

**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 ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

**ДУП.02 ПРАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ПО ТЕХНОЛОГИИ ВЫПОЛНЕНИЯ
РАБОТ ПРОФЕССИИ «АССИСТЕНТ ИНСТРУКТОРА»
(ПО ИЗБРАННОМУ ВИДУ СПОРТА)**

(индекс и наименование дополнительного учебного предмета)

Специальность **49.02.03 Спорт**

На базе **основного общего образования**

Форма обучения **очная**

Курс **1 семестр 1, семестр 2**

Москва, 2025 г.

Рабочая программа дополнительного учебного предмета ДУП.01 Практическая подготовка по технологии выполнения работ профессии «Ассистент инструктора» (по избранному виду спорта) разработана с учетом требований Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 17 мая 2012 г. № 413), Федеральной образовательной программы среднего общего образования, на основе Федерального государственного образовательного стандарта 49.02.03 Спорт среднего профессионального образования наименование ФГОС СПО, утвержденным приказом Минпросвещения России от «21» апреля 2021 г № 193 (ред. от 03.07.2024).

Организация-разработчик: ГАОУ ВО МГПУ,

Разработчики:

Шмахтенкова Мария Олеговна, преподаватель ИЕСТ МГПУ

СОДЕРЖАНИЕ

	СТР.
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	4
2. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	11
3. СОДЕРЖАНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	12
4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	17
5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	20

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

1.1. Область применения программы

Программа дополнительного учебного предмета ДУП.01 Практическая подготовка по технологии выполнения работ профессии «Ассистент инструктора» (по избранному виду спорта) является частью основной профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования - программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ) по специальности 49.02.03 Спорт.

1.2. Место дополнительного учебного предмета в структуре образовательной программы

Дополнительный учебный предмет ДУП.01 Практическая подготовка по технологии выполнения работ профессии «Ассистент инструктора» (по избранному виду спорта) изучается в общеобразовательном цикле основной профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования, реализуемого на базе основного общего образования с учетом требований ФГОС СОО.

В структуре ППССЗ предмет является дополнительным учебным предметом, формируемым участниками образовательных отношений, направленным на формирование компетенций.

1.3. Цели и задачи дополнительного учебного предмета – требования к результатам освоения предмета

Цель дополнительного учебного ДУП.01 Практическая подготовка по технологии выполнения работ профессии «Ассистент инструктора» (по избранному виду спорта) – освоение основного вида профессиональной деятельности, приобретение обучающимися практических навыков и компетенций в сфере профессиональной деятельности ассистента фитнес-тренера.

Особое значение дополнительный учебный предмет имеет для формирования общих и профессиональных компетенций.

Перечень общих компетенций

Коды	Наименование общих компетенций
ОК 01	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам
ОК 02	Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной направленности
ОК 03	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие
ОК 04	Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами
ОК 05	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста
ОК 06	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения
ОК 07	Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению,

	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	Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности
ОК 10	Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранных языках
ОК 11	Использовать знания по финансовой грамотности, планировать предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере

Перечень профессиональных компетенций

Коды	Наименование видов деятельности и профессиональных компетенций
ВД.4	Организация и проведение занятий по избранному виду спорта
ПК 1.1	Планировать тренировочный процесс с занимающимися в избранном виде спорта
ПК 1.2	Проводить тренировочные занятия с занимающимися по основным разделам спортивной подготовки в избранном виде
ПК 1.3	Осуществлять педагогический контроль и учёт, оценивать процесс и результаты деятельности занимающихся на тренировочных занятиях и спортивных соревнованиях
ПК 1.4	Анализировать тренировочный процесс и соревновательную деятельность занимающихся в избранном виде спорта
ПК 1.5	Организовывать соревновательную деятельность занимающихся по избранному виду спорта
ПК 1.6	Вести первичную учётно-отчётную документацию, обеспечивающую тренировочный процесс и соревновательную деятельность
ПК 1.7	Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию
ПК 1.8	Проводить мероприятия по антидопинговой подготовке спортсменов
ВД.5	Подготовка и проведение мероприятий и занятий по избранного виду спорта
ДПК 5.1	Планирование и реализация мероприятий по избранному виду спорта

Освоение содержания дополнительного учебного предмета ДУП.01 Практическая подготовка по технологии выполнения работ профессии «Ассистент инструктора» (по избранному виду спорта) обеспечивает достижение обучающимися следующих результатов:

Личностных результатов (ЛР)

Коды	Планируемые результаты
ЛР.1	Гражданское воспитание
ЛР 1.5	Готовность вести совместную деятельность в интересах гражданского общества, участвовать в самоуправлении в общеобразовательной организации и детско-юношеских организациях
ЛР.2	Патриотическое воспитание
ЛР 2.1	Сформированность российской гражданской идентичности, патриотизма, уважения к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, свой язык и культуру, прошлое и

	настоящее многонационального народа России
ЛР.3	Духовно-нравственное воспитание
ЛР 3.3	Способность оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, ориентируясь на морально-нравственные нормы и ценности
ЛР.4	Эстетическое воспитание
ЛР 4.4	Готовность к самовыражению в разных видах искусства, стремление проявлять качества творческой личности
ЛР.5	Физическое воспитание
ЛР 5.2	Потребность в физическом совершенствовании, занятиях спортивно –оздоровительной деятельностью
ЛР.6	Трудовое воспитание
ЛР 6.1	Готовность к труду, осознание ценности мастерства, трудолюбие
ЛР 6.2	Готовность к активной деятельности технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такую деятельность

Целевых ориентиров (ЦО)

