



**МИНИСТЕРСТВО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
«УЧИЛИЩЕ (ТЕХНИКУМ) ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА № 4»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБПОУ МО «УОР №4»
Т.И. Подорожная
« 10 » 2024 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

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

*основной профессиональной образовательной программы
по специальности*

49.02.01 Физическая культура

для студентов 3 – 4 курсов **очной** формы обучения

(на базе основного общего образования)

го Чехов, 2024

Рабочая программа профессионального модуля ПМ.03 «Организация и проведение физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп» разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (Приказ Минпросвещения России от 11.11.2022 № 968 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура»), Учебного плана ГБПОУ МО «УОР №4» на 2024 / 2025 учебный год.

Организация – разработчик: ГБПОУ МО «УОР №4»

Разработчики: Трусова Людмила Александровна, Бондарь Светлана Юлиановна, Ефимкина Маргарита Васильевна, Коваленко Ольга Борисовна, Ермакова Ксения Алексеевна

Рассмотрено на заседании
ПЦК профессиональных
дисциплин и модулей
протокол № 7 от 09.04 2024 г.
Председатель М.В. М.В. Ефимкина

Согласовано на заседании
Педагогического совета
Протокол № 6
от «10» 04 2024 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1.	ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	стр. 3
2.	СОДЕРЖАНИЕ И СТРУКТУРА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ	9
3.	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ	57
4.	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ	59
5.	ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ, ВНЕСЕННЫХ В РАБОЧУЮ ПРОГРАММУ	60

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа профессионального модуля «**ПМ.03 Организация и проведение физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп**» разработана на основании требований ФГОС СПО к реализации основной профессиональной образовательной программы по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Профессиональный модуль «**ПМ.03 Организация и проведение физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп**» включен в программу 2 - 3 курсов обучения и является обязательной частью общепрофессионального цикла примерной основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01. Физическая культура.

Цель реализации программы: формирование компетенций, необходимых педагогам по физической культуре и спорту для выполнения профессиональной деятельности.

Особое значение профессиональный модуль имеет при формировании и развитии ОК: ОК 01., ОК 02, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 08, ОК 09.

В результате освоения профессионального модуля «**ПМ.03 Организация и проведение физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп**» у студентов должны быть сформированы следующие результаты.

Перечень общих компетенций

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

Перечень профессиональных компетенций

<i>Код</i>	Наименование видов деятельности и профессиональных компетенций
ВД 3 (3)	Организация и проведение физкультурно-оздоровительных, рекреационных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп
ПК 3.1.	Определять цели и задачи, планировать и анализировать занятия с населением

	различных возрастных групп.
ПК 3.2.	Проводить занятия с населением различных возрастных групп.
ПК 3.3.	Осуществлять контроль за двигательной активностью, физическим состоянием и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий.
ПК 3.4.	Осуществлять консультирование населения по вопросам организации занятий и физических нагрузок.
ПК 3.5.	Вести первичную учётно-отчётную документацию, обеспечивающую проведение занятий.
ПК 3.6.	Осуществлять организацию продвижения и оказания населению фитнес-услуг по индивидуальным программам.

В результате освоения профессионального модуля обучающийся должен:

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 05 ОК 06 ОК 08 ОК 09 ПК 3.1 ПК 3.2 ПК 3.3 ПК 3.4 ПК 3.5 ПК 3.6	<ul style="list-style-type: none"> - определять цель, задачи, планировать физкультурно-оздоровительные занятия, занятия по фитнес-программам, по виду спорта (спортивной дисциплине) с использованием различных методов, приемов и форм организации с учетом интересов, физического состояния и развития, физической подготовленности населения, противопоказаний к определенным видам занятий; - устанавливать соответствие содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, возрастной группе населения; - подбирать и применять специальные комплексы упражнений для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик; - подбирать и применять физические упражнения для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы; - использовать разнообразные направления фитнеса, увлекательные упражнения и музыкальное сопровождение, упражнения аэробики подражательного характера при проведении занятий для повышения интереса к занятиям 	<ul style="list-style-type: none"> - теоретические и методические основы планирования физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта; - формы организации занятий для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик, для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы; - структура и методика проведения занятий для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик, для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы; - специальные комплексы упражнений для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик; - физические упражнения для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в

<p>фитнесом у детей и подростков;</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать комплексы упражнений фитбол-аэробики, степ-аэробики, игрового стретчинга для предотвращения нарушения осанки детей и подростков; - вовлекать детей и подростков в занятие, развивать интерес к физическим упражнениям, стимулировать их двигательную активность; - координировать действия детей, подростков при выполнении комплексов упражнений, выявлять ошибки в технике двигательных действий; - рационально и безопасно сочетать различные комплексы упражнений, соответствующие подготовке по виду спорта (спортивной дисциплине); - подбирать и применять комплексы общеразвивающих и специальных упражнений для освоения двигательных действий по виду спорта (спортивной дисциплине); - разъяснять правила выполнения комплексов упражнений, теоретические и практические вопросы технического совершенствования в виде спорта (спортивной дисциплине); - инструктировать занимающихся перед проведением занятий - демонстрировать занимающимся рациональные и безопасные техники выполнения упражнений; - пояснять занимающимся структуру занятия, мероприятия и особенности дозирования нагрузки; - определять и варьировать направленность и объем нагрузки, интенсивность и координационную сложность упражнений с учетом физического состояния и развития, физической подготовленности населения, противопоказаний к определенным видам занятий и силовым нагрузкам; - мотивировать деятельность занимающихся на занятиях, 	<p>режиме рабочего дня и (или) после работы;</p> <ul style="list-style-type: none"> - физкультурно-оздоровительные технологии развития физических качеств, способностей человека; - программы, планы специально организованных физических упражнений для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы; - средства детского, подросткового фитнеса и правила их использования для гармоничного физического развития детей и подростков; - комплексы упражнений для групповых занятий с детьми и подростками с элементами хореографии, аэробики подражательного характера, упражнений фитбол-аэробики, степ-аэробики, игрового стретчинга; - общие принципы компоновки и комбинации физических упражнений в детском и подростковом фитнесе; - показания и противопоказания для занятий детским и подростковым фитнесом; - структура и методика занятия по программам детского и подросткового фитнеса и элементы физической нагрузки; - типовые программы детского, подросткового фитнеса; - основы техники и методики обучения в виде спорта (спортивной дисциплине); - структура и методика проведения занятий по виду спорта (спортивной дисциплине); - комплексы общеразвивающих и специальных упражнений для освоения двигательных действий по виду спорта (спортивной дисциплине); - правила вида спорта (спортивной дисциплины);
--	--

<p>развивать интерес к физическим упражнениям, стимулировать их двигательную активность;</p> <ul style="list-style-type: none"> - соблюдать технику безопасности, выявлять источники возможного травматизма; - подбирать и использовать спортивное оборудование, инвентарь и экипировку с учетом задач и вида занятия, особенностей возрастной группы; - выявлять первые признаки утомления занимающихся; - осуществлять контроль за двигательной активностью; - использовать методики контроля за физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся; - анализировать физическое состояние занимающихся, в том числе динамику его изменения; - интерпретировать результаты контроля за двигательной активностью, физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся; - обучать население техникам поддержания реализованных физических адаптаций за счёт рационального сочетания физических нагрузок и активного отдыха, методам восстановления после продолжительных физических нагрузок; - давать разъяснения населению по выбору оптимальных форм тренировок, нагрузок и видов занятий, по направленности и характеру воздействия физических упражнений и нагрузок на организм человека, по корректировке техники выполнения двигательных действий; - использовать технологии воспитательной работы для формирования у населения навыков ЗОЖ, неприятия вредных привычек; - подбирать содержание выступления, встречи с трудовыми и учебными коллективами, членами общественных организаций, 	<ul style="list-style-type: none"> - требования к содержанию и организации инструктажей при проведении занятий; - нормы и типы физических нагрузок для разных возрастных групп, занимающихся; - методика планирования физических нагрузок для различных групп населения; - техники и методы страховки и само страховки при проведении занятий; - условия и способы формирования и развития мотивации к занятиям физической культурой и спортом, к ведению здорового и активного образа жизни; - тренажерные устройства, специализированное оборудование и инвентарь, соответствующие виду занятия; - техника безопасности и требования к физкультурно – спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю при проведении занятий; - методики контроля за физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся; - объективные и субъективные показатели контроля за двигательной активностью, физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся; - основы анализа и оценки показателей контроля за двигательной активностью, физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся; - направления и содержание консультирования населения по вопросам организации занятий и физических нагрузок; - формы и методы обучения населения по вопросам организации занятий и физических нагрузок;
---	--

<p>направленных на вовлечение в мероприятия по физическому воспитанию населения, с учетом их социально-демографических и профессиональных характеристик;</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализировать потребности различных групп населения в гармоничном физическом развитии и мотивировать их на развитие двигательной активности; - прогнозировать востребованность спортивных секций, кружков по месту работы, месту жительства и месту отдыха, в образовательных организациях, - вести первичную учетно-отчетную документацию в электронном и бумажном виде; - выбирать оптимальные средства и методы коммуникации для вовлечения населения в занятия фитнесом, пропаганды ЗОЖ и физической активности среди населения; - подбирать материалы и готовить контент, пропагандирующий ЗОЖ и физическую активность среди различных групп населения; - применять в фитнесе индивидуальные цифровые устройства для диагностики и/или контроля своего состояния; - формировать у населения заинтересованность фитнесом путем самопрезентации; - пояснять структура занятия по фитнесу при проведении с населением ознакомительного занятия; - применять методы и технологию фитнес-тестирования населения; - применять фитнес-технологии для планирования индивидуальных программ; - подбирать и применять физические упражнения для сбалансированного развития мышечных групп и систем организма человека; - использовать базовые упражнения типовых и специализированных фитнес-программ и их разновидностей; 	<ul style="list-style-type: none"> - технологии воспитательной работы для формирования у населения навыков ЗОЖ, неприятия вредных привычек; - способы определения и прогнозирования востребованности спортивных секций, кружков по месту работы, месту жительства и месту отдыха, в образовательных организациях; - виды учётно-отчётной документации, требования к ее ведению и оформлению; - принципы и составляющие ЗОЖ и активного долголетия; - физкультурно-оздоровительные технологии ЗОЖ и активного долголетия; - формы, виды и направления фитнеса для поддержания активного долголетия; - система и принципы организации мотивирующих фитнес-мероприятий; - противопоказания к занятиям физической культурой и по направлениям/ видам фитнеса; - техники самопрезентации в фитнесе; - особенности организации фитнеса для лиц различного возраста; - структура и виды занятий по фитнесу для лиц различного возраста; - система фитнеса, ее компоненты; - фитнес-программы различной целевой направленности; - методы и принципы планирования индивидуальных программ; - классификация фитнес-технологий и их применение для разработки индивидуальных программ; - общие принципы компоновки и комбинации физических упражнений в фитнесе и сочетание физических упражнений с другими видами оздоровительных занятий; - программы, методика и структура занятий аэробной и анаэробной направленности;
---	---

	<ul style="list-style-type: none"> - использовать тренажерные устройства, специализированное оборудование и инвентарь, соответствующие виду занятия; - выявлять ошибки в технике выполнения элементов упражнений, в том числе с использованием тренажерных устройств, оборудования свободного веса и спортивного инвентаря 	<ul style="list-style-type: none"> - классификация и принципы комбинирования аэробных, анаэробных, функциональных упражнений в фитнесе; - методики силовых, интервальных, круговых, функциональных тренировок, тренировок для развития ловкости, равновесия, координации, гибкости, функционального тренинга; - методика проведения индивидуальных занятий по фитнесу для различного половозрастного состава населения; - методы и методика фитнес-тестирования и технологии интерпретации его результатов
--	--	--

