

Приложение 2. Рабочие программы профессиональных модулей
Приложение 2.4. Рабочая программа профессионального модуля ПМ.4 Организация и проведение физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп

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

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

ПМ. 4 Организация и проведение физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп

2023 г

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

«ПМ.4 Организация и проведение физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп»

1.1. Цель и планируемые результаты освоения профессионального модуля

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

1.1.2. Перечень общих компетенций

Код	Наименование общих компетенций
ОК 01.	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;
ОК 02.	Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности
ОК 03.	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях;
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 российских духовно-нравственных в том числе ценностей, межрелигиозных отношений, учетом гармонизации межнациональных применять стандарты антикоррупционного поведения;
ОК 07.	Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях
ОК 08.	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;
ОК 09.	Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.

1.1.2. Перечень профессиональных компетенций

Код	Наименование видов деятельности и профессиональных компетенций
ВД 4	Организация и проведение физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп (по выбору)
ПК 4.1.	Определять цели и задачи, планировать и анализировать занятия с населением различных возрастных групп
ПК 4.2.	Проводить занятия с населением различных возрастных групп.
ПК 4.3.	Осуществлять контроль за двигательной активностью, физическим состоянием и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий.
ПК 4.4.	Осуществлять консультирование населения по вопросам организации занятий и физических нагрузок.

ПК 4.5.	Вести первичную учётно-отчётную документацию, обеспечивающую проведение занятий.
ПК 4.6.	Осуществлять организацию продвижения и оказания населению фитнес-услуг по индивидуальным программам

1.1.3. В результате освоения профессионального модуля обучающийся должен:

Владеть навыками	<ul style="list-style-type: none"> - анализа планов занятий; - планирования физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта (спортивной дисциплине) с населением различных возрастных групп; -наблюдения, анализа и самоанализа занятий, разработки предложения по их совершенствованию; - проведения занятия, мероприятия на основе программы, плана по физической подготовке для развития физических, качеств, способностей, занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик; - проведения занятия, мероприятия на основе программы, плана специально организованных физических упражнений для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы; - проведения группового занятия с детьми и подростками по программам детского и подросткового фитнеса; - проведения занятия по виду спорта (спортивной дисциплине); - осуществления контроля за двигательной активностью, физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий; - разработки рекомендаций по выбору оптимальных нагрузок для населения с учетом интересов, физического состояния и развития, физической подготовленности населения, противопоказаний к определенным видам занятий и силовым нагрузкам; - проведения встреч с трудовыми и учебными коллективами, членами общественных организаций для их вовлечения 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 объёма двигательной активности; - оказания методической помощи в организации деятельности спортивных секций, кружков по месту работы, месту жительства и месту отдыха, в образовательных организациях; - ведения учётно-отчётной документации при проведении занятий; - подготовки и размещения контента, пропагандирующего занятия фитнесом среди населения, в социальных медиаресурсах и в информационно - телекоммуникационной сети «Интернет»; - самопрезентация и проведение с населением ознакомительных занятий по фитнесу; -составления индивидуальных программ населению по фитнесу;
Уметь	<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 фитнесом у детей и подростков;
- использовать комплексы упражнений фитбол-аэробики, степ-аэробики, игрового стретчинга для предотвращения нарушения осанки детей и подростков;
- вовлекать детей и подростков в занятие, развивать интерес к физическим упражнениям, стимулировать их двигательную активность;
- координировать действия детей, подростков при выполнении комплексов упражнений, выявлять ошибки в технике двигательных действий;
- рационально и безопасно сочетать различные комплексы упражнений, соответствующие подготовке по виду спорта (спортивной дисциплине);
- подбирать и применять комплексы общеразвивающих и специальных упражнений для освоения двигательных действий по виду спорта (спортивной дисциплине);
- разъяснять правила выполнения комплексов упражнений, теоретические и практические вопросы технического совершенствования в виде спорта (спортивной дисциплине);
- инструктировать занимающихся перед проведением занятий
- демонстрировать занимающимся рациональные и безопасные техники выполнения упражнений;
- пояснять занимающимся структуру занятия, мероприятия и особенности дозирования нагрузки;
- определять и варьировать направленность и объем нагрузки, интенсивность и координационную сложность упражнений с учетом физического состояния и развития, физической подготовленности населения, противопоказаний к определенным видам занятий и силовым нагрузкам;
- мотивировать деятельность занимающихся на занятиях, развивать интерес к физическим упражнениям, стимулировать их двигательную активность;
- соблюдать технику безопасности, выявлять источники возможного травматизма;
- подбирать и использовать спортивное оборудование, инвентарь и экипировку с учетом задач и вида занятия, особенностей возрастной группы;
- выявлять первые признаки утомления занимающихся;
- осуществлять контроль за двигательной активностью;
- использовать методики контроля за физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся;
- анализировать физическое состояние занимающихся, в том числе динамику его изменения;
- интерпретировать результаты контроля за двигательной активностью, физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся;