Коды	Планируемые результаты
ЦО.1	Гражданское воспитание
ЦО 1.7	Понимающий профессиональное значение отрасли, специальности для социально-экономического и научно-технологического развития страны
ЦО.2	Патриотическое воспитание
ЦО 2.5	Осознанно проявляющий неравнодушное отношение к выбранной профессиональной деятельности, постоянно совершенствуется, профессионально растет, прославляя свою специальность
ЦО.5	Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия
ЦО 5.1	Понимающий и выражающий в практической деятельности понимание ценности жизни, здоровья и безопасности, значение личных усилий в сохранении и укреплении своего здоровья и здоровья других людей
ЦО 5.2	Соблюдающий правила личной и общественной безопасности, в том числе безопасного поведения в информационной среде
ЦО 5.3	Выражающий на практике установку на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, регулярную физическую активность), стремление к физическому совершенствованию
ЦО 5.4	Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек (курения, употребления алкоголя, наркотиков, любых форм зависимостей), деструктивного поведения в обществе и цифровой среде, понимание их вреда для физического и психического здоровья
ЦО 5.5	Демонстрирующий навыки рефлексии своего состояния (физического, эмоционального, психологического), понимания состояния других людей
ЦО 5.6	Демонстрирующий и развивающий свою физическую подготовку, необходимую для избранной профессиональной деятельности, способности адаптироваться к стрессовым ситуациям в общении, в изменяющихся условиях (профессиональных, социальных, информационных, природных), эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях
ЦО 5.7	Использующий средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и

	поддержания необходимого уровня физической подготовленности
ЦО.6	Профессионально-трудовое воспитание
ЦО 6.2	Участвующий в социально значимой трудовой и профессиональной деятельности разного вида в семье, образовательной организации, на базах производственной практики, в своей местности
ЦО 6.3	Выражающий осознанную готовность к непрерывному образованию и самообразованию в выбранной сфере профессиональной деятельности
ЦО 6.4	Понимающий специфику профессионально-трудовой деятельности, регулирования трудовых отношений, готовый учиться и трудиться в современном высокотехнологичном мире на благо государства и общества
ЦО 6.6	Обладающий сформированными представлениями о значении и ценности выбранной профессии, проявляющий уважение к своей профессии и своему профессиональному сообществу, поддерживающий позитивный образ и престиж своей профессии в обществе
ЦО.8	Ценности научного познания
ЦО 8.1	Деятельно выражающий познавательные интересы в разных предметных областях с учетом своих интересов, способностей, достижений, выбранного направления профессионального образования и подготовки
ЦО 8.3	Демонстрирующий навыки критического мышления, определения достоверности научной информации, в том числе в сфере профессиональной деятельности
ЦО 8.4	Умеющий выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам
ЦО 8.5	Использующий современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности

Метапредметных результатов (МР)

Коды	Планируемые результаты
МР.01	Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности
МР.02	Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач
МР.04	Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения
МР.05	Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности
МР.08	Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение
МР.09	Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и

	потребностей, планирования и регуляции своей деятельности, владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью
--	---

Предметных результатов (ПР)

Коды	Планируемые результаты
ПР.01	Развитие личности обучающихся средствами предлагаемого для изучения учебного предмета, курса: развитие общей культуры обучающихся, их мировоззрения, ценностно-смысловых установок, развитие познавательных, регулятивных и коммуникативных способностей, готовности и способности к саморазвитию и профессиональному самоопределению
ПР.02	Овладение систематическими знаниями и приобретение опыта осуществления целесообразной и результативной деятельности
ПР.03	Развитие способности к непрерывному самообразованию, овладению ключевыми компетентностями, составляющими основу умения: самостоятельному приобретению и интеграции знаний, коммуникации и сотрудничеству, эффективному решению (разрешению) проблем, осознанному использованию информационных и коммуникационных технологий, самоорганизации и саморегуляции
ПР.04	Обеспечение академической мобильности и (или) возможности поддерживать избранное направление образования
ПР.05	Обеспечение профессиональной ориентации обучающихся

Содержание программы дополнительного учебного предмета ДУП.01 Практическая подготовка по технологии выполнения работ профессии «Ассистент инструктора» (по избранному виду спорта) направлено на освоение следующих умений и знаний:

Уметь	<p>Разъяснять и демонстрировать техники безопасного использования спортивного оборудования и инвентаря, принципы выбора оптимального режима использования спортивного оборудования и инвентаря.</p> <p>Выполнять комплексы упражнений, предусмотренные программой занятия, мероприятия.</p> <p>Осуществлять наблюдение за безопасным использованием занимающимся спортивного оборудования и инвентаря.</p> <p>Контролировать соблюдение занимающимися правил этичного поведения.</p> <p>Разъяснять преимущества ведения здорового образа жизни.</p> <p>Определять оптимальные режимы использования спортивного оборудования и инвентаря.</p> <p>Вести документооборот по формированию записи занимающихся на занятия, мероприятия по физической подготовке, физическому развитию.</p> <p>Демонстрировать рациональные и безопасные техники использования спортивного оборудования и инвентаря.</p> <p>Разъяснять и демонстрировать основы методики занятий на тренажерных устройствах.</p> <p>Пользоваться демонстрационным, звуковым, звукоусиливающим и осветительным оборудованием.</p> <p>Формировать у занимающихся заинтересованность и мотивированность</p>
--------------	--

	<p>в развитии физических качеств, способностей.</p> <p>Подбирать и применять специальные комплексы упражнений для развития физических качеств, способностей занимающихся с учетом вида их деятельности, социально-демографических и половозрастных характеристик.</p> <p>Демонстрировать занимающимся рациональные и безопасные техники выполнения упражнений по программе, плану занятий по физической подготовке.</p> <p>Пояснять занимающимся структуру занятия, мероприятия по физической подготовке.</p> <p>Разъяснять занимающимся необходимость и принципы дозирования физической нагрузки.</p> <p>Составлять отчеты по результатам исполнения программы, плана занятия по физической подготовке.</p>
Знать	<p>Правила поведения в месте организации занятий, мероприятий по физической подготовке, физическому развитию.</p> <p>Основные методики диагностики мотивационной сферы занимающихся в области физической подготовки, физического развития.</p> <p>Основы методики занятий на тренажерных устройствах.</p> <p>Методы контроля при использовании занимающимися спортивного оборудования и инвентаря.</p> <p>Комплексы упражнений, используемые в программе занятий, мероприятий по физической подготовке, физическому развитию.</p> <p>Основные и дополнительные услуги, программы, формы организации и расписание занятий, мероприятий по физической подготовке, физическому развитию.</p> <p>Правила эксплуатации и оптимальные режимы использования спортивного оборудования и инвентаря.</p> <p>Основные понятия анатомии и физиологии человека.</p> <p>Принципы и компоненты здорового образа жизни.</p> <p>Правила эксплуатации звукового, звукоусиливающего и осветительного оборудования.</p> <p>Правила использования спортивного оборудования и инвентаря.</p> <p>Правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи.</p> <p>Физкультурно-оздоровительные технологии развития физических качеств, способностей человека.</p> <p>Методы контроля при занятиях по физической подготовке.</p> <p>Структура занятия по физической подготовке и элементы физической нагрузки.</p> <p>Общие принципы компоновки и комбинации физических упражнений для занятий по физической подготовке.</p>
Иметь навыки	<p>Ознакомление занимающихся с правилами использования спортивного оборудования и инвентаря.</p> <p>Проведение с занимающимися ознакомительного осмотра спортивного оборудования и инвентаря.</p> <p>Информирование занимающихся о необходимости соблюдения правил этичного поведения и использования спортивного оборудования и инвентаря.</p> <p>Отслеживание безопасного применения занимающимися спортивного оборудования и инвентаря при выполнении упражнений с соблюдением</p>