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

2.1. Объем каждой учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы учебной дисциплины	1156
в том числе:	
теоретическое обучение	482
практические занятия	362
<i>Самостоятельная работа</i>	54
Учебная практика	72
Производственная практика	180
Промежуточная аттестация (экзамен)	6
Из них:	
РАЗДЕЛ 1. «МДК 03.01 МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ С НАСЕЛЕНИЕМ РАЗНЫХ ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП»	
Объем образовательной программы учебной дисциплины раздела 1	146
в том числе:	
теоретическое обучение	64
практические занятия	82
<i>Самостоятельная работа</i>	-
Дифференцированный зачет	8 семестр
РАЗДЕЛ 2. «МДК 03.02 МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ ПО ФИТНЕС-ПРОГРАММАМ»	
Объем образовательной программы учебной дисциплины раздела 2	84
в том числе:	
теоретическое обучение	43
практические занятия	41
<i>Самостоятельная работа</i>	-
Дифференцированный зачет	6 семестр
РАЗДЕЛ 3. «МДК 03.03 ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ВРАЧЕБНЫЙ КОНТРОЛЬ»	
Объем образовательной программы учебной дисциплины раздела 3	166
в том числе:	
теоретическое обучение	112
практические занятия	54
<i>Самостоятельная работа</i>	-
Дифференцированный зачет	8 семестр
РАЗДЕЛ 4. «МДК.03.04 ОСНОВЫ МЕНЕДЖМЕНТА И МАРКЕТИНГА В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»	
Объем образовательной программы учебной дисциплины раздела 4	78
в том числе:	
теоретическое обучение	54
практические занятия	24
<i>Самостоятельная работа</i>	-
Дифференцированный зачет	8 семестр
РАЗДЕЛ 5. «МДК.03.05 ИЗБРАННЫЙ ВИД СПОРТА С МЕТОДИКОЙ ТРЕНИРОВКИ И РУКОВОДСТВА СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ СПОРТСМЕНОВ»	

Объем образовательной программы учебной дисциплины раздела 5	424
в том числе:	
теоретическое обучение	209
практические занятия	161
<i>Самостоятельная работа</i>	54
Дифференцированный зачет	8 семестр
Всего	1156

2.2 Тематический план и содержание профессионального модуля

Наименование разделов и тем	Содержание и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч. / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч.	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
РАЗДЕЛ 1. «ПМ.03.01 МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ С НАСЕЛЕНИЕМ РАЗНЫХ ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП»			
Тема 1.1. Основы организация и проведения физкультурно-оздоровительных занятий	Содержание	10/4	ОК 01-09 ПК 3.1-3.6
	<p>1.Цели, задачи, значение занятий для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик, для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы</p> <p>2.Формы организации занятий для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик, для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы</p> <p>3.Программы, планы специально организованных физических упражнений для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы</p>	6	
	В том числе практических занятий	4	
	<p>Практическое занятие 1. Изучение и анализ планов занятий для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик, для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы.</p> <p>Практическое занятие 2. Изучение и анализ программ, планов специально организованных физических упражнений для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы</p>	4	
Тема 1.2.	Содержание	16/10	ОК 01-09

Средства физического воспитания и физкультурно-оздоровительные технологии, применяемые для решения задач физкультурно-оздоровительных занятий	1. Специальные комплексы упражнений для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик. 2. Физические упражнения для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы 3. Физкультурно-оздоровительные технологии развития физических качеств, способностей человека	6	ПК 3.1-3.6
	В том числе практических занятий	10	
	Практическое занятие 3. Подбор специальных комплексов упражнений для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик Практическое занятие 4. Подбор физических упражнений для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы Практическое занятие 5. Анализ физкультурно-оздоровительных технологий развития физических качеств, способностей человека	12	
Тема 1.3. Методика проведения физкультурно-оздоровительных занятий	Содержание	22/12	ОК 01-09 ПК 3.1-3.6
	1. Структура и методика проведения занятий для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик, для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы 2. Методика проведения занятий для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик, для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы 3. Нормы и типы физических нагрузок при проведении физкультурно-оздоровительных занятий. Методика планирования физических нагрузок с учетом решаемой задачи 4. Требования к содержанию и организации инструктажей при проведении физкультурно-оздоровительных занятий 5. Техника безопасности, требования к оборудованию и инвентарю при проведении занятий; способы и приёмы предупреждения травматизма при проведении физкультурно-оздоровительных занятий.	10	

	В том числе практических занятий	12	
	<p>Практическое занятие 6. Проведение инструктажа занимающихся перед проведением занятий.</p> <p>Практическое занятие 7. Демонстрация занимающимся рациональных и безопасных техник выполнения упражнений</p> <p>Практическое занятие 8. Пояснение занимающимся структуры занятия и особенности дозирования нагрузки</p> <p>Практическое занятие 9. Определение и варьирование направленности и объема нагрузки, интенсивности и координационной сложности упражнений с учетом физического состояния и развития, физической подготовленности населения, противопоказаний к определенным видам занятий и силовым нагрузкам</p> <p>Практическое занятие 10. Проведение фрагментов занятий по физической подготовке с применением специальных комплексов упражнений для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик</p> <p>Практическое занятие 11. Проведение фрагментов занятий с применением физических упражнений для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы</p>	12	
Тема 1.4. Планирование физкультурно-оздоровительных занятий	Содержание	16/12	ОК 01-09 ПК 3.1-3.6
	1.Содержание, виды, методические основы планирования занятий для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик, для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы 2.Основные документы планирования	4	
	В том числе практических занятий	12	
	<p>Практическое занятие 12. Определение цели, задач, разработка планов занятий для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик, для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы.</p> <p>Практическое занятие 13. Анализ планов занятий с целью установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, возрастной группе населения</p>	12	

Тема 1.5. Физическая культура воспитания детей дошкольного возраста	Содержание	6/2	
	Особенности методики занятий физическими упражнениями с детьми дошкольного возраста. Формы занятий физическими упражнениями. Социально-педагогическое значение физического воспитания.	2	
	В том числе практических занятий	4	
	Практическое занятие 14. Составление опорного конспекта и проведение занятий для детей дошкольного возраста	4	
Тема 1.6. Физическая культура воспитания детей школьного возраста	Содержание	14/8	
	Формы занятий физическими упражнениями (урочные, в режиме учебного дня, внеклассные и внешкольные занятия). Особенности развития физических способностей (координационных, скоростно-силовых, выносливости). Система планирования физического воспитания в школе.	6	ОК 01-09 ПК 3.1-3.6
	В том числе практических занятий	8	
	Практическое занятие 15. Составление опорного конспекта и проведение занятий для детей школьного возраста	8	
Тема 1.7 Особенности физической культуры у взрослых	Содержание	8/4	ОК 01-09
	Основные факторы и условия определяющие физическую культуру взрослых. Физическая рекреация. Спорт. Двигательная реабилитация.	4	ПК 3.1-3.6
	В том числе практических занятий	4	
	Практическое занятие 16. Составление опорного конспекта и проведение занятий для взрослых	4	
Тема 1.8 Методические особенности занятий физической культурой с пожилыми людьми	Содержание	8/4	ОК 01-09
	Возрастные изменения организма, происходящие в пожилом возрасте. Методические указания по проведению занятий физической культурой с людьми пожилого возраста	4	ПК 3.1-3.6
	В том числе практических занятий	4	
	Практическое занятие 17. Составление опорного конспекта и проведение занятий для пожилых людей	4	
	Содержание	14/8	
	Тренажеры в обучении и тренировке спортсменов.	6	

Тема 1.9. Современное оборудование и тренажеры	Тренажеры и тренировочные устройства в физической подготовке спортсменов. Тренажеры и тренировочные устройства в технической и тактической подготовке спортсменов. Тренажеры и тренировочные устройства для восстановления работоспособности. Технические средства для оценки и контроля специальной подготовленности спортсменов. Разработка и изготовление тренажеров. Обеспечение безопасности при использовании технических средств, тренажеров и тренировочных устройств. Методика применения тренажеров и тренировочных устройств в подготовке спортсменов. Технические средства и тренажеры в циклических видах спорта. Технические средства и тренажеры в игровых видах спорта.		ОК 01-09 ПК 3.1 - 3.6
	В том числе практических занятий	8	
	Практическое занятие 18. Технические средства и тренажеры в единоборствах. Занятия в тренажерном зале. Технические средства и тренажеры в различных видах гимнастики. Занятия в тренажерном зале. Тренажеры и устройства для восстановления здоровья в рекреативной и реабилитационной физической культуре. Занятия в тренажерном зале. Координационные тренажеры для развития движения рук. Занятия в тренажерном зале. Тренажерное устройство для укрепления мышц пальцев кисти и предплечья. Устройство для контроля над осанкой и ее коррекции Занятия в тренажерном зале. Устройство для тренировки пальцев рук. Тренажер-эспандер кистевой. Занятия в тренажерном зале. Степшинговые тренажеры. Занятия в тренажерном зале. Пневматические тренажеры. Занятия в тренажерном зале.	8	
Тема 1.20. Формирование и развитие мотивации и интереса к физкультурно-	Содержание	8/4	
	1. Условия и способы формирования и развития мотивации к занятиям физической культурой и спортом, к ведению здорового и активного образа жизни.	4	
	В том числе практических занятий	4	

оздоровительным занятиям	Практическое занятие 19. Определение условий и способов мотивирования деятельности занимающихся на занятиях, развития интереса к физическим упражнениям, стимулирования их двигательной активности.	4	
Тема 1.21. Контроль за двигательной активностью, физическим состоянием и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий	Содержание	14/8	ОК 01-09 ПК 3.1-3.3. 3.6
	1. Объективные и субъективные показатели контроля за двигательной активностью, физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся. 2. Методики контроля за физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся 3. Основы анализа и оценки показателей контроля за двигательной активностью, физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся.	6	
	В том числе практических занятий	8	
	Практическое занятие 20. Определение признаков утомления у занимающихся Практическое занятие 21. Подбор методов осуществления контроля за двигательной активностью. Практическое занятие 22. Применение методик и интерпретация результатов контроля за физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся. Практическое занятие 23 Анализ физического состояния занимающихся, в том числе динамики его изменения.	8	
Тема 1.22. Документация, обеспечивающая проведение физкультурно-оздоровительных занятий	Содержание	10/6	ОК 01-09 ПК 3.1-3.3. 3.6
	1. Виды учётно-отчётной документации. 2. Требования к ведению учётно-отчётной документации	4	
	В том числе практических занятий	6	
	Практическое занятие 24. Составление и ведение документации на бумажных и электронных носителях по утвержденным формам.	6	
Всего		146/82	
РАЗДЕЛ 2. «ПМ.03.01 МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ ПО ФИТНЕС-ПРОГРАММАМ»			
Тема 2.1.	Содержание	6	ОК 01-09

Фитнес как часть физической культуры общества	<p>Определение понятия «фитнес».</p> <p>История возникновения и развития фитнеса в России и зарубежных странах.</p> <p>Научные основы фитнеса</p> <p>Фитнес как физическая форма.</p> <p>Фитнес как совокупность средств и методов физического воспитания. Фитнес-спорт</p>	4	ПК 3.1-3.6
Тема 2.2. Физическая подготовка	Содержание	6/2	
	<p>Понятие об общей и специальной физической подготовке.</p> <p>Краткая характеристика основных физических качеств, особенности их развития.</p> <p>Методика развития двигательных качеств: гибкости, быстроты, ловкости, прыгучести, силы, выносливости и равновесия</p>	4	
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие 1. Тестирование физической подготовленности	2	
Тема 2.3. Основы организации и проведения групповых занятий по программам фитнеса	Содержание	6/4	ОК 01-09 ПК 3.1-3.6
	<p>Классификация фитнес-программ.</p> <p>Цели, задачи, значение занятий по программам фитнеса для разных возрастных групп.</p>	2	
	В том числе практических занятий	4	
	Практическое занятие 2. Изучение и анализ типовых программ детского, подросткового и взрослого фитнеса.	4	
	Практическое занятие 3. Изучение и анализ планов групповых занятий по программам фитнеса.	4	
Тема 2.9. Современное оборудование и тренажеры	Содержание	9/5	
	<p>Тренажеры и тренировочные устройства на занятиях по фитнесу.</p> <p>Тренажеры и тренировочные устройства для восстановления работоспособности.</p> <p>Разработка и изготовление тренажеров.</p> <p>Обеспечение безопасности при использовании технических средств, тренажеров и тренировочных устройств.</p> <p>Методика применения тренажеров и тренировочных устройств на занятиях фитнесом.</p> <p>Технические средства и тренажеры в циклических видах спорта.</p> <p>Технические средства и тренажеры в игровых видах спорта.</p>	4	
	В том числе практических занятий	5	

