детского, подросткового фитнеса	
	Самостоятельная работа обучающихся:	**6**
	2. Показания и противопоказания для занятий детским и подростковым фитнесом.	2
	В том числе практических занятий	**4**
	Практическое занятие 20. Изучение и анализ планов групповых занятий с детьми и подростками по программам детского и подросткового фитнеса.	2
	Практическое занятие 21. Изучение и анализ типовых программ детского, подросткового фитнеса.	2
Тема 2.2. Средства детского, подросткового фитнеса.	**Содержание**	**2**
	В том числе практических занятий	**2**
	Практическое занятие 22. Подбор увлекательных упражнений и музыкального сопровождения, упражнения аэробики подражательного характера при проведении занятий для повышения интереса к занятиям фитнесом у детей и подростков.	2
	Самостоятельная работа обучающихся:	**10**
	1. Средства детского, подросткового фитнеса и правила их использования для гармоничного физического развития детей и подростков.	6
	2. Комплексы упражнений для групповых занятий с детьми и подростками с элементами хореографии, аэробики подражательного характера, упражнений фитбол-аэробики, степ-аэробики, игрового стретчинга.	

Документ подписан электронной подписью.

	3. Общие принципы компоновки и комбинации физических упражнений в детском и подростковом фитнесе.	
	В том числе практических занятий	***4***
	Практическое занятие 22. Подбор увлекательных упражнений и музыкального сопровождения, упражнения аэробики подражательного характера при проведении занятий для повышения интереса к занятиям фитнесом у детей и подростков.	2
	Практическое занятие 23. Подбор комплексов упражнений фитбол-аэробики, степ-аэробики, игрового стретчинга для предотвращения нарушения осанки детей и подростков.	2
Тема 2.3. Методика проведения групповых занятий с детьми и подростками по программам детского и подросткового фитнеса.	**Содержание**	**2**
	1. Структура занятия по программам детского и подросткового фитнеса.	2
	2. Методика занятия по программам детского и подросткового фитнеса и элементы физической нагрузки.	
	Самостоятельная работа обучающихся:	**20**
	3. Нормы и типы физических нагрузок при проведении занятия по программам детского и подросткового фитнеса. Методика планирования физических нагрузок с учетом решаемой задачи.	6
	4. Требования к содержанию и организации инструктажей при проведении занятия по программам детского и подросткового фитнеса.	
	5. Техника безопасности, требования к оборудованию и инвентарю при проведении занятий; способы и приёмы предупреждения травматизма при проведении занятия по программам детского и подросткового фитнеса.	
	В том числе, практических занятий	**14**
	Практическое занятие 24. Проведение инструктажа занимающихся перед проведением занятий.	2
	Практическое занятие 25. Демонстрация занимающимся рациональных и безопасных техник выполнения упражнений.	2
	Практическое занятие 26. Определение и варьирование направленности и объема нагрузки, интенсивности и координационной сложности упражнений с учетом физического состояния и развития, физической подготовленности детей и подростков.	2
	Практическое занятие 27. Координация действий детей, подростков при выполнении комплексов упражнений, определение ошибок в технике двигательных действий.	2
	Практическое занятие 28. Проведение фрагментов занятий по фитнесу с применением увлекательных упражнений и музыкального сопровождения, упражнения аэробики подражательного характера.	2

Документ подписан электронной подписью.

	Практическое занятие 29. Проведение фрагментов занятий с применением комплексов упражнений фитбол-аэробики, степ-аэробики, игрового стретчинга для предотвращения нарушения осанки детей и подростков.	2
	Практическое занятие 30. Проведение фрагментов занятий с использованием разнообразных направлений фитнеса.	2
Тема 2.4. Формирование и развитие мотивации и интереса у детей и подростков к занятиям фитнесом.	**Самостоятельная работа обучающихся:**	**4**
	1. Условия и способы формирования и развития мотивации к занятиям физической культурой и спортом, к ведению здорового и активного образа жизни.	2
	В том числе, практических занятий	**2**
	Практическое занятие 31. Определение условий и способов мотивирования деятельности занимающихся на занятиях, развития интереса к физическим упражнениям, стимулирования их двигательной активности.	2
Тема 2.5. Планирование занятий с детьми и подростками по программам детского и подросткового фитнеса.	**Содержание**	**2**
	В том числе, практических занятий	**2**
	Практическое занятие 32. Определение цели, задач, разработка планов занятий с детьми и подростками по программам детского и подросткового фитнеса	2
	Самостоятельная работа обучающихся:	**4**
	1.Содержание, виды, методические основы планирования занятий с детьми и подростками по программам детского и подросткового фитнеса.	2
	2.Основные документы планирования.	
	В том числе, практических занятий	***2***
	Практическое занятие 33. Анализ планов занятий с целью установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам занятия, возрастным особенностям занимающихся.	2
Тема 2.6. Контроль за двигательной активностью, физическим состоянием и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий.	**Содержание**	**4**
	2. Методики контроля за физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся.	2
	В том числе, практических занятий	**2**
	Практическое занятие 35. Применение методик и интерпретация результатов контроля за физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся.	2
	Самостоятельная работа обучающихся:	**8**
	1. Объективные и субъективные показатели контроля за двигательной активностью, физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся.	6

Документ подписан электронной подписью.