	<p>оптимального режима использования спортивного оборудования и инвентаря.</p> <p>Информирование занимающихся о расписании доступных программ, о формах организации занятий, мероприятий по физической подготовке, физическому развитию под руководством инструктора.</p> <p>Запись занимающихся на индивидуальные и групповые занятия, мероприятия по физической подготовке, физическому развитию.</p> <p>Ассистирование специалистам при проведении занятий, мероприятий с демонстрацией выполнения элементов упражнений и техники занятий на тренажерных устройствах.</p> <p>Подбор программы, плана занятия, мероприятия по физической подготовке для развития физических качеств, способностей с учетом вида деятельности, социально-демографических и половозрастных характеристик занимающихся.</p> <p>Информирование занимающихся о противопоказаниях к проведению занятия, мероприятия, о правилах этичного поведения занимающихся.</p> <p>Проведение занятий, мероприятий на основе программы, плана специально организованных физических упражнений для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы.</p> <p>Демонстрация занимающимся техники выполнения упражнений в соответствии с программой, планом занятия по физической подготовке.</p> <p>Контроль двигательной деятельности занимающихся и корректировка техники выполнения упражнений с целью минимизации рисков травмирования и рациональной организации двигательного режима.</p> <p>Консультирование занимающихся по выбору форм и видов самостоятельных занятий по физической подготовке, видов активного отдыха с учетом интересов, вида деятельности, уровня развития физических качеств, способностей занимающихся.</p>
--	--

1.4. Количество часов на освоение дополнительного учебного предмета

Количество часов на освоение программы учебного предмета ДУП.02 Практическая подготовка по технологии выполнения работ профессии «Ассистент инструктора» (по избранному виду спорта):

объем учебной нагрузки обучающегося – 248 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 234 часов,

из них: теория – 36 часов

практические занятия – 198 часов

промежуточная аттестация по предмету проводится в форме в соответствии с учебным планом.

ДУП.02.01 Практическая подготовка по использованию спортивного оборудования и инвентаря – 132 часа

из них: теория – 36 часов

практические занятия – 96 часов

ДУП.02.02 Практическая подготовка по организации занятий и мероприятий по физической подготовке – 102 часа

Из них: теория – 0 часов

практические занятия – 102 часа

ДУП.02 Квалификационный экзамен и консультация – 14 часов

Рабочая программа для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья разрабатывается индивидуально с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

2. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

2.1 МОДУЛЬ 1. ИЗБРАННЫЙ ВИД СПОРТА «ВОЛЕЙБОЛ»

Наименование разделов и тем	Количество часов на освоение учебного материала	Теоретические занятия	Практические занятия
ДУП. 02.01 Практическая подготовка по технологии выполнения работ профессии «Ассистент инструктора»			
	132	36	96
Раздел 1. Использование спортивного оборудования и инвентаря	64	20	44
Тема 1.1. Основы работы со спортивным оборудованием в волейболе	20	8	12
Тема 1.2. Техническое обслуживание и ремонт инвентаря	20	6	14
Тема 1.3. Применение специализированного оборудования в тренировочном процессе	24	6	18
Раздел 2. Организация занятий и мероприятий по физической подготовке	68	16	52
Тема 2.1. Подготовка и проведение тренировочных занятий по волейболу	24	6	18
Тема 2.2. Методика обучения базовым элементам волейбола	24	6	18
Тема 2.3. Организация соревнований и контрольных мероприятий	20	4	16
ДУП. 02.02 Практическая подготовка по технологии выполнения работ профессии «Ассистент инструктора»			
	102	x	102
Раздел 1. Практическая отработка навыков ассистента инструктора	54	x	54
Тема 1.1. Основы тренировочного процесса	30	x	30
Тема 1.2. Техническая подготовка	24	x	24
Раздел 2. Профессиональная подготовка и соревновательная деятельность	48	x	48
Тема 2.1 Совершенствование мастерства	12	x	12
Тема 2.2 Организация соревнований	36	x	36
Квалификационный экзамен	14		
Итого:	248		

2.2 МОДУЛЬ 2. ИЗБРАННЫЙ ВИД СПОРТА «ЕДИНОБОРСТВА»

Наименование разделов и тем	Количество часов на освоение учебного материала	Теоретические занятия	Практические занятия
ДУП. 02.01 Практическая подготовка по технологии выполнения работ профессии «Ассистент инструктора»			
	132	36	96
Раздел 1. Использование спортивного оборудования и инвентаря	64	20	44
Тема 1.1. Основы работы со спортивным оборудованием в единоборствах	20	8	12
Тема 1.2. Техническое обслуживание и ремонт инвентаря	20	6	14
Тема 1.3. Применение специализированного оборудования в тренировочном процессе	24	6	18
Раздел 2. Организация занятий и мероприятий по физической подготовке	68	16	52
Тема 2.1. Подготовка и проведение тренировочных занятий по единоборствам	24	6	18
Тема 2.2. Методика обучения техническим действиям в единоборствах	24	6	18
Тема 2.3. Организация соревнований и контрольных мероприятий	20	4	16
ДУП. 02.02 Практическая подготовка по технологии выполнения работ профессии «Ассистент инструктора»			
	102	x	102
Раздел 1. Практическая отработка навыков ассистента инструктора	54	x	54
Тема 1.1. Основы тренировочного процесса	30	x	30
Тема 1.2. Техническая подготовка	24	x	24
Раздел 2. Профессиональная подготовка и соревновательная деятельность	48	x	48
Тема 2.1 Совершенствование мастерства	12	x	12
Тема 2.2 Организация соревнований	36	x	36
Квалификационный экзамен	14		
Итого:	248		