	<p>Практическое занятие 4. Технические средства и тренажеры в единоборствах. Занятия в тренажерном зале. Технические средства и тренажеры в различных видах гимнастики. Занятия в тренажерном зале. Тренажеры и устройства для восстановления здоровья в рекреативной и реабилитационной физической культуре. Занятия в тренажерном зале. Координационные тренажеры для развития движения рук. Занятия в тренажерном зале. Тренажерное устройство для укрепления мышц пальцев кисти и предплечья. Устройство для контроля над осанкой и ее коррекции Занятия в тренажерном зале. Устройство для тренировки пальцев рук. Тренажер-эспандер кистевой. Занятия в тренажерном зале. Степпинговые тренажеры. Занятия в тренажерном зале. Пневматические тренажеры. Занятия в тренажерном зале.</p>	5	
Тема 2.4. Методика проведения групповых занятий фитнесом	Содержание	17/12	
	1. Структура занятия по программам фитнеса. 2. Нормы и типы физических нагрузок при проведении занятия по программам фитнеса. Методика планирования физических нагрузок с учетом решаемой задачи. 3. Требования к содержанию и организации инструктажей при проведении занятия по программам фитнеса 4. Техника безопасности, требования к оборудованию и инвентарю при проведении занятий; способы и приёмы предупреждения травматизма при проведении занятия по программам фитнеса 5. Методика занятия по программам детского и подросткового фитнеса и элементы физической нагрузки	5	
	В том числе практических занятий	12	
	Практическое занятие 5. Проведение инструктажа занимающихся перед проведением занятий Практическое занятие 6. Общеразвивающие упражнения с использованием снарядов Практическое занятие 7. Методика составления комплекса упражнений Практическое занятие 8. Правила выполнения упражнений для развития силы, гибкости, выносливости, общей физической работоспособности	12	ОК 01-09 ПК 3.1-3.6

	<p>Практическое занятие 9. Демонстрация занимающимся рациональных и безопасных техник выполнения упражнений.</p> <p>Практическое занятие 10. Определение и варьирование направленности и объема нагрузки, интенсивности и координационной сложности упражнений с учетом физического состояния и развития, физической подготовленности занимающихся</p> <p>Практическое занятие 11. Проведение фрагментов занятий по фитнесу с применением увлекательных упражнений и музыкального сопровождения, упражнений аэробики подражательного характера</p> <p>Практическое занятие 12. Проведение фрагментов занятий с использованием разнообразных направлений фитнеса</p>		
Тема 2.5. Средства детского, подросткового фитнеса	Содержание	12/6	
	Средства детского, подросткового фитнеса и правила их использования для гармоничного физического развития детей и подростков Комплексы упражнений для групповых занятий с детьми и подростками с элементами хореографии, аэробики подражательного характера, упражнений фитбол-аэробики, степ-аэробики, игрового стретчинга. Роль ритмической гимнастики в коррекции двигательной подготовки детей с ограниченными возможностями здоровья Общие принципы компоновки и комбинации физических упражнений в детском и подростковом фитнесе.	6	
	В том числе практических занятий	6	ОК 01-09 ПК 3.1-3.6
	<p>Практическое занятие 13. Упражнения на формирование осанки, совершенствование равновесия и ориентации в пространстве</p> <p>Практическое занятие 14. Подбор увлекательных упражнений и музыкального сопровождения, упражнения аэробики подражательного характера при проведении занятий для повышения интереса к занятиям фитнесом у детей и подростков</p> <p>Практическое занятие 15. Подбор комплексов упражнений фитбол-аэробики, степ-аэробики, игрового стретчинга для предотвращения нарушения осанки детей и подростков.</p>	6	
	Содержание	10/4	

Тема 2.6. Контроль и самоконтроль занимающихся в процессе занятий физическими упражнениями	Объективные и субъективные показатели контроля за двигательной активностью, физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся. Методики контроля за физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся Основы анализа и оценки показателей контроля за двигательной активностью, физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся Пульсовая диагностика Сущность самоконтроля и его роль в занятиях фитнесом	6	
	В том числе практических занятий	4	
	Практическое занятие 16. Применение методик и интерпретация результатов контроля за физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся Практическое занятие 17. Методики оценки уровня здоровья. Тестирование физического развития, функционального состояния организма.	4	
Тема 2.7. Формирование и развитие мотивации к занятиям фитнесом	Содержание	2/-	
	Условия и способы формирования и развития мотивации к занятиям физической культурой и спортом, к ведению здорового и активного образа жизни.	2	
Тема 2.8. Травмы, заболевания. Меры профилактики, первая помощь	Содержание	8/4	
	Понятие о травмах. Краткая характеристика травм: ушибы, растяжения, разрывы связок, мышц и сухожилий, вывихи, переломы, кровотечения. Причины травм и их профилактика. Понятие о здоровье и болезни. Наиболее общие причины заболеваний, меры профилактики. Закаливание как одна из действенных мер профилактики заболеваний. Средства закаливания и методика их применения.	4	
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие 18. Оказание первой доврачебной помощи	2	
Тема 2.9. Документация, обеспечивающая проведение	Содержание	8/4	
	Виды учётно-отчётной документации Требования к ведению учётно-отчётной документации	4	
	В том числе практических занятий	4	

групповых занятий по программам фитнеса	Практическое занятие 19. Составление и ведение документации на бумажных и электронных носителях по утвержденным формам	4	
Всего		84/41	
Учебная практика; 2 курс (5 семестр) Виды работ <ol style="list-style-type: none"> 1. Анализ планов физкультурно-оздоровительных занятий. 2. Разработка планов занятий для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик. 3. Разработка планов занятий для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы. 4. Наблюдение, анализ и самоанализ физкультурно-оздоровительных занятий, разработка предложений по их совершенствованию. 5. Проведение занятий (фрагментов) на основе программы, плана по физической подготовке для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик. 6. Проведение занятий, мероприятий на основе программы, плана специально организованных физических упражнений для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы. 7. Разработка рекомендаций по выбору оптимальных нагрузок для населения с учетом интересов, физического состояния и развития, физической подготовленности населения, противопоказаний к определенным видам занятий и силовым нагрузкам. 8. Определение содержания и проведение встреч с трудовыми и учебными коллективами, членами общественных организаций для их вовлечения в мероприятия по физическому воспитанию населения; 9. Определение содержания и проведение с населением консультаций, бесед, мероприятий, направленных на воспитание ЗОЖ, неприятия вредных привычек, разъяснение вопросов сочетания физических нагрузок и активного отдыха и определения минимального объёма двигательной активности. 10. Поиск, отбор и изучение учебной и учебно-методической литературы в области физической культуры и спорта, необходимой для решения профессиональных задач. 11. Оформление и презентация разработок профессиональной направленности 		36	ОК 01-09 ПК 1.1-1.3. ПК 2.1 ПК 3.1-3.6
Производственная практика; 3 курс (6 семестр) Виды работ <ol style="list-style-type: none"> 1. Анализ планов физкультурно-оздоровительных занятий. 2. Разработка планов и проведение отдельных занятий для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных 		36	ОК 01-09 ПК 1.1-1.3. ПК 2.1 ПК 3.1-3.6

<p>характеристик.</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. Разработка планов занятий для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы. 4. Проведение занятий, мероприятия на основе программы, плана специально организованных физических упражнений для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы. 5. Наблюдение, анализ и самоанализ физкультурно-оздоровительных занятий, разработка предложений по их совершенствованию. 6. Проведение ознакомительных занятий по фитнесу. 7. Составление индивидуальных программ по фитнесу. 8. Самопрезентация и проведение ознакомительных занятий по фитнесу. 9. Анализ планов групповых занятий с детьми и подростками по программам детского и подросткового фитнеса. 10. Наблюдение, анализ и самоанализ занятий с детьми и подростками по программам детского и подросткового фитнеса, разработка предложения по их совершенствованию. 11. Разработка планов и проведение групповых занятий с детьми и подростками по программам детского и подросткового фитнеса. 12. Осуществление контроля за двигательной активностью, физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий. 13. Подготовка и размещение контента, пропагандирующего занятия фитнесом среди населения, в социальных медиаресурсах и в информационно - телекоммуникационной сети «Интернет». 14. Ведение учётно-отчётной документации при проведении занятий 		
<p>Производственная практика; 4 курс (7 семестр) Виды работ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Анализ планов физкультурно-оздоровительных занятий. 2. Разработка планов и проведение занятий для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик. 3. Оказание методической помощи в организации деятельности спортивных секций, кружков по месту работы, месту жительства и месту отдыха, в образовательных организациях. 4. Проведение занятий по фитнесу. 5. Проведение групповых занятий с детьми и подростками по программам детского и подросткового фитнеса. 6. Наблюдение, анализ и самоанализ проведенных занятий, разработка предложения по их совершенствованию. 	<p>36</p>	<p>ОК 01-09 ПК 1.1-1.3. ПК 2.1 ПК 3.1-3.6</p>

7. Осуществление контроля за двигательной активностью, физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий.			
8. Ведение учётно-отчётной документации при проведении занятий.			
9. Оформление и презентация методических разработок профессиональной направленности.			
Всего (учебная практика)		36	
Всего (производственная практика)		72	
МДК.03.03 ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ВРАЧЕБНЫЙ КОНТРОЛЬ			
Тема 1.1. История врачебного контроля	Содержание		
	Спортивная медицина и врачебный контроль: понятие, цели и задачи. Специализированная врачебно-физкультурная служба и общая сеть лечебно-профилактических учреждений органов здравоохранения (кабинеты врачебного контроля и врачебно-физкультурный диспансер). История развития отечественной системы врачебного контроля. Ученые, внесшие большой вклад в развитие спортивной медицины.	2	
Раздел 1. Особенности физического развития и его оценка		38/16	ОК 01-09
Тема 1.1. Особенности физического развития и его оценка	Содержание	20/8	ПК 3.1-3.6
	Понятие о здоровье и болезни. Общее представление о здоровье: понятие, уровни, факторы, показатели. Общественное и индивидуальное здоровье. Группы здоровья: понятие, классификация и характеристика. Методы диагностики физического состояния организма. Общее представление о болезни: понятие, критерии, классификация, уровни и стадии.	2	
	Физическое развитие. Факторы, влияющие на физическое развитие человека. Наследственность, возраст, здоровье, социально-экономические и климатические условия, степень и характер физической активности. Внешний показатель развития. Гендерные отличия физического развития. Закономерности физического развития, периоды «вытягивания» и «округления». Два этапа онтогенеза, возрастные периоды у мужчин и женщин.	2	
	Паспортный и биологический возраст. Акселерация и ретардация. Определение, критерии его определения: морфологические показатели, степень половой зрелости, скелетная зрелость, зубная зрелость. Возрастные периоды в педагогике и педиатрии. Гармоничная и негармоничная, индивидуальная и эпохальная акселерация, преимущества и недостатки акселерантов, востребованность в определенных видах спорта. Ретардация, ее определение, особенности ретардантов, их спортивная специализация.	2	

	Методика врачебного обследования. Анамнез медицинский и спортивный, осмотр, пальпация, перкуссия, физикальные, инструментальные и лабораторные методы. Методика проведения наружного осмотра. Внешние признаки отдельных заболеваний.	2		
	Антропометрия. Физиометрия. Антропоскопия. Соматоскопия. Типы конституции. Антропометрия измерение роста, веса, окружности грудной клетки, окружности талии, бедра, плеча. Физиометрия (ЖЕЛ, сила мышц). Антропоскопия и соматоскопия (определяемые параметры, методика проведения). Типы телосложения (конституции), и их определение.	2		
	Нарушение осанки и плоскостопие. Роль педагога физической культуры в профилактике нарушений осанки. Осанка и её нарушения. Сколиоз. Состояние опорно-двигательного аппарата. Плоскостопие. Взаимосвязь особенностей физического развития, телосложения и вида спорта.	2		
	В том числе практических занятий	8		
	Практическое занятие 1. Определение биологического возраста	1		
	Практическое занятие 2. Составление анамнеза. Анкета здоровья спортсмена.	1	ОК 01-09	
	Практическое занятие 3. Выявление нарушений осанки и плоскостопия.	1	ПК 3.1-3.6	
	Практическое занятие 4. Соматоскопия. Особенности осанки.	1		
	Практическое занятие 5. Соматоскопия. Состояние опорно-двигательного аппарата.	1		
	Практическое занятие 6. Соматоскопия. Наружный осмотр. Типы конституции.	1		
	Практическое занятие 7. Методы исследования физического развития: соматометрические методы.	1		
	Практическое занятие 8. Методы оценки физического развития: метод индексов.	1		
	Содержание	14/6		
Тема 1.2. Оценка физической работоспособности и функционального состояния организма	Значение исследования сердечно-сосудистой системы при оценке здоровья и тренированности спортсменов. Структурно-функциональные особенности спортивного сердца. Понятие о дилатации сердца и физиологической гипертрофии у занимающихся физической культурой и спортом. Объем сердца у спортсменов различных специализации. Методы исследования сердечно - сосудистой системы: анамнез, осмотр, пальпация, перкуссия, аускультация. Характеристика пульса: ритмичность, частота, наполнение, напряжение.	2		ОК 01-09 ПК 3.1-3.6