	2. Основы анализа и оценки показателей контроля за двигательной активностью, физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся**.**	
	В том числе, практических занятий	***2***
	Практическое занятие 34. Определение признаков утомления у детей и подростков в процессе занятий	2
Тема 2.7. Документация, обеспечивающая проведение групповых занятий с детьми и подростками по программам детского и подросткового фитнеса.	**Самостоятельная работа обучающихся:**	**2**
	1. Виды учётно-отчётной документации.	1
	2.Требования к ведению учётно-отчётной документации.	
	В том числе, практических занятий	**1**
	Практическое занятие 32. Составление и ведение документации на бумажных и электронных носителях по утвержденным формам.	1
Учебная практика раздела 2 **Виды работ** **1.** Анализ планов групповых занятий с детьми и подростками по программам детского и подросткового фитнеса. **2.** Разработка планов занятий с детьми и подростками по программам детского и подросткового фитнеса. **3.** Наблюдение, анализ и самоанализ занятий с детьми и подростками по программам детского и подросткового фитнеса, разработка предложения по их совершенствованию. **4.** Проведение групповых занятий (фрагментов) с детьми и подростками по программам детского и подросткового фитнеса. **5.** Осуществление контроля за двигательной активностью, физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий.		**18**
Производственная практика раздела 2 **Виды работ** **1.** Анализ планов групповых занятий с детьми и подростками по программам детского и подросткового фитнеса. **2.** Разработка планов занятий с детьми и подростками по программам детского и подросткового фитнеса. **3.** Наблюдение, анализ и самоанализ занятий с детьми и подростками по программам детского и подросткового фитнеса, разработка предложения по их совершенствованию. **4.** Проведение групповых занятий с детьми и подростками по программам детского и подросткового фитнеса. **5.** Осуществление контроля за двигательной активностью, физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий. Ведение учётно-отчётной документации при проведении занятий.		**52**
Раздел 3. Организация и проведение занятий по виду спорта (спортивной дисциплине).		

Документ подписан электронной подписью.

МДК.03.01 Организация и методика проведения физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта (спортивной дисциплине) с населением различных возрастных групп.		**66**
Тема 3.1. Основы организация и проведения занятий по виду спорта (спортивной дисциплине).	**Содержание**	**2**
	3. Программы по виду спорта (спортивной дисциплине).	2
	Самостоятельная работа обучающихся:	**6**
	1.Цели, задачи, значение занятий по виду спорта (спортивной дисциплине).	2
	2. Формы организации занятий по виду спорта (спортивной дисциплине).	
	3. Правила вида спорта (спортивной дисциплины).	
	В том числе практических занятий	**4**
	Практическое занятие 33. Изучение и анализ планов занятий по виду спорта (спортивной дисциплине).	2
	Практическое занятие 34. Изучение и анализ программ по виду спорта (спортивной дисциплине).	2
Тема 3.2. Основы техники и методики обучения в виде спорта (спортивной дисциплине).	**Содержание**	**4**
	2. Методика обучения двигательным действиям в виде спорта.	2
	В том числе практических занятий	**2**
	Практическое занятие 35. Подбор различных комплексов упражнений, соответствующих подготовке по виду спорта (спортивной дисциплине).	2
	Самостоятельная работа обучающихся:	**14**
	1. Основы техники в виде спорта (спортивной дисциплине).	6
	2. Методика обучения двигательным действиям в виде спорта.	
	3. Комплексы общеразвивающих и специальных упражнений для освоения двигательных действий по виду спорта (спортивной дисциплине).	
	В том числе практических занятий	**8**
	Практическое занятие 35. Подбор различных комплексов упражнений, соответствующих подготовке по виду спорта (спортивной дисциплине).	2
	Практическое занятие 36. Подбор комплексов общеразвивающих и специальных упражнений для освоения двигательных действий по виду спорта (спортивной дисциплине.	2
	Практическое занятие 37. Объяснение и демонстрация техники выполнения упражнений в виде спорта (спортивной дисциплине).	2
	Практическое занятие 38. Разъяснение занимающимся теоретических и практических вопросов технического совершенствования в виде спорта (спортивной дисциплине).	2
	Содержание	**4**

Документ подписан электронной подписью.

