



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

УТВЕРЖДЕНО

Директором ГБПОУ Республики
Марий Эл «УОР» Н.В.Беткузиной
12 января 2021 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКИ**

Наименование программы:

Физическая культура и спорт

Присваиваемая квалификация:

Педагог по физической культуре и спорту

Категория слушателей:

Срок освоения программы: 550 ч.

Форма обучения: заочная (с применением
дистанционных образовательных технологий)

Документ о квалификации:

диплом о профессиональной переподготовке

Йошкар-Ола, 2021 г.

Аннотация программы

Дополнительная профессиональная программа – Программа профессиональной переподготовки «Физическая культура и спорт» представляет собой систему документов, разработанную и утвержденную ГБПОУ Республики Марий Эл «УОР». Программа профессиональной переподготовки направлена на приобретение квалификации «Педагог по физической культуре и спорту».

Разработчики - сотрудники ГБПОУ Республики Марий Эл «УОР».

Правообладатель дополнительной профессиональной программы: ГБПОУ Республики Марий Эл «УОР», 424918, РМЭ, г. Йошкар-Ола, ул. Молодежная, 2, тел. 8(8362)72-81-10.

Рассмотрена на заседании Методического совета УОР
Протокол № 3 от 28.12.2020 года.

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ	4
1.1. Область применения программы.....	4
1.2. Нормативно-правовые основания разработки программы	5
1.3. Требования к слушателям (категории слушателей)	6
1.4. Цель реализации программы.....	6
1.5. Планируемые результаты освоения программы	7
1.6. Срок освоения программы	13
1.7. Форма обучения.....	13
1.8. Режим занятий	13
1.9. Форма документа, выдаваемого по результатам освоения программы	13
2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ	14
2.1. Календарный учебный график.....	14
2.2. Учебный план	14
2.3. Рабочие программы.....	14
3. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ.....	15
3.1. Формы контроля	15
3.2. Итоговая аттестация слушателей	15
4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.....	17
4.1. Материально-технические условия реализации программы	17
4.2. Учебно-методическое обеспечение программы	18
5. ПРИЛОЖЕНИЯ.....	24
Приложение 1 График учебного процесса	24
Приложение 2 Учебный план.....	25
Приложение 3 Тематика ИАР	26
Приложение 4 Рабочие программы	27

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Область применения программы

Структура Программы профессиональной переподготовки включает: цель и планируемые результаты обучения; требования к контингенту; характеристику компетенций, формирующихся в результате освоения программы; учебный план, календарный учебный график, рабочие программы учебных дисциплин и модулей; организационно-педагогические условия; формы аттестации; оценочные материалы.

Программа является преемственной к ОПОП СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Настоящая программа *предназначена для:*

- спортсменов (от мастера спорта и выше),
- организаторов физкультурно-спортивной работы,
- преподавателей высших и средних специальных учебных заведений, тренеров-преподавателей, педагогов дополнительного образования в области физической культуры и спорта,
- учителей общеобразовательных школ,
- инструкторов по спорту.

Термины, определения и используемые сокращения

В программе используются следующие термины и сокращения:

Профессиональный стандарт – характеристика квалификации, необходимой работнику для осуществления определённого вида профессиональной деятельности;

Вид профессиональной деятельности– совокупность обобщенных трудовых функций, имеющих близкий характер, результаты и условия труда;

Обобщенная трудовая функция– совокупность связанных между собой трудовых функций, сложившаяся в результате разделения труда в конкретном производственном или бизнес-процессе;

Трудовая функция– система трудовых действий в рамках обобщенной трудовой функции;

Компетенция – способность применять знания, умения, личностные качества и практический опыт для успешной деятельности в определенной области;

Профессиональный модуль – часть основной профессиональной образовательной программы, имеющая определённую логическую завершенность по отношению к планируемым результатам подготовки, и предназначенная для освоения профессиональных компетенций в рамках каждого из основных видов профессиональной деятельности;

Результаты подготовки – освоенные компетенции и умения, усвоенные знания, обеспечивающие соответствующую квалификацию;

Учебный (профессиональный) цикл – совокупность дисциплин

(модулей), обеспечивающих усвоение знаний, умений и формирование компетенций в соответствующей сфере профессиональной деятельности;

ВПД – вид профессиональной деятельности

ПК – профессиональная компетенция;

ПМ – профессиональный модуль;

МДК – междисциплинарный курс.

1.2. Нормативно-правовые основания разработки программы

Содержание Программы профессиональной переподготовки разработано на основе следующих **документов**:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 N 273-ФЗ;
- Приказ Минобрнауки России от 1 июля 2013 г. N 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам» (с изм. в соотв. с Приказом от 15 ноября 2013 г. N 1244);
- Приказ Минтруда России от 18.10.2013 N 544н (ред. от 05.08.2016) "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)";
- Приказ Минздравсоцразвития России от 11 января 2011 г. N1н «Об утверждении единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих»;
- Приказ Минздравсоцразвития России от 26 августа 2010 г. N 761н "Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел "Квалификационные характеристики должностей работников образования";
- Приказ Минобрнауки России от 11.08.2014 N 976 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура;
- Письмо Минобрнауки России от 30.03.2015 N АК-821/06 "О направлении методических рекомендаций по организации итоговой аттестации при реализации дополнительных профессиональных программ";
- Письмо Минобрнауки России от 12.03.2015 N АК-610/06 "О направлении методических рекомендаций" (вместе с "Методическими рекомендациями по разработке, порядку выдачи и учету документов о квалификации в сфере дополнительного профессионального образования");
- Методические рекомендации по разработке профессиональных образовательных программ с учетом требований профессиональных стандартов. / Ред. А.Н. Лейбович– М. : Федеральный институт развития образования. – М.: Издательство «Перо», 2014. – 53 с.;
- локальные акты ГБПОУ Республики Марий Эл «УОР».

1.3. Требования к слушателям (категории слушателей)

К освоению дополнительной профессиональной программы *допускаются лица:*

- имеющие среднее профессиональное и (или) высшее образование;
- получающие среднее профессиональное и (или) высшее образование*¹;
- имеющие стаж работы в области физической культуры и спорта;
- имеющие навыки работы с персональным компьютером, поиска информации в сети Интернет, самостоятельной работы в условиях смешанного обучения (с применением дистанционных технологий и электронного обучения).

1.4. Цель реализации программы

Дополнительная профессиональная программа (далее - ДПП) – Программа профессиональной переподготовки имеет целью формирование у слушателей профессиональных компетенций, необходимых для профессиональной деятельности в области «Физическая культура» при выполнении вида профессиональной деятельности – «Педагог по физической культуре и спорту».

¹ При освоении дополнительной профессиональной программы параллельно с получением среднего профессионального образования и (или) высшего образования диплом о профессиональной переподготовке выдается одновременно с получением соответствующего документа об образовании и о квалификации.

1.5. Планируемые результаты освоения программы

Виды профессиональной деятельности	Код компетенции	Формулировка компетенции	Результат освоения (практический опыт, умения, знания)
ВПД 1. Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта	ПК.1.1	Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия	<p>иметь практический опыт: анализа учебно-тематических планов и процесса учебно-тренировочной деятельности, разработки предложений по его совершенствованию; определения цели и задач, планирования и проведения, учебно-тренировочных занятий; применения приемов страховки и само страховки при выполнении физических упражнений; проведения оценки уровня различных сторон подготовленности занимающихся избранным видом спорта; наблюдения, анализа и самоанализа учебно-тренировочных занятий, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции; тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта; собственного спортивного совершенствования; ведения документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов;</p> <p>уметь: использовать различные методы, приемы и формы организации учебно-тренировочных занятий и руководства соревновательной деятельностью спортсменов, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической и технической подготовленности занимающихся; подбирать и использовать спортивное оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся; использовать различные средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, развития физических качеств; применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности; устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с занимающимися;</p>
	ПК.1.2	Проводить учебно-тренировочные занятия	
	ПК.1.3	Руководить соревновательной деятельностью спортсменов	
	ПК.1.4	Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях	
	ПК.1.5	Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью	
	ПК.1.6	Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию	
	ПК.1.7	Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование	

	ПК.1.8	<p>и инвентарь</p> <p>Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов</p>	<p>проводить педагогический контроль на занятиях и соревнованиях; оценивать процесс и результаты тренировочной и соревновательной деятельности;</p> <p>использовать собственный тренировочный и соревновательный опыт в избранном виде спорта при планировании и проведении учебно-тренировочных занятий и в процессе руководства соревновательной деятельностью спортсменов;</p> <p>осуществлять судейство в избранном виде спорта при проведении соревнований различного уровня.</p> <p>знать:</p> <p>историю избранного вида спорта, технику двигательных действий и тактику спортивной деятельности в избранном виде спорта;</p> <p>основы организации соревновательной деятельности, систему соревнований в избранном виде спорта;</p> <p>теорию спортивных соревнований, принципы организации соревновательной деятельности и ее структуру, систему соревнований в избранном виде спорта;</p> <p>сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы спортивной тренировки в избранном виде спорта;</p> <p>теоретические и методические основы планирования подготовки спортсменов и учебно-тренировочных занятий в избранном виде спорта;</p> <p>методические основы обучения двигательным действиям и развития физических качеств в избранном виде спорта;</p> <p>организационно-педагогические и психологические основы руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта;</p> <p>теоретические основы и особенности физической, технической, тактической, психологической, интегральной подготовки в избранном виде спорта;</p> <p>систему спортивного отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта, критерии и подходы в диагностике спортивной предрасположенности;</p> <p>мотивы занятий избранным видом спорта, условия и способы их формирования и развития, формирование состязательной нацеленности и мотивации спортсмена;</p> <p>способы и приемы страховки и само страховки в избранном виде спорта;</p> <p>методы и методики педагогического контроля на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по избранному виду спорта;</p> <p>виды документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов, требования к ее ведению и оформлению;</p> <p>разнообразности физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и</p>
--	--------	---	--

			инвентаря для занятий избранным видом спорта, особенности их эксплуатации; технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю в избранном виде спорта
ВПД 2. Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения	ПК.2.1	Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения	<p>иметь практический опыт:</p> <p>анализа планов и процесса проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых занятий с различными возрастными группами, разработки предложений по их совершенствованию;</p> <p>определения цели и задач, планирования, проведения, анализа и оценки физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения; наблюдения, анализа и самоанализа физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;</p> <p>ведения документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и эффективную работу мест занятий физической культурой и спортом и спортивных сооружений;</p> <p>уметь:</p> <p>использовать различные методы и формы организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, строить их с учетом возраста, пола, морфо-функциональных и индивидуально-психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности;</p> <p>комплектовать состав группы, секции, клубного или другого объединения занимающихся;</p> <p>планировать, проводить и анализировать физкультурно-спортивные занятия и мероприятия на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности (не менее 12 видов);</p> <p>подбирать оборудование и инвентарь для занятий с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;</p> <p>организовывать, проводить соревнования различного уровня и осуществлять судейство;</p> <p>применять приемы страховки и самостраховки при выполнении двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий;</p> <p>на основе медицинских заключений и под руководством врача разрабатывать</p>
	ПК.2.2	Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности	
	ПК.2.3	Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия	
	ПК.2.4	Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий	
	ПК.2.5	Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом	
	ПК.2.6	Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую),	

		<p>обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом</p>	<p>комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой; использовать основные приемы массажа и самомассажа; знания:</p> <p>знать:</p> <p>требования к планированию и проведению физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся; сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы и методы физкультурно-спортивных мероприятий и занятий;</p> <p>основы оздоровительной тренировки в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>историю, этапы развития и терминологию базовых и новых видов спорта и физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>технику профессионально значимых двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>методику проведения занятий на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>методику обучения двигательным действиям и развития физических качеств в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>технику безопасности, способы и приемы предупреждения травматизма при занятиях базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>основы судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>виды физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации;</p> <p>технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю;</p> <p>основы педагогического контроля и организацию врачебного контроля при проведении физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с занимающимися различных возрастных групп;</p> <p>виды документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом, требования к ее ведению и оформлению;</p> <p>значение лечебной физической культуры в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений;</p>
--	--	---	--

			<p>средства, формы и методы занятий лечебной физической культурой, классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре;</p> <p>дозирование и критерии величины физической нагрузки в лечебной физической культуре;</p> <p>показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры;</p> <p>основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата; методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу;</p> <p>понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм; основные виды и приемы массажа.</p>
<p>ВПД 3. Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности</p>	<p>ПК.3.1</p>	<p>Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта</p>	<p>иметь практический опыт:</p> <p>анализа учебно-методических материалов, обеспечивающих учебно-тренировочный процесс и руководство соревновательной деятельностью в избранном виде спорта и организацию физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий;</p> <p>планирования подготовки спортсменов в избранном виде спорта на различных этапах подготовки;</p> <p>планирования физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий;</p> <p>разработки методических материалов на основе макетов, образцов, требований;</p> <p>изучения и анализа профессиональной литературы, выступлений по актуальным вопросам спортивной и оздоровительной тренировки;</p> <p>руководства соревновательной деятельностью в избранном виде спорта;</p> <p>организации физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>отбора наиболее эффективных средств и методов физического воспитания и спортивной тренировки в процессе экспериментальной работы;</p> <p>оформления портфолио педагогических достижений;</p> <p>уметь:</p> <p>анализировать программы спортивной подготовки в избранном виде спорта и планировать учебно-тренировочный и соревновательный процесс;</p> <p>планировать организацию и проведение физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий;</p> <p>разрабатывать методические документы на основе макетов, образцов,</p>

			<p>требований;</p> <p>определять пути самосовершенствования педагогического мастерства;</p> <p>определять цели, задачи, планировать учебно-исследовательскую работу с помощью руководителя;</p> <p>использовать методы и методики педагогического исследования, подобранные совместно с руководителем;</p> <p>отбирать наиболее эффективные средства и методы физической культуры спортивной тренировки;</p> <p>оформлять результаты исследовательской работы;</p> <p>готовить и оформлять отчеты, рефераты, конспекты;</p> <p>знать:</p> <p>теоретические основы и методику планирования учебно-тренировочного и соревновательного процесса в избранном виде спорта;</p> <p>теоретические основы и методику планирования оздоровительной тренировки на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>методику планирования физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий;</p> <p>основы организации опытно-экспериментальной работы в сфере физической культуры и спорта;</p> <p>логику подготовки и требования к устному выступлению, отчету, реферату, конспекту;</p> <p>погрешности измерений;</p> <p>теорию тестов; метрологические требования к тестам;</p> <p>методы количественной оценки качественных показателей;</p> <p>теорию оценок, шкалы оценок, нормы; методы и средства измерений в физическом воспитании и спорте;</p> <p>статистические методы обработки результатов исследований.</p>
--	--	--	--

1.6. Срок освоения программы

Нормативный срок освоения программы – 550 часов, включая все виды аудиторной и внеаудиторной (самостоятельной) учебной работы слушателя, практики и время, отводимое на контроль качества освоения слушателем ДПП.

Нормативный срок освоения программы (акад. час)	550
<i>в том числе:</i>	
лекции	86
практические занятия	68
стажировка	–
практика	16
самостоятельная работа слушателей	374
итоговая аттестация – <i>итоговая аттестационная работа</i>	6

1.7. Форма обучения

Форма обучения – заочная (с применением дистанционных образовательных технологий).

1.8. Режим занятий

Образовательный процесс осуществляется в течение 17 недель.

Образовательная деятельность обучающихся осуществляется с помощью дистанционных образовательных технологий (образовательная платформа Google-класс) предусматривает следующие виды учебных занятий: лекции, практические, лабораторные работы, круглые столы, мастер-классы тренинги, семинары, выездные занятия, консультации и другие виды работ, определенные учебным планом.

Для всех видов аудиторных занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

Дополнительное профессиональное образование по программе профессиональной подготовки завершается итоговой аттестацией в форме выполнения и защиты итоговой аттестационной работы.

1.9. Форма документа, выдаваемого по результатам освоения программы

Диплом о профессиональной переподготовке.

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Календарный учебный график

График учебного процесса определяет продолжительность обучения, последовательность обучения, текущего контроля, практики и итоговой аттестации.

График учебного процесса представлен в *Приложении 1*.

2.2. Учебный план

Основным документом программы является учебный план. В учебном плане отображается логическая последовательность освоения циклов и разделов программы (дисциплин, модулей, практик), обеспечивающих формирование компетенций. Указывается общая трудоемкость дисциплин, модулей и т.д., а также форма итоговой аттестации

Учебный план представлен в *Приложении 2*.