	Брадикардия, тахикардия. Функциональные и органические шумы, причины, их вызывающие. Определение и оценка артериального давления.		
	Исследование функционального состояния сердечно-сосудистой системы. Одномоментная функциональная проба Мартине-Кушелевского. Одномоментная функциональная проба Котова-Демина. Одномоментная функциональная проба Руффье. Гарвардский степ тест. Проба Летунова. Типы реакций на нагрузку: нормотоническая, гипотоническая, гипертоническая, дистоническая, ступенчатая. Нормативы результатов у лиц, занимающихся различными видами спорта. Инструментальные методы исследования сердечно-сосудистой системы.	2	ОК 01-09 ПК 3.1-3.6
	Исследование функционального состояния системы внешнего дыхания. Особенности функционального состояния системы внешнего дыхания у занимающихся физическими упражнениями. Связь между системами дыхания и кровообращения. Понятие о кардиореспираторной системе. Функциональное исследования системы внешнего дыхания (Проба Генчи, Штанге, Серкина, Розенталя). Инструментальные методы исследования системы дыхания.	2	
	Исследование функционального состояния нервной системы и нервно-мышечной систем. Значение исследований нервной и нервно-мышечной систем в комплексном обследовании, занимающихся физической культурой и спортом. Проба Ромберга, Яроцкого, ортостатическая и клиноостатическая проба, методика проведения и оценка результатов. Особенности функционального состояния нервной и нервно-мышечной систем у занимающихся физическими упражнениями и спортом. Понятие «функциональной готовности». Инструментальные методы исследования нервной системы.	2	
	В том числе практических занятий	6	
	Практическое занятие 9. Исследование и оценка пульса: ритмичность, частота, наполнение, напряжение. Расчет максимального пульса и Оптимальной нагрузки по формуле Шепарда.	1	
	Практическое занятие 10. Измерение и оценка артериального давления (систолическое, диастолическое, пульсовое).	1	
	Практическое занятие 11. Исследование функционального состояния сердечно-сосудистой системы. Одномоментная функциональная проба Мартине-Кушелевского. Одномоментная функциональная проба Котова-Демина. Одномоментная функциональная проба Руффье.	1	

	Практическое занятие 12. Исследование функционального состояния сердечно-сосудистой системы. Гарвардский степ тест. Проба Летунова.	1	
	Практическое занятие 13. Исследование функционального состояния системы дыхания. Проба Генчи, Штанге, Серкина, Розенталя	1	
	Практическое занятие 14. Исследование функционального состояния нервной системы и нервно-мышечной систем. Проба Ромберга, Яроцкого, ортостатическая и клиностатическая проба	1	
Тема 1.3. Характеристика состояния утомления. Перетренированность. Перенапряжение.	Содержание	4/2	ОК 01-09 ПК 3.1-3.6
	Изменение функционального состояния организма под воздействием тренировки. Рационально и нерационально построенный тренировочный процесс. Характеристика состояния утомления. Перетренированность. Перенапряжение. Хроническое перенапряжение. Основные средства и методы, используемые для оптимизации процессов восстановления и повышения физической работоспособности.	2	
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие 15. Основные средства и методы, используемые для оптимизации процессов восстановления и повышения физической работоспособности.	1	
	Практическое занятие 16. Экспресс-оценка уровня физического состояния лиц, занимающихся физической культурой и спортом.	1	
Раздел 2. Врачебный контроль и педагогическое наблюдение за различными категориями граждан, занимающихся спортом		16/3	ОК 01-09 ПК 3.1-3.6
Тема 2.1 Содержание врачебного контроля	Содержание	6/2	
	Первичные, повторные и дополнительные медицинские обследования. Первичное медицинское исследование: понятие, перечень специалистов, комплексная методика обследования, необходимый минимум обследования, оценка здоровья по градациям, определение противопоказаний к занятиям спортом. Повторные медицинские обследования, их цель, частота назначения в разных видах спорта. Ситуации, при которых назначают дополнительные медицинские исследования.	1	
	Особенности определения состояния здоровья при врачебном контроле. Функциональная диагностика в процессе врачебного контроля. Общий и спортивный анамнез, осмотр, исследование состава тела, инструментальные исследования: ЭКГ, Эхо-КГ, спирография, велоэргометрия, тредмил-тест.	1	

	Оценка физического развития. Распределение в медицинские группы. Основная медицинская группа. Подготовительная медицинская группа. Специальная медицинская группа: «спецгруппа А» и «спецгруппа Б». Примерные сроки возобновления физической культурой и спортом после некоторых заболеваний и травм.	1	
	Врачебное обследование занимающихся физической культурой и спортом. Цель врачебного обследования, первичное, повторное, дополнительное врачебное обследование. Заключение. Диспансерный метод наблюдения. Углубленное медицинское обследование. Врачебно-физкультурная консультация.	1	
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие 17. Виды и содержание медицинских осмотров для различных категорий лиц. Заполнение таблицы.	1	
	Практическое занятие 18. Медицинское заключение, распределение на медицинские группы. Оформление врачебно-контрольной карты физкультурника (учетная форма 227).	1	
Тема 2.2. Организация врачебного контроля и педагогического наблюдения	Содержание	3/-	ОК 01-09 ПК 3.1-3.6
	Врачебно-педагогическое наблюдение. ВПН: понятие, содержание, задачи, организация, методы. Виды врачебно-педагогических наблюдений за лицами, занимающимися ФК и спортом (этапный, текущий и срочный контроль). Роль врача, преподавателя, тренера в организации врачебно-педагогических наблюдений.	1	
	Формы врачебно-педагогических наблюдений. Врачебно-педагогические наблюдения и планирование учебно-тренировочного процесса. Роль врачебно-педагогических наблюдений в определении тренированности и их врачебно-педагогическая оценка.	1	
	Хронометрическое наблюдение за учебно-тренировочной работой. Методические приемы. Определение плотности занятия. Оценка степени утомления. Определение физиологической кривой урока. Тренировочный эффект.	1	
Тема 2.3. Врачебный контроль и педагогическое наблюдение за детьми, подростками и	Содержание. Организация врачебного контроля над уровнем физического развития, дошкольников, младших школьников, подростков. Группы здоровья детей, их подробная характеристика. Особенности работы ведущих систем и энергетических возможностей организма в детском и подростковом возрасте. Комплексная оценка здоровья детей С.М. Громбаха (на основе 4-х	1	

<p>юношами на занятиях физической культурой и спортом.</p>	<p>базовых критериев), ее современная модификация. Группы здоровья детей, их подробная характеристика. Распределение школьников на три медицинские группы, критерии распределения. Характеристика основной медицинской группы и особенности проведения в ней занятий ФК, относительные показания к занятиям спортом. Характеристика подготовительной медицинской группы и особенности проведения в ней занятий ФК. Характеристика специальной медицинской группы, цели и технологии физического воспитания в данных подгруппах.</p>		
<p>Тема 2.4. Врачебный контроль за девочками, девушками и женщинами, занимающимися физической культурой и спортом.</p>	<p>Содержание. Физиологические особенности женского организма и их учет в процессе планирования и организации тренировочного процесса у женщин. Формы и методы занятий физической культурой для женщин. Организация врачебно-педагогических наблюдений в период беременности, послеродовой период. Женщины-спортсменки в современном спорте. Понятие и клинические признаки триады женщин-спортсменок (нарушение питания, аменорея, остеопороз).</p>	<p>1</p>	<p>ОК 01-09 ПК 3.1-3.6</p>
<p>Тема 2.5. Особенности врачебного контроля за лицами зрелого и пожилого возраста, занимающимися физической культурой и спортом.</p>	<p>Организация врачебно-педагогических наблюдений за занятиями физической культурой лиц среднего и пожилого возраста. Необходимый комплекс медицинских обследований при допуске к занятиям оздоровительной физической культурой. Медицинские группы здоровья для лиц среднего и пожилого возраста. Противопоказания к занятиям физической культурой в группах здоровья и самостоятельно; двигательные режимы в системе оздоровительной физической культуры. Количество и содержание физических упражнений для развития и поддержания физического состояния.</p>	<p>1</p>	<p>ОК 01-09 ПК 3.1-3.6</p>
<p>Тема 2.6. Медицинское обеспечение занятий, тренировок и соревнований.</p>	<p>Этапы обеспечения массовых спортивных соревнований. Весовые категории в отдельных видах спорта.</p>	<p>1</p>	
<p>Тема 2.7. Самоконтроль при занятиях физической культурой и спортом.</p>	<p>Содержание Роль самоконтроля при наблюдении за здоровьем и физическим развитием спортсмена. Задачи и содержание самоконтроля. Дневник самоконтроля. Характеристика субъективных показателей самоконтроля (самочувствия, настроения, аппетита, сна и др.) регистрация болевых ощущений и отношения к тренировке. Характеристика простых объективных показателей</p>	<p>3/1 2</p>	<p>ОК 01-09 ПК 3.1-3.6</p>

	самоконтроля (частоты сердечных сокращений и дыхания, жизненной емкости легких, веса, динамометрии, функциональных проб).		
	В том числе практических занятий	1	
	Практическое занятие 19. Дневник самоконтроля.	1	
Раздел 3. Спортивный травматизм		33/9	ОК 01-09
Тема 3.1. Классификация травм. Ушибы, растяжения, разрывы	Содержание. Понятие «травма». Классификация травм. Закрытые травмы (ушибы, растяжения, разрывы). Первая помощь.	2	ПК 3.1-3.6
Тема 3.2. Вывихи. Сотрясение. Переломы. Степени тяжести травм.	Содержание. Закрытые травмы (вывихи, сотрясение). Открытые травмы (переломы). Степени тяжести спортивных травм. Первая помощь.	2	
Тема 3.3. Раны и осложнения. Понятие об антисептике и асептике.	Содержание. Классификация ран. Закрепление понятий об асептике и антисептике. Изучение теоретических основ о функциональных особенностях ран и их осложнений. Первая помощь при ранениях.	2	ОК 01-09 ПК 3.1-3.6
Тема 3.4. Виды кровотечений. Первая помощь при кровотечениях.	Содержание. Понятие «кровотечение». Симптомы кровопотери. Классификация кровотечений. Первая помощь при различных видах кровотечений.	2	
Тема 3.5. Особенности спортивных травм. Причины возникновения.	Содержание. Понятие «спортивная травма». Особенности спортивных травм. Внешние и внутренние причины возникновения спортивных травм.	2	ОК 01-09 ПК 3.1-3.6
Тема 3.6. Спортивные травмы в различных видах спорта и их профилактика.	Содержание. Виды спортивных травм в различных видах спорта. «Колено прыгуна», «локоть теннисиста», растяжение и разрыв ахиллова сухожилия, растяжение и разрыв большеберцовой коллатеральной связки, растяжение и разрыв передней крестообразной связки, растяжение и разрыв четырехглавой мышцы бедра, основные механизмы развития повреждений мениска, грогги, нокаут, нокдаун. Профилактика спортивных травм.	2	
	В том числе практических занятий	9	
	Практическое занятие 20. Оказание первой помощи при ушибах, растяжениях, разрывах.	1	