Тема 3.3. Методика проведения занятий по виду спорта (спортивной дисциплине).	1. Структура и методика проведения занятий по виду спорта (спортивной дисциплине).	2
	В том числе практических занятий	**2**
	Практическое занятие 40. Демонстрация занимающимся рациональных и безопасных техник выполнения упражнений.	2
	Самостоятельная работа обучающихся:	**12**
	2. Нормы и типы физических нагрузок при проведении занятий по виду спорта (спортивной дисциплине). Методика планирования физических нагрузок с учетом решаемой задачи.	**4**
	3. Техники и методы страховки и самостраховки при проведении занятий.	
	4. Требования к содержанию и организации инструктажей при проведении занятий по виду спорта (спортивной дисциплине).	
	5. Техника безопасности, выявление источников возможного травматизма, требования к оборудованию и инвентарю при проведении занятий; способы и приёмы предупреждения травматизма при проведении физкультурно-оздоровительных занятий.	
	В том числе, практических занятий	**8**
	Практическое занятие 39. Проведение инструктажа занимающихся перед проведением занятий.	2
	Практическое занятие 40. Демонстрация занимающимся рациональных и безопасных техник выполнения упражнений.	2
	Практическое занятие 41. Проведение фрагментов занятий по виду спорта (спортивной дисциплине).с применением комплексов общеразвивающих и специальных упражнений для освоения двигательных действий по виду спорта (спортивной дисциплине).	2
	Практическое занятие 42. Проведение фрагментов занятий по виду спорта (спортивной дисциплине на основе рационального и безопасного сочетания различных комплексов упражнений, соответствующих подготовке по виду спорта (спортивной дисциплине)	2
Тема 3.4. Формирование и развитие мотивации и интереса к занятиям по виду спорта (спортивной дисциплине).	**Самостоятельная работа обучающихся:**	**6**
	1. Условия и способы формирования и развития мотивации к занятиям физической культурой и спортом, к ведению здорового и активного образа жизни.	4
	В том числе, практических занятий	**2**
	Практическое занятие 43. Определение условий и способов мотивирования деятельности занимающихся на занятиях, развития интереса к физическим упражнениям, стимулирования их двигательной активности.	2
	Содержание	**2**

Документ подписан электронной подписью.

Тема 3.5. Планирование занятий по виду спорта (спортивной дисциплине).	**В том числе, практических занятий**	**2**
	Практическое занятие 44. Определение цели, задач, разработка планов занятий по виду спорта (спортивной дисциплине).	2
	Самостоятельная работа обучающихся:	**6**
	1.Содержание, виды, методические основы планирования занятий по виду спорта (спортивной дисциплине).	4
	2.Основные документы планирования.	
	В том числе, практических занятий	**2**
	Практическое занятие 45. Анализ планов занятий с целью установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, возрастной группе населения.	2
Тема 3.6. Контроль за, физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий.	**Самостоятельная работа обучающихся:**	**6**
	1. Объективные и субъективные показатели контроля за физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся.	4
	2. Методики контроля за физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся.	
	В том числе, практических занятий	**2**
	Практическое занятие 46. Определение признаков утомления у занимающихся	1
	Практическое занятие 47. Применение методик и интерпретация результатов контроля за физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся.	1
Тема 3.7. Документация, обеспечивающая проведение занятий по виду спорта (спортивной дисциплине).	**Самостоятельная работа обучающихся:**	**4**
	1. Виды учётно-отчётной документации.	2
	2.Требования к ведению учётно-отчётной документации.	
	В том числе, практических занятий	**2**
	Практическое занятие 48. Составление и ведение документации на бумажных и электронных носителях по утвержденным формам.	2
Учебная практика раздела 3 **Виды работ** **1.** Анализ планов занятий по виду спорта (спортивной дисциплине). **2.** Разработка планов занятий занятий по виду спорта (спортивной дисциплине). **3.** Наблюдение, анализ и самоанализ занятий по виду спорта (спортивной дисциплине). **4.** Проведение занятий (фрагментов) по виду спорта (спортивной дисциплине). **5.** Осуществление контроля за физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на		**18**

Документ подписан электронной подписью.