2.3. Рабочие программы

В содержании рабочих программ учебных дисциплин, профессиональных модулей и практики отражены получаемые знания, умения и практический опыт, необходимые для формирования компетенций.

Рабочие программы предусматривают:

- цель и результаты обучения;
- объем и виды учебной работы;
- тематический план;
- формы промежуточной аттестации;
- комплект оценочных средств (контрольный тест, контрольные вопросы, вопросы для зачета или экзамена).

Рабочие программы учебных дисциплин и профессиональных модулей приведены в *Приложении 4*.

3. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

3.1. Формы контроля

Оценка качества освоения программы профессиональной переподготовки включает следующие формы контроля:

- текущий контроль знаний;
- промежуточная аттестация;
- итоговая аттестация.

Конкретные формы и процедуры текущего контроля определяются рабочими программами учебных дисциплин и профессиональных модулей.

Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен) проводится по результатам освоения программ учебных дисциплин, МДК и профессиональных модулей. Формы и условия проведения промежуточной аттестации входят в содержание рабочих программ учебных дисциплин, и профессиональных модулей.

Итоговая аттестация включает подготовку и защиту итоговой аттестационной работы (ИАР).

Формы и условия проведения промежуточной и итоговой аттестации разработаны преподавателями училища и доводятся до сведения слушателей в начале обучения.

3.2. Итоговая аттестация слушателей

К итоговым аттестационным испытаниям, входящим в состав итоговой аттестации, допускаются слушатели, успешно завершившие в полном объеме освоение программы профессиональной переподготовки.

Итоговая аттестация слушателей состоит из защиты итоговой аттестационной работы.

При выполнении итоговой аттестационной работы слушатели должны показать свою способность и умение, опираясь на полученные знания, сформированные умения, профессиональные компетенции, самостоятельно решать на современном уровне задачи своей профессиональной деятельности, профессионально излагать специальную информацию, аргументировать и защищать свою точку зрения.

Тематика ИАР представлена в *Приложении 3*.

Слушателю предоставляется право выбора темы итоговой аттестационной работы или слушатель может предложить свою тему с обоснованием целесообразности ее разработки. Тематика итоговой работы может быть сформирована руководителями предприятий и организаций, направляющих слушателей на обучение, а также лицом, непосредственно работающим со слушателем (руководителем организации, преподавателем и т.п.).

Защита ИАР проводится на открытом заседании аттестационной комиссии.

На защиту ИАР отводится до 25 минут.

Процедура защиты включает:

- доклад слушателя (не более 10-15 минут);
- чтение отзыва и рецензии;
- вопросы членов комиссии;
- ответы слушателя на вопросы членов аттестационной комиссии.

Допускается выступление руководителя ИАР, а также рецензента, если он присутствует на заседании аттестационной комиссии.

К проведению итоговой аттестации (защите ИАР) привлекаются представители работодателей, их объединений (Глава 9 «Профессиональное обучение» ст.74 п.3 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 года.)

По результатам защиты ИАР выставляются отметки по четырехбалльной системе ("отлично", "хорошо", "удовлетворительно", "неудовлетворительно").

"отлично"	слушатель показал полное освоение планируемых результатов (знаний, умений, компетенций), всестороннее и глубокое изучение литературы, публикаций; умение выполнять задания с привнесением собственного видения проблемы, собственного варианта решения практической задачи, проявивший творческие способности в понимании и применении на практике содержания обучения.
"хорошо"	слушатель показал освоение планируемых результатов (знаний, умений, компетенций), предусмотренных программой, изучил литературу, рекомендованную программой, продемонстрировал способность к самостоятельному пополнению и обновлению знаний в ходе дальнейшего обучения и профессиональной деятельности.
"удовлетворительно"	слушатель допустил погрешности в итоговой квалификационной работе, показал частичное освоение планируемых результатов (знаний, умений, компетенций), предусмотренных программой, сформированность не в полной мере новых компетенций и профессиональных умений для осуществления профессиональной деятельности, ознакомился с литературой, публикациями по программе.
"неудовлетворительно"	слушатель не справился с выполнением итоговой аттестационной работы, не показал освоение планируемых результатов (знаний, умений, компетенций), предусмотренных программой, допустил серьезные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий.

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

4.1. Материально-технические условия реализации программы

№ п/п	Наименование специализированных аудиторий, кабинетов, лабораторий	Вид занятий	Наименование оборудования, программного обеспечения
1	педагогике и психологии	лекции	схемы по разделам курса, раздаточный материал, учебная мебель
2	анатомии и физиологии человека	лекции, практические и лабораторные занятия	схемы по разделам курса, раздаточный материал, учебная мебель, муляжи скелет гипсовый, рельефные таблицы
3	теории и истории физической культуры	лекции, практические занятия	схемы по разделам курса, раздаточный материал, учебная мебель
4	теории и методики избранного вида спорта	лекции, практические занятия	схемы по разделам курса, раздаточный материал, учебная мебель
5	методического обеспечения организации физкультурно-спортивной деятельности	лекции, практические занятия	схемы по разделам курса, раздаточный материал, учебная мебель
6	лечебной физической культуры и массажа	лекции, практические занятия	учебные макеты, схемы по разделам курса, раздаточный материал, учебная мебель
	Лаборатории		
1	информатики и информационно-коммуникационных технологий	лекции, практические и лабораторные занятия	учебные рабочие места, оснащенные ПЭВМ с лицензионным программным обеспечением; мультимедийный проектор; экран
2	физической и функциональной диагностики	лекции, практические и лабораторные занятия	весы напольные электронные медицинские, динамометр медицинский электронный ручной, Калипер электронный цифровой, прибор для измерения артериального давления OMRON, рулетка электронная медицинская РЭМ1400, РЭМ-2000, шагомер OMRON (WALKING STYLE III), ростомер, схемы по разделам курса, раздаточный материал, учебная мебель
	Спортивный комплекс:		
1	универсальный спортивный зал	практические занятия	гимнастическая стенка, гимнастические скамейки, баскетбольные щиты, волейбольная сетка
2	зал ритмики и фитнеса	практические занятия	фитнесбол, спортивные коврики, гантели, малые и большие мячи, скакалки, скамейки гимнастические, обручи, степ-платформы, диски CD с фонограммами, музыкальный центр

№ п/п	Наименование специализированных аудиторий, кабинетов, лабораторий	Вид занятий	Наименование оборудования, программного обеспечения
3	тренажерный зал	практические занятия	велозпсоиды (тренажеры), гантели, беговые дорожки, эллиптические тренажеры, грузоблочные тренажеры, нагружаемые дисками тренажеры, рамы и помосты, многофункциональные тренажеры
4	открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий	практические занятия	ковёр, тренировочные мешки-чучела, скакалки
5	спортивный зал	практические занятия	гимнастическая стенка, гимнастические скамейки, баскетбольные щиты, волейбольная сетка
6	борцовский зал	практические занятия	гимнастическая стенка, гимнастические скамейки, борцовский ковер, татами

4.2. Учебно-методическое обеспечение программы

Наименования дисциплин, ПМ	Наименования основных используемых в учебном процессе учебных изданий, имеющих в распоряжении организации, осуществляющей образовательную деятельность и используемых в учебном процессе	Количество экземпляров (печатных изданий/ количество электронных изданий)
Общепрофессиональный цикл		
ОП.01. Анатомия	Цехмистренко Т.А. Анатомия человека (1-е изд.) учеб. пособие - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2016	1 / 35
	Сапин М.Р. Анатомия человека: В 2 т. Т. 1 (3-е изд., перераб. и доп.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2015	1 / 35
	Сапин М.Р. Анатомия человека: В 2 т. Т. 2 (3-е изд., перераб. и доп.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2015	1 / 35
	Сапин М.Р., Сивоглазов В.И. Анатомия и физиология человека с возрастными особенностями детского организма, М. : Издательство «Академия», 2011	10 / 0
ОП.02. Физиология с основами биохимии	Караулова Л.К. Физиология физического воспитания и спорта (4-е изд.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2016	1 / 35
	Капилевич Л.В., Дьякова Е.Ю., Кошельская Е.В., Андреев В.И. Спортивная биохимия с основами спортивной фармакологии. Учебное пособие для СПО М.: Юрайт, 2019	1 / 35
	Михайлов С. Спортивная биохимия. –М.: 2012	1 / 0
	Смирнов В. Физиология физического воспитания и спорта. – М.: 2012	1 / 0

Наименования дисциплин, ПМ	Наименования основных используемых в учебном процессе учебных изданий, имеющих в распоряжении организации, осуществляющей образовательную деятельность и используемых в учебном процессе	Количество экземпляров (печатных изданий/ количество электронных изданий)
ОП.03. Гигиенические основы физической культуры и спорта	Макарова Г.А., Нефедов П.В. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности. Учебник с компакт-диском. Гриф УМО. – М.: ООО «Торговый дом «Советский спорт», 2015	1 / 35
	Пивоваров Ю.П., Королик В.В., Подунова Л.Г. Гигиена и экология человека, М.: Издательство «Академия», 2012	10 / 0
ОП.04. Основы врачебного контроля	Рубанович В.Б. Основы врачебного контроля при занятиях физической культурой. 3-е изд., испр. и доп. Учебное пособие для СПО – М.: Юрайт, 2019	1 / 35
	Макарова Г.А., Поляев Б.А. Медико-биологическое обеспечение спорта за рубежом. – М.: ООО «Торговый дом «Советский спорт», 2012	1 / 35
	Иорданская Ф.А. Мониторинг функциональной подготовленности юных спортсменов - резерва спорта высших достижений (этапы углубленной подготовки и спортивного совершенствования). – М.: ООО «Торговый дом «Советский спорт», 2014	1 / 35
	Руководство по спортивной медицине. Под ред. В.А. Маргазина. – СПб: Специальная Литература, 2012	1
ОП.05. Педагогика	Сквородкина И.З. Педагогика (1-е изд.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2018	1 / 35
	Общая педагогика физической культуры и спорта: Учебное пособие / Э.Б. Кайнова. - М.: ИД ФОРУМ: НИЦ Инфра-М, 2012.	1 / 0
	Сластенин В.А., Исаев И.Ф., Шиянов Е.Н. Педагогика, М.: Издательский центр «Академия», 2012	10 / 0
ОП.06. Психология	Дубровина И.В. Психология (15-е изд.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2017	1 / 35
	Родионов А.В. Психология физического воспитания и спорта / Под ред. Родионова А.В. (1-е изд.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2016	1 / 35
	Серова Л.К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте 2-е изд., испр. и доп. Учебное пособие для СПО – М.: Юрайт, 2019	1 / 35
	Дубровина И.В., Данилова Е.Е., Прихожан А.М. Психология М.: Издательский центр «Академия», 2012	10 / 0
	Талызина Н.Ф. Педагогическая психология. М. : Издательский центр «Академия», 2011	1 / 0
	Сухов А.Н. Социальная психология, М.: Издательский центр «Академия», 2011	10 / 0
	Голошапов Б.Р. История физической культуры и спорта (12-е изд., стер.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2017	1 / 35
ОП.07. Теория и история физической культуры и спорта	Холодов Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта (15-е изд.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2018	1 / 35

Наименования дисциплин, ПМ	Наименования основных используемых в учебном процессе учебных изданий, имеющих в распоряжении организации, осуществляющей образовательную деятельность и используемых в учебном процессе	Количество экземпляров (печатных изданий/ количество электронных изданий)
	Голощاپов Б.Р. История физической культуры и спорта, М. : Издательский центр «Академия», 2010	10 / 0
ОП.08. Правовое обеспечение профессиональной деятельности	Кузибецкий А.Н. Правовое обеспечение профессиональной деятельности в образовательных организациях (5-е изд., перераб. и доп.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2014	1 / 35
	Анисимов А.П., Рыженков А.Я., Чикильдина А.Ю. Правовое обеспечение профессиональной деятельности. 4-е изд., пер. и доп. Учебник и практикум для СПО; Под ред. Рыженкова А.Я. – М.: Юрайт, 2019	1 / 35
	Алексеев С.В. Спортивное право России. – М.: 2013	1 / 0
	Васькевич В.П., Мигунова Е.С. Договоры в сфере профессионального спорта и спорта высших достижений. – М.: ООО «Торговый дом «Советский спорт», 2012	1 / 35
ОП.09. Основы биомеханики	Туревский И.М. Биомеханика двигательной деятельности: формирование психомоторных способностей Учебное пособие для СПО. – М., Юрайт, 2019	1 / 35
	Баранцев С.А. Возрастная биомеханика основных видов движения. – М.: ООО «Торговый дом «Советский спорт», 2019	1 / 35
	Курьсь В.Н. Биомеханика. Познание телесно-двигательного упражнения. – М.: ООО «Торговый дом «Советский спорт», 2019	1 / 35
	Попов Г.И. Биомеханика, М.: Издательский центр «Академия», 2009	10 / 0
Профессиональные модули		
ПМ.01. Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта		
МДК.01.01. Избранный вид спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов	Семёнова Г.И. Спортивная ориентация и отбор. Учебное пособие для СПО; под науч. ред. Еркомашвили И.В – М.: Юрайт, 2019	1 / 35
	Серова Л.К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте 2-е изд., испр. и доп. Учебное пособие для СПО – М.: Юрайт, 2019	1 / 35
	Теория и методика избранного вида спорта 2-е изд., испр. и доп. Учебное пособие для СПО. Под ред. Шивринской С.Е. – М.: Юрайт, 2019	1 / 35
	Верхошанский Ю.В. Основы специальной силовой подготовки в спорте – М.: ООО «Торговый дом «Советский спорт», 2019	1 / 35
	Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов – М.: ООО «Торговый дом «Советский спорт», 2019	1 / 35

Наименования дисциплин, ПМ	Наименования основных используемых в учебном процессе учебных изданий, имеющих в распоряжении организации, осуществляющей образовательную деятельность и используемых в учебном процессе	Количество экземпляров (печатных изданий/ количество электронных изданий)
	Верхошанский Ю.В. Физиологические основы и методические принципы тренировки в беге на выносливость. – М.: ООО «Торговый дом «Советский спорт», 2019	1 / 35
	Иорданская Ф.А. Мониторинг функциональной подготовленности юных спортсменов - резерва спорта высших достижений (этапы углубленной подготовки и спортивного совершенствования). – М.: ООО «Торговый дом «Советский спорт», 2014	1 / 35
	Теория и методика спортивных игр. Под ред. Ю. Железняк. – Издательский центр «Академия», 2014	5 / 0
	Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физической культуры и спорта. – М.: Издательский центр «Академия», 2014	6 / 0
	Губа В.П., Родин А.В. Дневник спортсмена. Методическое пособие. – М.: ООО «Торговый дом «Советский спорт», 2013	1 / 35
	Губа В.П. Организация учебно-тренировочного процесса. – М.: ООО «Торговый дом «Советский спорт», 2012	1 / 0
	Красников А.А., Чесноков Н.Н. Тестирование теоретико-методических знаний в области физической культуры и спорта. – М.: Физическая культура, 2010	1 / 0
	Гимнастика. Под редакцией Журавина М.Л., Меньшикова Н.К., М.: Издательский центр «Академия», 2010	5 / 0
ПМ.02. Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения		
МДК.02.01. Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки	Бережнова Е.В. Основы учебно-исследовательской деятельности (11-е изд.) учеб. пособие - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2017	1 / 35
	Вяткин Л.А. Туризм и спортивное ориентирование (8-е изд.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2017	1 / 35
	Грецов Г.В. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Легкая атлетика (4-е изд., стер.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2017	1 / 35
	Железняк Ю.Д. Теория и методика спортивных игр (10-е изд.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2017	1 / 35
	Крючек Е.С. Аэробика: теория и методика / Под ред. Крючек Е.С. (1-е изд.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2018	1 / 35
	Сергеев Г.А. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Лыжный спорт / Под ред. Сергеева Г.А. (4-е изд., стер.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2015	1 / 35

