

Департамент образования и науки города Москвы

Государственное автономное образовательное учреждение

высшего образования города Москвы

«Московский городской педагогический университет»

Институт среднего профессионального образования имени К.Д. Ушинского

Одобрено решением

Ученого совета

от «18» июня 2024 г.

Протокол № 11

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора института среднего
профессионального образования имени
К.Д. Ушинского ГАОУ ВО МГПУ

С.В. Еремин

Дата « » 2024 г.

ОСНОВНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ СРЕДНЕГО ЗВЕНА

Специальность

49.02.01 Физическая культура

Квалификация (и) выпускника

Педагог по физической культуре и спорту

на базе основного общего образования

срок обучения: 3 года 10 месяцев

Москва, 2022 год

Настоящая основная образовательная программа по специальности среднего профессионального образования 49.02.01 Физическая культура (далее – ОПОП СПО, ОПОП) разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура, утвержденного Приказом Минпросвещения России от 11 ноября 2022 г. N 968.

Основная образовательная программа по специальности среднего профессионального образования 49.02.01 Физическая культура определяет объем и содержание среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура, планируемые результаты освоения образовательной программы, условия образовательной деятельности.

ОПОП СПО определяет рекомендованный объем и содержание среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура, планируемые результаты освоения образовательной программы, условия образовательной деятельности.

Организация-разработчик: Институт среднего профессионального образования имени К.Д. Ушинского Московского городского педагогического университета.

Раздел 1. Общие положения

1.1. Настоящая основная образовательная программа по специальности среднего профессионального образования среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура.

ОПОП определяет рекомендованный объем и содержание среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура, планируемые результаты освоения образовательной программы, примерные условия образовательной деятельности.

ОПОП разработана для реализации образовательной программы на базе основного общего образования.

1.2. Нормативные основания для разработки ПОП:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 11 ноября 2022 г. N 968 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура";
- Профессиональный стандарт "Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)", утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 18 октября 2013 г. N 544н;
- Профессиональный стандарт "Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта", утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 21 апреля 2022 г. N 237н;
- Профессиональный стандарт "Тренер-преподаватель", утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 24 декабря 2020 г. N 952н;
- Профессиональный стандарт "Педагог дополнительного образования детей и взрослых", утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 22 сентября 2021 г. N 652н;
- Профессиональный стандарт "Специалист по продвижению фитнес-услуг", утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 24 декабря 2020 г. N 950н;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 28.03.2019 № 193н «Об утверждении профессионального стандарта «Спортивный судья»;
- Профессиональный стандарт "Специалист по школьному и студенческому спорту", утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 27 апреля сентября 2023 г. N 352н;
- Приказ Минпросвещения России от 24.08.2022 № 762 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам среднего профессионального образования»;
- Приказ Минпросвещения России от 12.08.2022 № 732 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 2 июля 2013 года № 513 «Об утверждении Перечня профессий рабочих, должностей служащих, по которым осуществляется профессиональное обучение» (с изменениями);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 17.05.2022 № 336 «Об утверждении перечней профессий и специальностей среднего профессионального образования и установлении соответствия отдельных профессий и специальностей среднего профессионального образования, указанных в этих перечнях, профессиям и специальностям среднего

профессионального образования, перечни которых утверждены приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 октября 2013 г. № 1199 «Об утверждении перечней профессий и специальностей среднего профессионального образования»;

– Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации, Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 № 885/390 «О практической подготовке обучающихся» в ред. Приказа Минобрнауки РФ № 1430, Минпросвещения РФ № 652 от 18.11.2020;

– Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 08.11.2021 № 800 «Об утверждении Порядка проведения государственной итоговой аттестации по образовательным программам среднего профессионального образования» (с изменениями);

– Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 14.10.2022 № 906 «Об утверждении Порядка заполнения, учета и выдачи дипломов о среднем профессиональном образовании и их дубликатов»;

– Приказ Минобороны РФ и Министерства образования и науки РФ от 24 февраля 2010 г. № 96/134 «Об утверждении Инструкции об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования, образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования и учебных пунктах»;

– Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (вместе с «СП 2.4.3648-20. Санитарные правила...»);

– Письмо Рособрнадзора от 26 марта 2019 года № 04-32 «О соблюдении требований законодательства по обеспечению возможности получения образования детьми инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья»;

– Письмо Минобрнауки России от 22 апреля 2015 года № 06-443 «О направлении Методических рекомендаций (вместе с «Методическими рекомендациями по разработке и реализации адаптированных образовательных программ среднего профессионального образования», утв. Минобрнауки России 20.04.2015 № 06-830вн);

– Письмо Минпросвещения России от 01 марта 2023 года № 05-592 «О направлении рекомендаций по реализации среднего общего образования в пределах освоения образовательной программы среднего профессионального образования»;

– Приказ Минпросвещения России от 08 апреля 2021 г. № 153 «Об утверждении Порядка разработки примерных основных образовательных программ среднего профессионального образования, проведения их экспертизы и ведения реестра примерных основных образовательных программ среднего профессионального образования»;

– Федеральная образовательная программа среднего общего образования»;

– Примерная основная профессиональная образовательная программа среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура;

– Устав и иные локальные нормативные акты Государственного автономного образовательного учреждения высшего образования города Москвы "Московский городской педагогический университет".