занимающихся в процессе проведения занятий.		
Производственная практика раздела 3 **Виды работ** **1.** Анализ планов занятий по виду спорта (спортивной дисциплине). **2.** Разработка планов занятий занятий по виду спорта (спортивной дисциплине). **3.** Наблюдение, анализ и самоанализ занятий по виду спорта (спортивной дисциплине). **4.** Проведение занятий по виду спорта (спортивной дисциплине). **5.** Осуществление контроля за физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий. **6.** Ведение учётно-отчётной документации при проведении занятий.		**50**
Раздел 4. Осуществлять консультирование населения по вопросам организации занятий и физических нагрузок.		**22**
МДК.03.01 Организация и методика проведения физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта (спортивной дисциплине) с населением различных возрастных групп.		**36**
Тема 4.1. Основы консультирования населения по вопросам организации занятий и физических нагрузок	**Самостоятельная работа обучающихся:**	**4**
	1. Направления и содержание консультирования населения по вопросам организации занятий и физических нагрузок	4
Тема 4.2. Методические аспекты консультирования населения по вопросам организации занятий и физических нагрузок.	**Содержание**	**4**
	1. Формы и методы обучения населения по вопросам организации занятий и физических нагрузок.	2
	В том числе, практических занятий	**2**
	Практическое занятие 50. Подбор содержания консультации по выбору оптимальных форм тренировок, нагрузок и видов занятий, по направленности и характеру воздействия физических упражнений и нагрузок на организм человека, по корректировки техники выполнения двигательных действий.	2
	Самостоятельная работа обучающихся:	**6**
	2. Технологии воспитательной работы для формирования у населения навыков ЗОЖ, неприятия вредных привычек.	2
	В том числе, практических занятий	**4**
	Практическое занятие 49. Подбор содержания консультации по обучению населения техникам поддержания реализованных физических адаптаций за счёт рационального сочетания физических нагрузок и активного отдыха, методам восстановления после продолжительных физических нагрузок.	2

Документ подписан электронной подписью.

	Практическое занятие 51. Подбор содержания выступления, встречи с трудовыми и учебными коллективами, членами общественных организаций, направленных на вовлечение в мероприятия по физическому воспитанию населения, с учетом их социально-демографических и профессиональных характеристик.	1
	Практическое занятие 52. Применение технологии воспитательной работы для формирования у населения навыков ЗОЖ, неприятия вредных привычек	1
Тема 4.3. Определение и прогнозирования востребованности спортивных секций, кружков по месту работы, месту жительства и месту отдыха, в образовательных организациях.	**Самостоятельная работа обучающихся:**	**8**
	1. Способы определения и прогнозирования востребованности спортивных секций, кружков по месту работы, месту жительства и месту отдыха, в образовательных организациях	6
	В том числе, практических занятий	**2**
	Практическое занятие 53. Анализ потребности различных групп населения в гармоничном физическом развитии.	1
	Практическое занятие 54. Прогнозирование востребованность спортивных секций, кружков по месту работы, месту жительства и месту отдыха, в образовательных организациях.	1
Учебная практика раздела 4 **Виды работ** 1. Разработка рекомендаций по выбору оптимальных нагрузок для населения с учетом интересов, физического состояния и развития, физической подготовленности населения, противопоказаний к определенным видам занятий и силовым нагрузкам. 2. Определение содержания и проведение встреч с трудовыми и учебными коллективами, членами общественных организаций для их вовлечение в мероприятия по физическому воспитанию населения; 3. Определение содержания и проведение с населением консультаций, бесед, мероприятий, направленных на воспитание ЗОЖ, неприятия вредных привычек, разъяснение вопросов сочетания физических нагрузок и активного отдых аи определения минимального объёма двигательной активности. 4. Оказание методической помощи в организации деятельности спортивных секций, кружков по месту работы, месту жительства и месту отдыха, в образовательных организациях.		**18**
Раздел 5. Оказание населению фитнес услуг по индивидуальным программам		
МДК. 03.02 Организация продвижения и оказания населению фитнес-услуг по индивидуальным программам.		**72**
Тема 5.1. Основы здорового образа жизни	**Содержание**	**2**
	1. Принципы и составляющие ЗОЖ и активного долголетия.	1
	2. Физкультурно-оздоровительные технологии ЗОЖ и активного долголетия	1
	Самостоятельная работа обучающихся:	**2**

Документ подписан электронной подписью.