	<ul style="list-style-type: none"> - 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, направленных на вовлечение в мероприятия по физическому воспитанию населения, с учетом их социально-демографических и профессиональных характеристик; - анализировать потребности различных групп населения в гармоничном физическом развитии и мотивировать их на развитие двигательной активности; - прогнозировать востребованность спортивных секций, кружков по месту работы, месту жительства и месту отдыха, в образовательных организациях, - вести первичную учетно-отчетную документацию в электронном и бумажном виде; - выбирать оптимальные средства и методы коммуникации для вовлечения населения в занятия фитнесом, пропаганды ЗОЖ и физической активности среди населения; -подбирать материалы и готовить контент, пропагандирующий ЗОЖ и физическую активность среди различных групп населения; -применять в фитнесе индивидуальные цифровые устройства для диагностики и/или контроля своего состояния; - формировать у населения заинтересованность фитнесом путем самопрезентации; - пояснять структура занятия по фитнесу при проведении с населением ознакомительного занятия; - применять методы и технологию фитнес-тестирования населения; - применять фитнес-технологии для планирования индивидуальных программ; - подбирать и применять физические упражнения для сбалансированного развития мышечных групп и систем организма человека; -использовать базовые упражнения типовых и специализированных фитнес-программ и их разновидностей; - использовать тренажерные устройства, специализированное оборудование и инвентарь, соответствующие виду занятия; - выявлять ошибки в технике выполнения элементов упражнений, в том числе с использованием тренажерных устройств, оборудования свободного веса и спортивного инвентаря;
Знать	<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 режиме рабочего дня и (или) после работы;
- физкультурно-оздоровительные технологии развития физических качеств, способностей человека;
- программы, планы специально организованных физических упражнений для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы;
- средства детского, подросткового фитнеса и правила их использования для гармоничного физического развития детей и подростков;
- комплексы упражнений для групповых занятий с детьми и подростками с элементами хореографии, аэробики подражательного характера, упражнений фитбол-аэробики, степ-аэробики, игрового стретчинга;
- общие принципы компоновки и комбинации физических упражнений в детском и подростковом фитнесе;
- показания и противопоказания для занятий детским и подростковым фитнесом;
- структура и методика занятия по программам детского и подросткового фитнеса и элементы физической нагрузки;
- типовые программы детского, подросткового фитнеса;
- основы техники и методики обучения в виде спорта (спортивной дисциплине);
- структура и методика проведения занятий по виду спорта (спортивной дисциплине);
- комплексы общеразвивающих и специальных упражнений для освоения двигательных действий по виду спорта (спортивной дисциплине);
- правила вида спорта (спортивной дисциплины);
- требования к содержанию и организации инструктажей при проведении занятий;
- нормы и типы физических нагрузок для разных возрастных групп, занимающихся;
- методика планирования физических нагрузок для различных групп населения;
- техники и методы страховки и 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;
- техника безопасности и требования к оборудованию и инвентарю при проведении занятий;
- методики контроля за физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся;
- объективные и субъективные показатели контроля за двигательной активностью, физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся;
- основы анализа и оценки показателей контроля за двигательной активностью, физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся;
- направления и содержание консультирования населения по вопросам организации занятий и физических нагрузок;
- формы и методы обучения населения по вопросам организации занятий и физических нагрузок;
- технологии воспитательной работы для формирования у населения навыков ЗОЖ, неприятия вредных привычек;

	<ul style="list-style-type: none"> - 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 <ul style="list-style-type: none"> - классификация фитнес–технологий и их применение для разработки индивидуальных программ; - общие принципы компоновки и комбинации физических упражнений в фитнесе и сочетание физических упражнений с другими видами оздоровительных занятий; - программы, методика и структура занятий аэробной и анаэробной направленности; - классификация и принципы комбинирования аэробных, анаэробных, функциональных упражнений в фитнесе; - методики силовых, интервальных, круговых, функциональных тренировок, тренировок для развития ловкости, равновесия, координации, гибкости, функционального тренинга; - методика проведения индивидуальных занятий по фитнесу для различного половозрастного состава населения; - методы и методика фитнес-тестирования и технологии интерпретации его результатов; - тренажерные устройства, специализированное оборудование и инвентарь, соответствующие виду занятия.
--	---