1.3. Перечень сокращений, используемых в тексте ОПОП:

ФГОС СПО – Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования;

ОПОП - основная профессиональная образовательная программа;

ПООП – примерная основная образовательная программа;

ППКРС – программа подготовки квалифицированных рабочих, служащих;

ППССЗ – программа подготовки специалистов среднего звена;

ОК – общие компетенции;
ПК – профессиональные компетенции;
ЛР – личностные результаты;
ООЦ – общеобразовательный цикл;
ОГСЭ – общий гуманитарный и социально-экономический цикл;
ЕН – математический и общий естественнонаучный цикл;
СГ – социально-гуманитарный цикл;
ОП – общепрофессиональный цикл;
ПЦ – профессиональный цикл;
МДК – междисциплинарный курс;
ПМ – профессиональный модуль;
ОУП – обязательный учебный предмет;
ДУП – дополнительный учебный предмет;
УД – учебная дисциплина;
УП – учебная практика;
ПП – производственная практика;
ПДП – преддипломная практика;
Эк – экзамен квалификационный;
ДЭ – демонстрационный экзамен;
ГИА – государственная итоговая аттестация.

Раздел 2. Общая характеристика образовательной программы

Реализация образовательной программы осуществляется на государственном языке Российской Федерации.

Область профессиональной деятельности, в которой выпускники, освоившие образовательную программу, осуществляют профессиональную деятельность: 01 Образование и наука, 03 Социальное обслуживание, 05 Физическая культура и спорт.

При реализации образовательной программы возможно применение электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

При обучении инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья электронное обучение и дистанционные образовательные технологии предусмотрена возможность приема передачи информации в доступных для них формах.

Срок реализации ОПОП по специальности 49.02.01 Физическая культура в ГАОУ ВО МГПУ – 2022-2026 год.

Квалификация, присваиваемая выпускникам образовательной программы: Педагог по физической культуре и спорту.

2.2. Форма обучения: очная.

2.3. Общий объем образовательной программы, реализуемой на базе основного общего образования: 5940 академических часов.

Срок получения образования по образовательной программе в очной форме обучения вне зависимости от применяемых образовательных технологий и присваиваемая квалификация приводятся в таблице 1.

Таблица 1

Уровень образования, необходимый для приема на обучение	Наименование квалификации	Срок получения образования
Основного общего образования	Педагог по физической культуре и спорту	3 года 10 месяцев

При обучении по индивидуальному учебному плану срок получения образования по образовательной программе вне зависимости от формы обучения составляет не более срока получения образования, установленного для соответствующей формы обучения. При обучении и по

индивидуальному учебному плану обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья срок получения образования может быть увеличен не более чем на 1 год по сравнению со сроком получения образования для соответствующей формы обучения.

Профессиональная образовательная организация предоставляет возможность сдачи Единого государственного экзамена по программе среднего общего образования. Выпускникам, успешно сдавшим ЕГЭ, выдается аттестат о среднем общем образовании.

2.4. ОПОП СПО разработана в соответствии компетентностного профиля выпускника, для увеличения практикоориентированности обучения с учетом подходов уровня образования.

2.5. Получение образования для лиц с ограниченными возможностями здоровья.

В случае поступления в ГАОУ ВО МГПУ лиц с ограниченными возможностями здоровья разрабатываются адаптированные образовательные программы с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья и при необходимости, обеспечивающие коррекцию нарушений, развития и социальную адаптацию указанных лиц, а для инвалидов – с учетом индивидуальной программы реабилитации инвалида. Адаптированные программы разрабатываются в соответствии с требованиями ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Раздел 3. Характеристика профессиональной деятельности выпускника

3.1. Область профессиональной деятельности выпускников: 01 Образование и наука, 03 Социальное обслуживание, 05 Физическая культура и спорт.

3.2. Соответствие видов деятельности профессиональным модулям и присваиваемой квалификации:

Наименование видов деятельности	Наименование профессиональных модулей
1	2
Виды деятельности	
Организация и проведение физкультурно-спортивной работы	ПМ.01 Организация и проведение физкультурно-спортивной работы
Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности	ПМ.02 Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности
Вид деятельности по выбору, в соответствии с направленностью преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам	ПМ.03 Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам
Вид деятельности по выбору, в соответствии с направленностью организация и проведение физкультурно-оздоровительных, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп	ПМ.04 Организация и проведение физкультурно-оздоровительных, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп

Раздел 4. Планируемые результаты освоения образовательной программы

Результаты освоения образовательных программ определяются приобретаемыми выпускником компетенциями, т.е. его способностью применять знания, умения, опыт и личностные качества в соответствии с выполняемыми видами профессиональной деятельности.

4.1. Общие компетенции

Код компетенции	Формулировка компетенции ¹	Знания, умения ²
ОК 01	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	<p>Умения: распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; составлять план действия; определять необходимые ресурсы; владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовывать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника)</p> <p>Знания: актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах; структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности</p>
ОК 02	Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности	<p>Умения: определять задачи для поиска информации; определять необходимые источники информации; планировать процесс поиска; структурировать получаемую информацию; выделять наиболее значимое в перечне информации; оценивать практическую значимость результатов поиска; оформлять результаты поиска, применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач; использовать современное программное обеспечение; использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач.</p> <p>Знания: номенклатура информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности; приемы структурирования информации; формат</p>

¹ Компетенции формулируются как в п.3.2 ФГОС СПО.

² Приведенные знания и умения имеют рекомендательный характер и могут быть скорректированы в зависимости от профессии (специальности).