	1. Принципы и составляющие ЗОЖ и активного долголетия.	1
	2. Физкультурно-оздоровительные технологии ЗОЖ и активного долголетия	1
Тема 5.2. Фитнес и его значение для поддержания активного долголетия	**Содержание**	**2**
	1. Формы, виды и направления фитнеса для поддержания активного долголетия	2
	Самостоятельная работа обучающихся:	**4**
	2. Система фитнеса, ее компоненты.	4
	3. Противопоказания к занятиям физической культурой и по направлениям/ видам фитнеса	
Тема 5.3. Общие основы организации занятий по фитнесу	**Содержание**	**6**
	1. Особенности организации фитнеса для лиц различного возраста	6
	2. Структура и виды занятий по фитнесу для лиц различного возраста	
	Самостоятельная работа обучающихся:	**6**
	3. Общие принципы компоновки и комбинации физических упражнений в фитнесе и сочетание физических упражнений с другими видами оздоровительных занятий.	6
Тема 5.4. Планирование и методика проведения индивидуальных занятий по фитнесу	**Содержание**	**8**
	1. Методы и принципы планирования индивидуальных программ	2
	В том числе, практических занятий	**6**
	Практическое занятие 43. Применение фитнес-технологии для планирования индивидуальных программ.	6
	Практическое занятие 43. Подбор и применение физических упражнений для сбалансированного развития мышечных групп и систем организма человека.	
	Практическое занятие 43. Использование базовых упражнений типовых и специализированных фитнес-программ и их разновидностей при проведении занятий.	
	Самостоятельная работа обучающихся:	**18**
	2. Классификация фитнес–технологий и их применение для разработки индивидуальных программ	6
	3. Программы, методика и структура занятий аэробной и анаэробной направленности	
	4. Классификация и принципы комбинирования аэробных, анаэробных, функциональных упражнений в фитнесе;	
	5. Методики силовых, интервальных, круговых, функциональных тренировок, тренировок для развития ловкости, равновесия, координации, гибкости, функционального тренинга	

Документ подписан электронной подписью.

	6. Методика проведения индивидуальных занятий по фитнесу для различного половозрастного состава населения.	
	В том числе, практических занятий	**12**
	Практическое занятие 43. Пояснение структуры занятия по фитнесу при проведении ознакомительного занятия.	2
	Практическое занятие 43. Применение фитнес-технологии для планирования индивидуальных программ.	2
	Практическое занятие 43. Подбор и применение физических упражнений для сбалансированного развития мышечных групп и систем организма человека.	2
	Практическое занятие 43. Использование базовых упражнений типовых и специализированных фитнес-программ и их разновидностей при проведении занятий.	2
	Практическое занятие 43. Выявление ошибок в технике выполнения элементов упражнений.	4
Тема 5.5. Применение тренажерных устройств, специализированного оборудования и инвентаря.	**Содержание**	**4**
	1. Тренажерные устройства, специализированное оборудование и инвентарь, соответствующие специфике занятия	2
	В том числе, практических занятий	**2**
	Практическое занятие 44. Проведение фрагментов занятий с применением тренажерных устройств, специализированного оборудования и инвентаря, соответствующие специфике занятия.	2
	Самостоятельная работа обучающихся:	**6**
	2.Методические аспекты применения тренажерных устройств, специализированного оборудования и инвентаря на занятии.	2
	В том числе, практических занятий	**4**
	Практическое занятие 44. Проведение фрагментов занятий с применением тренажерных устройств, специализированного оборудования и инвентаря, соответствующие специфике занятия.	4
Тема 5.6. Методы и методика фитнес-тестирования	**Содержание**	**8**
	1. Антропометрические замеры тела человека	6
	2. Тестирование мышечной силы и мышечной выносливости с использованием системы тестов для отдельных частей тела и групп мышц человека.	
	3. Тестирование аэробной выносливости человека с использованием системы тестов с динамической нагрузкой.	

Документ подписан электронной подписью.

	4. Тестирование гибкости с использованием системы тестов для отдельных групп мышц человека.	
	5. Тестирование равновесия человека.	
	6. Тестирование неинвазивными методами текущего физического состояния человека: замер частоты сердечных сокращений в покое, кровяного давления в покое.	
	7. Технологии интерпретации результатов фитнес-тестирования.	
	В том числе, практических занятий	**2**
	Практическое занятие 46. Применение методов и технологии фитнес-тестирования	2
	Самостоятельная работа обучающихся:	**6**
	Практическое занятие 47. Применение индивидуальных цифровых устройств для диагностики и/или контроля своего состояния	6
Учебная практика раздела 5 **Виды работ** 1. Проведение ознакомительных занятий по фитнесу. 2. Составление индивидуальных программ по фитнесу.		**18**
Раздел 6. Организация продвижения фитнес-услуг среди населения		36
МДК. 03.02 Организация продвижения и оказания населению фитнес-услуг по индивидуальным программам.		**36**
Тема 6.1. Организации мотивирующих фитнес-мероприятий.	**Содержание**	**10**
	1. Система и принципы организации мотивирующих фитнес-мероприятий.	6
	В том числе, практических занятий	**4**
	Практическое занятие 41. Проведение самопрезентации для формирования у населения заинтересованность фитнесом.	4
	Самостоятельная работа обучающихся:	**26**
	2. Техники самопрезентации в фитнесе	10
	В том числе, практических занятий	**16**
	Практическое занятие 39. Выбор оптимальных средств и методов коммуникации для вовлечения населения в занятия фитнесом, пропаганды ЗОЖ и физической активности среди населения	8
	Практическое занятие 40. Подбор материалов и подготовка контента, пропагандирующего ЗОЖ и физическую активность среди различных групп населения	8
Учебная практика раздела 6 **Виды работ** 1. Подготовка и размещение контента, пропагандирующего занятия фитнесом среди населения, в социальных медиаресурсах и в информационно - телекоммуникационной сети «Интернет».		**18**

Документ подписан электронной подписью.