1.2. Количество часов, отводимое на освоение профессионального модуля

Всего часов **438ч.**

в том числе в форме практической подготовки **196ч.**

Из них на освоение МДК **300 ч.**

Производственная практика **36 ч**

в том числе самостоятельная работа **84ч.**

Промежуточная аттестация **44ч.** (в т. ч. в форме консультации **10ч**)

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

2.1. Структура профессионального модуля

Коды профессиональных общих компетенций	Наименования разделов профессионального модуля	Всего час.	В т.ч. в форме практической.	Объем профессионального модуля, ак. час.								
				Обучение по МДК						Практики		
				Всего	Теоретические занятия	Лабораторных и практических занятий	Курсовых работ (проектов)	Самостоятельная работа	Консультации	Промежуточная аттестация	Учебная	Производственная
ОК 01- ОК 02, ОК 04-ОК 06,ОК 08-ОК 09 ПК 4.1. -ПК 4.6.	МДК.4.1 Технология проведения физкультурно-оздоровительных занятий и занятий по виду спорта	86	36	86	18	36		18	4	10		
ОК 01- ОК 09 ПК 4.1. -ПК 4.6.	МДК.4.2 Технология проведения занятий по фитнес-программам	130	64	130	32	64		18	2	14		
ОК 01- ОК 09 ПК 4.1. -ПК 4.6.	МДК.4.3 Методика проведения занятий по аквафитнесу	66	36	66	18	36			2	10		
ОК 01- ОК 09; ВД 4 ПК 4.1. -ПК 4.6.	УП.4.1 Учебная практика "Физкультурно-	72	48	72		48		24			72	

	оздоровительная деятельность"											
ОК 01- ОК 09 ВД 4 ПК 4.1. -ПК 4.6.	УП.4.2 Учебная практика "Продвижение и оказание населению фитнес-услуг"	36	24	36		24		12			36	
ОК 01- ОК 09 ВД 4 ПК 4.1. -ПК 4.6.	ПП.4 Производственная практика "Организация физкультурно-оздоровительной деятельности"	36	24	36		24		12				36
ОК 01- ОК 09 ВД 4 ПК 4.1. -ПК 4.6.	Эм.4 Экзамен по модулю	12		12					2	10		
	Всего:	438	232	428	68	232		84	10	44	108	36

2.2. Тематический план и содержание профессионального модуля (ПМ)

Наименование разделов и тем профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК)	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная учебная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем, акад. ч / в том числе в форме практической подготовки, акад ч
МДК.4.1. Технология проведения физкультурно-оздоровительных занятий и занятий по виду спорта		86/54
Тема 1.1. Основы организация и проведения физкультурно-оздоровительных занятий и занятий по виду спорта	Содержание	4
	Цели, задачи, значение физкультурно-оздоровительных занятий и занятий по виду спорта. Формы организации физкультурно-оздоровительных занятий и занятий по виду спорта. Программы и правила по виду спорта. Характеристика средств физкультурно-оздоровительной направленности. Организации и виды физкультурно-оздоровительных занятий.	4
	В том числе, практических занятий	14
	Практическое занятие 1. Определение целей и задач физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по виду спорта, составление плана физкультурно-спортивной работы.	2
	Практическое занятие 2. Анализ форм организации физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по виду спорта	2
	Практическое занятие 3. Анализ и сравнение видов оздоровительной физической культуры	2
	Практическое занятие 4. Разработка плана-конспекта и проведение занятий по теме «виды физкультурно-оздоровительных занятий»	4
Практическое занятие 5. Разработка плана-конспекта и проведение занятий с использованием различных средств физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по виду спорта	4	
Тема 1.2. Планирование физкультурно-оздоровительных занятия, занятий по виду спорта	Содержание	4
	Понятие о планировании. Требования к планированию физкультурно-спортивных занятий. Сущность, назначение и виды планирования физкультурно-оздоровительных занятий и занятий по виду спорта. Структура построения занятий.	4
	В том числе, практических занятий	2
1. Практическое занятие 1. Определение целей и задач физкультурно-оздоровительных занятий, составление плана физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по виду спорта	2	
Тема 1.3.	Содержание	6