	Практическое занятие 21. Оказание первой помощи при вывихах, сотрясении. Иммобилизация.	1	ОК 01-09
	Практическое занятие 22. Оказание первой помощи при переломах. Иммобилизация.	1	
	Практическое занятие 23. Оказание первой помощи при травмах головы. Виды повязок. Правила наложения бинтовых повязок. Наложение повязки «чепец», пращевидной повязки для фиксации челюсти.	1	
	Практическое занятие 24. Оказание первой помощи при травмах глаз. Наложение монокулярной и бинокулярной повязок на один и оба глаза.	1	
	Практическое занятие 25. Оказание первой помощи при травмах грудной клетки. Наложение окклюзионной повязки. Первая помощь при травмах позвоночника, живота, таза.	1	
	Практическое занятие 26. Оказание первой помощи при травмах плеча и верхней конечности. Наложение колосовидной повязки, повязки «варежка», «перчатка».	1	
	Практическое занятие 27. Оказание первой помощи при травмах колена и голеностопа. Наложение «черепашьей» повязки на колено, 8-образной повязки на голеностоп.	1	
	Практическое занятие 28. Оказание первой помощи при капиллярном, венозном и артериальном кровотечениях. Наложение асептической, давящей повязки и артериального жгута.	1	
Раздел 4. Общие принципы оказания первой помощи. Сердечно-легочная реанимация.		18/2	
Тема 4.1. Общие правила оказания первой помощи	Содержание. Перечень состояний для оказания первой помощи. Общие правила оказания первой помощи. Алгоритм оказания первой помощи и вызова скорой помощи (спасателей). Что делать нельзя, при оказании первой помощи. Определение признаков жизни и смерти. Клиническая и биологическая смерть.	2	ОК 01-09
			ПК 3.1-3.6
Тема 4.2. Сердечно-легочная реанимация.	Содержание. Диагностика пострадавшего. Алгоритм базовых реанимационных мероприятий у взрослых и детей. Критерии оценки эффективности проводимых реанимационных мероприятий. Ошибки при проведении СЛР.	2	
Тема 4.3. Первая помощь при обмороке, коллапсе, гипертоническом кризе, гипогликемии,	Содержание. Понятие «обморок», «коллапс». Причины. Первая помощь. Что нельзя делать при обмороке. Понятие «гипертонический криз». Первая помощь. Первая помощь больному сахарным диабетом при гипогликемии, диабетической коме. Первая помощь больному с бронхиальной астмой при	2	ОК 01-09 ПК 3.1-3.6

диабетической коме, приступе бронхиальной астмы, сердечном приступе, инсульте.	приступе. Первая помощь больному при сердечном приступе. Признаки инсульта. Первая помощь больному при инсульте.		
Тема 4.4. Инородное тело в дыхательных путях.	Содержание. Признаки удушья и асфиксии при попадании инородного тела в дыхательные пути. Метод Геймлиха, Первая помощь поперхнувшемуся ребенку. Прием Геймлиха – самопомощь.	1	ОК 01-09 ПК 3.1-3.6
Тема 4.5. Первая помощь при укусах насекомых, змей, животных.	Содержание. Первая помощь при укусах ядовитых насекомых. Первая помощь при укусе клеща, пчелы. Признаки укуса змеи. Что нельзя делать при укусе ядовитой змеи. Первая помощь. Первая помощь при укусе животных. Признаки бешенства.	1	
Тема 4.6. Первая помощь при аллергических реакциях и анафилактическом шоке.	Содержание. Причины аллергических реакций и их классификация. Признаки анафилактического шока. Первая помощь.	1	ОК 01-09 ПК 3.1-3.6
Тема 4.7. Первая помощь при отравлениях.	Содержание. Виды отравлений. Общие правила оказания первой помощи при отравлениях.	1	
Тема 4.8. Первая помощь при утоплении, обморожении.	Содержание. Первая помощь при утоплении. Причины обморожения. Степени обморожения. Первая помощь. Что запрещено делать при обморожении.	2	ОК 01-09 ПК 3.1-3.6
Тема 4.9. Первая помощь при ожогах и поражениях током.	Содержание. Классификация ожогов. Методы определения площади ожога. Первая помощь при химических, термических, солнечных ожогах. Первая помощь при поражении электрическим током, ударом молнии. Что запрещено делать при ожогах.	2	
Тема 4.10. Первая помощь при ДТП.	Содержание. Извлечение пострадавшего из транспортного средства.	2	
	Диагностика пострадавшего. Алгоритм оказания первой помощи.		
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие 29. Сердечно-легочная реанимация.	1	
	Практическое занятие 30. Прием Геймлиха.	1	
Раздел 5. Общие основы ЛФК		34/12	

Тема 5.1. Введение в дисциплину	Содержание. История лечебной физкультуры. Основные понятия и терминология. Цели, задачи лечебной физкультуры.	1	
Тема 5.2. Общие основы лечебной физкультуры	Содержание. Классификация физических упражнений, дозировка величины нагрузки, режимы двигательной активности.	1	ОК 01-09 ПК 3.1-3.6
Тема 5.3. Показания и противопоказания к применению ЛФК. Основные методы исследования физического развития.	Содержание. Показания и противопоказания к применению ЛФК. Принципы оценки состояния здоровья. Методы исследования физического развития. Типы конституции.	1	
Тема 5.4. Формы, методы и средства ЛФК	Содержание. Формы, методы и средства ЛФК. Дыхательные упражнения. Спортивно-прикладные упражнения.	1	
Тема 5.5. Механотерапия и игры в ЛФК. Аутогенная тренировка	Содержание. Понятие «механотерапия». Тренажеры маятникового и блокового типа. Правила проведения занятий механотерапии. Игры в ЛФК. Аутогенная тренировка.	1	
Тема 5.6. Общие требования к проведению занятий ЛФК	Содержание. Принципы проведения и структура занятий ЛФК. Последовательность действий при назначении ЛФК. Физическая подготовленность. Оценка эффективности ЛФК	1	
Тема 5.7. Особенности проведения ЛФК в различных возрастных группах	Содержание. Особенности проведения ЛФК у детей дошкольного и школьного возраста. Особенности проведения ЛФК у лиц пожилого и старческого возраста	1	
Тема 5.8. Классификация соматических заболеваний. Заболевания сердечно - сосудистой системы.	Содержание. Классификация соматических болезней. Сердечно-сосудистая система (ССС). Анатомо-физиологические особенности. Основные заболевания ССС. Причины развития сердечно-сосудистых заболеваний. Профилактика ССЗ.	2	

Тема 5.9. Реабилитация больных с заболеваниями сердечно-сосудистой системы	Содержание. Особенности ЛФК при сердечно-сосудистых заболеваниях (ССЗ). Влияние ЛФК на ССС. Правила проведения ЛФК при ССЗ. Примерный комплекс ЛФК при ССЗ.	1	
Тема 5.10. Заболевания дыхательной системы.	Содержание. Дыхательная система. Анатомо-физиологические особенности. Основные заболевания системы дыхания. Профилактика заболеваний органов дыхания. Задачи ЛФК при заболеваниях органов дыхания и противопоказания к лечебной физкультуре.	2	ОК 01-09 ПК 3.1-3.6
Тема 5.11. Реабилитация больных с заболеваниями дыхательной системы.	Содержание. Формы проведения занятий ЛФК при заболеваниях органов дыхания. Дыхательные упражнения. Дренирующие дыхательные упражнения. Постуральный дренаж. Дренирующие гимнастические упражнения.	1	
Тема 5.12. Заболевания системы пищеварения.	Содержание. Пищеварительная система. Анатомо-физиологические особенности. Основные заболевания системы пищеварения. Профилактика заболеваний органов ЖКТ.	2	
Тема 5.13. Реабилитация больных с заболеваниями системы пищеварения	Содержание. Основные принципы реабилитации при заболеваниях органов ЖКТ. Произвольная экономизация дыхания. Противопоказания.	1	
Тема 5.14. Заболевания нервной системы.	Содержание. Нервная система (центральная, периферическая). Анатомо-физиологические особенности. Основные заболевания нервной системы. Профилактика заболеваний.	2	
Тема 5.15. Реабилитация больных с заболеваниями центральной и периферической нервной системы.	Содержание. Задачи ЛФК при заболеваниях нервной системы. Противопоказания к назначению ЛФК.	1	

Тема 5.16. Заболевания опорно-двигательного аппарата.	Содержание. Опорно-двигательный аппарат (ОДА). Анатомо-физиологические особенности. Основные заболевания ОДА (первичные, вторичные). Профилактика заболеваний.	2	
Тема 5.17. Реабилитация больных с заболеваниями ОДА.	Содержание. Комплекс мероприятий по реабилитации. Задачи ЛФК при заболеваниях ОДА. Противопоказания к назначению ЛФК	1	ОК 01-09 ПК 3.1-3.6
	В том числе практических занятий	12	
	Практическое занятие 31. Игры в ЛФК.	2	
	Практическое занятие 32. ЛФК при заболеваниях сердечно - сосудистой системы.	2	
	Практическое занятие 33. ЛФК при заболеваниях системы дыхания.	2	
	Практическое занятие 34. ЛФК при заболеваниях системы пищеварения.	2	
	Практическое занятие 35. ЛФК при заболеваниях центральной и периферической нервной системы.	2	
Практическое занятие 36. ЛФК при заболеваниях опорно-двигательного аппарата.	2		
Раздел 6. Общие основы массажа		24/18	ОК 01-09
Тема 6.1. Массаж. Теоретические основы	Содержание. Определение «массаж». Показания и противопоказания (абсолютные, относительные, локальные). Дозирование массажа. Условная массажная единица.	1	ПК 3.1-3.6
Тема 6.2. Влияние массажа на организм. Классификация массажа.	Содержание. Анатомо-физиологические основы массажа. Изучение теоретических основ влияния массажа на функции организма. Классификация видов массажа.	1	
Тема 6.3. Гигиенические основы массажа.	Содержание. Гигиенические требования к помещению. Оснащение массажного кабинета. Оптимальная высота, размеры и виды массажного стола. Требования к массажисту, массируемому. Смазывающие вещества.	1	
Тема 6.4. Классический массаж. Основные правила и приемы.	Содержание. Направление движений руки при выполнении приемов массажа. Основные приемы и правила массажа. Физиологическое действие приемов: поглаживание, растирание, разминание, вибрация.	1	
Тема 6.5. Основы спортивного массажа.	Содержание. Понятие «спортивный массаж». Особенности тренировочного, предварительного и восстановительного массажа.	1	
Тема 6.6. Самомассаж	Содержание. Понятие «самомассаж». Правила выполнения самомассажа.	1	

при переутомлении.	В том числе практических занятий	18	
	Практическое занятие 37-42. Техники и приемы массажа.	6	
	Практическое занятие 43-48. Массаж отдельных частей тела.	6	
	Практическое занятие 49-51. Техника спортивного массажа (тренировочного, предварительного и восстановительного).	3	
	Практическое занятие 52-54. Техника самомассажа.	3	
Промежуточная аттестация	Практическое занятие 55. Дифференцированный зачет		
Всего:		166/54	
МДК.03.04 ОСНОВЫ МЕНЕДЖМЕНТА И МАРКЕТИНГА В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА			
Раздел 1. Основы менеджмента в области физической культуры и спорта		34/10	ОК 01 ОК 03 ПК 1.2 ПК 1.3 ПК 3.6
Тема 1.1. Теоретические основы менеджмента физической культуры и спорта	Содержание	3/1	
	Менеджмент. Цели и основные функции менеджмента в физической культуре и спорте. Объект и предмет спортивного менеджмента. Методы менеджмента. Формы управления физической культурой и спортом в современной России. Классификация и функции управления спортивной организацией. Внешняя и внутренняя организационная среда.	2	
	В том числе практических занятий	1	
	Практическое занятие 1. Физкультурно-спортивная организация как система.	1	
Тема 1.2. Основы государственного управления спортом в Российской Федерации.	Содержание	5/1	
	Система организации руководства спортом в России. Министерство спорта Российской Федерации (Минспорт России). Национальный олимпийский комитет России (НОК России). Основные черты государственного управления в области развития спортивного движения. Административно-правовой механизм государственного управления физической культурой и спортом в Российской Федерации.	4	
	В том числе практических занятий	1	
	Практическое занятие 2. Государственные и негосударственные органы управления физической культурой и спортом	1	
	Содержание	7/3	