2. Самопрезентация и проведение ознакомительных занятий по фитнесу.	
Всего	**580**

Документ подписан электронной подписью.

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

3.1. Для реализации программы профессионального модуля должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Кабинет «Методики проведения физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп», оснащенный в соответствии с п.6.1.2.1 примерной образовательной программы по специальности.

Спортивный комплекс, оснащенный в соответствии с п.6.1.1 примерной образовательной программы по специальности.

Оснащенные базы практики в соответствии с п. 6.1.2.4 примерной образовательной программы по специальности 49.02.01 Физическая культура.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда образовательной организации выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных изданий и (или) электронных изданий в качестве основного, при этом список может быть дополнен новыми изданиями.

3.2.1. Основные печатные издания

1. Алхасов, Д. С. Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы: учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 144 с.

2. Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой тренировки: учебное пособие / М.В. Еремин, А.Л. Волобуев, И.В. Кутьин [и др.] ; под ред. А.Г. Горшкова. — Москва : КноРус, 2021. — 339 с.

3. Дворкин Л. С. Атлетическая гимнастика. Методика обучения : учебное пособие для среднего профессионального образования / Л. С. Дворкин. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 148 с.

4. Кузнецов, В.С., Организация физкультурно-спортивной работы + приложение: учебник / В.С. Кузнецов, О.Н. Антонова. — Москва: КноРус, 2021. — 258 с.

Муллер, А. Б. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 424 с.

5. Никитушкин, В. Г. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 246 с.

6. Профессионально-прикладная физическая подготовка : учебное пособие для вузов / С. М. Воронин [и др.] ; под редакцией Н. А. Воронова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 140 с.

7. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 334 с.

3.2.2. Основные электронные издания

Документ подписан электронной подписью.

1. Алхасов, Д. С. Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы: учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 144 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-15486-3. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/507957 (дата обращения: 21.02.2022).

2. Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой тренировки : учебное пособие / М.В. Еремин, А.Л. Волобуев, И.В. Кутьин [и др.] ; под ред. А.Г. Горшкова. — Москва : КноРус, 2021. — 339 с. — ISBN 978-5-406-08273-7. — URL:https://book.ru/book/940095 (дата обращения: 28.02.2022). — Текст : электронный.

3. Дворкин, Л. С. Атлетическая гимнастика. Методика обучения : учебное пособие для среднего профессионального образования / Л. С. Дворкин. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 148 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11032-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/516346 (дата обращения: 20.02.2023).

4. Кузнецов В. Организация физкультурно-спортивной работы + еПриложение : учебник / Кузнецов В., С., Антонова О., Н. — Москва : КноРус, 2023. — 257 с. — ISBN 978-5-406-10336-4. — URL: https://book.ru/book/944960

5. Муллер, А. Б. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/511813 (дата обращения: 20.02.2023).

6. Никитушкин, В. Г. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 246 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08021-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/514806 (дата обращения: 20.02.2023).

7. Профессионально-прикладная физическая подготовка : учебное пособие для вузов / С. М. Воронин [и др.] ; под редакцией Н. А. Воронова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 140 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12268-8. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/518668 (дата обращения: 20.02.2023).

8. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/519540 (дата обращения: 20.02.2023).

9. Зобкова, Е. А. Менеджмент спортивных соревнований : учебное пособие для спо / Е. А. Зобкова. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 38 с. — ISBN 978-5-8114-7548-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/174985 (дата обращения: 15.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

10. Зобкова, Е. А. Основы спортивной тренировки : учебное пособие для спо / Е. А. Зобкова. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 44 с. — ISBN 978-5-8114-7549-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL:

Документ подписан электронной подписью.

https://e.lanbook.com/book/174986 (дата обращения: 15.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

11. Ромашин, О. В. Система управления процессом целенаправленного оздоровления человека / О. В. Ромашин. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 100 с. — ISBN 978-5-507-44360-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/222614 (дата обращения: 15.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

3.2.3. Дополнительные источники

1. Кузнецов В.С. Теория и методика физической культуры: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / В.С. Кузнецов. – М.: Издательский центр «Академия», 2012. – 416 с.

2. Организация спортивно-зрелищных мероприятий: учебник для студ. учреждений высш. образования / под ред. Р.Н. Терехиной, Е. Н. Медведевой. – М.: Издательский центр «Академия», 2017. - 208 с.