2.3 МОДУЛЬ 3. ИЗБРАННЫЙ ВИД СПОРТА «ТУРИЗМ»

Наименование разделов и тем	Количество часов на освоение учебного материала	Теоретические занятия	Практические занятия
ДУП. 02.01 Практическая подготовка по технологии выполнения работ профессии «Ассистент инструктора»			
	132	36	96
Раздел 1. Изучение и использование спортивного оборудования и инвентаря	64	20	44
Тема 1.1. Основы работы со спортивным оборудованием в туризме, дисциплина «Маршрут»	32	10	22
Тема 1.2. Основы работы со спортивным оборудованием в туризме, дисциплина «Дистанции»	20	6	14
Тема 1.3. Основы работы со спортивным оборудованием в туризме, дисциплина «Северная ходьба»	12	4	8
Раздел 2. Общая и специальная физическая подготовка	68	16	52
Тема 2.1. Общая и специальная физическая подготовка	38	6	32
Тема 2.2. Организация соревнований и контрольных мероприятий	30	10	20
ДУП. 02.02 Практическая подготовка по технологии выполнения работ профессии «Ассистент инструктора»			
	102	x	102
Раздел 1. Практическая отработка навыков ассистента инструктора	54	x	54
Тема 1.1. Основы тренировочного процесса	30	x	30
Тема 1.2. Техническая подготовка	24	x	24
Раздел 2. Организация занятий и мероприятий по физической подготовке	48	x	48
Тема 2.1. Подготовка и проведение тренировочных занятий по туризму, дисциплина «Маршрут»	20	x	20
Тема 2.2. Подготовка и проведение тренировочных занятий по туризму, дисциплина «Дистанции»	20	x	20
Тема 2.3. Подготовка и проведение тренировочных занятий по туризму, дисциплина «Северная ходьба»	8	x	8
Квалификационный экзамен	14		
Итого:	248		

3. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН И СОДЕРЖАНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА ДУП. 01
Практическая подготовка по технологии выполнения работ профессии «Ассистент фитнес-тренера»

3.1 МОДУЛЬ 1. ИЗБРАННЫЙ ВИД СПОРТА «ВОЛЕЙБОЛ»

Наименование разделов и тем	Вид учебного занятия ¹	Содержание учебного материала	Объем в ак. час.	Формат проведения занятия ²	Коды ЛР, ЦО, МР, ПР, ОК, ПК, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4	5	6
Курс 1 Семестр 1					
ДУП 02.01 Практическая подготовка по использованию спортивного оборудования и инвентаря					
Раздел 1. Использование спортивного оборудования и инвентаря			64/64		
Тема 1.1. Основы работы со спортивным оборудованием в волейболе	УЗ	Виды инвентаря и оборудования: Мячи (размеры, материалы, стандарты FIVB). Сетки (высота, натяжение, крепление). Стойки и антенны (установка, регулировка). Тренажеры (блоки для нападающих, машины для подач). Требования безопасности: Проверка инвентаря перед использованием. Нормы эксплуатации (температура, влажность, износ). Хранение и транспортировка: Правила складирования мячей и сеток. Защита оборудования от повреждений	8	очный	ЛР 1.5, ЛР 3.3, ЛР 6.1. ЦО 1.7, ЦО 5.1, ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 08, ОК 09, ДПК 5.1 ПР 01, 02, 04, 05

¹ Указывается вид учебного занятия (учебное занятие – УЗ; практическое занятие – ПЗ; лабораторное занятие – ЛЗ)

² Указывается формат проведения занятий: очный, онлайн (дистанционное занятие с преподавателем/самостоятельное изучение)

	ПЗ	Работа с мячами: Проверка давления (0.3–0.325 кг/см ²). Накачка и замена игольчатого клапана. Установка сетки: Замер высоты (2.43 м – мужчины, 2.24 м – женщины). Натяжение и фиксация тросов. Подготовка площадки: Разметка зон (линии атаки, подачи). Монтаж защитных матов.	12	очный	
Тема 1.2. Техническое обслуживание и ремонт инвентаря	УЗ	Основные неисправности инвентаря и способы их устранения. Правила ухода за мячами, сетками, защитным покрытием. Типовые поломки: Разрывы камеры мяча. Проседание сетки. Коррозия металлических стоек. Ремонтные материалы: Клеи для резины. Запасные камеры и клапаны.	6	очный	ОК 01, 02, 03, 04, 05, 06, 08, 09. ДПК 5.1, ПР 01, 02, 04, 05
	ПЗ	Ремонт мячей: Вскрытие шва, замена камеры. Вулканизация повреждений. Обслуживание сетки: Замена поврежденных ячеек. Регулировка натяжения. Уход за стойками: Очистка от ржавчины. Смазка механизмов.	14	очный	
Тема 1.3. Применение специализированного оборудования в тренировочном процессе	УЗ	Использование тренажеров для отработки техники (блоки, тренажеры для подачи).	6	очный	ОК 01, 02, 03, 04, 05, 06, 08, 09. ДПК 5.1. ЛР 3.3, ЛР 6.1, ЦО 5.2, ЦО 5.3, ЦО 5.4, ЦО 5.5, ЦО 5.6 ПР 01, 02, 04, 05
	ПЗ	Установка и настройка тренажеров. Проведение упражнений с использованием дополнительного оборудования.	18	очный	
Курс 1 Семестр 2					
Раздел 2. Организация занятий и мероприятий по физической подготовке			68/68		
Тема 2.1. Подготовка и проведение тренировочных	УЗ	Структура тренировочного процесса Основные компоненты тренировки: Разминка (общая и специальная); Основная часть (техническая, тактическая, физическая подготовка); Заминка (восстановительные	6	очный	ОК 01, 02, 03, 04, 05, 06, 08, 09. ДПК 5.1. ЛР 6.1. ЦО 5.2, ЦО