Общие подходы к организации и проведению физкультурно-оздоровительных занятий	Технология организации и проведения физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по виду спорта. Особенности работы с занимающимися различных групп здоровья. Методы и приемы регулирования нагрузки на занятиях Подходы к анализу физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по виду спорта. Комплексный подход к организации физкультурно-оздоровительной работы	6
	В том числе, практических занятий	8
	Практическое занятие 1. Освоение технологии проведения физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по виду спорта	2
	Практическое занятие 2. Сравнительный анализ задач, содержания, форм организации физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по виду спорта	2
	Практическое занятие 3. Разработка и проведение различных форм физкультурно-оздоровительных занятий	4
Тема 1.4. Методика проведения физкультурно-оздоровительных занятий и занятий по виду спорта	Содержание	4
	Структура и методика проведения занятий для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности, для восстановления работоспособности занимающихся; по виду спорта Нормы и типы физических нагрузок при проведении физкультурно-оздоровительных занятий по виду спорта. Требования к содержанию и организации инструктажей при проведении физкультурно-оздоровительных занятий и занятий по виду спорта. Техники и методы страховки и самостраховки при проведении занятий. Техника безопасности, требования к оборудованию и инвентарю при проведении занятий; способы и приёмы предупреждения травматизма при проведении физкультурно-оздоровительных занятий и занятий по виду спорта.	4
	В том числе, практических занятий	12
	Практическое занятие 1. Проведение инструктажа занимающихся перед проведением занятий.	12
	Практическое занятие 2. Демонстрация занимающимся рациональных и безопасных техник выполнения упражнений.	
Практическое занятие 3. Пояснение занимающимся структуры занятия и особенности дозирования нагрузки.		
Практическое занятие 4. 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.	
	Практическое занятие 5. Проведение фрагментов занятий по физической подготовке с применением специальных комплексов упражнений для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности.	
	Практическое занятие 6. Проведение фрагментов занятий с применением физических упражнений для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы.	
Примерная тематика самостоятельной учебной работы при изучении МДК.4.1:		
<ol style="list-style-type: none"> 1. Проектная деятельность; 2. Технология составления планов-конспектов; 3. Поиск и освоение источников, учебной и научно-методической литературы по изучаемой теме. 		18
МДК.4.2. Технология проведения занятий по фитнес-программам		130\96
Раздел 1. Организация и проведение групповых занятий по программам фитнеса		22
Тема 1.1. Виды и особенности реализации группового тренинга в фитнесе	Содержание	
	- Тренировочный процесс. Виды группового тренинга. - Методика проведения групповых тренировок по направлениям.	4
	В том числе практических занятий	18
	Практическая занятие 1. Методика проведения силовых классов	6
	Практическая занятие 2. Методика проведения аэробных классов	6
	Практическая занятие 3. Методика проведения «мягкого фитнеса»	6
Тема 1.2. Виды и особенности реализации персонального тренинга в фитнесе	Содержание	22
	-Тренировочный процесс. Виды персонального тренинга -Методика проведения персональных тренировок -Индивидуализация тренировочного процесса. -Методика проведения персональных-ознакомительных тренировок.	6
	В том числе, практических занятий	16
	Практическая занятие 4. Индивидуализация тренировочного процесса	8
	Практическая занятие 5. Методика проведения персональных тренировок	6
	Практическая занятие 6. Использование разновидностей инвентаря в персональном тренинге	2
	Тема 1.3	Содержание

Особенности проведения занятий по фитнес программам для различных групп населения	-Методика реализации фитнес-программ для детей -Методика реализации фитнес-программ для подростков -Методика реализации фитнес-программ для взрослого населения -Методика реализации фитнес-программ для пожилых людей	4
	В том числе, практических занятий	14
	Практическая занятие 7. Освоение методики составления фитнес-программ для детей	4
	Практическая занятие 8. Освоение методики составления фитнес-программ подростков	4
	Практическая занятие 9. Освоение методики составления фитнес-программ для взрослого населения	4
	Практическая занятие 10. Освоение методики составления фитнес-программ пожилых людей	2
Тема1.4 Педагогическое моделирование и контроль в фитнесе	Содержание учебного материала	30
	-Технология планирование тренировочных программ в групповом -Технология планирование тренировочных программ в персональном тренинге -Разработка индивидуального плана тренировок -Периодизация тренировочного процесса -Разработка индивидуального плана питания -Мониторинг в фитнесе	8
	В том числе практических занятий и самостоятельная работа.	12/10
	Практическое занятие 11. Разработка индивидуального плана тренировок	4
	Практическое занятие 12. Методика проведения мониторинга состояния здоровья в фитнесе	4
	Практическое занятие 13. Методика проведения мониторинга результативности фитнес-программ	4
	Самостоятельна работа 1. Разработка тренировочных программ разной направленности (групповых и персональных тренировок)	10
Раздел 2. Технологии самопрезентации и основы продаж фитнес-услуг		
Тема 2.1. Технология эффективных продаж фитнес услуг	Содержание	8
	-Техники продаж фитнес услуг -Виды продаж -Этапы продаж	4
	В том числе практических занятий и самостоятельная работа.	3
	Практическое занятие 14. Освоение техники продаж фитнес-услуг. Работа с возражениями	1
	Самостоятельная работа 2. Составление анкет\скриптов для выявления потребностей клиента	2