Наименования дисциплин, ПМ	Наименования основных используемых в учебном процессе учебных изданий, имеющих в распоряжении организации, осуществляющей образовательную деятельность и используемых в учебном процессе	Количество экземпляров (печатных изданий/ количество электронных изданий)
	Ланда Б.Х. Туристский поход с проверкой приобретенных навыков во Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" (ГТО): организация, подготовка и проведение – М.: ООО «Торговый дом «Советский спорт», 2015	1 / 35
	Федотов Ю.Н. и др. Теория и методика спортивного туризма. Учебник. Гриф УМО. – М.: ООО «Торговый дом «Советский спорт», 2014	1 / 35
	Теория и методика обучения базовым видам спорта. Подвижные игры. Под ред. Ю. Макарова. – М.: Издательский центр «Академия», 2014	5 / 0
	Теория и методика спортивных игр. Под ред. Ю.Д Железняка – М.: Издательский центр «Академия», 2014	5 / 0
	Михайлова Э.И., Михайлов Н.Г. Аэробика в школе. – М.: Издательство: Советский спорт, 2014 г.	1 / 0
	Теория и методика обучения базовым видам спорта. Лыжный спорт. Под ред. Г.Сергеева. – М.: Издательский центр «Академия», 2013	5 / 0
	Вяткин Л.А., Сидорчук Е.В., Немытов Д.Н. Туризм и спортивное ориентирование. – М.: Издательский центр «Академия», 2013	1 / 0
	Кузнецов В.С. Теория и методика физической культуры. – М.: Издательский центр «Академия», 2012	1 / 0
	Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. – М.: Кнорус, 2012	1 / 0
	Гимнастика. Под ред. М.Л. Журавина. – М.: Издательский центр «Академия», 2010	5 / 0
	Жилкин А.И., Кузьмин В.С., Сидорчук Е.В. Легкая атлетика, М. : Издательский центр «Академия», 2009	10 / 0
МДК.02.02. Организация физкультурно-спортивной работы	Терехина Р.Н. Организация спортивно-зрелищных мероприятий (1-е изд.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2017	1 / 35
	Каратаев О.Р. Спортивные сооружения. – М. Издательство «Физическая культура», 2012	1 / 0
МДК.02.03. Лечебная физическая культура и массаж	Бирюков А.А. Лечебный массаж (6-е изд.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2017	1 / 35
	Попов С.Н. Лечебная физическая культура (12-е изд.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2017	1 / 35
	Полиевский С.А. Спортивная диетология. – М.: Академия, 2015	1 / 0
	Епифанов В.А. Лечебная физическая культура и массаж, М.; Издательская группа «ГЭОТАР-Медиа», 2012	10 / 0
	Еремушкин И.Г. Спортивный массаж. – М.: 2012	1 / 0

Наименования дисциплин, ПМ	Наименования основных используемых в учебном процессе учебных изданий, имеющих в распоряжении организации, осуществляющей образовательную деятельность и используемых в учебном процессе	Количество экземпляров (печатных изданий/ количество электронных изданий)
	Руководство по спортивной медицине. Под ред. В.А. Маргазина. – СПб.: Специальная Литература, 2012	1 / 0
	Вайнер Е.Н. Лечебная физическая культура. – М.: Издательство «Флинта», 2011	1 / 0
ПМ.03. Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности		
МДК.03.01. Теоретические и прикладные аспекты методической работы педагога по физической культуре и спорту	Манжелей И.В. Теоретические и прикладные аспекты методической работы учителя физической культуры 2-е изд., пер. и доп. Учебное пособие для СПО – М.: Юрайт, 2019	1 / 35
	Филиппов С.С. Менеджмент физической культуры и спорта 3-е изд., испр. и доп. Учебное пособие для СПО. – М.: Юрайт, 2019	1 / 35
	Филоненко Н.В., Ушакова Н.А. Маркетинг физкультурно-спортивных и спортивно-зрелищных услуг – М.: ООО «Торговый дом «Советский спорт», 2018	1 / 35
	Филиппов С.С. Менеджмент в сфере фитнес-услуг: организационно-правовые аспекты. – М.: ООО «Торговый дом «Советский спорт», 2015	1 / 35
	Литвинов С.А. Теоретические и прикладные аспекты методической работы учителя физической культуры. Календарно-тематическое планирование 2-е изд. Учебное пособие для СПО – М.: Юрайт, 2019	1 / 35
	Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физической культуры и спорта. Учебник / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. - 12-е изд., испр. - М. : Академия, 2014	6 / 0
	Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта. / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. - 3-е изд., испр. - М. : Академия, 2014	1 / 0
	Швайко Л.Г. Развёрнутые планы-конспекты уроков в VI классе: лёгкая атлетика, футбол, баскетбол, лыжная подготовка, гимнастика и акробатика. – М.: 2013	1 / 0
	Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. – М.: КноРус, 2012	1 / 0
	Кузнецов В.С. Теория и методика физической культуры. – М. : Академия, 2012	1 / 0
	Теория и методика обучения предмету «Физическая культура» под редакцией Железняк Ю.Д., М.: Издательский центр «Академия», 2010	10 / 0
	Железняк Ю.Д., Петров П.К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте, М.: Издательский центр «Академия», 2009	10 / 0

5. ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1
График учебного процесса

ГРАФИК УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

Слуша-	Недели																	Аудит. занятия		практика		Самостоят. работа		Итоговая аттестация		всего			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	час.	нед	час.	нед	час.	нед	час.	нед	час.	нед		
	1.	A,	A,	A,	A,	A,	A,	A,	A,	A,	A,	A,	A,	A,	A,	A,	П	И	154	15	16	1	374	16	6	1	550	17	
	CP	CP	CP	CP	CP	CP	CP	CP	CP	CP	CP	CP	CP	CP	CP	CP	CP												
2.	A,	A,	A,	A,	A,	A,	A,	A,	A,	A,	A,	A,	A,	A,	A,	П	И	154	15	16	1	374	16	6	1	550	17		
	CP	CP	CP	CP	CP	CP	CP	CP	CP	CP	CP	CP	CP	CP	CP	CP	CP												

ГРАФИК УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

**Учебный план программы профессиональной переподготовки
Физическая культура и спорт
квалификация «Педагог по физической культуре и спорту»**

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Формы промежуточной и итоговой аттестации (Э, ДЗ,	Учебная нагрузка обучающихся с использованием ДОТ, час				
			максимальная	Самостоятельная работа	Онлайн- и офлайн-занятия	В том числе	
						Теоретические (Google-класс, e-mail)	Лаборат/практич.. (онлайн-лекции, консультации)
Общепрофессиональные дисциплины							
ОП. 01.	Анатомия	ДЗ	20	14	6	2	4
ОП 02.	Физиология с основами биохимии	ДЗ	20	14	6	4	2
ОП 03.	Гигиенические основы физической культуры и спорта	3	20	14	6	4	2
ОП 04	Основы врачебного контроля	3	20	14	6	4	2
ОП 05	Педагогика	ДЗ	30	20	10	8	2
ОП 06	Психология	ДЗ	20	14	6	4	2
ОП. 07	Теория и история физической культуры и спорта	ДЗ	20	14	6	4	2
ОП. 08	Правовое обеспечение профессиональной деятельности	3	12	8	4	2	2
ОП. 09	Основы биомеханики	3	30	20	10	6	4
Профессиональные модули							
ПМ 01	Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта		166	118	48	24	24
МДК 01.01	Избранный вид спорта с методикой тренировки и руководством соревновательной деятельностью спортсменов	Э	166	118	48	24	24
ПМ 02	Организация физкультурной деятельности различных возрастных групп населения		146	108	38	18	20
МДК 02.01	Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки	ДЗ	62	46	16	8	8
МДК 02.02	Организация физкультурно-спортивной работы	ДЗ	48	36	12	6	6
МДК 02.03	Лечебная физкультура и массаж	3	36	26	10	4	6
ПМ 03	Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности		24	16	8	6	2
МДК 03.01	Теоретические и прикладные аспекты методической работы педагога по физической культуре и спорту	3	24	16	8	6	2
УП	Учебная практика по организации физкультурно-спортивной деятельности	3	16		16		
	Итоговая аттестация		6		6	-	-
	Итого:		550	374	176	86	68

ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА ИТОВОВЫХ АТТЕСТАЦИОННЫХ РАБОТ (ИАР)

1. Динамика функциональных систем организма под влиянием систематических занятий физической культурой и спортом.
2. Исследование функционального состояния организма спортсмена и нетренированного человека.
3. Применение различных средств восстановления спортивной работоспособности (на примере избранного вида спорта).
4. Особенности питания спортсменов при выполнении нагрузок различной направленности (на примере избранного вида спорта).
5. Исследование физического состояния спортсменов различной квалификации в возрасте от 20 лет в избранном виде спорта.
6. Материально-техническое обеспечение тренировочного процесса в избранном виде спорта.
7. Современное состояние спорта высших достижений (на примере избранного вида спорта).
8. Анализ выступления российских спортсменов на олимпийских играх (на примере избранного вида спорта).
9. Современные тенденции развития спорта из опыта работы министерства молодежной политики, спорта и туризма РМЭ
10. Методы самоконтроля при занятиях избранным видом спорта.
11. Ценности здоровья и здорового образа жизни у школьников
12. Оздоровляющие свойства природной среды и гигиенические факторы, дополняющие комплекс средств физического воспитания.
13. Основы современной методики развития собственно силовых способностей. (на примере избранного вида спорта).
14. Основы современной методики развития скоростных способностей (на примере избранного вида спорта).
15. Основы современной методики развития скоростно-силовых способностей (на примере избранного вида спорта).
16. Методы развития общей аэробной выносливости (на примере избранного вида спорта).
17. Методы развития выносливости специального типа (на примере избранного вида спорта).

**РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНЫХ ДИСЦИПЛИН
И ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ МОДУЛЕЙ**

АНАТОМИЯ

Цель: Применение знаний по анатомии в профессиональной деятельности и повседневной жизни для обеспечения безопасности жизнедеятельности, эффективного использования спортивных технологий, охраны здоровья.

В результате освоения учебной дисциплины слушатель курсов должен:

уметь:

- определять топографическое расположение и строение органов и частей тела;
- определять возрастные особенности строения организма человека;
- применять знания по анатомии в профессиональной деятельности;
- определять антропометрические показатели, оценивать их с учетом возраста и пола обучающихся,
- отслеживать динамику изменений конституциональных особенностей организма в процессе занятий физической культурой и спортом;

знать:

- основные положения и терминологию цитологии, гистологии, эмбриологии, морфологии и анатомии человека;
- строение и функции систем органов здорового человека: опорно-двигательной, кровеносной, пищеварительной, дыхательной, покровной, выделительной, половой, эндокринной, нервной, включая центральную нервную систему (ЦНС) с анализаторами;
- основные закономерности роста и развития организма человека;
- возрастную морфологию, анатомо-физиологические особенности детей, подростков и молодежи;
- анатомо-морфологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам;
- динамическую и функциональную анатомию систем обеспечения и регуляции движения;
- способы коррекции функциональных нарушений у детей и подростков

Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Учебная нагрузка слушателей	Объем в часах
Максимальная	20
Внеаудиторная самостоятельная	14
Обязательная аудиторная:	6
в том числе: лекции, уроки	2
практические занятия	4
Форма промежуточной аттестации: дифференцированный зачет	

Структура и содержание учебной дисциплины

Тема	Объем в часах	
	Аудиторные занятия	Внеаудиторная самостоятельная работа
Основные положения и терминология в анатомии человека	2	2
Строение и функции систем органов здорового человека		2
Основные закономерности роста и развития организма человека	2	2
Возрастная морфология, анатомо-физиологические особенности детей, подростков и молодежи		2
Динамическая и функциональная анатомия систем обеспечения и регуляции движения	2	2
Анатомо-морфологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам		2
Способы коррекции функциональных нарушений у детей и		2

подростков		
ВСЕГО	6	14

Комплект материалов для оценки освоения учебной дисциплины «Анатомия»

1. Прочитайте определение. Выберите один правильный ответ из предложенных.
Наука, изучающая форму и строение человеческого организма в связи с его функциями, развитием и влиянием условий существования.
 - а) эмбриология
 - б) гистология
 - в) цитология
 - г) анатомия
2. Прочитайте определение. Выберите один правильный ответ из предложенных.
Наука, изучающая клеточное строение организма.
 - а) эмбриология
 - б) гистология
 - в) цитология
 - г) анатомия
3. Прочитайте определение. Выберите один правильный ответ из предложенных.
Наука, изучающая развитие организма.
 - а) эмбриология
 - б) гистология
 - в) цитология
 - г) анатомия
4. Прочитайте определение. Выберите один правильный ответ из предложенных.
Наука, изучающая строение человека на тканевом уровне.
 - а) эмбриология
 - б) гистология
 - в) цитология
 - г) анатомия
5. Допишите предложение.
Любая клетка состоит из трёх неразрывно связанных между собой частей: _____, _____, _____.
6. Выберите из перечисленных ниже органелл клетки все, относящиеся к мембранным органеллам.
Эндоплазматическая сеть, комплекс Гольджи, митохондрии, лизосомы, пероксисомы, опорный аппарат клетки, клеточный центр, микрофиламенты, микротрубочки, рибосомы.
7. Выберите из перечисленных ниже органелл клетки все, относящиеся к немембранным органеллам.
Эндоплазматическая сеть, комплекс Гольджи, митохондрии, лизосомы, пероксисомы, опорный аппарат клетки, клеточный центр, микрофиламенты, микротрубочки, рибосомы.
8. Выберите особенность, которая НЕ характеризует строение эпителиальной ткани.
 - а. клетки плотно прилегают друг к другу, не развиты межклеточные пространства
 - б. клетки образуют сплошные пласты, опирающиеся на базальную мембрану
 - в. в клетках присутствуют два вида отростков: аксон и дендриты
 - г. в эпителиальных тканях отсутствуют кровеносные сосуды, питание клеток осуществляется через базальную мембрану
 - д. эпителиальные клетки способны к активному митотическому делению и обладают выраженной способностью к регенерации
9. Выберите те особенности, которая НЕ характеризует строение соединительной ткани
 - а. клетки достаточно удалены друг от друга;
 - б. в клетках присутствуют два вида отростков: аксон и дендриты
 - в. сильно развиты межклеточные пространства, заполненные межклеточным веществом, которое вырабатывается самими клетками.
 - г. клетки плотно прилегают друг к другу, не развиты межклеточные пространства;
 - д. межклеточное вещество может иметь различную консистенцию (жидкое и твердое), различные волокна (коллагеновые, эластические).
10. Выберите особенность, которая НЕ характеризует строение мышечной ткани.
 - а. возбудимость и сократимость
 - б. возбудимость и проводимость

Документ подписан электронной подписью.

11. Выберите особенность, которая НЕ характеризует строение нервной ткани.

- а. возбудимость и сократимость
- б. возбудимость и проводимость

12. Допишите предложение.

В скелете выделяют три отдела:

- 1 отдел:
- 2 отдел:
- 3 отдел:

13. Выберите один правильный ответ из предложенных четырёх.

Количество позвонков, образующих позвоночный столб человека:

- а) 32-34
- б) 30 – 32
- в) 34-36
- г) 28 – 33

14. Выберите один правильный ответ.

Лордоз – изгиб позвоночного столба, направленный:

- а) влево
- б) вправо
- в) вперёд
- г) назад

15. Выберите один правильный ответ.

Кифоз – изгиб позвоночного столба, направленный:

- а) влево
- б) вправо
- в) вперёд
- г) назад

16. Выберите один правильный ответ.

У человека костной основой грудной клетки являются:

- а) грудина, рёбра и шейный отдел позвоночного столба
- б) грудина, рёбра и грудной отдел позвоночного столба
- в) ключица, рёбра и поясничный отдел позвоночного столба

17. Выберите один правильный ответ.

Мозговой отдел черепа человека состоит из двух парных костей:

- а) лобная и клиновидная
- б) решетчатая и затылочная
- в) теменная и височная
- г) клиновидная и решетчатая

18. Выберите один правильный ответ.

Лицевой отдел черепа человека состоит из трёх непарных костей:

- а) верхнечелюстные, скуловые, носовые
- б) нижнечелюстная, сошник, подъязычная.
- в) слёзные, нёбные, нижние носовые раковины
- г) лобная, клиновидная, решетчатая

19. Выберите один правильный ответ.

Скелет пояса верхней конечности образован костями:

- а) лопатка и ключица
- б) плечевая кость и лучевая кость
- в) локтевая и лучевая кости
- г) лучевая кость, кости кисти

20. Выберите один правильный ответ.

Скелет свободной верхней конечности образован костями:

- а) локтевая и лучевая кости
- б) лопатка и ключица
- в) плечевая кость, локтевая кость, лучевая кость, кости кисти
- г) лучевая кость, кости кисти

21. Выберите один правильный ответ.