		оформления результатов поиска информации, современные средства и устройства информатизации; порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности в том числе с использованием цифровых средств.
ОК 03	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях.	<p>Умения:</p> <p>определять актуальность нормативно-правовой документации в профессиональной деятельности; применять современную научную профессиональную терминологию; определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования; выявлять достоинства и недостатки коммерческой идеи; презентовать идеи открытия собственного дела в профессиональной деятельности; оформлять бизнес-план; рассчитывать размеры выплат по процентным ставкам кредитования; определять инвестиционную привлекательность коммерческих идей в рамках профессиональной деятельности; презентовать бизнес-идею; определять источники финансирования</p> <p>Знания:</p> <p>содержание актуальной нормативно-правовой документации; современная научная и профессиональная терминология; возможные траектории профессионального развития и самообразования; основы предпринимательской деятельности; основы финансовой грамотности; правила разработки бизнес-планов; порядок выстраивания презентации; кредитные банковские продукты</p>
ОК 04	Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	<p>Умения:</p> <p>организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности</p> <p>Знания:</p> <p>психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; основы проектной деятельности</p>
ОК 05	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста	<p>Умения:</p> <p>грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе</p> <p>Знания:</p> <p>особенности социального и культурного контекста; правила оформления документов и построения устных сообщений</p>
ОК 06	Проявлять гражданско-патриотическую позицию,	<p>Умения:</p> <p>описывать значимость своей специальности; применять стандарты антикоррупционного поведения</p>

	демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения	Знания: сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей; значимость профессиональной деятельности по специальности; стандарты антикоррупционного поведения и последствия его нарушения
ОК 07	Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях	Умения: соблюдать нормы экологической безопасности; определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по специальности осуществлять работу с соблюдением принципов бережливого производства; организовывать профессиональную деятельность с учетом знаний об изменении климатических условий региона. Знания: правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности; основные ресурсы, задействованные в профессиональной деятельности; пути обеспечения ресурсосбережения; принципы бережливого производства; основные направления изменения климатических условий региона.
ОК 08	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	Умения: использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности Знания: роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; средства профилактики перенапряжения
ОК 09	Пользоваться профессиональной документацией государственном иностранном языках	Умения: понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы; участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы; строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности; кратко обосновывать и объяснять свои действия (текущие и планируемые); писать простые связные сообщения на

		знакомые или интересующие профессиональные темы
		<p>Знания: правила построения простых и сложных предложений на профессиональные темы; основные общеупотребительные глаголы (бытовая и профессиональная лексика); лексический минимум, относящийся к описанию предметов, средств и процессов профессиональной деятельности; особенности произношения; правила чтения текстов профессиональной направленности</p>

4.2. Профессиональные компетенции

Основные виды деятельности	Код и наименование компетенции	Показатели освоения компетенции
Организация и проведение физкультурно-спортивной работы	ПК 1.1. Планировать и анализировать физкультурно-спортивную работу.	<p>Навыки: разработки общего плана физкультурно-спортивной работы анализа и оценки физкультурно-спортивной работы</p> <p>Умения: определять цель, задачи и содержание физкультурно-спортивной работы разрабатывать документы планирования физкультурно-спортивной работы оценивать результативность физкультурно-спортивной работы</p> <p>Знания: нормативные документы, регламентирующие организацию физкультурно-спортивной работы в РФ цели и задачи физкультурно-спортивной работы направления, содержание, формы организации физкультурно-спортивной работы требования к планированию и технологии планирования физкультурно-спортивной работы показатели результативности физкультурно-спортивной работы</p>
	ПК 1.2. Организовывать и проводить мероприятия в сфере молодежной политики, включая досуг и отдых детей, подростков и молодежи, в том числе в специализированных (профильных) лагерях.	<p>Навыки: разработки планов и программы по формированию ЗОЖ, организации мероприятий, направленных на гражданское и патриотическое воспитание молодежи, воспитание толерантности в молодежной среде, формирование правовых, культурных и нравственных ценностей среди молодежи</p> <p>Знания: разработки плана и программы организации досуга и отдыха детей, подростков и молодежи;</p>

	<p>проведения физкультурных мероприятий, направленных на формирование правовых, культурных, нравственных ценностей, решение задач гражданского и патриотического воспитания молодежи</p> <p>Умения:</p> <p>разрабатывать планы и программы по формированию ЗОЖ, организации мероприятий, направленных на гражданское и патриотическое воспитание молодежи, воспитание толерантности в молодежной среде, формирование правовых, культурных и нравственных ценностей среди молодежи</p> <p>разрабатывать планы и программы организации досуга и отдыха детей, подростков и молодежи</p> <p>использовать средства физической культуры для формирования правовых, культурных, нравственных ценностей, решения задач гражданского и патриотического воспитания молодежи</p> <p>Знания:</p> <p>значение физической культуры в формировании ЗОЖ, в гражданском и патриотическом воспитании молодежи, воспитании толерантности в молодежной среде, формировании правовых, культурных и нравственных ценностей среди молодежи</p> <p>способы формирования правовых, культурных и нравственных ценностей среди молодежи средствами физической культуры</p> <p>средства физической культуры для формирования правовых, культурных, нравственных ценностей, решения задач гражданского и патриотического воспитания молодежи</p> <p>основные подходы, направления и технологии работы по организации досуга и отдыха детей, подростков и молодежи</p>
ПК 1.3. Организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия.	<p>Навыки:</p> <p>анализа программ проведения физкультурно-оздоровительных или спортивно-массовых мероприятий</p>
	<p>планирования проведения физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия</p>
	<p>наблюдения, анализа и самоанализа физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия, разработки предложений по их совершенствованию</p>
	<p>проведения физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия</p>