Тема 2.2 Составление резюме, прохождение собеседования	Содержание	4
	-Структура резюме -Что такое портфолио и как его оформлять -Как стать востребованным специалистом на рынке фитнес-индустрии	2
	В том числе практических занятий и самостоятельная работа	2
	Самостоятельная работа 3. Разработка резюме и портфолио	
Тема 2.3. Формирование и удержание клиентской базы	Содержание	3
	1.Работа с клиентской базой в фитнес-индустрии	2
	2.Психология эффективного взаимодействия	
	В том числе практических и лабораторных занятий	1
	Практическое занятие 1. Методика работы с клиентской базой в фитнесе.	
Тема 2.4. Развитие собственного потенциала	Содержание	8
	1 Развитие профессиональных компетенций в фитнесе.	2
	В том числе практических и лабораторных занятий	6
	Практическое занятие 1. Траектории профессионального развития в сфере фитнеса.	2
	Самостоятельная работа 4. Анализ востребованных в сфере фитнеса организаций, реализующих обучение по дополнительным образовательным программам	2
	Самостоятельная работа 5.Составления индивидуальной траектории развития собственного потенциала в сфере фитнеса.	2
Примерная тематика самостоятельной учебной работы при изучении МДК.4.2. 1. Проектная деятельность.		10
МДК.4.3. Методика проведения занятий по аквафитнесу		66/36
Тема 1.1 Теоретические аспекты аквафитнеса	Содержание	8
	Определение понятия "аквафитнес", его характерные особенности. История возникновения и тенденции развития современного аквафитнеса. Место и значение аквафитнеса в системе физического воспитания. Оборудование, инвентарь и специальные приспособления для занятий. Музыкальное обеспечение занятий. Польза и противопоказания к занятиям аквафитнесом. Правила поведения и техника безопасности на занятиях аквафитнесом. Терминология движений, выполняемых различными мышечными группами.	4
	В том числе, лабораторных работ	4
	Лабораторное занятие 1. Подготовительные упражнения по освоению с водой	4
Тема 1.2	Содержание	16

Методология аквафитнеса	Разновидности и характеристика аквафитнеса: дистанционное плавание; акваджоггинг (акваритминг); аквастеп; аквастретчинг; велотренировка; круговой тренинг; аквабилдинг; силовые водные тренировки; акваденс; аква йога; аква йога на доске. Освоение основных направлений (программ), средства аквафитнеса и методика их применения на занятиях.	4
	В том числе, лабораторных работ	12
	Лабораторное занятие 2. . Упражнения для освоения и совершенствования навыков плавания.	12
	Лабораторное занятие 3. Упражнения и комплексы для развития силовых способностей	
	Лабораторное занятие 4. Упражнения и комплексы для развития гибкости и подвижности в суставах	
	Лабораторное занятие 5. Упражнения аэробной направленности	
	Лабораторное занятие 6. Упражнения на расслабление	
Тема 1.3 Особенности занятий аквафитнесом с различными контингентами	Содержание	18
	Аквафитнес для детей. Аквафитнес для людей с различными типами телосложений. Аквафитнес для будущих мам. Реабилитационная аквааэробика. Аквафитнес для пожилых людей. Спортивная аквааэробика.	6
	Терминология движений, выполняемые различными мышечными группами	12
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	
	Лабораторное занятие 7. Методика проведения занятий аквафитнесом с детьми.	
	Лабораторное занятие 8. Методика проведения занятий аквафитнесом с людьми различного типа телосложения.	
	Лабораторное занятие 9. Методика проведения занятий аквафитнесом для будущих мам.	
	Лабораторное занятие 10. Методика проведения реабилитационной аквааэробики.	
	Лабораторное занятие 11. Методика проведения занятий аквафитнесом с пожилыми людьми.	
	Лабораторное занятие 12. Методика проведения занятий спортивной аквааэробики.	
Тема 1.4. Планирование учебно-тренировочного процесса	Содержание	12
	Структура и содержание занятий аквафитнесом. Врачебный, педагогический контроль и самоконтроль за состоянием здоровья и уровнем подготовленности занимающихся, комплектование учебных групп.	4
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	8
	Лабораторное занятие 13. Составление программы занятий аквафитнесом	8
	Лабораторное занятие 14. Планирование тренировочного процесса по аквафитнесу	
	Лабораторное занятие 15. Проведение педагогического контроля на занятиях аквафитнесом	