Тема 1.3. Типология физкультурно-спортивных организаций	Функции организации в системе управления. Классификация организаций физкультурно-спортивной направленности Детализация понятий: «типология физкультурных и спортивных организаций» по целевому назначению Классификация организаций в зависимости от целей их деятельности	4	
	В том числе практических занятий	3	
	Практическое занятие 3. Жизненный цикл физкультурно-спортивной организации. Практическое занятие 4. Спортивные организации как объект менеджмента Практическое занятие 5. Некоммерческие спортивные организации	3	
Тема 1.4. Информационное обеспечение менеджмента физической культуры и спорта	Содержание	3/1	ОК 02 ОК 03 ПК 1.2 ПК 1.3 ПК 3.5
	Понятие и виды информации, используемой в управлении отраслью физической культуры и спорта. Содержание информационного обеспечения менеджмента физической культуры и спорта. Документационное обеспечение управления в физкультурно-спортивных организациях. Содержание учета и государственной системы статистической отчетности по физической культуре и спорту, организация ее сбора и обработки. Современные технические средства управления, обработки и передачи информации.	2	
	В том числе практических занятий	1	
	Практическое занятие 6. Информатизация отрасли физической культуры и спорта.	1	
Тема 1.5. Меры юридического принуждения, применяемые в области спорта	Содержание	2/-	
	Правовая характеристика мер юридического принуждения (воздействия), применяемых в области спорта. Судебные инстанции в мире спорта. Понятие и признаки правонарушения по российскому законодательству. Основные черты ответственности за нарушение норм спортивного права.	2	
Тема 1.6. Методы управления физкультурно-спортивными организациями	Содержание	7/1	
	Понятие и классификация методов управления физкультурно-спортивными организациями. Экономические методы управления. Организационно-административные методы управления.	6	

	Социально-психологические методы управления. Спортивное соревнование как комплексный метод управления. Выбор менеджером эффективных методов управления в конкретной ситуации. Требования к управленческим решениям. Технологический процесс подготовки и принятия управленческого решения.		
	В том числе практических занятий	1	
	Практическое занятие 7. Технология принятия управленческого решения.	1	
Тема 1.7. Менеджмент персонала физкультурно-спортивных организаций	Содержание	4/1	ОК 03 ОК 04 ПК 1.2
	Особенности содержания, организация и нормирование труда работников физкультурно-спортивных организаций. Нормативная основа определения должностных обязанностей персонала физкультурной организации. Правила внутреннего трудового распорядка. Мотивация и стимулирование труда в физкультурно-спортивных организациях. Многоуровневая система подготовки и повышения квалификации специалистов физической культуры и спорта.	3	
	В том числе практических занятий	1	
	Практическое занятие 8. Трудовые отношения в российском спорте	1	
Тема 1.8. Содержание труда менеджера в сфере физической культуры и спорта	Содержание	3/2	
	Роль менеджера в сфере физической культуры и спорта Профессиональная подготовка менеджеров в сфере физической культуры и спорта.	1	
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие 9. Содержание труда менеджера физкультурно-спортивной организации, его специфические особенности (на примере спортивной школы, фитнес-центра и т.д.) Практическое занятие 10. Подготовка и квалификация управленцев-менеджеров.	2	
Раздел 2. Основы маркетинга в области физической культуры и спорта		42/12	
Тема 2.1. Теоретические основы маркетинга в области физической культуры и спорта	Содержание	6/2	ОК 01 ОК 03 ПК 1.2 ПК 1.3 ПК 3.6
	Сущность маркетинга. Основные категории маркетинга Содержание и цели маркетинговой деятельности Концепции управления маркетингом Процесс маркетинга Цели, задачи, принципы и функции маркетинга Маркетинговые показатели. Эффективность маркетинга	4	
	В том числе практических занятий	2	

	Практическое занятие 11-12. Формирование маркетингового плана физкультурно-спортивной организации	2	
Тема 2.2. Физическая культура и спорт в отраслевой структуре народного хозяйства	Содержание	4/-	
	Спорт как экономическая деятельность Продукты спортивной деятельности. Спортивное зрелище как продукт спортивной деятельности Рынок спортивных товаров. Рынок спортивных услуг Спортивное достижение и ценность человеческого капитала в спорте	4	
Тема 2.3. Сегментирование рынка потребителей продуктов спортивной деятельности.	Содержание	6/4	
	Целевой рынок. Целевой сегмент. Назначение сегментирования. Процесс сегментации Критерии выбора сегмента рынка. Принципы сегментации Методы сегментации	2	
	В том числе практических занятий	4	
	Практическое занятие 13. Потребители товаров спортивной индустрии. Потребители услуг при занятиях спортом. Практическое занятие 14. Зрители спортивных мероприятий на спортивных сооружениях. Зрители телевизионных трансляций спортивных мероприятий и спортивного интернет-контента. Практическое занятие 15. Потребители услуг киберспорта. Практическое занятие 16. Определение целевой аудитории фитнес-клуба	4	
Тема 2.4. Маркетинговые исследования	Содержание	5/1	ОК 01 ОК 03 ПК 1.2 ПК 1.3 ПК 3.6
	Маркетинговые исследования: понятие и задачи Схема маркетинговых исследований. Маркетинговая информация Виды маркетинговых исследований Маркетинговая среда Методы и инструменты проведения маркетингового исследования	4	
	В том числе практических занятий	1	
	Практическое занятие 17. Особенности проведения маркетинговых исследований в сфере физической культуры и спорта	1	
Тема 2.5. Политика физкультурно-спортивной	Содержание	5/1	
	Назначение цен в маркетинге. Схема формирования цен. Факторы, влияющие на формирование цен	4	

организации в области ценообразования	Методы ценообразования Стратегии ценообразования		
	В том числе практических занятий	1	
	Практическое занятие 18. Процесс ценообразования физкультурно-оздоровительных и физкультурно-спортивных услуг на примере физкультурно-оздоровительного комплекса	1	
Тема 2.6. Политика физкультурно-спортивной организации в области продвижения услуг	Содержание	8/2	ОК 01 ОК 03 ПК 1.2 ПК 1.3 ПК 3.6
	Продвижение: понятие, виды и цели Виды продвижения товаров (услуг) физкультурно-спортивной организации. Цели, задачи и функции Реклама как вид продвижения. Рекламный бизнес в спортивной сфере. Личная продажа как вид продвижения Связи с общественностью как вид продвижения Спонсорство в спортивном маркетинге	6	
	В том числе практических занятий	2	
	Практические занятия 19 - 20. Особенности продвижения на рынке фитнес-индустрии Спортивные бренды как источник получения прибыли.	2	
Тема 2.7. Социальные медиа как новая среда коммуникаций в сфере спорта.	Содержание	3/1	ОК 01 ОК 02 ОК 03 ПК 1.2 ПК 1.3 ПК 3.6
	Сущность и понятие социальных медиа. Виды социальных медиаресурсов Развитие коммуникационного пространства в социальных медиа.	2	
	В том числе практических занятий	1	
	Практическое занятие 21. Информационные технологии в индустрии спорта.	1	
Тема 2.8. Спортивный маркетинг и социальные сети.	Содержание	5/1	
	Задачи и функции спортивного маркетинга в социальных сетях Инструменты спортивного маркетинга в социальных сетях. Технологии мобильного маркетинга. Особенности формирования целевой аудитории в социальных сетях. Эффективность маркетинговой деятельности в социальных сетях	4	
	В том числе практических занятий	1	
	Практическое занятие 22. SMM для спортивных клубов	1	
Промежуточная аттестация (практическое занятие 23-24) дифференцированный зачет		2	
Итого		78/24	

1	2	3	4
МДК 03.03. ИЗБРАННЫЙ ВИД СПОРТА С МЕТОДИКОЙ ТРЕНИРОВКИ И РУКОВОДСТВА СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ СПОРТСМЕНОВ			
3 семестр		32/-	
<i>Раздел 1. Введение в дисциплину «Избранный вид спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов»</i>			
Тема 1.1 История возникновения и развития избранного вида спорта	Содержание История и развитие избранного вида спорта Развитие избранного вида спорта в мире Развитие избранного вида спорта в России Развитие избранного вида спорта в СССР	4	ОК 01-06, 08,09 ПК 3.1-3.5
Тема 1.2 Деятельность международной и всероссийской федерации по избранному виду спорта	Содержание Международная федерация по избранному виду спорта (создание, функции) Всероссийская федерация по избранному виду спорта (создание, функции) Структура и руководство международной федерации по избранному виду спорта Структура и руководство всероссийской федерации по избранному виду спорта	4	
Тема 1.3 Избранный вид спорта на международной арене	Содержание Избранный вид спорта на Олимпийских играх Избранный вид спорта на международных соревнованиях Выдающиеся спортсмены мира Выдающиеся спортсмены России, СССР	4	
Тема 1.4 Соревновательная деятельность спортсменов	Содержание Система проведения соревнований Контрольные соревнования (краткая характеристика) Отборочные соревнования (краткая характеристика) Основные соревнования (краткая характеристика) Правила соревнований по ИВС Требования к участникам соревнований Требования к местам и оборудованию проведения соревнований Требования безопасности при проведении соревнований Антидопинговые мероприятия	20	

	Изменения в правилах соревнований		
	Самостоятельная работа Виды предстартовых состояний Методы регулирования предстартовых состояний Способы снятия предстартового напряжения Способы снятия предстартовой лихорадки Способы снятия предстартовой апатии Психологические тесты Определение психотипа спортсмена Виды темперамента	16	
4 семестр		38/10	
Раздел 2. Федеральный стандарт спортивной подготовки в избранном виде спорта			
Тема 2.1. Требования к структуре и содержанию и этапы программ спортивной подготовки	Содержание	11	ОК 01-06, 08,09 ПК 3.1-3.5
	Требования к структуре и содержанию дополнительных образовательных программ спортивной подготовки Этап начальной подготовки Учебно-тренировочный этап Этап совершенствования спортивного мастерства Этап высшего спортивного мастерства Контрольно-переводные нормативы на этапах спортивной подготовки Задачи этапов спортивной подготовки Объем программы на этапах спортивной подготовки Соотношение видов спортивной подготовки Виды соревнований, объем соревновательной деятельности Требования к кадрам и материально-техническому обеспечению		
Раздел 3. Виды подготовки в избранном виде спорта			
Тема 3.1. Техническая подготовка в избранном виде спорта	Содержание Классификация техники в избранном виде спорта Техническая подготовка на этапе начальной подготовки Техническая подготовка на тренировочном этапе Техническая подготовка на этапе спортивного совершенствования Техническая подготовка на этапе высшего спортивного мастерства Типичные ошибки в технике	6	ОК 01-06, 08,09 ПК 3.1-3.5

	Практические занятия № 1-4 Обучение техническим приемам и элементам Методы технической подготовки Методика исправления ошибок Схема обучения техническому действию. Карта двигательного действия.	4	
Тема 3.2. Тактическая (артистическая) подготовка спортсменов в избранном виде спорта	Содержание Классификация тактики (артистической подготовки) Обучение тактике игры (Основы артистической подготовки, хореографии) Методы тактической (артистической) подготовки	3	
	Практические занятия № 5-7 Использование методов обучения в тактической (артистической) подготовке спортсмена Анализ типичных ошибок в тактике (артистизме) Постановка и решение тактических (артистических) заданий	3	
Тема 3.3. Психологическая подготовка спортсменов в избранном виде спорта	Содержание Значение психологической подготовки Задачи специальной психологической подготовки Регулирование эмоциональных состояний спортсмена	3	
	Практическое занятие № 8 Средства психологической подготовки	1	
Тема 3.4. Физическая подготовка спортсменов в избранном виде спорта	Содержание Общая физическая подготовка (ОФП) Специальная физическая подготовка (СФП) Средства и методы ОФП Средства и методы СФП Задачи физической подготовки	5	
	Практические занятия №9-10 Упражнения ОФП Упражнения СФП	2	
5 семестр		48/24	