		<p>проведения инструктажа по технике безопасности в процессе организации и проведения физкультурно-оздоровительного и (или) спортивно-массового мероприятия</p> <p>определения соответствия оборудования и инвентаря нормам техники безопасности</p> <p>Умения:</p> <p>использовать различные методы и формы организации физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической подготовленности участников</p> <p>разрабатывать программу проведения и план ресурсного обеспечения физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия с учетом целей и задач</p> <p>оценивать соответствие мест проведения, оборудования и инвентаря нормам техники безопасности</p> <p>организовывать и проводить торжественный церемониал физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий</p> <p>проводить и анализировать физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия</p> <p>Знания:</p> <p>формы и виды физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий</p> <p>технология организации и методика проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий</p> <p>технологию разработки программы и плана ресурсного обеспечения физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия</p> <p>методику проведения спортивно-оздоровительных соревнований в рамках физкультурно-спортивных мероприятий</p> <p>техника безопасности, способы и приёмы предупреждения травматизма при проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий</p> <p>подходы к анализу физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий</p> <p>виды физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря, особенности их эксплуатации</p> <p>техника безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю</p>
--	--	--

	<p>ПК 1.4. Организовывать деятельность волонтеров в области физической культуры и спорта</p>	<p>Навыки: организации деятельности волонтеров в области физической культуры и спорта</p> <p>Умения: определять содержания и направления работы волонтеров в области физической культуры и спорта</p> <p>Знания: основы волонтёрской деятельности в области физической культуры и спорта и методику подготовки волонтёров</p>
	<p>ПК 1.5. Организовывать спортивно-массовые соревнования и мероприятия по тестированию населения по нормам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.</p>	<p>Навыки: участия в проведении спортивного соревнования или мероприятия по выполнению населением нормативов испытаний (тестов)</p> <p>наблюдения и анализа спортивного соревнования или мероприятия по выполнению населением различных возрастных групп нормативов испытаний (тестов)</p> <p>разработки и проведения занятия для подготовки населения к выполнению нормативов ВФСК ГТО в соответствии с установленной ступенью</p> <p>Умения: планировать работу судейской коллегии</p> <p>пользоваться контрольно – измерительными приборами</p> <p>оформлять документы при подготовке, организации и проведении спортивных соревнований, мероприятий по выполнению населением норм всероссийского физкультурно-спортивного комплекса</p> <p>определять содержание и проводить занятий для подготовки населения к выполнению нормативов ВФСК ГТО в соответствии с установленной ступенью</p> <p>Знания: основные положения всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»</p> <p>порядок организации и регламент проведения мероприятия по выполнению населением нормативов испытаний (тестов)</p> <p>состав главной судейской коллегии по виду спорта, мероприятия и функции спортивных судей</p> <p>правила видов спорта, в соответствии с которыми проводятся спортивные соревнования по выполнению населением различных возрастных групп нормативов испытаний (тестов)</p> <p>содержание и методику проведения занятий для подготовки населения к выполнению нормативов</p>

		ВФСК ГТО в соответствии с установленной ступенью
	ПК 1.6. Проводить работу по предотвращению применения допинга	<p>Навыки: проведения образовательных и пропагандистских мероприятий, направленных на предотвращение допинга и борьбу с ним</p> <p>Умения: находить и использовать информацию по антидопинговому обеспечению в профессиональной деятельности проводить образовательные и пропагандистские мероприятия, направленные на предотвращение допинга и борьбу с ним</p> <p>Знания: понятие «допинг», историю допинга, запрещенные субстанции и методы, способы противодействия допингу в спорте правовое регулирование борьбы с допингом медицинские аспекты, социальные и психологические последствия применения допинга методику профилактики допинга и зависимого поведения</p>
Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности	ПК 2.1. Разрабатывать методическое обеспечение для организации и проведения занятий по физической культуре и спорту, физкультурно-спортивной работы.	<p>Навыки: изучения и анализа программ, реализуемых в области физической культуры и спорта (с учетом специфики вида профессиональной деятельности) и методических материалов, обеспечивающих их реализацию</p> <p>планирования занятий по программам, реализуемым в области физической культуры и спорта с учётом их специфики, решаемых задач, применяемых педагогических технологий</p> <p>разработки методических и дидактических материалов, обеспечивающих реализацию программ в области физической культуры и спорта, программ физкультурно-спортивной работы</p> <p>Умения: анализировать нормативные документы, в области физической культуры и спорта анализировать программы, реализуемые в области физической культуры и спорта (с учетом специфики вида профессиональной деятельности)</p> <p>существлять разработку методических и дидактических материалов, обеспечивающих реализацию программ в области физической культуры и спорта</p> <p>осуществлять разработку занятий по программам в области физической культуры и спорта с</p>