Скелет пояса нижней конечности человека образован костями:

Документ подписан электронной подписью.

- а) бедренная кость, надколенник
- б) подвздошная, лобковая, седалищная кости
- в) большая и малая берцовые кости
- г) надколенник и кости стопы

22. Выберите один правильный ответ.

Скелет свободной нижней конечности образован костями:

- а) бедренная кость, надколенник, большая и малая берцовые кости, кости стопы
- б) плечевая кость, локтевая кость, лучевая кость, кости кисти
- в) подвздошная, лобковая, седалищная кости
- г) лопатка и ключица

23. Выберите один правильный ответ.

В пищеварительном канале различают следующие отделы:

- а) ротовая полость; глотка; пищевод; желудок; кишечник, печень, поджелудочная железа
- б) ротовая полость; глотка; пищевод; желудок; кишечник

24. Выберите один правильный ответ.

Из перечисленных органов дыхательной системы человека выберите собственно дыхательный орган:

- а) нос
- б) глотка
- в) лёгкие
- г) гортань
- д) трахея
- е) бронхи

25. Выберите один правильный ответ.

Морфологической и функциональной единицей почки является:

- а) ацинус
- б) нефрон
- в) кардиомиоцит

28. Выберите один правильный ответ.

К железам внешней секреции относят:

- а) вилочковая железа, гипофиз
- б) поджелудочная и половые железы
- в) слюнные, желудочные

26. Выберите один правильный ответ.

К железам внутренней секреции относят:

- а) вилочковая железа, гипофиз
- б) поджелудочная и половые железы
- в) слюнные, желудочные

27. Выберите один правильный ответ.

К смешанным железам относят:

- а) вилочковая железа, гипофиз
- б) поджелудочная и половые железы
- в) слюнные, желудочные

29. Вставьте пропущенные слова.

Половая система человека представлена _____ и _____ половыми органами.

30. Вставьте пропущенное слово.

Мужская половая клетка называется _____.

31. Вставьте пропущенное слово.

Женская половая клетка называется _____.

32. Выберите один правильный ответ.

Рецепторы органа слуха располагаются:

- а) в среднем ухе
- б) в наружном слуховом проходе
- в) на барабанной перепонке
- г) в улитке

34. Выберите один правильный ответ.

В процессе эволюции у человека в органе слуха появляется:

- а) внутреннее ухо

Документ подписан электронной подписью.

- б) наружное ухо
 - в) среднее ухо
 - г) полукружные каналы
35. Выберите один правильный ответ.

Органы равновесия находятся

- а) на коже
- б) во внутреннем ухе
- в) в ротовой полости
- г) в полости носа

36. Выберите один правильный ответ.

Сетчатка – оболочка глаза, которая:

- а) защищает глаз от механических и химических повреждений
- б) снабжает глазное яблоко кровью
- в) поглощает световые лучи
- г) преобразует лучи света в нервные импульсы

ФИЗИОЛОГИЯ С ОСНОВАМИ БИОХИМИИ

Цель: познакомить слушателей с основными представлениями о функциях организма в состоянии покоя и при деятельности разных видов; сформировать представление о механизмах регуляции физиологических функций.

В результате освоения дисциплины слушатель курсов должен:

уметь:

- измерять и оценивать физиологические показатели организма человека;
- оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность, в том числе с помощью лабораторных методов;
- оценивать факторы внешней среды с точки зрения влияния на функционирование и развитие организма человека в детском, подростковом и юношеском возрасте;
- использовать знания биохимии для определения нагрузок при занятиях физической культурой;

знать:

- физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека;
- понятия метаболизма, гомеостаза, физиологической адаптации человека;
- регулирующие функции нервной и эндокринной систем;
- роль центральной нервной системы в регуляции движений;
- особенности физиологии детей, подростков и молодежи;
- взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма;
- физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления;
- механизмы энергетического обеспечения различных видов мышечной деятельности;
- физиологические основы тренировки силы, быстроты, выносливости;
- физиологические основы спортивного отбора и ориентации;
- биохимические основы развития физических качеств;
- биохимические основы питания;
- общие закономерности и особенности обмена веществ при занятиях физической культурой;
- возрастные особенности биохимического состояния организма;
- методы контроля

Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Учебная нагрузка слушателей	Объем в часах
Максимальная	20
Внеаудиторная самостоятельная	14
Обязательная аудиторная:	6
<i>в том числе:</i> лекции, уроки	4
практические занятия	2
Форма промежуточной аттестации: дифференцированный зачет	

Структура и содержание учебной дисциплины

Тема	Объем в часах
------	---------------

	Аудиторные занятия	Внеаудиторная самостоятельная работа
Физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека	1	
Понятия метаболизма, гомеостаза, физиологической адаптации человека		2
Регулирующие функции нервной и эндокринной систем	1	
Роль центральной нервной системы в регуляции движений		1
Особенности физиологии детей, подростков и молодежи		1
Взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма		2
Физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления при спортивной деятельности	1	
Механизмы энергетического обеспечения различных видов мышечной деятельности		2
Физиологические основы тренировки силы, быстроты, выносливости		2
Физиологические основы спортивного отбора и ориентации	1	
Биохимические основы развития физических качеств		1
Биохимические основы питания		1
Общие закономерности и особенности обмена веществ при занятиях физической культурой	1	
Возрастные особенности биохимического состояния организма		2
Биохимический контроль в спорте	1	
ВСЕГО	6	14

Комплект материалов для оценки освоения учебной дисциплины

1. Продолжите предложение.

Биологическая ткань обладает рядом свойств: _____, _____, _____, _____.

2. Выберите один правильный ответ.

Назовите, какой раздражитель по биологическому признаку представлен в примере: «*Рецепторы сетчатки глаза чувствительны к свету, а вкусовые рецепторы – к химическим веществам*».

- а. адекватный раздражитель
- б. неадекватный раздражитель

3. Вставьте пропущенные слова в предложении.

Метаболизм – совокупность _____ реакций, протекающих во _____ среде организма.

4. Вставьте пропущенные слова.

Анаболизм – химические реакции _____ при которых из молекул _____ размера образуется одна _____ молекула.

5. Выберите правильный ответ.

Аэробное окисление протекает ...

- а. в митохондриях
- б. в цитоплазме
- в. на мембранах цитоплазматической сети

6. Вставьте пропущенное слово.

Способность организма сохранять _____ состава и свойств внутренней среды называют гомеостазом.

7. Выберите правильный ответ.

Процесс удаления из организма ненужных продуктов обмена веществ – это:

- а. осморегуляция
- б. экскреция
- в. секреция

8. Выберите правильный ответ.

Приспособительные реакции здорового организма – это ...

- а. патологическая адаптация
- б. физиологическая адаптация

Документ подписан электронной подписью.

- в. срочная адаптация
- г. долговременная адаптация

9. Выберите правильный ответ.

_____ - наиболее эффективный физиологический механизм усиления теплообразования, так как никакой внешней механической работы мышцы не производят, а вся энергия мышечного напряжения превращается в тепло.

- а. мышечная работа
- б. холодовая мышечная дрожь
- в. приём пищи

10. Выберите правильный ответ.

_____ упражнения затрагивают менее трети всей мышечной массы.

- а. региональные
- б. глобальные
- в. локальные

11. Выберите правильный ответ

Предстартовая лихорадка характеризуется:

- а. преобладанием процессов возбуждения над процессами торможения;
- б. преобладанием процессом торможения над процессами возбуждения;
- в. уравновешенным состоянием нервных процессов;

12. Вставьте пропущенное слово.

_____ – это выполнение упражнений, которое предшествует выступлению на соревнованиях или основной части тренировочного занятия.

- а. вработывание
- б. утомление
- в. разминка
- г. «мёртвая точка»

13. Выберите правильный ответ.

Это состояние характеризуется тяжелыми субъективными ощущениями: чувства стеснения в груди, головокружения, пульсации сосудов головного мозга, одышки и желания прекратить работу.

- а. вработывание
- б. утомление
- в. разминка
- г. «мёртвая точка»
- д. второе дыхание
- е. восстановление

14. Выберите правильный ответ.

_____ - это совокупность изменений, происходящих в различных органах, системах и организме в целом, которое характеризуется вызванным работой временным снижением работоспособности и субъективным ощущением усталости.

- а. вработывание
- б. утомление
- в. разминка
- г. «мёртвая точка»
- д. второе дыхание
- е. восстановление

15. Выберите правильные ответы.

Из предложенного перечня принципов спортивной тренировки выберите те, которые относятся к педагогическим принципам.

- а. активность и сознательность спортсмена,
- б. наглядность,
- в. цикличность тренировок
- г. последовательность,
- д. непрерывность,
- е. прочность,
- ж. единство общей и специальной подготовки,
- з. доступность
- и. систематичность,
- к. постепенное и максимальное расширение физических нагрузок

16. Выберите правильный ответ.

Состояние, характеризующееся расширением функциональных возможностей организма и

Документ подписан электронной подписью.

увеличением экономичности его работы, и достижением спортивной формы.

- а. тренируемость
- б. тренированность

17. Выберите правильный ответ.

Тренировочный эффект, возникающий непосредственно во время тренировки и в течение получаса после нагрузок. В этот период организм устраняет так называемый кислородный долг, который образовался во время тренировки.

- а. отставленный тренировочный эффект
- б. срочный тренировочный эффект
- в. кумулятивный тренировочный эффект

18. Выберите правильный ответ.

Данный вид контроля проводится 5-6 раз в году с использованием менее динамичных показателей, например: «гарвардский степ-тест», определение максимального потребления кислорода.

- а. углублённое медицинское обследование
- б. текущий контроль
- в. этапный контроль

19. Выберите из предложенных ответов те, которые характеризуют неэффективные нагрузки.

- а. приводят к появлению в организме лишь незначительных биохимических и физиологических сдвигов.
- б. приводят к появлению в организме значительных биохимических и физиологических сдвигов.
- в. вызывают развитие адаптации
- г. они не вызывают развития адаптации, но способствуют сохранению достигнутого уровня
- д. используют при подготовке спортсменов в предсоревновательный период
- е. их широко используют в оздоровительной физкультуре

20. Выберите правильный ответ.

После прекращения занятий спортом или при длительном перерыве в тренировках, а также при снижении объема тренировочных нагрузок адаптационные сдвиги постепенно уменьшаются. Это явление называется в спортивной практике:

- а. тренируемость
- б. перетренированность
- в. суперкомпенсация
- г. растренированность

21. Вставьте пропущенные слова в предложении.

В спортивной практике принцип _____ и _____ взаимодействия нагрузок используется при подготовке спортсменов высокой квалификации, а _____ взаимодействия нагрузок находит применение в оздоровительной медицине.

22. Выберите правильный ответ.

Этап решает конкретную педагогическую задачу и способствует развитию специфической адаптации к физическим нагрузкам определенного вида:

- а. микроцикл
- б. годовой цикл
- в. макроцикл

23. Выберите правильный ответ.

Комплекс мероприятий по выявлению спортсменов, обладающих высоким уровнем способностей, отвечающих требованиям специфики определённого вида спорта:

- а. спортивная специализация
- б. спортивная ориентация
- в. спортивный отбор

24. Вставьте пропущенные слова в предложении.

_____ - фармакологические препараты, которые оказывают влияние на спортивный результат, нанося при этом вред здоровью спортсмена.

ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Цель: овладение современными научными знаниями в области общей гигиены и гигиены физической культуры и спорта, овладение практическими навыками формирования здорового образа жизни и эффективного применения различных гигиенических факторов в физкультурно-спортивной деятельности.

Документ подписан электронной подписью.

В результате освоения учебной дисциплины слушатель курсов должен:

уметь:

- использовать знания гигиены в профессиональной деятельности, в том числе в процессе гигиенического просвещения обучающихся, педагогов, родителей (лиц, их заменяющих);
- составлять режим суточной активности с учетом возраста и характера физических нагрузок;
- определять суточный расход энергии, составлять меню;
- обеспечивать соблюдение гигиенических требований в здании и помещениях, при занятиях физическими упражнениями, организации учебно-тренировочного процесса;
- обеспечивать соблюдение гигиенических требований при подготовке спортсменов;

знать:

- основы гигиены различных возрастных групп занимающихся;
- гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза;
- понятие медицинской группы;
- гигиеническое значение биологических факторов внешней среды при занятиях физической культурой;
- вспомогательные гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности;
- основы профилактики инфекционных заболеваний;
- основы гигиены питания различных возрастных групп занимающихся;
- гигиена физической культуры при проведении занятий на производстве и по месту жительства;
- гигиенические требования к спортивным сооружениям и оборудованию мест учебно-тренировочных занятий;
- гигиеническую характеристику основных форм занятий физической культурой и спортом различных возрастных групп занимающихся;
- основы личной гигиены при занятиях физическими упражнениями, спортом;
- гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов;
- гигиенические основы закаливания;
- физиолого-гигиенические и социальные аспекты курения, нарко- и токсикомании;
- понятие о двигательной активности человека, ее нормирование и поддержание оптимального уровня у различных возрастных групп населения

Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Учебная нагрузка слушателей	Объем в часах
Максимальная	20
Внеаудиторная самостоятельная	14
Обязательная аудиторная:	6
в том числе: лекции, уроки	4
практические занятия	2
Форма промежуточной аттестации: зачет	

Структура и содержание учебной дисциплины

Тема	Объем в часах	
	Аудиторные занятия	Внеаудиторная самостоятельная работа
Гигиенические основы физической культуры и спорта	1	2
Общие основы гигиены	1	2
Эпидемиологические факторы окружающей среды		2
Гигиена физической культуры различных возрастных групп занимающихся	1	2
Питание как фактор сохранения и укрепления здоровья	1	2
Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов	1	2
Гигиенические требования к спортивным сооружениям и оборудованию мест учебно-тренировочных занятий	1	2
ВСЕГО	6	14

Комплект материалов для оценки освоения учебной дисциплины

Документ подписан электронной подписью.

1. Гигиена физических упражнений и спорта, её задачи в практике физического воспитания. Основоположники гигиены и физического воспитания.
2. Источники и пути распространения инфекционных заболеваний. Профилактика инфекционных заболеваний.
3. Гигиеническое значение воздуха высокой и низкой температуры. Профилактика неблагоприятного влияния.
4. Гигиеническое значение атмосферного давления, движения воздуха и различной влажности. Профилактика неблагоприятного влияния.
5. Приборы для контроля температуры, влажности, атмосферного давления и скорости движения воздуха. Устройство и правила пользования.
6. Приборы, применяемые для измерения запыленности и микробной обсемененности воздуха. Устройство и правила пользования.
7. Значение воздушно-теплого режима для физкультурно-спортивной деятельности.
8. Состав солнечной радиации, её гигиеническое значение. Использование в спортивной практике ультрафиолетовой радиации.
9. Гигиеническое значение механических примесей воздуха. Мероприятия по снижению запыленности воздуха крытых спортивных сооружений.
10. Гигиеническое значение микроорганизмов воздуха. Мероприятия по снижению микробной обсемененности воздуха крытых спортивных сооружений.
11. Гигиенические требования к воде плавательных бассейнов.
12. Гигиеническое значение воды и нормы потребления. Использование гидропроцедур в спорте.
13. Гигиеническая характеристика методов обеззараживания воды плавательных бассейнов.
14. Гигиеническая характеристика методов осветления и обеззараживания воды в условиях турпохода.
15. Гигиенические требования к качеству воды бассейнов на естественных водоёмах.
16. Гигиенические требования к построению рационального режима дня спортсменов.
17. Гигиенические требования к уходу за кожей и полостью рта. Профилактика гнойничковых заболеваний.
18. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви. Уход за одеждой и обувью.
19. Роль физической культуры и спорта для профилактики курения, злоупотребления алкоголем и наркомании.
20. Гигиенические принципы закаливания и его значение.
21. Гигиенические требования к закаливанию водой.
22. Гигиенические требования к закаливанию воздухом.
23. Гигиенические требования к закаливанию солнечными лучами.
24. Гигиенические требования к организации рационального питания.
25. Гигиенические требования к питанию спортсменов накануне и в дни соревнований, на дистанции и в периоде восстановления.
26. Дополнительное питание и его содержание.
27. Гигиенические требования к питанию спортсменов во время регулировки и сгонки веса в различных климатических условиях.
28. Биологическая роль, содержание в продуктах и нормы потребления белков.
29. Биологическая роль, содержание в продуктах и нормы потребления жиров.
30. Биологическая роль, содержание в продуктах и нормы потребления углеводов.
31. Биологическая роль, содержание в продуктах и нормы потребления витаминов.
32. Биологическая роль, содержание в продуктах и нормы потребления минеральных веществ.
33. Пищевые продукты и их классификация. Методы оценки доброкачественности пищевых продуктов.
34. Пищевые отравления и их профилактика.
35. Гигиенические требования к спортивному инвентарю, оборудованию и напольным покрытиям.
36. Гигиенические требования к освещению спортивных сооружений.
37. Гигиенические требования к вентиляции.
38. Гигиенические требования к искусственной вентиляции спортивных сооружений. Определение объема вентиляции и кратности воздухообмена в крытых спортсооружениях.
39. Гигиенические требования к отопительным системам.
40. Гигиенические требования к выбору мест для строительства спортивных сооружений.
41. Гигиенические требования к местам занятий физкультурой.
42. Гигиеническая характеристика форм физического воспитания школьников.
43. Гигиеническая характеристика физической культуры в среднем и пожилом возрасте.
44. Система гигиенических факторов в подготовке спортсменов: структура, задачи и условия функционирования.
45. Гигиеническая характеристика оптимальных социально-гигиенических факторов микросреды, условий быта и трудовой деятельности как элемента системы гигиенических факторов в подготовке спортсменов.
46. Гигиенические требования к тренировочному процессу и соревнованиям как элемента системы гигиенических факторов в подготовке спортсменов.