3. Полиевский С.А., Глейбман А.Н., Залетаев И.П. Общеразвивающие упражнения – М.: ФиС, 2002. (Спорт в рисунках).

4. Сапожникова, О. В. Фитнес: [учеб. пособие] / О. В. Сапожникова ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург : Изд-во Урал. ун-та, 2015 – 144 с.

5. Третьякова, Н. В. Теория и методика оздоровительной физической культуры : учебное пособие / Н. В. Третьякова, Т. В. Андрюхина, Е. В. Кетриш. — Москва : Спорт-Человек, 2016. — 280 с. — ISBN 978-5-906839-23-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/97462 (дата обращения: 29.09.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

6. Физическая культура. Фитнес : учебное пособие /Т. Н. Шутова, Д. В. Выприков, О. В. Везеницын, И. М. Бодров, Г. С. Крылова, Д. А. Кокорев, А. Г. Буров, О. В. Мамонова, . Гаджиев. – Москва : ФГБОУ ВО «РЭУ им. Г. В. Плеханова», 2017 – 132 с.

7. Фитнес-технологии и системы физических упражнений в учебном процессе на занятиях физической культурой : учебное пособие / И.Г. Горбань., В.Г. Купцова, В.А. Гребенникова, Н.С. Бакурадзе ; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург : ОГУ, 2021 – 112 с.

Документ подписан электронной подписью.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках модуля	Критерии оценки	Методы оценки
ПК 3.1. Определять цели и задачи, планировать и анализировать занятия с населением различных возрастных групп. .	-определяет цели и задачи, планирует физкультурно-оздоровительные занятия, занятия по фитнес-программам, по виду спорта (спортивной дисциплине) с использованием различных методов, приемов и форм организации с учетом интересов, физического состояния и развития, физической подготовленности населения, противопоказаний к определенным видам занятий; - устанавливает соответствие содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, возрастной группе населения;	экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебных занятиях; экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебной и производственной практике; экзамен (диф. зачет) по МДК.03.01 экзамен по профессиональному модулю
ПК 3.2. Проводить занятия с населением различных возрастных групп.	- проводит занятия, мероприятия на основе программы, плана по физической подготовке для развития физических, качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик, с учетом методических требований; - проводит занятия, мероприятия на основе программы, плана специально организованных физических упражнений для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы с учетом методических требований; - проводит групповое занятие с детьми и подростками по программам детского и подросткового фитнеса с учетом методических требований; - проводит занятия по виду спорта (спортивной дисциплине) с учетом методических требований;	экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебных занятиях; экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебной и производственной практике; экзамен (диф. зачет) по МДК.03.01 экзамен по профессиональному модулю

Документ подписан электронной подписью.

ПК 3.3. Осуществлять контроль за двигательной активностью, физическим состоянием и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий.	- выявляет первые признаки утомления занимающихся на основе системы показателей; - осуществляет контроль за двигательной активностью, физическим состоянием и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий, используя методики контроля; - анализирует и интерпретирует результаты контроля с задачами контроля и с учетом возраста и особенностей занимающихся; -использует контрольно-измерительные приборы в процессе контроля в соответствии с их назначением;	экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебных занятиях; экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебной и производственной практике; экзамен (диф. зачет) по МДК.03.01 экзамен по профессиональному модулю
ПК 3.4. Осуществлять консультирование населения по вопросам организации занятий и физических нагрузок.	- разрабатывает рекомендаций по выбору оптимальных нагрузок для населения с учетом интересов, физического состояния и развития, физической подготовленности населения, противопоказаний к определенным видам занятий и силовым нагрузкам; - выбирает оптимальные формы тренировок, нагрузок и видов занятий с учетом возраста физического состояния и развития, физической подготовленности, наличия заболеваний, травм и противопоказаний у занимающихся; - обосновывает методические аспекты физической подготовки занимающихся с учетом возраста; - подбирает содержание выступления, встречи с трудовыми и учебными коллективами, членами общественных организаций, направленных на вовлечение в мероприятия по физическому воспитанию населения, с учетом их социально-демографических и профессиональных характеристик; - прогнозирует востребованность спортивных секций, кружков по месту работы, месту жительства и месту отдыха, в образовательных организациях на основе анализа потребности различных групп населения в гармоничном	экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебных занятиях; экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебной и производственной практике; экзамен (диф. зачет) по МДК.03.01 экзамен по профессиональному модулю

Документ подписан электронной подписью.