		<p>учётом их специфики и решаемых задач, применяемых педагогических технологий</p> <p>Знания:</p> <p>нормативные и методические документы, в области физической культуры и спорта</p> <p>разновидности программ в области физической культуры и спорта (с учетом специфики вида профессиональной деятельности)</p> <p>технологию разработки методических материалов, обеспечивающих реализацию программ в области физической культуры и спорта</p> <p>педагогические технологии и современные методики подготовки обучающихся по программам в области физической культуры и спорта</p>
	<p>ПК 2.2. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности специалистов в области физической культуры и спорта</p>	<p>Навыки:</p> <p>изучения и обобщения передового опыта в области физической культуры и спорта</p> <p>поиска и отбора и изучения учебной и учебно-методической литературы в области физической культуры и спорта, необходимой для решения профессиональных задач</p> <p>Умения:</p> <p>изучать и систематизировать базовые знания и передовой опыт в области физической культуры и спорта</p> <p>Знания:</p> <p> достижения отечественной науки в области физической культуры и спорта</p> <p>передовой практический опыт в области физической культуры и спорта</p> <p>разновидности профессиональной литературы её специфика и назначение</p> <p>источники и способы распространения передового опыта в области профессиональной деятельности</p>
	<p>ПК 2.3. Оформлять результаты методической и исследовательской деятельности в виде выступлений, докладов, отчетов.</p>	<p>Навыки:</p> <p>подготовки, оформления и презентации результатов методической и исследовательской деятельности в виде выступлений, докладов, отчётов, методических разработок и др.</p> <p>оформления портфолио профессиональных достижений</p> <p>Умения:</p> <p>готовить, оформлять, представлять и защищать результаты методической, исследовательской и проектной деятельности</p> <p>представлять результаты собственной профессиональной деятельности</p> <p>Знания:</p>

		<p>требования к оформлению результатов методической и исследовательской деятельности</p> <p>процедуры выступления и защиты результатов методической и исследовательской работы</p>
	<p>ПК 2.4. Осуществлять исследовательскую и проектную деятельность в области физической культуры и спорта</p>	<p>Навыки:</p> <p>планирования, выполнения и представления исследовательской и/или проектной работы в области физической культуры и спорта</p> <p>Умения:</p> <p>определять тему, цель и задачи, планировать исследовательскую и проектную деятельность</p> <p>осуществлять взаимодействие с руководителем, а также с другими участниками совместной проектной и исследовательской деятельности</p> <p>Знания:</p> <p>основы организации исследовательской и проектной деятельности в области физической культуры и спорта</p> <p>основы планирования и методику выполнения педагогического исследования и проектирования в области физической культуры и спорта</p>
Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам	<p>ПК 3.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия по физической культуре.</p>	<p>Навыки:</p> <p>определения цели и задач, планирования уроков физической культуры в соответствии с основной общеобразовательной программой</p> <p>планирования оптимальной двигательной деятельности обучающихся на уроках физической культуры в соответствии с темой и решаемыми задачами</p> <p>планированию последовательности освоения разделов учебного предмета «Физическая культура и физических упражнений» в учебном году</p> <p>изучения и анализа нормативной и методической литературы и других источников информации для планирования уроков физической культуры</p> <p>разработки документов планирования физического воспитания</p> <p>Умения:</p> <p>находить и использовать нормативную и методическую литературу и другие источники информации для планирования уроков физической культуры</p> <p>планировать учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой</p> <p>планировать двигательную деятельность обучающихся на уроках физической культуры с использованием наиболее оптимальных средств и методов в соответствии с требованиями программного материала, возрастными особенностями обучающихся, уровнем их</p>

		<p>физической подготовленности, состояния здоровья и организационными условиями занятий</p> <p>разрабатывать документы оперативного планирования уроков физической культуры в соответствии с методическими требованиями</p> <p>Знания:</p> <p>значение, место и основные исторические этапы становления учебного предмета «физическая культура» в отечественном образовании</p> <p>учебный предмет «физическая культура» в пределах требований федеральных образовательных стандартов общего образования и примерных основных образовательных программ</p> <p>требования и логику планирования учебного процесса по физической культуре</p> <p>общая цель и задачи физического воспитания обучающихся и их конкретизация для школьников разного возрастного периода</p>
<p>ПК 3.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.</p>		<p>Навыки:</p> <p>проведения уроков физической культуры в соответствии с их разновидностями, программными требованиями, возрастными особенностями обучающихся и состоянием их здоровья</p> <p>Умения:</p> <p>методически грамотно использовать совокупность специфических и общепедагогических средств, методов, приёмов обучения и организационных условий проведения урочных форм занятий, исходя из требований программного материала по физической культуре, возрастных особенностей обучающихся, уровня их двигательной подготовленности и состояния здоровья</p> <p>применять современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы</p> <p>использовать различные способы организации обучающихся с целью оптимального решения задач уроков физической культуры, достижения необходимой общей и моторной «плотности»</p> <p>обучать технике физических упражнений согласно методики поэтапного обучения двигательным умениям и навыкам</p> <p>осуществлять комплексное и направленное воспитание физических качеств и способностей, исходя из содержания программного материала, возраста и физической подготовленности обучающихся</p>