Тема 5.1. Интегральная подготовка спортсменов в избранном виде спорта	Содержание Интегральная подготовка спортсменов Средства интегральной подготовки спортсменов Методы интегральной подготовки спортсменов Индивидуализация интегральной подготовки	4	ОК 01-06, 08,09 ПК 3.1-3.5
	Практические занятия №11-15 Составить комплекс упражнений по СФП на этапе начальной подготовки Составить комплекс упражнений по СФП на тренировочном этапе Составить комплекс упражнений по СФП на этапе спортивного совершенствования Составить комплекс упражнений по СФП на этапе ВСМ Составить план-график соотношения средств ОФП и СФП на этапах спортивной подготовки	5	
Раздел 4. Планирование учебно-тренировочного процесса			
Тема 4.1. Документы планирования спортивной тренировки	Содержание План-график на год План микроцикла. Годичный цикл подготовки. План мезоцикла План – конспект занятия	5	ОК 01-06, 08,09 ПК 3.1-3.5
	Практические занятия №16-26 Сделать план-конспект занятия для начальной подготовки Сделать план-конспект занятия для тренировочных групп Сделать план-конспект занятия для групп спортивного совершенствования Сделать план-конспект занятия для высшего спортивного мастерства Сделать план микроцикла для начальной подготовки Сделать план микроцикла для тренировочных групп Сделать план микроцикла для групп спортивного совершенствования Сделать план микроцикла для высшего спортивного мастерства Подготовительный этап годичного цикла подготовки Соревновательный этап годичного цикла подготовки Переходный этап годичного цикла подготовки	11	

Тема 4.2. Контроль процесса подготовки	Содержание Контроль соревновательной деятельности Контроль тренировочной деятельности Контроль состояния спортсмена Врачебный контроль Самоконтроль	5	
	Практические занятия № 27-34 Оформление дневника спортсмена. Контроль соревновательной деятельности Контроль тренировочной деятельности Контроль состояния спортсмена Оценки с помощью специальных упражнений Врачебный контроль. Самоконтроль. Контрольно-переводные нормативы на этапах спортивной подготовки	8	
Раздел 5. Организация и проведение соревнований по избранному виду спорта			
Тема 5.1. Соревнования по ИВС	Содержание Виды соревнований Основная документация Положение о соревнованиях Смета соревнований Подготовка и проведение соревнований Состав судейской коллегии Обязанности судей Итоговые протоколы соревнований Единая Всероссийская спортивная классификация (ЕВСК) Единый календарный план (ЕКП)	10	ОК 01-09 ПК 3.1-3.5
	Самостоятельная работа План-конспект занятия для ГНП План-конспект занятия для УТГ План-конспект занятия для ГССМ План-конспект занятия для ГВСМ План микроцикла для ГНП План микроцикла для УТГ	12	ОК 03,08,09 ПК 3.1-3.3, 3.5

<i>6 семестр</i>		76/39	
Раздел 6. Развитие физических качеств в избранном виде спорта			
Тема 6.1. Средства и методы развития физических качеств	Содержание Средства и методы развития силы Средства и методы развития выносливости Средства и методы развития гибкости Средства и методы развития быстроты Средства и методы развития ловкости	5	ОК 01-06, 08,09 ПК 3.1-3.5
	Практические занятия № 35-48 Комплекс упражнений для развития силы Комплекс упражнений для развития быстроты Развитие общей выносливости Развитие специальной выносливости Развитие силовой выносливости Развитие скоростной выносливости Комплекс для развития гибкости Развитие ловкости Развитие скорости реакции Круговая тренировка на силу Круговая тренировка на гибкость Круговая тренировка на выносливость Круговая тренировка на координацию Игровая тренировка	14	
Самостоятельная работа Составить комплекс упражнений для развития выносливости Составить комплекс упражнений для развития гибкости Составить комплекс упражнений для развития силы Составить комплекс упражнений для развития ловкости Составить комплекс упражнений для развития быстроты Круговая тренировка на силовую выносливость Круговая тренировка на координационную выносливость Круговая тренировка на скоростную выносливость	8		

Раздел 7. Спортивный отбор в избранном виде спорта			
Тема 7.1. Спортивный отбор. Критерии отбора.	Содержание Этапы спортивного отбора Критерии и методы отбора	2	ОК 01-06, 08,09 ПК 3.1-3.5
	Практические занятия № 49-57 Тестирование по ОФП групп начальной подготовки Тестирование по ОФП тренировочных групп Тестирование по ОФП групп спортивного совершенствования Тестирование по ОФП групп высшего спортивного мастерства Тестирование по СФП групп начальной подготовки Тестирование по СФП групп спортивного совершенствования Тестирование по СФП тренировочных групп Тестирование по СФП групп высшего спортивного мастерства Замер антропометрических данных спортсменов	9	
Раздел 8. Основы спортивной тренировки в избранном виде спорта			
Тема 8.1. Тренировочные занятия и построение программ тренировки	Содержание Основы спортивной тренировки Критерии физической нагрузки Основные методы тренировки Спортивная форма и работоспособность спортсмена Общая структура занятий. Направленность занятий	6	ОК 01-06, 08,09 ПК 3.1-3.5
	Практические занятия №58-73 Типовые программы на разных этапах подготовки Занятие по общей физической подготовке Занятие по специальной физической подготовке Программа тренировки на спортивно-оздоровительном этапе. Программа тренировки на этапе начальной подготовки Программа тренировки на тренировочном этапе Программа тренировки на этапе спортивного совершенствования Программа тренировки на этапе высшего спортивного мастерства Тренировка силовой направленности Тренировка скоростной направленности Тренировка на выносливость Соревновательная подготовка Игровая подготовка. Проведение части тренировки	16	

	Анализ тренировки. Самоанализ тренировки Содержание Подготовка программы тренировки на спортивно-оздоровительном этапе Подготовка программы тренировки на этапе начальной подготовки Подготовка программы тренировки на учебно-тренировочном этапе. Подготовка программы тренировки на этапе спортивного совершенствования Подготовка программы тренировки на этапе высшего спортивного мастерства	5	
Тема 8.2. Средства восстановления. Питание спортсмена. Фармакология спортсмена.	Содержание Средства восстановления Средства управления работоспособностью Основы рационального питания спортсмена Потребление углеводов, белков, жиров Особенности питания женщин Фармакологическое обеспечение спортивной деятельности Восстановление после травм опорно-двигательного аппарата	7	
Тема 8.3. Основы антидопингового обеспечения	Содержание Допинговый контроль в спорте ВАДА. РУСАДА.	2	ПК 3.3.
Тема 8.4. Годичный цикл подготовки	Содержание Структура годичной подготовки и макроциклов Теория периодизации годичной подготовки Связь периодизации с календарем соревнований	3	ПК 3.5.
<i>Раздел 9. Физкультурно-спортивные сооружения, оборудование и инвентарь в избранном виде спорта</i>			
Тема 9.1. Физкультурно-спортивные сооружения, оборудование и инвентарь в избранном виде спорта	Содержание Классификация спортивных зданий и сооружений Техническое обслуживание зданий и спортивных сооружений в избранном виде спорта Спортивное оборудование и инвентарь в избранном виде спорта Требования к безопасности спортсооружений Оборудование мест занятий и соревнований Спортивный инвентарь Тренажёры и вспомогательные устройства, используемые в тренировочном процессе	7	ОК 03-07 ПК 3.5
7 семестр		88/44	
<i>Раздел 10. Федеральный стандарт спортивной подготовки в избранном виде спорта (ФССП)</i>			

	<p>Содержание Федеральный стандарт спортивной подготовки (ФССП). Общие положения Цель дополнительной образовательной программы спортивной подготовки (ДОПСП) Характеристика дополнительной образовательной программы спортивной подготовки (ДОПСП) Сроки реализации этапов СП. Объем ДОПСП Виды и формы обучения Годовой учебно-тренировочный план Календарный план воспитательной работы План антидопинговых мероприятий План инструкторской и судейской практики Медико-биологические мероприятия. Система контроля Требования к участию в соревнованиях Оценка результатов ДОПСП КПН (контрольно-переводные нормативы) Нормативы для групп начальной подготовки Нормативы учебно-тренировочных групп Нормативы групп спортивного совершенствования Нормативы для групп высшего спортивного мастерства Рабочая программа Соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки Условия реализации ДОПСП Сроки реализации этапов СП Объем ДОПСП Учебно-тренировочные мероприятия Соотношение видов СП (ФССП) - объем соревновательной деятельности (ФССП) требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию (ФССП) - рекомендации по проведению тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и спортивных соревнований (ФССП) программный материал для практических занятий по каждому этапу спортивной подготовки с разбивкой на периоды подготовки (ФССП) рекомендации по организации психологической подготовки</p>	32	ОК 01-09 ПК 3.1-3.5
--	---	----	------------------------

	<p>Практические занятия № 74-103 Федеральный стандарт спортивной подготовки Соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки Планируемые показатели соревновательной деятельности Режимы тренировочной работы Медицинские, возрастные и психофизические требования Предельные тренировочные нагрузки Объем соревновательной деятельности Требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию Требования к количественному и качественному составу групп Объем индивидуальной спортивной подготовки Структура годичного цикла Требования к технике безопасности Объемы тренировочных и соревновательных нагрузок Врачебно-педагогический контроль Психологический контроль Биохимический контроль Материал для практических занятий для групп начальной подготовки</p>		
	<p>Материал для практических занятий для тренировочных групп Материал для практических занятий для групп спортивного совершенствования Материал для практических занятий групп высшего спортивного мастерства Планы применения восстановительных средств для групп начальной подготовки Планы применения восстановительных средств для тренировочных групп Планы применения восстановительных средств для групп спортивного совершенствования Планы применения восстановительных средств для групп высшего спортивного мастерства Планы инструкторской и судейской практики Зачетные требования для групп начальной подготовки Зачетные требования тренировочных групп Зачетные требования групп спортивного совершенствования Зачетные требования для групп высшего спортивного мастерства Планы инструкторской и судейской практики</p>	30	ОК 01-09 ПК 3.1-3.5
Раздел 11. Подготовка спортивного резерва			

Тема 11.1. Подготовка спортивного резерва в РФ	Содержание Задачи подготовки в спортивных организациях ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»	2	
Тема 11.2. Этап начальной подготовки	Содержание Цели и задачи этапов подготовки Средства этапов подготовки Содержание практических занятий Соотношение объема и интенсивности тренировки Объем соревновательной подготовки Физическая подготовка Технико-тактическая подготовка Психологическая подготовка Распределение нагрузки в годичном цикле Содержание подготовки по мезоциклам	10	ОК 01-09 ПК 3.1-3.5
	Практические занятия №104-117 Постановка задач тренировки Соотношение объема и интенсивности тренировки Объем соревновательной подготовки Физическая подготовка Технико-тактическая подготовка Психологическая подготовка Распределение нагрузки в годичном цикле Содержание подготовки по мезоциклам План-график на год Медико-биологический контроль План микроцикла План мезоцикла План воспитательной работы План-график на год	14	
8 семестр		88/44	

Тема 11.3. Этап спортивной специализации (учебно-тренировочный)	Содержание Цели и задачи этапа подготовки Средства этапа подготовки Содержание практических занятий Соотношение объема и интенсивности тренировки Объем соревновательной подготовки Физическая подготовка Технико-тактическая подготовка Психологическая подготовка Распределение нагрузки в годичном цикле Содержание подготовки по мезоциклам	10	ОК 01-09 ПК 3.1-3.5
	Практические занятия №118-127 Постановка задач тренировки Соотношение объема и интенсивности тренировки Объем соревновательной подготовки Физическая подготовка Технико-тактическая подготовка Психологическая подготовка Распределение нагрузки в годичном цикле Содержание подготовки по мезоциклам План-график на год Психологическая подготовка	10	
Тема 11.4. Этап спортивного совершенствования	Содержание Цели и задачи этапа подготовки Средства этапа подготовки Содержание практических занятий Соотношение объема и интенсивности тренировки Объем соревновательной подготовки Физическая подготовка Технико-тактическая подготовка Психологическая подготовка Распределение нагрузки в годичном цикле Содержание подготовки по мезоциклам	10	

	<p>Практические занятия №128-137 Постановка задач тренировки Средства этапа подготовки Соотношение объема и интенсивности тренировки Объем соревновательной подготовки Физическая подготовка Технико-тактическая подготовка Психологическая подготовка Распределение нагрузки в годичном цикле Содержание подготовки по мезоциклам План-график на год</p>	10	
<p>Тема 11.5. Этап высшего спортивного мастерства</p>	<p>Содержание Цели и задачи этапа подготовки Средства этапа подготовки Содержание практических занятий Соотношение объема и интенсивности тренировки Объем соревновательной подготовки Физическая подготовка Технико-тактическая подготовка Психологическая подготовка Распределение нагрузки в годичном цикле Содержание подготовки по мезоциклам</p>	10	<p>ОК 01-09 ПК 3.1-3.5</p>
	<p>Практические занятия №138-147 Постановка задач тренировки Средства этапа подготовки Соотношение объема и интенсивности тренировки Объем соревновательной подготовки Физическая подготовка Технико-тактическая подготовка Психологическая подготовка Распределение нагрузки в годичном цикле Содержание подготовки по мезоциклам План-график на год</p>	10	