Документ подписан электронной подписью.

47. Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в условиях высокой и низкой температуры, в условиях среднегорья.
48. Гигиенические требования к условиям проведения тренировок и соревнований в избранном виде спорта.
49. Гигиенические требования к экипировке спортсменов в избранном виде спорта.
50. Гигиенические мероприятия, направленные на повышение работоспособности и эффективности процессов восстановления.

ОСНОВЫ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ

Цель: ознакомление с основами теоретических и методических аспектов организации и проведения врачебного контроля в физической культуре, обучение занимающихся и конкретным знаниям по предупреждению применения допинга в спорте, основам антидопинговой политики.

В результате освоения учебной дисциплины слушатель курсов должен:

уметь:

- взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты;
- проводить простейшие функциональные пробы;

знать:

- цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой;
- назначение и методику проведения простейших функциональных проб;
- основы использования данных врачебного контроля в практической профессиональной деятельности.

Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Учебная нагрузка слушателей	Объем в часах
Максимальная	20
Внеаудиторная самостоятельная	14
Обязательная аудиторная:	6
в том числе: лекции, уроки	4
практические занятия	2
Форма промежуточной аттестации: зачет	

Структура и содержание учебной дисциплины

Тема	Объем в часах	
	Аудиторные занятия	Внеаудиторная самостоятельная работа
Цели, задачи и содержание врачебного контроля	2	2
Назначение и методика проведения простейших функциональных проб	2	6
Основы использования данных врачебного контроля в практической профессиональной деятельности	2	6
ВСЕГО	6	14

Комплект материалов для оценки освоения учебной дисциплины

1. Предмет, цель, задачи, методы врачебного контроля.
2. Основные направления медицинского обеспечения физической культуры, спорта, профилактики заболеваний и реабилитации больных и инвалидов средствами и методами физической культуры.
3. Медицинское обеспечение спорта высших достижений
4. Медицинское обеспечение массового спорта и физической культуры.
5. Особенности врачебного контроля за лицами разного пола, возраста, характера дефекта или патологии.
6. Тестирование физической работоспособности и тренированности.
7. Методы оценки физического развития и функциональных возможностей инвалидов с поражением опорно-двигательной системы (ОДС).
8. Медицинский контроль на тренировках, соревнованиях и массовых физкультурных мероприятиях для лиц с отклонением в состоянии здоровья.
9. Медицинские средства восстановления и повышения работоспособности.

Документ подписан электронной подписью.

10. Заболевания и травматизм, перетренированность и перенапряжение, их причины и профилактика.
11. Различия методов между индивидуальным, индивидуально-групповым, коллективным, соревновательным, повторно-кольцевым построением занятий и методом предметно-практического взаимодействия и когда их используют.
12. Физическое развитие человека. Основные признаки физического развития.
13. Значение многократного исследования физического развития в процессе занятий физической культурой. Соматоскопия. Соматометрия (антропометрия).
14. Ортопедическая практика при обследовании инвалидов с поражением опорно-двигательной системы.
15. Роль осмотра, пальпации и перкуссии при обследовании инвалидов с поражением опорно-двигательной системы. Измерение длины и окружности конечностей при обследовании инвалидов с поражением опорно-двигательной системы.
16. Определение объёма движений в суставах при обследовании инвалидов с поражением опорно-двигательной системы.
17. Измерение объёма движений в суставах нижних конечностей.
18. Замерение объёма окружности грудной клетки. Экскурсия грудной клетки. Определение толщины кожно-жировых складок.
19. Антропометрические показатели уровня физического и функционального состояния человека для характеристики его физического развития.
20. Методы индексов.
21. Метод стандартов.
22. Метод корреляции.
23. Роль и значение функциональных методов исследования.
24. Метод исследования электрической активности миокарда или электрокардиография.
25. Метод графической регистрации тонов и шумов сердца или фонокардиография (ФКГ).
26. Метод исследования деятельности сердца или поликардиография.
27. Сущность метода вариационной пульсографии (ВПГ).
28. Метод ультразвуковой диагностики сердца или эхокардиография (ЭхоКГ).
29. Метод ультразвуковой диагностики или ультразвуковая доплерография (УЗДГ).

ПЕДАГОГИКА

Цель: подготовка к профессиональной деятельности, способных педагогически целесообразно организовывать физкультурно-спортивный (тренировочно-соревновательный) процесс и разрешать возникающие проблемные ситуации обучения и воспитания.

В результате освоения учебной дисциплины слушатель курсов должен:

уметь:

- оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм организации обучения и воспитания;
- анализировать педагогическую деятельность, педагогические факты и явления;
- находить и анализировать информацию, необходимую для решения профессиональных педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития;
- ориентироваться в современных проблемах образования, тенденциях его развития и направлениях реформирования;

знать:

- взаимосвязь педагогической науки и практики, тенденции их развития;
- значение и логику целеполагания в обучении и педагогической деятельности;
- принципы обучения и воспитания;
- особенности содержания и организации педагогического процесса в условиях разных типов и видов образовательных учреждений, на различных ступенях образования;
- формы, методы и средства обучения и воспитания, их педагогические возможности и условия применения;
- психолого-педагогические условия развития мотивации и способностей в процессе обучения, основы развивающего обучения, дифференциации индивидуализации обучения и воспитания;
- понятие нормы и отклонения, нарушения в соматическом, психическом, интеллектуальном, речевом, сенсорном развитии человека (ребенка), их систематику и статистику;
- особенности работы с одаренными детьми, детьми с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением;
- приемы привлечения учащихся к целеполаганию, организации и анализу процесса и результатов обучения;

Документ подписан электронной подписью.

- средства контроля и оценки качества образования, психолого-педагогические основы оценочной деятельности педагога.

Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Учебная нагрузка слушателей	Объем в часах
Максимальная	30
Внеаудиторная самостоятельная	20
Обязательная аудиторная:	10
в том числе: лекции, уроки	8
практические занятия	2
Форма промежуточной аттестации: дифференцированный зачет	

Структура и содержание учебной дисциплины

Тема	Объем в часах	
	Аудиторные занятия	Внеаудиторная самостоятельная работа
Взаимосвязь педагогической науки и практики, тенденции их развития	1	2
Основы организации педагогического процесса	1	4
Теория и практика обучения	2	4
Теория и практика воспитания	2	4
Нарушения в соматическом, психическом, интеллектуальном, речевом, сенсорном развитии человека (ребёнка)	2	2
Особенности работы с одарёнными детьми, детьми с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением	2	4
ВСЕГО	10	20

Комплект материалов для оценки освоения учебной дисциплины

1. Понятие «вариативность образования», пути реализации вариативности в системе образования РФ.
2. Особенности и проблемы одарённого ребёнка.
3. Особенности организации обучения детей с детьми с особыми образовательными потребностями в РФ.
4. Сущность девиантного поведения и направления социально-педагогической поддержки детей с девиантным поведением.
5. Понятие «одарённость», виды одарённости.
6. Основные категории педагогики.
7. Структура Государственного образовательного стандарта.
8. Мотивация как главная движущая сила обучения.
9. Принципы построения системы образования в России.
10. Вариативные формы получения образования и их особенности.
11. Виды профессиональной деятельности, к которым должен готовиться спортивный педагог.
12. Характеристика профессиональной компетентности спортивного педагога.
13. Понятия «воспитание» и «самовоспитание».
14. Специфика и принцип процесса воспитания.
15. Методы воспитания, применяемые в работе спортивного педагога.
16. Средства и формы воспитания, применяемые в работе спортивного педагога.
17. Наиболее значимые нравственные качества в воспитательном процессе школьников.
18. Способы формирования дисциплины и самостоятельности у школьников в учебно-тренировочном процессе.
19. Методы и средства самовоспитания людей, занимающихся физической культурой и спортом.
20. Специфика понятий «педагогическая техника» и «педагогическое мастерство».
21. Значение педагогического мастерства для спортивного педагога.
22. Компоненты педагогического мастерства.
23. Элементы педагогической техники спортивного педагога.

ПСИХОЛОГИЯ

Цель: применение психологических знаний в профессиональной и повседневной жизни для

Документ подписан электронной подписью.

понимания человека во всем многообразии и динамичности его внутреннего (психического) мира: обнаружения сил, оказывающих влияние на поведенческие, умственные и другие психические процессы; влияния физических нагрузок на психическую сферу человека.

В результате освоения учебной дисциплины слушатель курсов должен:

уметь:

- применять знания по психологии при решении педагогических задач;
- выявлять индивидуальные и типологические особенности обучающихся;

знать:

- возрастную периодизацию, возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учет в обучении и воспитании, в том числе при организации физкультурно-спортивной деятельности;
- психологическое значение возрастно-половых факторов в физической культуре и спорте;
- психологические основы развития индивидуальности и личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности;
- механизмы развития мотивации физкультурно-спортивной деятельности;
- влияние спортивной деятельности на психологическое состояние личности и коллектива (команды);
- основы психологии тренировочного процесса;
- основы спортивной психодиагностики.

Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Учебная нагрузка слушателей	Объем в часах
Максимальная	20
Внеаудиторная самостоятельная	14
Обязательная аудиторная:	6
в том числе: лекции, уроки	4
практические занятия	2
Форма промежуточной аттестации: дифференцированный зачет	

Структура и содержание учебной дисциплины

Тема	Объем в часах	
	Аудиторные занятия	Внеаудиторная самостоятельная работа
Психология как наука, ее связь с педагогической наукой и практикой. Основы психологии личности. Предмет, задачи и методы возрастной и педагогической психологии	1	4
Психологическое значение возрастно-половых факторов в физической культуре и спорте	1	2
Влияние спортивной деятельности на психологическое состояние личности и коллектива (команды)	1	2
Основы психологии тренировочного процесса	1	2
Механизмы развития мотивации физкультурно-спортивной деятельности	1	2
Основы спортивной психодиагностики	1	2
ВСЕГО	6	14

Комплект материалов для оценки освоения учебной дисциплины

1. Соотнесите компоненты структуры личности с их правильными характеристиками:

1	система самоуправления	A	эмоциональная устойчивость, стремление к лидерству, склонность к риску, расчетливость, новаторство, самоконтроль, общительность, темперамент.
2	направленность личности	B	«Я» спортсмена, самосознание личности, саморегуляция и самоконтроль.
3	способности	C	в основном проявляются в уровне развития различных, характерных для определенного вида деятельности, психических качеств.

4	черты характера.	D	избирательное отношение спортсмена к действительности.
---	------------------	---	--

2. Мотивы начальной стадии спортивной деятельности характеризуются:
- A. формированием и развитием под знаком расширения отношений личности к команде, тренеру, самому себе, конкретному виду спорта.
 - B. динамикой включения человека в новый двигательный режим, адаптацию к физическим нагрузкам и специфике отношений в спортивной группе.
 - C. подчинением достижению успеха в спорте.
3. Мотивы стадии высшего спортивного мастерства характеризуются:
- A. формированием и развитием под знаком расширения отношений личности к команде, тренеру, самому себе, конкретному виду спорта.
 - B. динамикой включения человека в новый двигательный режим, адаптацию к физическим нагрузкам и специфике отношений в спортивной группе.
 - C. подчинением достижению успеха в спорте.
4. Мотивы стадии специализации характеризуются:
- A. формированием и развитием под знаком расширения отношений личности к команде, тренеру, самому себе, конкретному виду спорта.
 - B. динамикой включения человека в новый двигательный режим, адаптацию к физическим нагрузкам и специфике отношений в спортивной группе.
 - C. подчинением достижению успеха в спорте.
5. Задачи нравственного воспитания спортсмена состоят в том, чтобы:
- A. формирование нравственного сознания, воспитание моральных чувств, формирование нравственного опыта, развитие навыков общественно оправданного поведения.
 - B. обогащение специальными знаниями в области спорта, систематическое расширение и углубление их, развитие познавательных способностей, качеств ума.
 - C. формировать эстетически зрелое стремление к физическому совершенству; формировать эстетику поведения и межличностных отношений в физкультурной, спортивной деятельности.
 - D. формирование мотивационных, интеллектуальных и нравственных основ, которые обеспечат волевые проявления применительно к требованиям физкультурной, спортивной деятельности. фо
6. Задачи эстетического воспитания спортсмена состоят в том, чтобы:
- A. формирование нравственного сознания, воспитание моральных чувств, формирование нравственного опыта, развитие навыков общественно оправданного поведения.
 - B. обогащение специальными знаниями в области спорта, систематическое расширение и углубление их, развитие познавательных способностей, качеств ума.
 - C. формировать эстетически зрелое стремление к физическому совершенству; формировать эстетику поведения и межличностных отношений в физкультурной, спортивной деятельности.
 - D. формирование мотивационных, интеллектуальных и нравственных основ, которые обеспечат волевые проявления применительно к требованиям физкультурной, спортивной деятельности. фо
7. Задачи интеллектуального воспитания спортсмена состоят в том, чтобы:
- A. формирование нравственного сознания, воспитание моральных чувств, формирование нравственного опыта, развитие навыков общественно оправданного поведения.
 - B. обогащение специальными знаниями в области спорта, систематическое расширение и углубление их, развитие познавательных способностей, качеств ума.
 - C. формировать эстетически зрелое стремление к физическому совершенству; формировать эстетику поведения и межличностных отношений в физкультурной, спортивной деятельности.
 - D. формирование мотивационных, интеллектуальных и нравственных основ, которые обеспечат волевые проявления применительно к требованиям физкультурной, спортивной деятельности. фо
8. Задачи воспитания воли у спортсмена состоят в том, чтобы:
- A. формирование нравственного сознания, воспитание моральных чувств, формирование нравственного опыта, развитие навыков общественно оправданного поведения.
 - B. обогащение специальными знаниями в области спорта, систематическое расширение и углубление их, развитие познавательных способностей, качеств ума.
 - C. формировать эстетически зрелое стремление к физическому совершенству; формировать эстетику поведения и межличностных отношений в физкультурной, спортивной деятельности.
 - D. формирование мотивационных, интеллектуальных и нравственных основ, которые обеспечат волевые проявления применительно к требованиям физкультурной, спортивной деятельности. фо
9. Физическая подготовка - это:
- A. упражнения, вызывающие утомление, усталость.

Документ подписан электронной подписью.