	<p>дозировать физическую нагрузку, исходя из возраста обучающихся, их физической подготовленности, состояния здоровья и специфики выполняемых упражнений</p> <p>использовать общепедагогические средства, методы и приёмы для создания положительной учебной мотивации, стимулирования деятельности обучающихся, выстраивания педагогически целесообразных взаимоотношений между участниками образовательного процесса</p> <p>формировать у обучающихся устойчивый интерес и потребность в занятиях физическими упражнениями</p> <p>разрабатывать, в соответствии с тематикой уроков, самостоятельную работу по учебному предмету, адаптированную для выполнения в домашних условиях</p> <p>использовать и апробировать специальные подходы к обучению в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся, в том числе с особыми потребностями в образовании: обучающихся, проявивших выдающиеся способности; обучающихся с ограниченными возможностями здоровья</p> <p>использовать в воспитании обучающихся возможности урока физической культуры</p> <p>использовать и оборудовать места для занятий, применять спортивный и учебный инвентарь</p> <p>обучать приёмам страховки и самостраховки, обеспечивать соблюдение необходимых требований охраны труда на уроках физической культуры</p>
	<p>Знания:</p> <p>методические особенности проведения уроков физической культуры для обучающихся различного школьного возраста</p> <p>классификация, направленность и педагогические возможности средств и методов физического воспитания применительно к урочным формам занятий физической культурой</p> <p>методика поэтапного обучения двигательным умениям и навыкам обучающихся школьного возраста</p> <p>методические основы воспитания физических качеств и способностей обучающихся школьного возраста</p> <p>приёмы страховки и самостраховки, требования охраны труда при проведении занятий</p> <p>специальные подходы к обучению в целях включения в образовательный процесс всех</p>

		<p>обучающихся, в том числе с особыми потребностями в образовании: обучающихся, проявивших выдающиеся способности; обучающихся с ограниченными возможностями здоровья</p> <p>возможности урока физической культуры в воспитании обучающихся</p>
ПК 3.3. Осуществлять контроль, оценивать и анализировать процесс и результаты педагогической деятельности и обучения по предмету «Физическая культура».		<p>Навыки:</p> <p>осуществления контроля результатов общепредметной, двигательной, физической и функциональной подготовленности обучающихся по предмету «Физическая культура», исходя из принятых в отечественной педагогике средств и методов контроля</p> <p>оценивания результатов контроля и разработки рекомендаций по совершенствованию подготовленности обучающихся с учётом из возраста, уровня подготовленности</p> <p>педагогического наблюдения и анализа учебного процесса, разработки конкретных рекомендаций по его совершенствованию</p>
		<p>Умения:</p> <p>оценивать качество освоения учащимися двигательных действий, предусмотренных программными требованиями по учебному предмету «Физическая культура»</p> <p>использовать принятую в отечественной педагогике систему оценивания качества образовательного процесса по учебному предмету, рекомендованные контрольные нормативы для оценивания физической подготовленности обучающихся в соответствии с их возрастом</p>
		<p>осуществлять регистрацию показателей функциональной подготовленности обучающихся</p> <p>использовать доступные и информативные контрольно-измерительные приборы, отражающие результативность педагогического процесса по учебному предмету «Физическая культура»</p>
		<p>Знания:</p> <p>педагогический контроль и учёт в физическом воспитании обучающихся</p>
		<p>назначение основных средств и методов контроля качества образовательного процесса по физической культуре</p>
		<p>педагогический контроль за двигательной, физической и функциональной подготовленностью обучающихся и</p>

		соответствующие контрольные упражнения (тесты)
		назначение доступных и информативных контрольно-измерительных приборов и возможности их использование для получения объективной информации о результатах педагогического процесса по физической культуре
		особенности оценивания процесса и результатов деятельности обучающихся при освоении учебного предмета «Физическая культура»
		разновидности и назначение документации, обеспечивающей процесс физического воспитания обучающихся школьного возраста
ПК 3.4. Вести документацию, обеспечивающую процесс физического воспитания обучающихся школьного возраста.	<p>Навыки: ведения документации, обеспечивающей процесс физического воспитания, в том числе, электронные формы документации</p> <p>Умения: вести документацию, обеспечивающую процесс физического воспитания, в том числе, электронные формы документации</p> <p>Знания: требования к ведению документации, обеспечивающей процесс физического воспитания, в том числе, электронные формы документации</p>	
ПК. 3.5. Организовывать и осуществлять внеурочную деятельность в области физической культуры.	<p>Навыки: разработки и проведения неурочных форм занятий физическими упражнениями в режиме учебного дня школьника</p> <p>Умения: определять цели и задачи неурочных форм занятий в режиме учебного дня школьника и во внеурочной деятельности</p>	
	<p>Знания: определять оптимальные средства, методы и организационные условия для проведения неурочных форм занятий физическими упражнениями в режиме учебного дня и во внеурочной деятельности с учётом решаемых задач</p> <p>Навыки: планировать и проводить неурочные формы занятий физическими упражнениями с учётом решаемых задач, возрастных особенностей школьников, уровня их двигательной подготовленности и имеющихся организационных условий</p>	

		<p>мотивировать и приобщать обучающихся к первоначальной соревновательной деятельности, формировать интерес к занятиям физкультурой и спортом</p>
		<p>организовывать деятельность школьного спортивного клуба</p>
		<p>подбирать необходимый инвентарь и оборудование для проведения неурочных занятий исходя из решаемых задач, обучать приемам страховки и самостраховки, обеспечивать меры охраны труда</p>
		<p>Знания:</p>
		<p>цель, задачи, разновидности и направленность неурочных форм занятий во внеурочной деятельности школьников</p>
		<p>средства физического воспитания, используемые во внеурочной работе, исходя из освоенных базовых видов физкультурно-спортивной деятельности, возраста обучающихся и имеющихся организационных условий</p>
		<p>методика планирования и проведения внеурочных занятий физическими упражнениями с обучающимися школьного возраста исходя из их направленности и решаемых задач</p>
		<p>дозирование физической нагрузки при проведении внеурочных занятий физическими упражнениями с обучающимися разного возраста</p>
		<p>планирование средств, методов, физической и соревновательной нагрузки при организации секционных занятий во внеурочной деятельности</p>
		<p>требования охраны труда при выполнении физических упражнений во внеурочной деятельности</p>
		<p>критерии и показатели эффективности неурочных форм занятий в физическом воспитании школьников</p>
		<p>порядок осуществления деятельности школьного спортивного клуба</p>
		<p>Навыки:</p>
		<p>анализа планов занятий</p>
		<p>планирования физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта (спортивной дисциплине) с населением различных возрастных групп</p>
		<p>наблюдения, анализа и самоанализа занятий, разработки предложения по их совершенствованию</p>
		<p>Умения:</p>
		<p>определять цель, задачи, планировать физкультурно-оздоровительные занятия, занятия</p>