<p>Тема 11.6. Построение тренировочных занятий в избранном виде спорта</p>	<p>Содержание Анализ и самоанализ тренировки Структура обучения двигательному действию План-конспект подготовительной части тренировки ГНП План-конспект основной части тренировки ГНП План-конспект заключительной части тренировки ГНП План-конспект подготовительной части тренировки ТГ План-конспект основной части тренировки ТГ План-конспект заключительной части тренировки ТГ План-конспект подготовительной части тренировки ГССМ План-конспект основной части тренировки ГССМ План-конспект заключительной части тренировки ГССМ План-конспект подготовительной части тренировки ГВСМ План-конспект основной части тренировки ГВСМ План-конспект заключительной части тренировки ГВСМ</p>	<p>14</p>	<p>ОК 01-09 ПК 3.1, 3.5</p>
	<p>Практические занятия №148-161 Проведение подготовительной части тренировки ГНП Проведение основной части тренировки ГНП Проведение заключительной части тренировки ГНП Проведение подготовительной части тренировки ТГ Проведение основной части тренировки ТГ Проведение заключительной части тренировки ТГ Проведение подготовительной части тренировки ГССМ Проведение основной части тренировки ГССМ Проведение заключительной части тренировки ГССМ Проведение подготовительной части тренировки ГВСМ Проведение основной части тренировки ГВСМ Проведение заключительной части тренировки ГВСМ Имитационные упражнения Игры и эстафеты</p>	<p>14</p>	<p>ОК 01-09 ПК 3.1-3.5</p>

	<p>Самостоятельная работа Составление планов-конспектов для разных этапов подготовки Анализ тренировочных занятий Анализ соревнований Самоанализ занятия Тестирование спортсменов на этапах спортивной подготовки План микроцикла для ГССМ План микроцикла для ГВСМ Формы самоконтроля спортсмена Дневник спортсмена</p>	18	ОК 01-05, 09 ПК 3.1,3.5.
Всего		370/162	
<p>Учебная практика; 2 курс (5 семестр) Виды работ 1. Анализ планов занятий по виду спорта (спортивной дисциплине). 2. Разработка планов занятий по виду спорта (спортивной дисциплине). 3. Наблюдение, анализ и самоанализ занятий по виду спорта (спортивной дисциплине). 4. Проведение занятий (фрагментов) по виду спорта (спортивной дисциплине). 5. Осуществление контроля за физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий. 6. Разработка планов занятий для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности. 7. Проведение занятий (фрагментов) на основе программы, плана по физической подготовке для развития физических, качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности. 8. Оформление и презентация отчетных материалов по итогам учебной практики.</p>		36	ОК 01-09 ПК 1.1-1.3. ПК 2.1 ПК 3.1-3.6
<p>Производственная практика; 3 курс (6 семестр) Виды работ 1. Изучение и анализ программ, реализуемых в области физической культуры и спорта (с учетом специфики вида профессиональной деятельности) и методических материалов, обеспечивающих их реализацию; 2. Планирование занятий по программам, реализуемым в области физической культуры и спорта с учётом их специфики, решаемых задач, применяемых педагогических технологий; 3. Разработка методических и дидактических материалов, обеспечивающих реализацию программ в области физической культуры и спорта, программ физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы. 4. Изучение и обобщение передового опыта в области физической культуры и спорта;</p>		36	ОК 01-09 ПК 1.1-1.3. ПК 2.1 ПК 3.1-3.6

<p>5. Поиск, отбор и изучение учебной и учебно-методической литературы в области физической культуры и спорта, необходимой для решения профессиональных задач.</p> <p>6. Проведение занятий на основе программы, плана по физической подготовке для развития физических, качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик.</p> <p>7. Осуществление контроля за двигательной активностью, физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий.</p> <p>8. Ведение учётно-отчётной документации при проведении занятий.</p> <p>9. Оформление и презентация методических разработок профессиональной направленности.</p>		
<p>Производственная практика; 4 курс (7 семестр)</p> <p>Виды работ</p> <p>1. Анализ программ и планов занятий по виду спорта (спортивной дисциплине).</p> <p>2. Разработка методических и дидактических материалов, обеспечивающих реализацию программ в области физической культуры и спорта</p> <p>3. Разработка планов и проведение групповых занятий для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности.</p> <p>4. Разработка планов занятий по виду спорта (спортивной дисциплине).</p> <p>5. Проведение занятий по виду спорта (спортивной дисциплине).</p> <p>6. Наблюдение, анализ и самоанализ занятий по виду спорта (спортивной дисциплине).</p> <p>7. Осуществление контроля за физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий.</p> <p>8. Изучение и обобщение передового опыта в области физической культуры и спорта;</p> <p>9. Ведение учётно-отчётной документации при проведении занятий.</p> <p>10. Оформление и презентация методических разработок профессиональной направленности.</p> <p>11. Оформление портфолио профессиональных достижений.</p>	<p>72</p>	<p>ОК 01-09 ПК 1.1-1.3. ПК 2.1- ПК.2.5. ПК 3.1-3.6</p>
<p>Всего (учебная практика)</p>	<p>36</p>	
<p>Всего (производственная практика)</p>	<p>108</p>	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета спортивного и тренажёрного зала, бассейна.

Информационное обеспечение реализации программы

Основные источники

1. Голякова Н.Н. Оздоровительная аэробика: учебно-методическое пособие. - Москва, Берлин: Директ- Медиа, 2015 - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=426428>
2. Горбачев Д. В. Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа. Учебное пособие Санкт-Петербург, 2016
3. Григорьев, В. И. Фитнес-культура студентов: теория и практика: учебное пособие / В. И. Григорьев, Д. Н. Давиденко, С. В. Малинина. – СПб.: изд-во СПбГУЭФ, 2010. – 228 с.
4. Димова А.Л. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания : учебник для вузов / А. Л. Димова. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 428 с. — URL: <https://urait.ru/bcode/543939> (дата обращения: 15.04.2024).
5. Зайцева, И. А. Фитнес: 19 программ для коррекции фигуры / И. А. Зайцева. – М. : Эксмо, 2011. – 192 с.
6. Макарова Г.А. Спортивная медицина: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования -М.: Советский спорт, 2020
7. Маркетинг: учебник и практикум для среднего профессионального образования / Т. А. Лукичёва [и др.] ; под редакцией Т. А. Лукичёвой, Н. Н. Молчанова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 386 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-16504-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/541073>
8. Маркетинг-менеджмент : учебник и практикум для вузов / И. В. Липсиц [и др.] ; под редакцией И. В. Липсица, О. К. Ойнер. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 379 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01165-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536234>
9. Мелёхин, А. В. Менеджмент физической культуры и спорта : учебное пособие для среднего профессионального образования / А. В. Мелёхин. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 467 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-16823-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/531848>
10. Методика и организация физкультурно-оздоровительной работы: учеб. пособие / Л. А. Боярская; [науч. ред. В. Н. Люберцев]; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2017. – 120 с.
11. Михайлов Н.Г., Михайлова Э.И., Деревлёва Е.Б. Методика обучения физической культуре. Аэробика: учебное пособие для вузов. – Москва: Юрайт, 2022. - URL: <https://urait.ru/bcode/492482>
12. Мяконьков, В. Б. Спортивный маркетинг : учебник для вузов / В. Б. Мяконьков, Т. В. Копылова, Н. М. Егорова ; под общей редакцией В. Б. Мяконькова. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 284 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12861-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/542630>
13. Обожина, Д. А. Особенности маркетинга в спорте : учеб. пособие / Д. А. Обожина ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. — Екатеринбург : Изд-во Урал. ун-та, 2017. — 75 с

14. Организация и методика занятий ФК со взрослым населением. [Электронный ресурс]. Режим доступа: https://studopedia.ru/4_50034_v-starshego-shkolnogo-vozrasta.html (Дата обращения 06.06.2023).

15. Руководство по спортивной медицине/Под ред. В.А. Маргазина.- СПб.: СпецЛит, 2022

16. Самоконтроль при занятиях спортом и физическими упражнениями. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://myself-development.ru/samokontrol-pri-zanyatiyah-sportom-i-fizicheskimi-uprazhneniyami/> (Дата обращения 06.06.2023)

17. Филиппов, С. С. Менеджмент физической культуры и спорта : учебное пособие для среднего профессионального образования / С. С. Филиппов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 255 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-17685-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/542553>

18. Фитнес-тестирование: режимы питания. Таблицы калорийности / авт.-сост. А. А. Бавтуто. — М. : АСТ ; Мн. : Харвест, 2007. — 48 с.

19. Шипилина, И. А. Фитнес-спорт. Серия «Образовательные технологии в массовом и олимпийском спорте» / И. А. Шипилина, И. В. Самохин. — Ростов н/Д. : Феникс, 2004. — 224 с.

Дополнительные источники

1. Бомин В.А. Менеджмент физической культуры и спорта: Учебно-методическое пособие – Иркутск: Ирк. фил. РГУФКСиТ, 2010. – 198 с

2. Восколович, Н. А. Экономика платных услуг : учебник и практикум для вузов / Н. А. Восколович. — 4-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 441 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14124-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/538263>

3. Грудницкая Н.Н., Мазакова Т.В. Оздоровительный фитнес: учебное пособие: курс лекций. - Ставрополь: Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2019- URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=596211>

4. Душкина, М. Р. Психология рекламы и связей с общественностью в маркетинге : учебник для среднего профессионального образования / М. Р. Душкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 259 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-18710-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/545416>

5. Дубровский В.И. Лечебная физкультура и врачебный контроль: учебник для студентов медицинских вузов - Медицинское информационное агентство.2021 -600с.

6. Дубровский В.И. Гигиена физического воспитания и спорта: учебник для вузов - издательство «Владос», 2022

7. Карпова, С. В. Брендинг : учебник и практикум для прикладного бакалавриата / С. В. Карпова, И. К. Захаренко. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 439 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-9916-3732-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/532697>

8. Курдыбайло С.Ф., Евсеев, СП., Герасимова Г.В., Врачебный контроль в адаптивной физической культуре: М. издательство Советский спорт, 2022

9. Овсянников, А. А. Современный маркетинг : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. А. Овсянников. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 500 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-17731-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/545088>

10. Пономарёва, Е. А. Бренд-менеджмент : учебник и практикум для вузов / Е. А. Пономарёва. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 341 с. — (Высшее образование). —

ISBN 978-5-9916-9046-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536537>

11. Починкин А. В. Менеджмент в сфере физической культуры и спорта. Учебное пособие / А. В. Починкин — «Спорт», 2016.

12. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства: Учебник/ Ю.Д. Железняк., Ю.М. Портнов, 2012.- 480 с.

13. Тюрин, Д. В. Маркетинговые исследования : учебник для среднего профессионального образования / Д. В. Тюрин. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 342 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-9916-4561-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/507803>

14. Экономика, менеджмент и маркетинг физической культуры и спорта : практикум / Г.В. Сафонова, Н.Л. Врищ, Е.Е. Перепелица, И.А. Журавлева. —Электрон. дан. — Владивосток : Изд-во Дальневост. федерал. ун-та, 2018. — 1 CD-ROM. — [124 с.].

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

Результаты (освоенные профессиональные компетенции)	Формы и методы контроля и оценки
ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения	Диагностическая оценка на практическом занятии
ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности	Защита реферата, письменный опрос
ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия	Выполнение индивидуальных заданий, решение проблемно-ситуационных задач
ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий	Выполнение тестовых нормативов. Устный опрос
ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом	Диагностическая оценка на практическом занятии
ПК 2.6. 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	Написание и защита рефератов, докладов

**5. ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ,
ВНЕСЕННЫХ В РАБОЧУЮ ПРОГРАММУ**

Дата внесения изменения	№ изменения	№ страницы с изменением