занятий по волейболу		упражнения). Принципы планирования микро- и мезоциклов. Нормы нагрузки для разных возрастных групп Методика организации групповых занятий: Формирование групп по уровню подготовки; Методы управления группой (фронтальный, поточный, групповой, индивидуальный); Особенности работы с детьми, подростками и взрослыми; Безопасность на тренировках: Правила техники безопасности в зале и на открытой площадке; Профилактика травматизма (разминка, страховка, правильная техника); Действия при травмах (растяжения, ушибы, вывихи).			5.3, ЦО 5.4, ЦО 5.5, ЦО 5.6. ПР 01, 02, 03, 04
	ПЗ	Проведение разминки: Общая разминка (бег, ОРУ, прыжки); Специальная разминка (перемещения, имитация элементов); Ошибки при разминке и их исправление Построение основной части тренировки: Комбинации "прием – передача – атака"; Упражнения на взаимодействие в парах и тройках; Игровые задания (3×3, 4×4) Заминка и анализ тренировки : Восстановительные упражнения (стретчинг, дыхательные практики); Разбор ошибок, обратная связь игрокам; Планирование следующей тренировки.	18	очный	
Тема 2.2. Методика обучения базовым элементам волейбола	УЗ	Техника основных элементов: Поддача (нижняя, верхняя, планирующая); Прием мяча (снизу, сверху); Передача (вторая передача, первая передача); Атакующий удар и блок. Ошибки в технике и их исправление: Типичные ошибки новичков (неправильная постановка рук, задержка в движениях); Корректирующие упражнения. Индивидуальный подход в обучении: Методы работы с игроками разного уровня; Адаптация упражнений под физические возможности.	6	очный	

	ПЗ	Обучение подаче: Отработка нижней подачи (точность в зоны); Верхняя подача (силовая и точная); Планирующая подача (сложность приема). Прием и передача : Прием снизу (правильная стойка, работа ног); Передача сверху (постановка рук, контроль мяча); Упражнения в движении. Атакующий удар и блок: Разбег и прыжок; Удар по мячу (точность и сила); Блокирование (одиночный и групповой)	18	очный	
Тема 2.3. Организация соревнований и контрольных мероприятий	УЗ	Правила соревнований: Официальные правила FIVB; Роли судей (главный, линейные, секретарь); Заполнение протокола. Планирование турниров : Виды соревнований (круговая система, олимпийская).	4	очный	
	ПЗ	Судейство : Жесты судей (переход, аут, касание); Работа в команде судей. Проведение турнира: Организация команд; Контроль результатов. Анализ соревнований: Разбор игр; Оценка работы судей и организаторов.	16	очный	
ДУП 02.02 Практическая подготовка по организации занятий и мероприятий по физической подготовке					
Курс 1 Семестр 1					
Раздел 1. Практическая отработка навыков ассистента инструктора			54/54		
Тема 1.1. Основы тренировочного процесса	ПЗ	Проведение разминки : Общеразвивающие упражнения; Специальная подготовка. Основная часть занятия: Отработка технических элементов; Тактические комбинации. Анализ тренировки : Разбор ошибок; Планирование следующих занятий.	30	очный	ОК 01, 02, 03, 04, 05, 06, 08, 09. ДПК 5.1. ЛР 6.1. ЦО 5.2, ЦО 5.3, ЦО 5.4, ЦО 5.5, ЦО 5.6. ПР 01, 02, 03, 04

Тема 1.2. Техническая подготовка	ПЗ	Обучение элементам: Нижняя/верхняя подача; Прием и передача мяча. Тактические упражнения: Взаимодействие в парах.	24	очный	ОК 01, 02, 03, 04, 05, 06, 08, 09. ДПК 5.1. ЛР 6.1. ЦО 5.2, ЦО 5.3, ЦО 5.4, ЦО 5.5, ЦО 5.6 ПР 01, 02, 03, 04, 05
Курс 1 Семестр 2					
Раздел 1. Профессиональная подготовка и соревновательная деятельность			48/48		
Тема 2.1. Совершенствование мастерства	ПЗ	Сложные элементы: Атакующий удар; Блокирование. Контроль навыков: Тестирование техники.	12	очный	ОК 01, 02, 03, 04, 05, 06, 08, 09. ДПК 5.1. ЛР 1.5, ЛР 3.3, ЛР 6.1, ЦО 5.2, ЦО 5.3, ЦО 5.4, ЦО 5.5, ЦО 5.6
Тема 2.2. Организация соревнований	ПЗ	Судейство: Жесты и протокол. Турнирная практика: Организация игр. Анализ: Разбор мероприятий.	36	очный	ОК 01, 02, 03, 04, 05, 06, 08, 09. ДПК 5.1 ПР 01, 02, 03, 04, 05
Промежуточная аттестация в форме квалификационного экзамена (с учетом консультации)			14		
Объем дополнительного учебного предмета			248		

3.2 МОДУЛЬ 1. ИЗБРАННЫЙ ВИД СПОРТА «ЕДИНОБОРСТВА»

Наименование разделов и тем	Вид учебного занятия ³	Содержание учебного материала	Объем в ак. час.	Формат проведения занятия ⁴	Коды ЛР, ЦО, МР, ПР, ОК, ПК, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4	5	6
Курс 1 Семестр 1					
ДУП 02.01 Практическая подготовка по использованию спортивного оборудования и инвентаря					
Раздел 1. Использование спортивного оборудования и инвентаря			64/64		
Тема 1.1. Основы работы со спортивным оборудованием в единоборствах	УЗ	Виды инвентаря и оборудования: Татами, Боксерские груши, Боксерские лапы, Скакалки, Макивары, Спортивное обмундирование. Требования безопасности: Проверка инвентаря перед использованием. Нормы эксплуатации (температура, влажность, износ). Хранение и транспортировка: Правила складирования инвентаря. Правила хранения спортивной экипировки. Защита оборудования от повреждений	8	очный	ЛР 1.5, ЛР 3.3, ЛР 6.1. ЦО 1.7, ЦО 5.1, ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 08, ОК 09, ДПК 5.1 ПР 01, 02, 04, 05

³ Указывается вид учебного занятия (учебное занятие – УЗ; практическое занятие – ПЗ; лабораторное занятие – ЛЗ)