		<p>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</p> <p>устанавливать соответствие содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, возрастной группе населения</p> <p>Знания:</p> <p>теоретические и методические основы планирования физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта</p>
ПК 4.2. Проводить занятия с населением различных возрастных групп.		<p>Навыки:</p> <p>проведения занятия, мероприятия на основе программы, плана по физической подготовке для развития физических, качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик</p> <p>проведения занятия, мероприятия на основе программы, плана специально организованных физических упражнений для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы</p> <p>проведения группового занятия с детьми и подростками по программам детского и подросткового фитнеса</p> <p>проведения занятия по виду спорта (спортивной дисциплине)</p> <p>Умения:</p> <p>подбирать и применять специальные комплексы упражнений для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик</p> <p>подбирать и применять физические упражнения для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы</p> <p>использовать разнообразные направления фитнеса, увлекательные упражнения и музыкальное сопровождение, упражнения аэробики подражательного характера при проведении занятий для повышения интереса к занятиям фитнесом у детей и подростков</p> <p>использовать комплексы упражнений фитбол-аэробики, степ-аэробики, игрового стrectчинга</p>

	для предотвращения нарушения осанки детей и подростков
	вовлекать детей и подростков в занятие, развивать интерес к физическим упражнениям, стимулировать их двигательную активность
	координировать действия детей, подростков при выполнении комплексов упражнений, выявлять ошибки в технике двигательных действий
	рационально и безопасно сочетать различные комплексы упражнений, соответствующие подготовке по виду спорта (спортивной дисциплине)
	подбирать и применять комплексы общеразвивающих и специальных упражнений для освоения двигательных действий по виду спорта (спортивной дисциплине)
	разъяснять правила выполнения комплексов упражнений, теоретические и практические вопросы технического совершенствования в виде спорта (спортивной дисциплине)
	инструктировать занимающихся перед проведением занятий
	демонстрировать занимающимся рациональные и безопасные техники выполнения упражнений
	пояснять занимающимся структуру занятия, мероприятия и особенности дозирования нагрузки
	определять и варьировать направленность и объем нагрузки, интенсивность и координационную сложность упражнений с учетом физического состояния и развития, физической подготовленности населения, противопоказаний к определенным видам занятий и силовым нагрузкам
	мотивировать деятельность занимающихся на занятиях, развивать интерес к физическим упражнениям, стимулировать их двигательную активность
	соблюдать технику безопасности, выявлять источники возможного травматизма
	подбирать и использовать спортивное оборудование, инвентарь и экипировку с учетом задач и вида занятия, особенностей возрастной группы
	Знания:
	формы организации занятий для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик, для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем

	месте в режиме рабочего дня и (или) после работы
	структура и методика проведения занятий для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик, для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы
	специальные комплексы упражнений для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик
	физические упражнения для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы
	физкультурно-оздоровительные технологии развития физических качеств, способностей человека
	программы, планы специально организованных физических упражнений для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы
	средства детского, подросткового фитнеса и правила их использования для гармоничного физического развития детей и подростков
	комплексы упражнений для групповых занятий с детьми и подростками с элементами хореографии, аэробики подражательного характера, упражнений фитбол-аэробики, степ-аэробики, игрового стретчинга
	общие принципы компоновки и комбинации физических упражнений в детском и подростковом фитнесе
	показания и противопоказания для занятий детским и подростковым фитнесом
	структура и методика занятия по программам детского и подросткового фитнеса и элементы физической нагрузки
	типовы 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

	<p>действий по виду спорта (спортивной дисциплине)</p> <p>правила вида спорта (спортивной дисциплины)</p> <p>требования к содержанию и организации инструктажей при проведении занятий</p> <p>нормы и типы физических нагрузок для разных возрастных групп, занимающихся</p> <p>методика планирования физических нагрузок для различных групп населения</p> <p>техники и методы страховки и самостраховки при проведении занятий</p> <p>условия и способы формирования и развития мотивации к занятиям физической культурой и спортом, к ведению здорового и активного образа жизни</p> <p>техника безопасности и требования к оборудованию и инвентарю при проведении занятий</p>
<p>ПК 4.3. Осуществлять контроль за двигательной активностью, физическим состоянием и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий.</p>	<p>Навыки:</p> <p>осуществления контроля за двигательной активностью, физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий</p> <p>Умения:</p> <p>выявлять первые признаки утомления занимающихся</p> <p>осуществлять контроль за двигательной активностью</p> <p>использовать методики контроля за физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся</p> <p>анализировать физическое состояние занимающихся, в том числе динамику его изменения</p> <p>интерпретировать результаты контроля за двигательной активностью, физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся</p> <p>Знания:</p> <p>методики контроля за физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся</p> <p>объективные и субъективные показатели контроля за двигательной активностью, физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся</p> <p>основы анализа и оценки показателей контроля за двигательной активностью, физическим</p>

		состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся
ПК 4.4. Осуществлять консультирование населения по вопросам организации занятий и физических нагрузок.	Навыки:	разработки рекомендаций по выбору оптимальных нагрузок для населения с учетом интересов, физического состояния и развития, физической подготовленности населения, противопоказаний к определенным видам занятий и силовым нагрузкам
		проведения встреч с трудовыми и учебными коллективами, членами общественных организаций для их вовлечение в мероприятия по физическому воспитанию населения
		проведения с населением консультаций, бесед, мероприятий, направленных на воспитание ЗОЖ, неприятия вредных привычек, разъяснение вопросов сочетания физических нагрузок и активного отдыха и определения минимального объема двигательной активности
		оказания методической помощи в организации деятельности спортивных секций, кружков по месту работы, месту жительства и месту отдыха, в образовательных организациях
	Умения:	обучать население техникам поддержания реализованных физических адаптаций за счёт рационального сочетания физических нагрузок и активного отдыха, методам восстановления после продолжительных физических нагрузок
		давать разъяснения населению по выбору оптимальных форм тренировок, нагрузок и видов занятий, по направленности и характеру воздействия физических упражнений и нагрузок на организм человека, по корректировки техники выполнения двигательных действий
		использовать технологии воспитательной работы для формирования у населения навыков ЗОЖ, неприятия вредных привычек
		подбирать содержание выступления, встречи с трудовыми и учебными коллективами, членами общественных организаций, направленных на вовлечение в мероприятия по физическому воспитанию населения, с учетом их социально-демографических и профессиональных характеристик
		анализировать потребности различных групп населения в гармоничном физическом развитии и мотивировать их на развитие двигательной активности
		прогнозировать востребованность спортивных секций, кружков по месту работы, месту

		жительства и месту отдыха, в образовательных организациях
		Знания: направления и содержание консультирования населения по вопросам организации занятий и физических нагрузок
		формы и методы обучения населения по вопросам организации занятий и физических нагрузок
		технологии воспитательной работы для формирования у населения навыков ЗОЖ, неприятия вредных привычек
		способы определения и прогнозирования востребованности спортивных секций, кружков по месту работы, месту жительства и месту отдыха, в образовательных организациях
ПК 4.5. Вести первичную учётно-отчётную документацию, обеспечивающую проведение занятий.		Навыки: ведения учётно-отчётной документации при проведении занятий
		Умения: вести первичную учетно-отчетную документацию в электронном и бумажном виде
ПК 4.6. Осуществлять организацию продвижения и оказания населению фитнес-услуг по индивидуальным программам.		виды учётно-отчётной документации, требования к ее ведению и оформлению
		Навыки: подготовки и размещения контента, пропагандирующего занятия фитнесом среди населения, в социальных медиаресурсах и в информационно - телекоммуникационной сети «Интернет»
		самопрезентация и проведение с населением ознакомительных занятий по фитнесу
		составления индивидуальных программ населению по фитнесу
		Умения: 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

	<p>применять методы и технологию фитнес-тестирования населения</p> <p>применять фитнес-технологии для планирования индивидуальных программ</p> <p>подбирать и применять физические упражнения для сбалансированного развития мышечных групп и систем организма человека</p> <p>использовать базовые упражнения типовых и специализированных фитнес-программ и их разновидностей</p> <p>использовать тренажерные устройства, специализированное оборудование и инвентарь, соответствующие виду занятия</p> <p>выявлять ошибки в технике выполнения элементов упражнений, в том числе с использованием тренажерных устройств, оборудования свободного веса и спортивного инвентаря</p>
	<p>Знания:</p> <p>принципы и составляющие ЗОЖ и активного долголетия</p> <p>физкультурно-оздоровительные технологии ЗОЖ и активного долголетия</p> <p>формы, виды и направления фитнеса для поддержания активного долголетия</p> <p>система и принципы организации мотивирующих фитнес-мероприятий</p> <p>противопоказания к занятиям физической культурой и по направлениям/ видам фитнеса</p> <p>техники самопрезентации в фитнесе</p> <p>особенности организации фитнеса для лиц различного возраста</p> <p>структура и виды занятий по фитнесу для лиц различного возраста</p> <p>система фитнеса, ее компоненты</p> <p>фитнес-программы различной целевой направленности</p> <p>методы и принципы</p> <p>классификация фитнес-технологий и их применение для разработки индивидуальных программ</p> <p>общие принципы компоновки и комбинации физических упражнений в фитнесе и сочетание физических упражнений с другими видами оздоровительных занятий</p> <p>программы, методика и структура занятий аэробной и анаэробной направленности</p> <p>классификация и принципы комбинирования аэробных, анаэробных, функциональных упражнений в фитнесе</p>

		<p>методики силовых, интервальных, круговых, функциональных тренировок, тренировок для развития ловкости, равновесия, координации, гибкости, функционального тренинга</p> <p>методика проведения индивидуальных занятий по фитнесу для различного половозрастного состава населения</p> <p>методы и методика фитнес-тестирования и технологии интерпретации его результатов</p> <p>тренажерные устройства, специализированное оборудование и инвентарь, соответствующие виду занятия</p>
--	--	--