- В. педагогический процесс, направленный на совершенствование физических качеств и достижение максимального спортивного результата.
 - С. выполнение специфических двигательных действий.
 - Д. целенаправленное совершенствование психических процессов.
10. Проявления какого качества на уровне «большого» спорта неразрывно связано с выполнением специфических двигательных действий, а, следовательно, в первую очередь с технической подготовкой:
- А. ловкость
 - В. выносливость
 - С. сила
 - Д. быстрота
11. Совершенствование, какого физического качества происходит в процессе в процессе упражнений, вызывающих утомление, усталость.
- А. ловкость
 - В. выносливость
 - С. сила
 - Д. быстрота
12. Для спортсмена эти ощущения играют весьма важную роль в процессе создания первичных представлений о движении, а также в ориентации и коррекции выполняемых движений:
- А. зрительные ощущения
 - В. вестибулярные ощущения
 - С. осязательные и органические ощущения
 - Д. слуховые ощущения
13. У спортсмена эти ощущения задействованы в освоении и совершенствовании техники спорта: пример-спортсмен не падает, только потому, что одно неустойчивое положение сменяется таким же, но в противоположную сторону:
- А. зрительные ощущения
 - В. вестибулярные ощущения
 - С. осязательные и органические ощущения
 - Д. слуховые ощущения
14. У спортсмена эти ощущения занимают видное место, особенно в видах спорта, связанных с различными спортивными снарядами, мячом, клюшкой, управлением средствами движения, а также служат отправной точкой многих технических действий в единоборствах
- А. зрительные ощущения
 - В. вестибулярные ощущения
 - С. осязательные и органические ощущения
 - Д. слуховые ощущения
15. У спортсмена эти ощущения служат источником дополнительной информации о параметрах движения, играют важную контролирующую и информационную роль в ритмической организации движений.
- А. зрительные ощущения
 - В. вестибулярные ощущения
 - С. осязательные и органические ощущения
 - Д. слуховые ощущения
16. Тактика – это:
- А. совокупность способов применения технических приемов в соответствии с задачами соревнования.
 - В. индивидуальные особенности спортсмена.
 - С. специфика спортивной деятельности.
 - Д. конкретные действия соперников.
17. Воля – это:
- А. ясное осознание целей и задач, стоящих перед спортсменом, активное и неуклонное стремление к повышению своего мастерства, трудолюбие.
 - В. неуклонное, длительное и активное достижение намеченной цели, преодоление многих, в том числе неожиданных трудностей, позитивная установка на содержание трудностей.
 - С. способность подчинять свои действия задачам коллектива и нормам поведения, неукоснительное выполнение задач и алгоритмов специфических действий вида спорта, способность воспроизводить внутреннее актуальное состояние в сериях упражнений (попыток) вида спорта.
 - Д. сознательное регулирование человеком своего поведения и деятельности при преодолении внешних и внутренних трудностей при совершении целенаправленных действий и поступков.
18. Целеустремленность - это:

Документ подписан электронной подписью.

- A. ясное осознание целей и задач, стоящих перед спортсменом, активное и неуклонное стремление к повышению своего мастерства, трудолюбие.
- B. неуклонное, длительное и активное достижение намеченной цели, преодоление многих, в том числе неожиданных трудностей, позитивная установка на содержание трудностей.
- C. способность подчинять свои действия задачам коллектива и нормам поведения, неукоснительное выполнение задач и алгоритмов специфических действий вида спорта, способность воспроизводить внутреннее актуальное состояние в сериях упражнений (попыток) вида спорта.
- D. сознательное регулирование человеком своего поведения и деятельности при преодолении внешних и внутренних трудностей при совершении целенаправленных действий и поступков.

19. Настойчивость – это:

- A. ясное осознание целей и задач, стоящих перед спортсменом, активное и неуклонное стремление к повышению своего мастерства, трудолюбие.
- B. неуклонное, длительное и активное достижение намеченной цели, преодоление многих, в том числе неожиданных трудностей, позитивная установка на содержание трудностей.
- C. способность подчинять свои действия задачам коллектива и нормам поведения, неукоснительное выполнение задач и алгоритмов специфических действий вида спорта, способность воспроизводить внутреннее актуальное состояние в сериях упражнений (попыток) вида спорта.
- D. сознательное регулирование человеком своего поведения и деятельности при преодолении внешних и внутренних трудностей при совершении целенаправленных действий и поступков.

20. Дисциплинированность - это:

- A. ясное осознание целей и задач, стоящих перед спортсменом, активное и неуклонное стремление к повышению своего мастерства, трудолюбие.
- B. неуклонное, длительное и активное достижение намеченной цели, преодоление многих, в том числе неожиданных трудностей, позитивная установка на содержание трудностей.
- C. способность подчинять свои действия задачам коллектива и нормам поведения, неукоснительное выполнение задач и алгоритмов специфических действий вида спорта, способность воспроизводить внутреннее актуальное состояние в сериях упражнений (попыток) вида спорта.
- D. сознательное регулирование человеком своего поведения и деятельности при преодолении внешних и внутренних трудностей при совершении целенаправленных действий и поступков.

ТЕОРИЯ И ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

В результате освоения учебной дисциплины слушатель курсов должен:

уметь:

- ориентироваться в истории и тенденциях развития физической культуры и спорта;
- использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач нравственного и патриотического воспитания детей, подростков и молодежи, для организации физкультурно-спортивной деятельности, анализа учебно-тренировочного и соревновательного процесса, повышения интереса к физической культуре и спорту;
- правильно использовать терминологию в области физической культуры;
- оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания и спортивной и оздоровительной тренировки;
- находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры, необходимую для решения профессиональных проблем, профессионального самообразования и саморазвития;

знать:

- современные концепции физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки;
- задачи и принципы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки;
- средства, методы и формы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки, их дидактические и воспитательные возможности;
- основы теории обучения двигательным действиям;
- теоретические основы развития физических качеств;
- основы формирования технико-тактического мастерства занимающихся физической культурой и спортом;
- механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания и занятий спортом;
- мотивы занятий физической культурой и спортом, условия и способы их формирования и развития;
- понятие «здоровый образ жизни» и основы его формирования средствами физической культуры;
- особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательно-одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением;
- структура и основы построения процесса спортивной подготовки;
- основы теории соревновательной деятельности;
- основы спортивной ориентации и спортивного отбора.

Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Учебная нагрузка слушателей	Объем в часах
Максимальная	20
Внеаудиторная самостоятельная	14
Обязательная аудиторная:	6
в том числе: лекции, уроки	4
практические занятия	2
Форма промежуточной аттестации: дифференцированный зачет	

Структура и содержание учебной дисциплины

Тема	Объем в часах	
	Аудиторные занятия	Внеаудиторная самостоятельная работа
Современные концепции физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки; Средства, методы и формы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки	1	2
Основы теории обучения двигательным действиям; Теоретические основы развития физических качеств; Основы формирования технико-тактического мастерства занимающихся физической культурой и спортом	1	2
Мотивы занятий физической культурой и спортом, условия и способы их формирования и развития; Структура и основы построения процесса спортивной подготовки	1	2
Основы теории соревновательной деятельности	1	2
Основы спортивной ориентации и спортивного отбора	1	2
История становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания; История становления и развития международного олимпийского движения	1	4
ВСЕГО	6	14

Комплект материалов для оценки освоения учебной дисциплины

1. Источники возникновения и развития теории и истории физической культуры.
2. Актуальные проблемы науки в области физического воспитания.
3. Исторический и классовый характер физического воспитания.
4. На основе чего возникло физическое воспитание.
5. Роль П. Ф. Лесгафта.
6. Физическая культура.
7. Физическое воспитание.
8. Спорт. Функции спорта.
9. Спортивные тренировки.
10. Физическое развитие.
11. Факторы, определяющие физическое развитие.
12. Физическая подготовленность.
13. Физическое образование.
14. Физическое совершенство.
15. Характеристика физического воспитания.
16. Цель системы физического воспитания.
17. Задачи системы физического воспитания.
18. Основы системы физического воспитания.
19. Научная основа (методические основы, программные основы, нормативные основы).
20. Принципы системы физического воспитания.
21. Направления системы физического воспитания.
22. Физические упражнения - как основное средство физического воспитания.
23. Возникновение физических упражнений.
24. Понятие двигательного действия.
25. Отличие движения от двигательного действия.

Документ подписан электронной подписью.

26. Основные характеристики физических упражнений.
27. Признаки физических упражнений.
28. Форма физических упражнений.
29. Содержание физических упражнений.
30. Внутренняя и внешняя структура физических упражнений.
31. Техника физических упражнений (образцовая, индивидуальная).
32. Классификация физических упражнений.
33. Принцип сознательности и активности.
34. Принцип научности.
35. Принцип доступности.
36. Принцип наглядности.
37. Принцип систематичности.
38. Принцип индивидуальности.
39. Понятие метода, методический прием, методика.
40. Основные признаки метода строго регламентированного упражнения.
41. Игровой метод.
42. Соревновательный метод.

ПРАВОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Цель: Применение знаний по анатомии в профессиональной деятельности и повседневной жизни для обеспечения безопасности жизнедеятельности, эффективного использования спортивных технологий, охраны здоровья.

В результате освоения учебной дисциплины слушатель курсов должен:

уметь:

- использовать нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность в области образования, физической культуры и спорта в профессиональной деятельности;
- защищать свои права в соответствии с гражданским, гражданско-процессуальным и трудовым законодательством;
- анализировать и оценивать результаты и последствия действий (бездействия) с правовой точки зрения;

знать:

- понятие и основы правового регулирования в области образования, физической культуры и спорта, в том числе регулирование деятельности общественных объединений физкультурно-спортивной направленности;
- основные законодательные акты и нормативные документы, регулирующие правоотношения в области образования, физической культуры и спорта;
- социально-правовой статус учителя, преподавателя, организатора физической культуры и спорта;

Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Учебная нагрузка слушателей	Объем в часах
Максимальная	12
Внеаудиторная самостоятельная	8
Обязательная аудиторная:	4
в том числе: лекции, уроки	2
практические занятия	2
Форма промежуточной аттестации: зачет	

Структура и содержание учебной дисциплины

Тема	Объем в часах	
	Аудиторные занятия	Внеаудиторная самостоятельная работа
Основы правового регулирования в области образования, физической культуры и спорта	1	4
Правовое положение коммерческих и некоммерческих организаций в сфере физической культуры и спорта	1	2
Социально-правовой статус учителя, преподавателя, организатора физической культуры и спорта	2	2

ВСЕГО	4	8
--------------	---	---

Комплект материалов для оценки освоения учебной дисциплины

Задача 1. Индивидуальный предприниматель Иванченко занимался продажей подкрашенной поваренной соли, выдавая ее за народное китайское средство, помогающее от всех болезней. Как было выяснено и доказано сотрудниками милиции, каждый потребитель был обманут. Иванченко был привлечен к административной ответственности по ст. 14.7 КоАП РФ. Правильно ли квалифицирован проступок Иванченко?

Задача 2. 27 мая студент второго курса образовательного учреждения Гаркин пришел на занятия в нетрезвом виде. На замечания своего сокурсника Ломова по поводу его внешнего вида Гаркин ответил нецензурной бранью. А когда началась лекция, Гаркин прервав лектора, через всю аудиторию обратился к Ломову с вопросом, зачем тот к нему, Гаркин, приставал. На замечание лектора Гаркин грубо ответил и в течение лекции несколько раз прерывал занятия, отвлекая лектора вопросами, не относящимися к теме лекции.

К какому виду ответственности можно привлечь Гаркина за совершенный им проступок?

1. Под экономикой в широком смысле обычно понимают:
 - а) трудовую деятельность индивидуального работника;
 - б) систему общественного производства, т.е. процесс создания материальных благ;
 - в) производство в рамках фирмы или предприятия;
2. Предпринимательская деятельность-это:
 - а) складывающиеся на определенной технической основе отношения производителя материальных благ к предмету и средствам своего труда;
 - б) самостоятельная, осуществляемая на свой риск деятельность, направленная на систематическое получение прибыли;
3. Какие общественные отношения составляют предмет отрасли предпринимательского права:
 - а) имущественные и личные неимущественные, связанные с имуществом;
 - б) трудовые и непосредственно связанные с трудовыми;
 - в) предпринимательские, некоммерческие, тесно связанные с предпринимательскими и отношения, возникающие в процессе государственного регулирования предпринимательства.
4. Гражданское право - это:
 - а) отрасль российского права;
 - б) основные права граждан;
 - в) право на гражданство;
 - г) отрасль публичного права.
5. Правоспособность - это:
 - а) способность иметь права;
 - б) способность осуществлять права;
 - в) право обращаться в суд;
6. Дееспособность - это:
 - а) способность действовать;
 - б) способность осуществлять права;
 - в) активность в личных делах;
 - г) активность в общественных делах.
7. Юридическое лицо - это:
 - а) прокурор;
 - б) суд;
 - в) организация, участвующая в гражданском обороте;
 - г) организация, имеющая не менее 50 участников.
8. Право собственности означает:
 - а) право владения, пользования и распоряжения имуществом;
 - б) удержание собственником имущества в своих руках;
 - в) право отчуждать имущество;
 - г) право получать имущество по наследству.
9. Собственником имущества юридического лица (частного) является:
 - а) юридическое лицо;
 - б) собрание участников юридического лица;
 - в) совет директоров;

Документ подписан электронной подписью.

- г) каждый участник остается собственником своего имущественного вклада;
10. Акционерное общество считается созданным с момента:
- а) утверждения Устава общества;
 - б) регистрации выпуска акций;
 - в) назначения директора (генерального директора);
 - г) государственной регистрации общества.
11. Оферта должна содержать:
- а) предложение о заключении договора;
 - б) объявление о поиске контрагента на определенный товар;
 - в) адресат и существенные условия договора;
 - г) согласие на заключение договора.
12. Акцептант - это:
- а) сторона, которой предложено заключить договор,
 - б) сторона, которая предлагает договор,
 - в) сторона, которая утверждает договор, заключенный другими лицами,
 - г) третье лицо в договоре в пользу третьего лица.
13. Третье лицо в договоре в пользу третьего лица - это:
- а) акцептант;
 - б) выгодоприобретатель;
 - в) посредник;
 - г) наблюдатель.
14. Договор купли-продажи отличается от договора аренды тем, что:
- а) по нему переходит право собственности на вещь;
 - б) по нему переходит право пользования и владения вещью;
 - в) он является консенсуальным;
 - г) он является двусторонним.
15. Односторонний договор отличается от односторонней сделки тем, что:
- а) в нем выражена воля одной стороны;
 - б) в нем одна сторона имеет только права, другая - только обязанности;
 - в) это незаконный договор.
16. Какие общественные отношения составляют предмет трудового права?
- а) отношения по реализации гражданами своих способностей к труду;
 - б) социальные отношения;
 - в) трудовые и иные непосредственно связанные с ними отношения.
17. Найдите одну из особенностей метода правового регулирования труда:
- а) сочетание договорного и централизованного регулирования;
 - б) равноправие сторон договора;
 - в) государственно-властный способ регулирования.
18. Трудовой кодекс РФ был введен в действие: а) с 1 апреля 2001 г;
- б) с 1 февраля 2002 г; в) с 1 июня 2002 г.
19. Трудовой кодекс применяется к правоотношениям, возникшим: а) до его введения;
- б) как до, так и после его введения в действие; в) после его введения в действие.
20. Если последний день срока приходится на нерабочий день, то днем окончания срока считается:
- а) данный нерабочий день; б) ближайший предыдущий рабочий день; в) ближайший следующий за ним рабочий день.
21. Какой из указанных субъектов является стороной трудового правоотношения? а) филиал юридического лица;
- б) индивидуальный предприниматель;
 - в) представительство юридического лица.
22. С какого возраста гражданин РФ имеет право заключать трудовой договор по общему правилу? 1) с 16 лет; 2) с 17 лет; 3) с 18 лет.
23. Административное право-это отрасль права, представляющая собой совокупность правовых норм, регулирующих общественные отношения в сфере:
- а) предпринимательского права;
 - б) исполнительной власти (государственного управления);
 - в) Коммерческих и некоммерческих организаций.
24. Субъект административного права - это:
- а) лицо или организация, которые в соответствии с действующим законодательством РФ могут

Документ подписан электронной подписью.

быть участниками регулируемых общественных отношений.

б) физические, юридические лица, государство которые в соответствии с законодательством РФ могут быть участниками регулируемых общественных отношений.

25. Административное правонарушение-это:

- а) противоправное, виновное деяние физического или юридического лица;
- б) противоправное деяние физического;
- в) виновное деяние юридического лица;
- г) противоправное, виновное деяние совершеннолетнего гражданина.

26. Административное правонарушение состоит из элементов:

- а) субъекта, объекта, объективной стороны;
- б) субъекта, объективной стороны и субъективной стороны;
- в) субъекта, объекта, объективной стороны и субъективной стороны;
- г) субъекта, объекта, вины и штрафа.

27. Юрисдикционная форма защиты нарушенного или оспариваемого права реализуется:

- а) третейским судом;
- б) международным коммерческим арбитражем;
- в) судебном или административном порядке;
- г) любое из перечисленного.

28. Отказ от права обращения в арбитражный суд:

- а) недействителен
- б) оспорим
- в) правомерен
- г) определяется сторонами в договоре.