<p>Примерная тематика самостоятельной учебной работы при изучении МДК.4.3. Методика проведения занятий по аквафитнесу:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Проектная деятельность; 2. Технология составления планов-конспектов; 3. Поиск и освоение источников, учебной и научно-методической литературы по изучаемой теме. 	<p>10</p>
<p>УП.4.1 Учебная практика «Физкультурно-оздоровительная деятельность»</p> <p>Виды работ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Разработка планов занятий для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик; 2. Проведения занятий, мероприятия на основе программы, плана специально организованных физических упражнений для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы; 3. 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; 4. Разработка планов занятий для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы; 5. Наблюдение, анализ и самоанализ физкультурно-оздоровительных занятий, разработка предложения по их совершенствованию. 	<p>72/48</p>

<p>УП.4.2 Учебная практика «Продвижение и оказание населению фитнес-услуг» Виды работ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Анализ планов и видов групповых занятий по программам фитнеса; 2. Разработка планов занятий по программам фитнеса; 3. Наблюдение, анализ и самоанализ занятий по программам фитнеса, разработка предложения по их совершенствованию; 4. Проведение групповых занятий (фрагментов) по программам фитнеса; 5. Анализ планов и видов персональных занятий по программам фитнеса; 6. Разработка планов занятий по программам фитнеса; 7. Наблюдение, анализ и самоанализ занятий по программам фитнеса, разработка предложения по их совершенствованию; 8. Проведение персональных занятий (фрагментов) по программам фитнеса; 9. 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; 10. Самопрезентация и проведение ознакомительных занятий по фитнесу; 11. Проведение ознакомительных занятий по фитнесу; 12. Подготовка и размещение контента, пропагандирующего занятия фитнесом среди населения, в социальных медиаресурсах и в информационно - телекоммуникационной сети «Интернет»; 13. Самопрезентация и проведение ознакомительных занятий по фитнесу; 14. Анализ востребованных в сфере фитнеса организаций, реализующих обучение по дополнительным образовательным программам; 15. Составление анкет/скриптов для выявления потребностей клиента. 	<p>36/24</p>
<p>ПП.4 Производственная практика «Организация культурно-оздоровительной деятельности»</p>	

<p>Виды работ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Разработка общего плана физкультурно-оздоровительных мероприятий и программы по формированию ЗОЖ. 2. Анализ и оценка физкультурно-оздоровительной деятельности. 3. Определения соответствия оборудования и инвентаря нормам техники безопасности. 4. Анализ программ проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий с различными категориями населения. 5. Планирование проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий с различными категориями населения. 6. Разработка предложений по их совершенствованию. 7. Проведение инструктажа по технике безопасности в процессе организации и проведения физкультурно-оздоровительного мероприятия. 8. Участие в организации и проведении физкультурно-оздоровительных мероприятий. 9. Разработка рекомендаций по выбору оптимальных нагрузок с учетом физического состояния, развития и физической подготовленности. 10. Организация деятельности волонтеров при проведении физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия. 11. Разработка плана и программы, направленной на гражданское и патриотическое воспитание молодежи, воспитание толерантности в молодежной среде, формирование правовых, культурных и нравственных ценностей среди молодежи. Разработка планов и проведение физкультурных мероприятий, направленных на формирование ЗОЖ, правовых, культурных, нравственных ценностей, решение задач гражданского и патриотического воспитания молодежи. 12. Организация и проведение мероприятий физкультурно оздоровительной направленности и мероприятий по здоровосбережению населения. 13. Наблюдение, анализ физкультурно-оздоровительных мероприятий с детьми, подростками и молодежью. 14. Разработки плана и программы организации досуга и отдыха детей, подростков и молодежи. 	<p>36/24</p>
<p>Всего</p>	<p>438/300</p>