	физическом развитии и двигательной активности;	
3.5. Вести первичную учётно-отчётную документацию, обеспечивающую проведение занятий.	- ведение документации, обеспечивающей реализацию физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп (по выбору)на бумажных и электронных носителях в соответствии с утвержденными формами.	экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебных занятиях; экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебной и производственной практике; экзамен (диф. зачет) по МДК.03.01 экзамен по профессиональному модулю
ПК 3.6. Осуществлять организацию продвижения и оказания населению фитнес-услуг по индивидуальным программам.	- выбирает оптимальные средства и методы коммуникации для вовлечения населения в занятия фитнесом, пропаганды ЗОЖ и физической активности среди населения; - подбирает материалы и готовит контент, пропагандирующий ЗОЖ и физическую активность с учетом особенностей различных групп населения; - осуществляет самопрезентацию с использованием техник самопрезентации в фитнесе; - проводит ознакомительное занятие с пояснением структуры занятия по фитнесу; - составляет индивидуальные программы населению с применением фитнес-технологий, с учетом методов и принципов планирования индивидуальных программ;	экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебных занятиях; экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебной и производственной практике; экзамен (диф. зачет) по МДК.03.01 экзамен по профессиональному модулю
ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;	- обоснованность выбора методов и приемов решения задач профессиональной деятельности; - соответствие самоанализа результатов собственной деятельности экспертной оценке; - рациональное распределение времени при решении задач профессиональной деятельности;	экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебной и производственной практике;

Документ подписан электронной подписью.

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;	- обоснованность выбора и оптимальность состава источников, необходимых для решения поставленных задач; - обоснованность выбора и эффективность применения средств информационных технологий при решении профессиональных задач;	экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебной и производственной практике;
ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях.	- самостоятельное, систематическое, осознанное планирование самообразования, саморазвития, профессионального самосовершенствования и повышения квалификации в соответствии с современными требованиями и на основе анализа собственной деятельности; - обоснованный выбор методов личностного развития	экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебной и производственной практике;
ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;	- соблюдение норм делового общения и деловой этики во взаимодействии с занимающимися, с руководством, коллегами, социальными партнерами; - точное и своевременное выполнение поручений руководителя; - эффективность организации коллективной (командной) работы при решении задач профессиональной деятельности	экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебной и производственной практике;
ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;	- грамотность изложения своих мыслей и оформления документов по профессиональной тематике на государственном языке; - проявление толерантности в рабочем коллективе; - соблюдение правил оформления документов и построения устных сообщений.	экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебной и производственной практике;
ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение	- понимание сущности гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей; - осознание значимости профессиональной деятельности	экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебных занятиях;

Документ подписан электронной подписью.

на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения;	педагога по физической культуре и спорту	экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебной и производственной практике;
ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях	- соблюдение норм экологической безопасности при решении задач профессиональной деятельности; - учет климатических условий региона при организации занятий	экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебных занятиях;
ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	- использование физкультурно-оздоровительной деятельности для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; - применение рациональных приемов двигательных функций в профессиональной деятельности; -использование средств профилактики перенапряжения, характерных для педагога по физической культуре и спорту	экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебных занятиях;
ОК 09. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.	- грамотное использование нормативно-правовых документов, регламентирующих деятельность по вопросам организации методической и исследовательской работы; - соблюдение правовых норм в профессиональной деятельности	экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебных занятиях; экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебной и производственной практике;

Документ подписан электронной подписью.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ПОДЛИННОСТЬ ДОКУМЕНТА ПОДТВЕРЖДЕНА.
ПРОВЕРЕНО В ПРОГРАММЕ КРИПТОАРМ.

ПОДПИСЬ

Общий статус подписи:	Подпись верна
Сертификат:	00CD2A432F246891F72526F682B4E9E3AB
Владелец:	ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ РЕСПУБЛИКИ МАРИЙ ЭЛ "УЧИЛИЩЕ ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА", Беткузина, Наталья Валерьевна, sport-uor@yandex.ru, 121521689394, 1215078802, 00204832281, 1021200771646, ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ РЕСПУБЛИКИ МАРИЙ ЭЛ "УЧИЛИЩЕ ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА", ДИРЕКТОР, с. Семеновка, Марий Эл Республика, Йошкар-Ола Город, Семеновка Село, Молодежная Улица, дом 2, Республика Марий Эл, RU
Издатель:	Казначейство России, Казначейство России, RU, г. Москва, Большой Златоустинский переулок, д. 6, строение 1, 1047797019830, 7710568760, 77 Москва, uc_fk@roskazna.ru
Срок действия:	Действителен с: 27.12.2022 15:43:00 UTC+03 Действителен до: 21.03.2024 15:43:00 UTC+03
Дата и время создания ЭП:	14.11.2023 08:46:06 UTC+03