⁴ Указывается формат проведения занятий: очный, онлайн (дистанционное занятие с преподавателем/самостоятельное изучение)

	ПЗ	Работа со спортивной формой и оборудованием: Подгонка спортивной экипировки перед тренировками и соревнованиями. Проверка инвентаря перед тренировкой Подготовка зала к тренировке: Требования к гигиене зала Требования к спортивной форме для занятий единоборствами. Установка татами	12	очный	
Тема 1.2. Техническое обслуживание и ремонт инвентаря	УЗ	Основные неисправности инвентаря и способы их устранения. Правила ухода за спортивной формой, инвентарем и оборудованием Типовые поломки: Разрыв боксерского мешка. Разрыв макивары. Расхождения татами. Выход из строя перчаток. Выход из строя элементов спортивной формы Ремонтные материалы: Клеи. Нитки.	6	очный	ОК 01, 02, 03, 04, 05, 06, 08, 09. ДПК 5.1, ПР 01, 02, 04, 05
	ПЗ	Подготовка инвентаря к тренировочному процессу: Подгонка экипировки перед тренировкой. Требования к экипировке при участии в соревнованиях. Подготовка инвентаря и оборудования к тренировочному процессу.	14	очный	
Тема 1.3. Применение специализированного оборудования в тренировочном процессе	УЗ	Использование тренажеров и спортивного инвентаря для отработки технико-тактических действий.	6	очный	ОК 01, 02, 03, 04, 05, 06, 08, 09. ДПК 5.1. ЛР 3.3, ЛР 6.1, ЦО 5.2, ЦО 5.3, ЦО 5.4, ЦО 5.5, ЦО 5.6 ПР 01, 02, 04, 05
	ПЗ	Установка и настройка тренажеров и спортивного инвентаря. Проведение упражнений с использованием дополнительного оборудования.	18	очный	
Курс 1 Семестр 2					
Раздел 2. Организация занятий и мероприятий по физической подготовке			68/68		

Тема 2.1. Подготовка и проведение тренировочных занятий по единоборствам	УЗ	Структура тренировочного процесса: Основные компоненты тренировки: Разминка (общая и специальная). Основная часть (техническая, тактическая, физическая подготовка). Заминка (восстановительные упражнения). Принципы планирования микро- и мезоциклов. Нормы нагрузки для разных возрастных групп Методика организации групповых занятий: Формирование групп по уровню подготовки. Методы управления группой (фронтальный, поточный, групповой, индивидуальный). Особенности работы с детьми, подростками и взрослыми. Безопасность на тренировках: Правила техники безопасности в зале и на открытой площадке. Профилактика травматизма (разминка, страховка, правильная техника). Действия при травмах (растяжения, ушибы, вывихи).	6	очный	ОК 01, 02, 03, 04, 05, 06, 08, 09. ДПК 5.1. ЛР 1.5, ЛР 3.3, ЛР 6.1, ЦО 5.2, ЦО 5.3, ЦО 5.4, ЦО 5.5, ЦО 5.6
	ПЗ	Проведение разминки: Общая разминка (бег, ОРУ, прыжки). Специальная разминка (перемещения, имитация элементов). Ошибки при разминке и их исправление Построение основной части тренировки: Общая физическая подготовка в единоборствах. Специальная подготовка в единоборствах. Техничко-тактическая подготовка в единоборствах. Психологическая подготовка. Формальные комплексы (ката). Заминка и анализ тренировки: Восстановительные упражнения (стретчинг, дыхательные практики). Разбор ошибок, обратная связь игрокам. Планирование следующей тренировки	18	очный	
Тема 2.2. Методика обучения базовым элементам единоборств	УЗ	Техника основных элементов: Удары руками. Удары локтем. Удары коленом. Удары ногами. Перемещения. Комбинации ударов. Ошибки в технике и их исправление: Типичные ошибки новичков (неправильная постановка рук, задержка в движениях). Корректирующие упражнения.	6	очный	

		Индивидуальный подход в обучении: Методы работы со спортсменами разного уровня. Адаптация упражнений под физические возможности.			
	ПЗ	Обучение ударов руками: Прямой удар. Удар снизу. Боковой удар. Обучение ударов ногами: Удары в нижний уровень. Удары в верхний уровень. Удары в средний уровень Защитные действия: Защита руками. Защита ногами. Перемещения.	18	очный	
Тема 2.3. Организация соревнований и контрольных мероприятий	УЗ	Правила соревнований: Официальные правила Каратэ киокусинкай. Роли судей. Заполнение протокола. Планирование турниров: Виды соревнований (круговая система, олимпийская).	4	очный	
	ПЗ	Судейство: Жесты судей (переход, аут, касание). Работа в команде судей. Проведение турнира: Организация. Контроль результатов Анализ соревнований: Разбор боев. Оценка работы судей и организаторов.	16	очный	
ДУП 02.02 Практическая подготовка по организации занятий и мероприятий по физической подготовке					
Курс 1 Семестр 1					
Раздел 1. Практическая отработка навыков ассистента инструктора			54/54		
Тема 1.1. Основы тренировочного процесса	ПЗ	Проведение разминки: Общеразвивающие упражнения. Специальная подготовка. Основная часть занятия: Отработка технических элементов. Тактические комбинации. Анализ тренировки: Разбор ошибок. Планирование следующих занятий.	30	очный	ОК 01, 02, 03, 04, 05, 06, 08, 09. ДПК 5.1. ЛР 6.1. ЦО 5.2, ЦО 5.3, ЦО 5.4, ЦО 5.5, ЦО 5.6 ПР 01, 02, 03, 04, 05