29. Признание банкротом юридического лица влечет:

- а) его ликвидацию;
- б) приостановку его деятельности;
- в) внешнее управление;
- г) процедуру финансового оздоровления.

30. Правосудие в сфере экономической деятельности осуществляется:

- а) мировыми судьями;
- б) судами общей юрисдикции;
- в) арбитражными судами;
- г) конституционным судом.

31. Конституция РФ 1993 года в отличие от предыдущих Конституций провозгласило право:

- А) На жизнь;
- Б) На образование;
- В) На свободу предпринимательской деятельности
- Г) Все ответы верны.

32. В РФ не существует следующих административно территориальных образований:

- А) Область
- Б) Край В) Муниципальное образование
- Г) Губерния

33. В структуру НПА федерального уровня входят:

А) Конституция РФ, федеральные конституционные законы, федеральные законы РФ;
Б) Федеральные конституционные и федеральные законы РФ
В) Конституция РФ, федеральные конституционные законы, федеральные законы РФ, законы, НПА бывшего СССР, постановления правительства, указы президента, приказы и инструкции министерств и ведомств, международные НПА ратифицированные РФ;

Г) Подзаконные НПА.

34. В соответствии с Конституцией РФ формами собственности являются А) Государственная и частная;

Б) Государственная, частная, муниципальная;
В) Государственная, частная, собственность субъектов РФ, собственность муниципальных образований, физических лиц, юридических лиц;
Г) Государственная, частная, собственность субъектов РФ.

35. Субъектами предпринимательской деятельности являются:

А) Граждане, юридические лица, государство, регионы, иностранные государства и

Документ подписан электронной подписью.

иностранные граждане, индивидуальные предприниматели.

- Б) Физические и юридические лица;
- В) Граждане, юридические лица, государство, регионы;
- Г) Государство, физические и юридические лица.

36. К существенным условиям договора относят

А) Условия о предмете договора, цене договора, условия, которые названы в законе как существенные, условия, которые необходимы для договоров данного вида, условия, относительно которых по заявлению одной из сторон должно быть достигнуто соглашение;

Б) Условия о предмете договора, условия, которые названы в законе как существенные, условия, которые необходимы для договоров данного вида, условия, относительно которых по заявлению одной из сторон должно быть достигнуто соглашение;

- В) Условия о предмете договора и цене договора;
- Г) Условия о цене договора.

37. Оферта это:

- А) предложение о заключении договора;
- Б) принятие предложения о заключении договора;
- В) действие акцептанта при заключении договора;
- Г) подписание договора.

38. Примером конклюдентных действий является:

- А) Покупка товара в автомате;
 - Б) Покупка квартиры в ипотеку;
 - В) Подписание доверенности;
 - Г) Подписание договора.
39. Формами реорганизации являются:

- А) Слияние, разделение, присоединение, выделение, преобразование;
- Б) Слияние, разделение, присоединение, выделение, преобразование, ликвидация;
- В) Слияние, разделение, присоединение, выделение;
- Г) Слияние, выделение, преобразование.

40. К хозяйственным обществам относят:

- А) Коммерческие и некоммерческие организации;
- Б) ООО, АО
- В) ООО, ЗАО, ОАО
- Г) ЗАО, ОАО.

41. Безработными не могут быть граждане, :

- А) не достигшие возраста 16 лет;
- Б) не достигшие возраста 18 лет;
- В) не достигшие возраста 14 лет;
- Г) не достигшие возраста 18 лет и не получившие основного образования.

42. Нормальная продолжительность рабочего времени не может превышать... в неделю

- А) 36 часов;
- Б) 40 часов;
- В) 42 часов;
- Г) 48 часов.

43. Минимальная продолжительность отпуска не может составлять:

- А) 28 календарных дней;
- Б) 14 рабочих дней;
- В) 14 календарных дней;
- Г) 36 календарных дней

44. Трудовые правоотношение возникают:

А) с момента подписания трудового договора; Б) с момента подписания трудового или гражданско-правового договора; В) с момента выхода работника на работу;

Г) по воле сторон.

45. Ежемесячный страховой взнос работодателя равняется:

- А) 13 % от заработной платы.
- Б) 22 % от заработной платы;
- В) 36 % от заработной платы;
- Г) 30 % от заработной платы;

ОСНОВЫ БИОМЕХАНИКИ

В результате освоения учебной дисциплины слушатель курсов должен:

уметь:

- применять знания по биомеханике в профессиональной деятельности;
- проводить биомеханический анализ двигательных действий;

знать:

- основы кинематики и динамики движений человека;
- биомеханические характеристики двигательного аппарата человека;
- биомеханику физических качеств человека;
- половозрастные особенности моторики человека;
- биомеханические основы физических упражнений;

Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Учебная нагрузка слушателей	Объем в часах
Максимальная	30
Внеаудиторная самостоятельная	20
Обязательная аудиторная:	10
в том числе: лекции, уроки	6
практические занятия	4
Форма промежуточной аттестации: зачет	

Структура и содержание учебной дисциплины

Тема	Объем в часах	
	Аудиторные занятия	Внеаудиторная самостоятельная работа
Основы кинематики и динамики движения человека. Биомеханические характеристики двигательного аппарата человека. Биомеханические особенности моторики человека;	4	8
Биомеханические черты спортивного мастерства и аспекты спортивной тактики	4	8
Биомеханика различных видов движений человека	2	4
ВСЕГО	10	20

Комплект материалов для оценки освоения учебной дисциплины

1. Раскройте понятия кинематических характеристик (временные, пространственные, пространственно-временные).
2. Раскройте понятия динамических характеристик (инерционные, силовые, энергетические).
3. Назовите строение биокинематических цепей.
4. Раскройте механические свойства мышц и механику мышечного сокращения.
5. Дайте характеристику групповых взаимодействий мышц.
6. Раскройте биомеханическую характеристику силовых качеств.
7. Дайте биомеханическую характеристику быстроты.
8. Раскройте биомеханическую характеристику выносливости.
9. Дайте характеристику гибкости и ловкости.
10. Охарактеризуйте онтогенез моторики в отдельные возрастные периоды.
11. Назовите особенности моторики женщин.
12. Дайте анализ биодинамики осанки
13. Назовите условия сохранения и восстановления положения тела человека.
14. Проанализируйте динамику вращательных движений при выполнении гимнастических упражнений.
15. Раскройте механизм отталкивания от опоры при выполнении прыжковых упражнений.
16. Дайте анализ периодов и фаз в ходьбе и беге.
17. Охарактеризуйте периоды скольжения и стояния лыжи.
18. Проанализируйте подготовительные и основные действия при плавании кролем.
19. Дайте анализ составляющих факторов, определяющих дальность полета спортивных снарядов.

ПМ.01. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ И РУКОВОДСТВО СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ СПОРТСМЕНОВ В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА

В результате освоения профессионального модуля обучающийся должен:

иметь практический опыт:

- анализа учебно-тематических планов и процесса учебно-тренировочной деятельности, разработки предложений по его совершенствованию;
- определения цели и задач, планирования и проведения учебно-тренировочных занятий;
- применения приемов страховки и само страховки при выполнении физических упражнений;
- проведения оценки уровня различных сторон подготовленности занимающихся избранным видом спорта;
- наблюдения, анализа и самоанализа учебно-тренировочных занятий, обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;
- тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта;
- собственного спортивного совершенствования;
- ведения документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов;

уметь:

- использовать различные методы, приемы и формы организации учебно-тренировочных занятий и руководства соревновательной деятельностью спортсменов, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической и технической подготовленности занимающихся;
- подбирать и использовать спортивное оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;
- использовать различные средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, развития физических качеств;
- применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности;
- устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с занимающимися;
- проводить педагогический контроль на занятиях и соревнованиях;
- оценивать процесс и результаты тренировочной и соревновательной деятельности;
- использовать собственный тренировочный и соревновательный опыт в избранном виде спорта при планировании и проведении учебно-тренировочных занятий и в процессе руководства соревновательной деятельностью спортсменов;
- осуществлять судейство в избранном виде спорта при проведении соревнований различного уровня;

знать

- историю избранного вида спорта, технику двигательных действий и тактику спортивной деятельности в избранном виде спорта;
- основы организации соревновательной деятельности, систему соревнований в избранном виде спорта;
- теорию спортивных соревнований, принципы организации соревновательной деятельности и ее структуру, систему соревнований в избранном виде спорта;
- сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы спортивной тренировки в избранном виде спорта;
- теоретические и методические основы планирования подготовки спортсменов и учебно-тренировочных занятий в избранном виде спорта;
- методические основы обучения двигательным действиям и развития физических качеств в избранном виде спорта;
- организационно-педагогические и психологические основы руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта;
- теоретические основы и особенности физической, технической, тактической, психологической, интегральной подготовки в избранном виде спорта;
- систему спортивного отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта, критерии и подходы в диагностике спортивной предрасположенности;

Документ подписан электронной подписью.

мотивы занятий избранным видом спорта, условия и способы их формирования и развития, формирование состязательной нацеленности и мотивации спортсмена;
 способы и приемы страховки и самостраховки в избранном виде спорта;
 методы и методики педагогического контроля на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по избранному виду спорта;
 виды документации, обеспечивающей учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов, требования к ее ведению и оформлению;
 разновидности физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий избранным видом спорта, особенности их эксплуатации;
 технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю.

Объем профессионального модуля и виды учебной работы

Учебная нагрузка слушателей	Объем в часах			
	МДК.01.01	МДК.01.02	МДК.01.03	ВСЕГО
Максимальная	80	40	16	136
Внеаудиторная самостоятельная	40	20	10	70
Онлайн- и офлайн- занятия::	40	20	6	66
<i>в том числе:</i> теоретические	20	16	4	40
практические занятия	20	4	2	26
Формы промежуточной аттестации	экзамен	дифференцированный зачет	зачет	

МДК.01.01. Избранный вид спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов

В результате освоения профессионального модуля слушатель курсов должен совершенствовать **компетенции**:

- Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.
- Проводить учебно-тренировочные занятия.
- Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.
- Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.
- Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.
- Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.
- Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.
- Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.

Объем профессионального модуля и виды учебной работы

Учебная нагрузка слушателей	Объем в часах
Максимальная	166
Внеаудиторная самостоятельная	118
Обязательная аудиторная:	48
<i>в том числе:</i> лекции, уроки	24
практические занятия	24
Форма промежуточной аттестации: экзамен	

Структура и содержание профессионального модуля

Тема	Объем в часах	
	Аудиторные занятия	Внеаудиторная самостоятельная работа
Спортивная подготовка в избранном виде спорта	4	8
Соревнования и соревновательная подготовка	4	8
Планирование и контроль в спорте	4	8
Документационное обеспечение учебно-тренировочного и соревновательного процесса	4	8
Спортивный отбор и спортивная ориентация	4	8
Спортивные сооружения	4	8
Основы спортивного совершенствования	8	26
Спортивная тренировка в избранном виде спорта	8	26
Контроль и самоконтроль в системе подготовки спортсмена	8	18
ВСЕГО	48	118

Комплект материалов для оценки освоения профессионального модуля

1. Расскажите о методах и приемах обучения двигательным действиям в избранном виде спорта.
2. Охарактеризуйте структуру процесса обучения двигательным действиям.
3. Расскажите о способах и приемах страховки в процессе обучения двигательным действиям в избранном виде спорта.
4. Расскажите о силовых способностях, средствах и методах воспитания силы, контрольных упражнениях для определения уровня развития силовых способностей.
5. Дайте характеристику физическим качествам.
6. Расскажите о скоростных способностях, средствах и методах их воспитания, контрольных упражнениях для определения уровня развития скоростных способностей.
7. Расскажите о выносливости, средствах и методах ее воспитания, контрольных упражнениях для определения уровня развития выносливости.
8. Расскажите о гибкости, средствах и методах ее воспитания, контрольных упражнениях для определения уровня развития гибкости.
9. Расскажите о двигательно-координационных способностях, средствах и методах их воспитания, контрольных упражнениях для определения уровня развития двигательно-координационных способностей.
10. Охарактеризуйте средства спортивной тренировки (избранные, соревновательные, специально-подготовительные, обще-подготовительные упражнения, медико-биологические средства).
11. Охарактеризуйте словесный и наглядный методы спортивной подготовки.
12. Охарактеризуйте методы строго-регламентированного упражнения: непрерывные, интервальные.
13. Охарактеризуйте игровой и соревновательный методы спортивной тренировки.
14. Поясните принципы спортивной тренировки.
15. Дайте характеристику технической подготовке в спорте (виды, задачи, средства и методы, этапы, содержание технической подготовки).
16. Дайте характеристику технической подготовке в спорте (виды, задачи и средства, содержание и методика составления тактического плана выступления спортсмена).
17. Дайте характеристику физической подготовке в спорте (виды, задачи и средства физической подготовки).
18. Дайте характеристику психологической подготовке в спорте (задачи, средства и методы).
19. Дайте характеристику интеллектуальной и интегральной подготовке (виды, средства и задачи).
20. Расскажите об основных функциях и особенностях спортивных соревнований, их классификации, системе и структуре спортивных соревнований.
21. Расскажите о подготовке к проведению соревнований, о спортивном календаре, положении о соревновании.
22. Расскажите о содержании и особенностях соревновательной деятельности.
23. Расскажите о видах, характере и уровнях соревнований.
24. Расскажите об организациях, проводящих соревнования.

Документ подписан электронной подписью.

25. Расскажите о моделировании соревновательной деятельности.
26. Расскажите о тактике соревновательной деятельности.
27. Расскажите о структуре соревновательной деятельности.
28. Дайте характеристику соревновательной деятельности в избранном виде спорта.
29. Расскажите об организационных основах руководства соревновательной деятельностью спортсменов.
30. Расскажите о психологических основах руководства соревновательной деятельностью спортсменов.
31. Расскажите о планировании спортивной подготовки в многолетних циклах.
32. Расскажите о планировании тренировочного процесса в годичном цикле.
33. Расскажите о текущем планировании подготовки спортсмена.
34. Расскажите об оперативном планировании подготовки спортсменов.
35. Расскажите о целях и задачах планирования учебно-тренировочных занятий.
36. Расскажите о формах, методах и приемах организации учебно-тренировочных занятий по избранному виду спорта.
37. Расскажите о значении и видах контроля в подготовке спортсменов.
38. Расскажите об основных формах и организации контроля в подготовке спортсмена.
39. Расскажите о контроле за состоянием подготовленности спортсмена.
40. Охарактеризуйте методы и методики педагогического контроля на учебно-тренировочных занятиях.
41. Охарактеризуйте методы и методики проведения педагогического контроля на соревнованиях по избранному виду спорта.
42. Расскажите об учете и оценке результатов тренировочной деятельности спортсменов.
43. Расскажите об учете и оценке результатов соревновательной деятельности спортсмена.
44. Расскажите о целях анализа (самоанализа) учебно-тренировочного занятия, тренировочного процесса, результатов руководства соревновательной деятельностью спортсменов.
45. Расскажите о видах документации, обеспечивающей тренировочно-соревновательную деятельность спортсменов.
46. Расскажите о системе спортивного отбора в избранном виде спорта.
47. Расскажите о методах и методиках диагностики индивидуальной спортивной предрасположенности.
48. Расскажите о критериях отбора в избранном виде спорта.
49. Расскажите о спортивной ориентации на этапах спортивной многолетней подготовки.
50. Расскажите о мотивах занятий спортом, условиях и способах их формирования.
51. Расскажите о методах и средствах мотивации спортсменов разных возрастных групп.
52. Расскажите о роли мотивации в тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов.
53. Расскажите о спортивных сооружениях, оборудовании и инвентаре для занятий избранным видом спорта, особенностях их эксплуатации.
54. Расскажите о требованиях техники безопасности к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю по избранному виду спорта.

ПМ.02 ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РАЗЛИЧНЫХ ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП НАСЕЛЕНИЯ

МДК.02.01. Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки

МДК.02.02. Организация физкультурно-спортивной работы

МДК.02.03. Лечебная физическая культура и массаж

В результате освоения профессионального модуля слушатель курсов должен совершенствовать **компетенции**:

- Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.
- Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.
- Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.
- Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

Документ подписан электронной подписью.

- Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.
- Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

Объем профессионального модуля и виды учебной работы

Учебная нагрузка слушателей	Объем в часах			
	МДК.02.01	МДК.02.02	МДК.02.03	ВСЕГО
Максимальная	62	48	36	146
Внеаудиторная самостоятельная	46	36	26	108
Обязательная аудиторная:	16	12	10	38
<i>в том числе:</i> лекции, уроки	8	6	4	18
практические занятия	8	6	6	20
Формы промежуточной аттестации	дифференцированный зачет	дифференцированный зачет	зачет	

Структура и содержание профессионального модуля

Тема	Объем в часах	
	Аудиторные занятия	Внеаудиторная самостоятельная работа
МДК.02.01. Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки	16	46
Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки: Лыжные гонки; Лёгкая атлетика; Гимнастика; Плавание; Фитнес; Подвижные игры; Настольный теннис; Баскетбол; Волейбол; Футбол; Борьба; Туризм; Краткая история возникновения и развития	12	38
Основы оздоровительной тренировки. Средства и методы оздоровительной тренировки	1	2
Техника безопасности и требования к оборудованию и инвентарю на занятиях	1	2
Основы техники двигательных действий. Методика обучения двигательным действиям;	1	2
Документационное обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий.	1	2
МДК.02.02. Организация физкультурно-спортивной работы	12	36
Организация физкультурно-спортивной работы: Требования к планированию физкультурно-спортивных мероприятий с различными возрастными группами занимающихся	2	6
Технология проведения физкультурно-спортивных мероприятий; Основы судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности	2	6
Виды физкультурно-спортивных сооружений и оборудования для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации	2	6
Техника безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям и оборудованию при проведении физкультурно-спортивных мероприятий	2	6
Организация врачебного контроля при проведении физкультурно-спортивных мероприятий (занятий)	2	6
Виды документации, обеспечивающей организацию и проведение	2	6

физкультурно-спортивных мероприятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом		
МДК.02.03. Лечебная физическая культура и массаж	10	26
Общие основы лечебной физкультуры	2	6
Лечебная физическая культура при травмах	1	2
Лечебная физкультура при заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы	1	4
Лечебная физическая культура при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата	1	4
Основы массажа. Основные виды массажа. Основные приёмы массажа и их разновидности; Основные приёмы массажа и их разновидности	5	10
ВСЕГО	38	108

Комплект материалов для оценки освоения профессионального модуля

МДК.02.01. Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной тренировки

1. История зарождения, виды, цель и задачи лыжных гонок. Основные понятия, относящиеся к теории и методике вида спорта. Методы и средства лыжной подготовки.
2. История зарождения, виды, цель и задачи легкой атлетики. Основные понятия, относящиеся к теории и методике вида спорта. Методы и средства легкой атлетики.
3. История зарождения, виды, цель и задачи гимнастики. Основные понятия, относящиеся к теории и методике вида спорта. Методы и средства гимнастики.
4. История зарождения, виды, цель и задачи спортивных игр. Основные понятия, относящиеся к теории и методике вида спорта. Методы и средства спортивных игр.
5. История зарождения, виды, цель и задачи плавания. Основные понятия, относящиеся к теории и методике вида спорта. Методы и средства плавания.
6. История зарождения, виды, цель и задачи фитнеса. Основные понятия, относящиеся к теории и методике вида спорта. Методы и средства фитнеса.
7. История зарождения, виды, цель и задачи подвижных игр. Основные понятия, относящиеся к теории и методике вида спорта. Методы и средства подвижных игр.
8. Методы и средства физической культуры и спорта.
9. Элементарные правила проведения соревнований по лыжным гонкам. Подготовка и проведение соревнований. Основная документация
10. Элементарные правила проведения соревнований по легкоатлетическим метаниям. Подготовка и проведение соревнований по легкоатлетическим метаниям. Основная документация.
11. Элементарные правила проведения соревнований по спортивной гимнастике. Подготовка и проведение соревнований. Основная документация.
12. Элементарные правила проведения соревнований по легкоатлетическим прыжкам. Подготовка и проведение соревнований. Основная документация.
13. Элементарные правила проведения соревнований по бегу в легкой атлетике. Подготовка и проведение соревнований. Основная документация.
14. Элементарные правила проведения соревнований по баскетболу. Подготовка и проведение соревнований. Основная документация.
15. Элементарные правила проведения соревнований по волейболу. Подготовка и проведение соревнований. Основная документация.
16. Элементарные правила проведения соревнований по гандболу. Подготовка и проведение соревнований. Основная документация.
17. Элементарные правила проведения соревнований по футболу. Подготовка и проведение соревнований. Основная документация.
18. Элементарные правила проведения соревнований по плаванию. Подготовка и проведение соревнований. Основная документация.
19. Специальные упражнения и тренажеры в лыжной подготовке
20. Специальные упражнения и тренажеры в спортивных играх.
21. Специальные упражнения и тренажеры в плавании
22. Специальные упражнения и тренажеры в гимнастике.
23. Специальные упражнения и тренажеры в легкоатлетических метаниях.
24. Специальные упражнения и тренажеры для бегунов.
25. Специальные упражнения и тренажеры в легкоатлетических прыжках.
26. Роль специальных подготовительных и подводящих упражнений в тренировке спортсмена.
27. Использование подвижных игр разной направленности, в тренировке по различным видам спорта.

Документ подписан электронной подписью.

28. Подбор упражнений и музыкального сопровождения в аэробике.

МДК.02.02. Организация физкультурно-спортивной работы

1. История и этапы развития физкультурно-спортивной деятельности.
2. Виды и функции физкультурно-спортивных мероприятий.
3. Планирование работы спортивных клубов, секций.
4. Характеристика документа «Календарь соревнований».
5. Организации, проводящие соревнования.
6. Понятие «классификация спортивных соревнований».
7. Характеристику документа «Правила соревнований».
8. Медико-санитарное обеспечение и техника безопасности при подготовке физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования).
9. Информационное и финансово-хозяйственное обеспечение проведения соревнования.
10. Планирование и организация спортивно-массового мероприятия (соревнования).
11. Меры по поддержке общественного порядка и обеспечение антитеррористической безопасности участников и зрителей.
12. Методические основы организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий (сущность, цели, задачи и функции).
13. Формы и методы физкультурно-спортивных мероприятий.
14. Мотивация различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.
15. Основы педагогического контроля при проведении физкультурно-спортивных мероприятий.
16. Основы судейства (виды и уровни, правила и участники соревнований, допуск участников, заявки).
17. Методика судейства соревнований по фитнесу.
18. Общая характеристика оборудования и инвентаря зала для занятий аэробикой (степ - аэробикой).
19. Общая характеристика оборудования и инвентаря тренажёрного зала.

МДК.02.03. Лечебная физическая культура и массаж

1. Средства, формы и методы занятий лечебной физической культурой, классификация физических упражнений в лечебной физической культуре.
2. Дозирование и критерии величины физической нагрузки в лечебной физической культуре.
3. Показания и противопоказания при назначении лечебной физической культуры. Методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре.
4. Значение лечебной физической культуры в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений.
5. Применение лечебной физической культуры в травматологии и ортопедии.
6. Применение лечебной физической культуры при заболеваниях органов дыхания.
7. Применение лечебной физической культуры при заболеваниях желудочно-кишечного тракта.
8. Применение лечебной физической культуры при заболеваниях сердечно-сосудистой и нервной системы.
9. Применение лечебной физической культуры при заболеваниях нервной системы.
10. Понятие «осанка». Виды нарушений осанки. Методы исследования осанки.
11. Применение лечебной физической культуры при дефектах осанки в сагиттальной плоскости.
12. Понятие «сколиоз». Степени сколиоза. Задачи и методика лечебной физической культуры при сколиозе.
13. Причины, классификация плоскостопия, задачи и методика лечебной физической культуры при лечении плоскостопия.
14. Понятие «массаж», физиологические механизмы влияния массажа на организм.
15. Гигиенические основы массажа. Показания и противопоказания при назначении массажа.
16. Методические особенности проведения занятий по массажу.
17. Виды и подвиды массажа, их задачи.
18. Гигиенический массаж.
19. Особенности лечебного массажа.
20. Виды спортивного массажа и их характеристика.
21. Периостальный, перкуSSIONный, сегментарно-рефлекторный, баночный, криомассаж, реабилитационный виды массажа
22. Особенности косметического, аппаратного массажа.
23. Понятие «самомассаж и его виды».
24. Основные приёмы самомассажа.
25. Особенности приемы массажа: поглаживание
26. Особенности приемы массажа: растирание,
27. Особенности приемы массажа: разминание,

Документ подписан электронной подписью.

28. Особенности приемы массажа: ударно-вибрационные
29. Особенности использования массажных приёмов.

ПМ.03. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗКУЛЬТУРНОЙ И СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

МДК.03.01. Теоретические и прикладные аспекты методической работы педагога по физической культуре и спорту

В результате освоения профессионального модуля слушатель курсов должен совершенствовать **компетенции**:

- Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.
- Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.
- Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.
- Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.
- Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.

Объем профессионального модуля и виды учебной работы

Учебная нагрузка слушателей		Объем в часах
Максимальная		24
Внеаудиторная самостоятельная		16
Обязательная аудиторная:		8
в том числе: лекции, уроки		6
практические занятия		2
Форма промежуточной аттестации: зачет		

Структура и содержание профессионального модуля

Тема	Объем в часах	
	Аудиторные занятия	Внеаудиторная самостоятельная работа
Теоретические и прикладные аспекты методической работы педагога по физической культуре и спорту	2	1
Разработка методического обеспечения организации и проведения физкультурно-спортивного и тренировочно-соревновательного процессов	4	14
Применение передового педагогического опыта в практической деятельности	2	1
ВСЕГО	8	16

Комплект материалов для оценки освоения профессионального модуля

1. Перечислите виды планирования организации учебного процесса и охарактеризуйте их.
2. Расскажите, как составляется протокол хронометрирования урока.
3. Дайте характеристику специалисту в области ФК.
4. Перечислите документы по охране труда и гигиеническим требованиям и опишите их содержание.
5. Расскажите, как составляется протокол регистрации ЧСС.
6. Охарактеризуйте виды и структуру проектов.
7. Расскажите о содержании программы по физическому воспитанию: назначение, типовая структура.
8. Расскажите о способах повышения педагогического мастерства педагога по физической культуре и спорту.
9. Охарактеризуйте шкалу наименований.
10. Расскажите о назначении и раскройте содержание годового плана-графика прохождения программного материала по физической культуре.
11. Перечислите и охарактеризуйте этапы самообразования педагога.

Документ подписан электронной подписью.

12. Перечислите требования к структуре и содержанию реферата.
13. Расскажите о структуре и содержании индивидуального перспективного плана спортивной подготовки.
14. Расскажите о процессе подготовки курсового проекта.
15. Охарактеризуйте шкалу порядка.
16. Опишите содержание и структуру плана-конспекта физкультурно-оздоровительного занятия и требования к нему.
17. Перечислите и охарактеризуйте этапы подготовки доклада.
18. Охарактеризуйте шкалу отношений.
19. Перечислите виды планирования в спорте и охарактеризуйте их.
20. Опишите физкультурно-оздоровительную работу в режиме дня: физкультурные паузы во время уроков.
21. Расскажите, как вычисляется среднее арифметическое значение (среднегрупповой показатель).
22. Опишите общую структуру тренировочного занятия и охарактеризуйте его составные части.
23. Расскажите об исследовательской деятельности и перечислите её этапы.
24. Раскройте структуру и содержание положения о соревновании.
25. Расскажите о назначении портфолио педагога по ФК и С, о его структуре и содержании.
26. Расскажите о назначении и раскройте содержание годового плана тренировочных занятий на различных этапах спортивной подготовки.
27. Расскажите о целях и задачах физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы и перечислите формы её проведения.
28. Расскажите о технике написания тезисов.
29. Расскажите, как вычисляется достоверность результатов исследования.
30. Расскажите об инновационной деятельности в педагогике и об инновациях на уроках ФК.
31. Расскажите о конспекте, его видах и технике составления конспекта.
32. Расскажите о видах методических разработок и требованиях к ним.
33. Опишите физкультурно-оздоровительную работу в режиме дня: гимнастика до учебных занятий.
34. Расскажите о плане самообразования педагога.
35. Расскажите о видах опроса и методике проведения анкетирования.
36. Опишите алгоритм работы над темой самообразования и формы представления результатов самообразования.
37. Расскажите, как осуществляется изучение информационных источников и реферирование.
38. Расскажите о методике проведения беседы.
39. Расскажите о педагогическом наблюдении, его достоинствах и недостатках.
40. Опишите физкультурно-оздоровительную работу в режиме дня: физические упражнения и подвижные игры на удлинённых переменах.
41. Расскажите о подготовке доклада, каким должно быть содержание доклада.
42. Расскажите о видах педагогического наблюдения.
43. Расскажите о подготовке презентации к докладу и перечислите требования к презентации.
44. Расскажите о тестировании физической подготовленности спортсмена.
45. Опишите методику определения моды.
46. Расскажите, что должно входить в содержание *введения* курсовой или дипломной работы.
47. Расскажите о методике проведения интервью.
48. Охарактеризуйте подготовительный этап исследовательской деятельности.
49. Расскажите о педагогическом эксперименте и его проведении.
50. Расскажите об объекте исследования, предмете исследования и гипотезе.
51. Перечислите методы исследования в ФК и С.
52. Расскажите о требованиях к оформлению текстового материала в курсовой работе.
53. Расскажите об аналитическом, отчётном и информационном этапах исследовательской деятельности.
54. Расскажите об объектах и предметах исследования педагогической науки.
55. Расскажите, как осуществляется анализ информационных источников.
56. Дайте сравнительную характеристику *контрольным испытаниям и экспертному оцениванию*.
57. Расскажите о видах педагогического эксперимента.

ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

УЧЕБНАЯ ПРАКТИКА

В результате прохождения учебной практики слушатель курсов должен приобрести **практический опыт**:

- определения цели и задач, планирования, проведения, анализа и оценки физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения;
- наблюдения, анализа и самоанализа физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения, обсуждения отдельных занятий в диалоге с

Документ подписан электронной подписью.


- сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;
- ведения документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и эффективную работу мест занятий физической культурой и спортом и спортивных сооружений.

Объем учебной нагрузки

Учебная нагрузка слушателей	Объем в часах
Максимальная	16
Обязательная аудиторная:	16
Форма промежуточной аттестации: зачет	

Основные показатели оценки результата

1. Корректность формулировок целей и задач физкультурно-спортивного занятия (мероприятия) в соответствии с заданием.
2. Соответствие плана-конспекта занятия (разработки мероприятия) условиям задания, требованиям к структуре и правилам оформления; соответствие содержания плана-конспекта занятия (разработки мероприятия) поставленным целям и задачам; рациональность распределения времени в соответствии со структурой занятия (мероприятия).
3. Соответствие мотивационных установок заданию.
4. Обоснованность выбора форм, средств, методов и приемов проведения физкультурно-спортивных занятий (мероприятий), развития физических качеств в соответствии с половозрастными особенностями, физической и технической подготовкой обучающихся.
5. Соответствие выбранных методов и процедуры педагогического контроля заданию.
6. Обоснованность выводов и рекомендаций по итогам педагогического контроля.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ	
	ПОДЛИННОСТЬ ДОКУМЕНТА ПРОВЕРЕНО В ПРОГРАММЕ КРИПТОАРМ.
ПОДТВЕРЖДЕНА.	
ПОДПИСЬ	
Общий статус подписи:	Подпись верна
Сертификат:	4AA1D500B0ADC3A641DB39BA21C5866E
Владелец:	1021200771646, 00204832281, 1215078802, 121521689394, sport-uor@yandex.ru, ГБПОУ РЕСПУБЛИКИ МАРИЙ ЭЛ "УОР", ДИРЕКТОР, ГБПОУ РЕСПУБЛИКИ МАРИЙ ЭЛ "УОР", Беткузина, Наталья Валерьевна, RU, ГОРОД ЙОШКАР-ОЛА, СЕЛО СЕМЕНОВКА, Республика Марий Эл, УЛИЦА МОЛОДЕЖНАЯ, 2
Издатель:	ООО "КОМПАНИЯ "ТЕНЗОР", ООО "КОМПАНИЯ "ТЕНЗОР", Удостоверяющий центр, Московский проспект, д. 12, г. Ярославль, 76 Ярославская область, RU, 007605016030, 1027600787994, ca_tensor@tensor.ru
Срок действия:	Действителен с: 27.09.2021 15:47:48 UTC+03 Действителен до: 27.12.2022 15:57:48 UTC+03
Дата и время создания ЭП:	06.04.2022 10:36:33 UTC+03