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

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

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

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

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

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

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

3.2.1. Основные печатные издания

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

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

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

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

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

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

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

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

Основные электронные издания

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

11. Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой тренировки : учебное пособие / М.В. Еремин, А.Л. Волобуев, И.В. Кутьин [и др.] ; под ред. А.Г. Горшкова. — Москва : КноРус, 2021. — 339 с. — ISBN 978-5-406-08273-7. — URL:<https://book.ru/book/940095> (дата обращения: 28.02.2022). — Текст : электронный.
12. Дворкин, Л. С. Атлетическая гимнастика. Методика обучения : учебное пособие для среднего профессионального образования / Л. С. Дворкин. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 148 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11032-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/516346> (дата обращения: 20.02.2023).
13. Кузнецов В. Организация физкультурно-спортивной работы + eПриложение : учебник / Кузнецов В., С., Антонова О., Н. — Москва : КноРус, 2023. — 257 с. — ISBN 978-5-406-10336-4. — URL: <https://book.ru/book/944960>
14. Муллер, А. Б. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/511813> (дата обращения: 20.02.2023).
15. Никитушкин, В. Г. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 246 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08021-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514806> (дата обращения: 20.02.2023).
16. Профессионально-прикладная физическая подготовка : учебное пособие для вузов / С. М. Воронин [и др.] ; под редакцией Н. А. Воронова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 140 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12268-8. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/518668> (дата обращения: 20.02.2023).
17. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519540> (дата обращения: 20.02.2023).

3.2.3 Дополнительные источники

4. Кузнецов В.С. Теория и методика физической культуры: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / В.С. Кузнецов. – М.: Издательский центр «Академия», 2012. – 416 с.
5. Организация спортивно-зрелищных мероприятий: учебник для студ. учреждений высш. образования / под ред. Р.Н. Терехиной, Е. Н. Медведевой. – М.: Издательский центр «Академия», 2017. - 208 с.
6. Полиевский С.А., Глейбман А.Н., Залетаев И.П. Общеразвивающие упражнения – М.: ФиС, 2002. (Спорт в рисунках).
7. Сапожникова, О. В. Фитнес: [учеб. пособие] / О. В. Сапожникова ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург : Изд-во Урал. ун-та, 2015 – 144 с.
8. Третьякова, Н. В. Теория и методика оздоровительной физической культуры : учебное пособие / Н. В. Третьякова, Т. В. Андрюхина, Е. В. Кетриш. — Москва : Спорт-Человек, 2016. —

280 с. — ISBN 978-5-906839-23-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/97462> (дата обращения: 29.09.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

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

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

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
ПК 3.1. Определять цели и задачи, планировать и анализировать занятия с населением различных возрастных групп.	-определяет цели и задачи, планирует физкультурно-оздоровительные занятия, занятия по фитнес-программам, по виду спорта (спортивной дисциплине) с использованием различных методов, приемов и форм организации с учетом интересов, физического состояния и развития, физической подготовленности населения, противопоказаний к определенным видам занятий; - устанавливает соответствие содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, возрастной группе населения;	Устный опрос, тестирование, защита проекта
ПК 3.2. Проводить занятия с населением различных возрастных групп.	- проводит занятия, мероприятия на основе программы, плана по физической подготовке для развития физических, качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик, с учетом методических требований; - проводит занятия, мероприятия на основе программы, плана специально организованных	Устные выступления с презентацией, тестирование, защита проекта, реферирование текста

	<p>физических упражнений для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы с учетом методических требований;</p> <ul style="list-style-type: none"> - проводит групповое занятие с детьми и подростками по программам детского и подросткового фитнеса с учетом методических требований; - проводит занятия по виду спорта (спортивной дисциплине) с учетом методических требований; 	
<p>ПК 3.3. Осуществлять контроль за двигательной активностью, физическим состоянием и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - выявляет первые признаки утомления занимающихся на основе системы показателей; - осуществляет контроль за двигательной активностью, физическим состоянием и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий, используя методики контроля; - анализирует и интерпретирует результаты контроля с задачами контроля и с учетом возраста и особенностей занимающихся; -использует контрольно-измерительные приборы в процессе контроля в соответствии с их назначением; 	<p>Устный опрос, тестирование, защита проекта</p>
<p>ПК 3.4. Осуществлять консультирование населения по вопросам организации занятий и физических нагрузок.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - разрабатывает рекомендаций по выбору оптимальных нагрузок для населения с учетом интересов, физического состояния и развития, физической подготовленности населения, противопоказаний к определенным видам занятий и силовым нагрузкам; - выбирает оптимальные формы тренировок, нагрузок и видов занятий с учетом возраста физического 	<p>Устный опрос, тестирование, защита проекта, самоанализ и самооценка деятельности в паре, группе, команде Оценка практических парных (групповых) заданий</p>