Тема 1.2. Техническая подготовка	ПЗ	Обучение элементам: Удары руками. Удары ногами. Перемещения. Тактические упражнения: Атакующая тактика. Оборонительная тактика. Смешанная тактика.	24	очный	ОК 01, 02, 03, 04, 05, 06, 08, 09. ДПК 5.1. ЛР 6.1. ЦО 5.2, ЦО 5.3, ЦО 5.4, ЦО 5.5, ЦО 5.6 ПР 01, 02, 03, 04, 05
Курс 1 Семестр 2					
Раздел 1. Профессиональная подготовка и соревновательная деятельность			48/48		
Тема 2.1. Совершенствование мастерства	ПЗ	Сложные элементы: Комбинации ударов. Выполнение тактических схем в бою. Контроль навыков. Тестирование техники.	12	очный	ОК 01, 02, 03, 04, 05, 06, 08, 09. ДПК 5.1. ЛР 1.5, ЛР 3.3, ЛР 6.1, ЦО 5.2, ЦО 5.3, ЦО 5.4, ЦО 5.5, ЦО 5.6
Тема 2.2. Организация соревнований	ПЗ	Судейство: Жесты и протокол. Турнирная практика: Организация соревнований. Анализ: Разбор мероприятий.	36	очный	ОК 01, 02, 03, 04, 05, 06, 08, 09. ДПК 5.1 ПР 01, 02, 03, 04, 05
Промежуточная аттестация в форме квалификационного экзамена (с учетом консультации)			14		
Объем дополнительного учебного предмета			248		

3.3 МОДУЛЬ 1. ИЗБРАННЫЙ ВИД СПОРТА «ТУРИЗМ»

Наименование разделов и тем	Вид учебного занятия ⁵	Содержание учебного материала	Объем в ак. час.	Формат проведения занятия ⁶	Коды ЛР, ЦО, МР, ПР, ОК, ПК, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4	5	6
Курс 1 Семестр 1					
ДУП 02.01 Практическая подготовка по использованию спортивного оборудования и инвентаря					
Раздел 1. Изучение и использование спортивного оборудования и инвентаря			64/64		
Тема 1.1. Основы работы со спортивным оборудованием в туризме, дисциплина «маршрут»	УЗ	Разновидности снаряжения: снаряжение для дисциплины «Маршрут». Изучение понятия о личном, групповом и специальном туристском снаряжении по видам туризма.	10	очный	ЛР 1.5, ЛР 3.3, ЛР 6.1. ЦО 1.7, ЦО 5.1, ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 08, ОК 09, ДПК 5.1 ПР 01, 02, 04, 05
	ПЗ	Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки. Изучение особенностей снаряжения для зимнего похода. Требования безопасности: Проверка снаряжения перед использованием.	22	очный	
Тема 1.2. Основы работы со спортивным оборудованием в туризме, дисциплина «дистанции»	УЗ	Разновидности снаряжения: снаряжение для дисциплины «Дистанция». Специальное снаряжение и оборудование для прохождения дистанции.	6	очный	ОК 01, 02, 03, 04, 05, 06, 08, 09. ДПК 5.1, ПР 01, 02, 04, 05
	ПЗ	Изучение узлов, их разновидности и применение. Узлы для связывания веревок одинакового диаметра. Узлы для закрепления веревки к опоре/карабину. Схватывающие узлы. Вспомогательные узлы	14	очный	

⁵ Указывается вид учебного занятия (учебное занятие – УЗ; практическое занятие – ПЗ; лабораторное занятие – ЛЗ)

⁶ Указывается формат проведения занятий: очный, онлайн (дистанционное занятие с преподавателем/самостоятельное изучение)

Тема 1.3. Основы работы со спортивным оборудованием в туризме, дисциплина «северная ходьба»	УЗ	Разновидности снаряжения: снаряжение для дисциплины «Северная ходьба».	4	очный	
	ПЗ	Подбор и регулировка палок для северной ходьбы.	8	очный	
Курс 1 Семестр 2					
Раздел 2. Организация занятий и мероприятий по физической подготовке			68/68		
Тема 2.1. Общая и специальная физическая подготовка	УЗ	Значение и особенности физической подготовки. Общая и специальная физическая подготовка. Нормы нагрузок в тренировочном процессе. Контроль и самоконтроль состояния здоровья.	6	очный	ОК 01, 02, 03, 04, 05, 06, 08, 09. ДПК 5.1. ЛР 1.5, ЛР 3.3, ЛР 6.1, ЦО 5.2, ЦО 5.3, ЦО 5.4, ЦО 5.5, ЦО 5.6
	ПЗ	Воспитание и развитие выносливости, силы, быстроты и пр. качеств и формирование специальных двигательных навыков. Проведение занятий в спортивном зале: комплексы упражнений для укрепления основных мышечных групп, развития скоростно-силовых качеств, выносливости, гибкости.	32	очный	ОК 01, 02, 03, 04, 05, 06, 08, 09. ДПК 5.1. ЛР 6.1. ЦО 5.2, ЦО 5.3, ЦО 5.4, ЦО 5.5, ЦО 5.6.
Тема 2.2. Организация соревнований и контрольных мероприятий	УЗ	Правила соревнований по виду спорта «Спортивный туризм», дисциплина дистанция, дисциплина маршрут, дисциплина сереная ходьба	10	очный	ПР 01, 02, 03, 04
	ПЗ	Судейство соревнований по виду спорта «Спортивный туризм», дисциплина дистанция, дисциплина маршрут, дисциплина сереная ходьба. Проведение контрольных испытаний	20	очный	
ДУП 02.02 Практическая подготовка по организации занятий и мероприятий по физической подготовке					
Курс 1 Семестр 1					