	<p>состояния и развития, физической подготовленности, наличия заболеваний, травм и противопоказаний у занимающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> - обосновывает методические аспекты физической подготовки занимающихся с учетом возраста; - подбирает содержание выступления, встречи с трудовыми и учебными коллективами, членами общественных организаций, направленных на вовлечение в мероприятия по физическому воспитанию населения, с учетом их социально-демографических и профессиональных характеристик; - прогнозирует востребованность спортивных секций, кружков по месту работы, месту жительства и месту отдыха, в образовательных организациях на основе анализа потребности различных групп населения в гармоничном физическом развитии и двигательной активности; 	
<p>ПК 3.5. Вести первичную учётно-отчётную документацию, обеспечивающую проведение занятий.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ведение документации, обеспечивающей реализацию физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп (по выбору) на бумажных и электронных носителях в соответствии с утвержденными формами. 	<p>Устный опрос, тестирование, защита проекта, Экспертное наблюдение за выполнением работ, ответами на вопросы, выступление с сообщением, отчёт о проделанной работе</p>
<p>ПК 3.6. Осуществлять организацию продвижения и оказания населению фитнес-услуг по индивидуальным программам.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - выбирает оптимальные средства и методы коммуникации для вовлечения населения в занятия фитнесом, пропаганды ЗОЖ и 	<p>Устный опрос, тестирование, защита проекта</p>

	<p>физической активности среди населения;</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирает материалы и готовит контент, пропагандирующий ЗОЖ и физическую активность с учетом особенностей различных групп населения; - осуществляет самопрезентацию с использованием техник самопрезентации в фитнесе; - проводит ознакомительное занятие с пояснением структуры занятия по фитнесу; - составляет индивидуальные программы населению с применением фитнес-технологий, с учетом методов и принципов планирования индивидуальных программ; 	
<p>ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;</p>	<ul style="list-style-type: none"> - обоснованность выбора методов и приемов решения задач профессиональной деятельности; - соответствие самоанализа результатов собственной деятельности экспертной оценке; - рациональное распределение времени при решении задач профессиональной деятельности; 	<p>Устный опрос, тестирование, кейс-метод, проектные задания, реферат, презентация.</p>
<p>ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;</p>	<ul style="list-style-type: none"> - обоснованность выбора и оптимальность состава источников, необходимых для решения поставленных задач; - обоснованность выбора и эффективность применения средств информационных технологий при решении профессиональных задач; 	<p>Устный опрос, тестирование, защита проекта, экспертная оценка</p>
<p>ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере,</p>	<ul style="list-style-type: none"> - самостоятельное, систематическое, осознанное планирование самообразования, саморазвития, профессионального самосовершенствования и 	<p>Устный опрос, тестирование, защита проекта, кейс-метод, экспертное наблюдение за выполнением работ оценка соблюдения правил оформления документов и построения</p>

использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях.	повышения квалификации в соответствии с современными требованиями и на основе анализа собственной деятельности; - обоснованный выбор методов личностного развития	устных сообщений на государственном языке Российской Федерации Реферат.
ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;	- соблюдение норм делового общения и деловой этики во взаимодействии с занимающимися, с руководством, коллегами, социальными партнерами; - точное и своевременное выполнение поручений руководителя; - эффективность организации коллективной (командной) работы при решении задач профессиональной деятельности	экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебных занятиях; экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебной и производственной практике;
ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;	- грамотность изложения своих мыслей и оформления документов по профессиональной тематике на государственном языке; - проявление толерантности в рабочем коллективе; - соблюдение правил оформления документов и построения устных сообщений.	экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебных занятиях; экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебной и производственной практике;
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;	- понимание сущности гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей; - осознание значимости профессиональной деятельности педагога по физической культуре и спорту	экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебных занятиях; экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебной и производственной практике;
ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства,	- соблюдение норм экологической безопасности при решении задач профессиональной деятельности;	экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебных занятиях; экспертное наблюдение выполнения практических

эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях	- учет климатических условий региона при организации занятий	работ на учебной и производственной практике;
ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	- использование физкультурно-оздоровительной деятельности для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; - применение рациональных приемов двигательных функций в профессиональной деятельности; -использование средств профилактики перенапряжения, характерных для педагога по физической культуре и спорту	экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебных занятиях; экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебной и производственной практике;
ОК 09. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.	- грамотное использование нормативно-правовых документов, регламентирующих деятельность по вопросам организации методической и исследовательской работы; - соблюдение правовых норм в профессиональной деятельности	экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебных занятиях; экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебной и производственной практике;