Раздел 1. Практическая отработка навыков ассистента инструктора			54/54		
Тема 1.1. Основы тренировочного процесса	ПЗ	Проведение разминки Общеразвивающие упражнения Специальная подготовка	32	очный	ОК 01, 02, 03, 04, 05, 06, 08, 09. ДПК 5.1. ЛР 1.5, ЛР 3.3, ЛР 6.1, ЦО 5.2, ЦО 5.3, ЦО 5.4, ЦО 5.5, ЦО 5.6
Тема 1.2. Техническая подготовка	ПЗ	Изучение технических приемов в дисциплине «дистанции» (преодоление подъёма, спуска, параллельных перил, навесной переправы, бревна с использованием специального снаряжения), в дисциплине «маршрут» (ходьба по пересеченной местности, установка бивуака), в дисциплине «северная ходьба» (правильная координация работы рук и ног)	24	очный	ОК 01, 02, 03, 04, 05, 06, 08, 09. ДПК 5.1 ПР 01, 02, 03, 04, 05
Курс 1 Семестр 2					
Раздел 2. Организация занятий и мероприятий по физической подготовке			48/48		
Тема 2.1. Подготовка и проведение тренировочных занятий по туризму, дисциплина «маршрут»	ПЗ	Организация и проведение тренировочных мероприятий в дисциплине «маршрут»: проведение походов выходного дня, подготовки к ним. Изучение туристских возможностей родного края	20	очный	ОК 01, 02, 03, 04, 05, 06, 08, 09. ДПК 5.1. ЛР 1.5, ЛР 3.3, ЛР 6.1, ЦО 5.2, ЦО 5.3, ЦО 5.4, ЦО 5.5, ЦО 5.6
Тема 2.2. Подготовка и проведение тренировочных занятий по туризму, дисциплина «дистанции»	ПЗ	Организация и проведение тренировочных мероприятий в дисциплине «дистанции»: преодоление простейшей туристской полосы препятствий с использованием туристского снаряжения	20	очный	ОК 01, 02, 03, 04, 05, 06, 08, 09. ДПК 5.1 ПР 01, 02, 03, 04, 05
Тема 2.3.	ПЗ	Организация и проведение тренировочных мероприятий в	8	очный	

Подготовка и проведение тренировочных занятий по туризму, дисциплина «северная ходьба»		дисциплине «северная ходьба»: проведение разминки с палками, без палок, проведение основной части, проведение игр и игровых элементов в рамках занятий по северной ходьбе			
Промежуточная аттестация в форме квалификационного экзамена (с учетом консультации)			14		
Объем дополнительного учебного предмета			248		

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

4.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению программы дополнительного учебного предмета

Для реализации программы дополнительного учебного предмета ДУП.01 Практическая подготовка по технологии выполнения работ профессии «Ассистент фитнес-тренера» должны быть предусмотрены специальные помещения и оборудование.

Кабинет «Методики преподавания по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта», «Методического обеспечения спортивной подготовки и дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта», оснащенный

- техническими средствами обучения: персональные компьютеры, звукотехническая аппаратура, принтер, сканер, мультимедиа проектор, комплект учебно-методической документации.

Мастерская моделирования строения человека, оснащенная:

- оборудованием: весы напольные, сантиметровая лента и(или) ростомер, секундомер, скелет человека, динамометр, спирометр, глюкометр, пульсометр, тонометр.

Мастерская физического развития, оснащенная:

- Помост соревновательный, стойки для пауэрлифтинга комбинированные: присед + жим, Гриф тяговый модели TexasBar, Гриф соревновательный 29 мм, диски тренировочные 25 кг, 20 кг, 15 кг, 10 кг, 5 кг, 2,5 кг, 1,25 кг, блочный тренажере «Разгибание ног» MATRIX,

блочный тренажер «Сгибание ног лежа» MATRIX, блочный тренажере «Жим вверх» MATRIX, блочный тренажер «Сгибание рук» MATRIX, блочная мультистанция на 8 станций MATRIX, блочный тренажер «Гравитрон» MATRIX, силовая рама для подтягиваний MATRIX, беговая дорожка механическая с регулируемым сопротивлением BRONZEGYM, беговая дорожка электрическая, эллипсоид электронный BRONZEGYM, гребля с аэромагнитной системой нагружения, степы и BRONZEGYM, Тумбы для запрыгивания разной высоты, фитнес-коврики Аэрофит.

Спортивные залы, оснащенные спортивным оборудованием и инвентарем для избранного вида спорта.

Оснащение баз практической подготовки. Реализация образовательной программы предполагает обязательную практическую подготовку в организациях.

Оборудование организаций и технологическое оснащение рабочих мест должно соответствовать содержанию профессиональной деятельности и дать возможность обучающемуся овладеть предметными результатами, предусмотренными программой, с использованием современных технологий, материалов и оборудования.

4.2. Информационное обеспечение реализации программы дополнительного учебного предмета

Для реализации программы дополнительного учебного предмета ДУП.01 Практическая подготовка по технологии выполнения работ профессии «Ассистент фитнес-тренера» библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы для использования в образовательном процессе.

4.2.1. Основные печатные издания

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

- 4.2.1.2. Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой тренировки: учебное пособие / М.В. Еремин, А.Л. Волобуев, И.В. Кутын [и др.] ; под ред. А.Г. Горшкова. — Москва : КноРус, 2021. — 339 с.
- 4.2.1.3. Дворкин Л. С. Атлетическая гимнастика. Методика обучения : учебное пособие для среднего профессионального образования / Л. С. Дворкин. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 148 с.
- 4.2.1.4. Кузнецов, В.С., Организация физкультурно-спортивной работы + приложение: учебник / В.С. Кузнецов, О.Н. Антонова. — Москва: КноРус, 2021. — 258 с.
- 4.2.1.5. Муллер, А. Б. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 424 с.
- 4.2.1.6. Никитушкин, В. Г. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 246 с.
- 4.2.1.7. Профессионально-прикладная физическая подготовка : учебное пособие для вузов / С. М. Воронин [и др.] ; под редакцией Н. А. Воронова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 140 с.
- 4.2.1.8. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 334 с.

4.2.2. Основные электронные издания

- 4.2.2.1. Алхасов, Д. С. Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы : учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 144 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-15486-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/507957> (дата обращения: 06.03.2025).
- 4.2.2.2. 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: 06.03.2025).
- 4.2.2.3. 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: 06.03.2025).
- 4.2.2.4. 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: 06.03.2025).
- 4.2.2.5. Профессионально-прикладная физическая подготовка : учебное пособие для вузов / 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: 06.03.2025)/

4.2.2.6. 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: 06.03.2025).

4.2.3. Дополнительные источники

4.2.3.1. Избранный вид спорта «Волейбол»

4.2.3.1.1. Беляев, А.В. Волейбол на уроке физической культуры : [учебно-метод. пособие] / А. В. Беляев. — 2-е изд. — М. : Физкультура и спорт : СпортАкадемПресс, 2005. — 144 с. : ил. — (Физическая культура в школе). — Библиогр.: с. 142.

4.2.3.1.2. Беляев, А. В. Волейбол: теория и методика тренировки / А. В. Беляев, Л. В. Булыкина. — М.: ТВТ Дивизион, 2011. — 176 с.

4.2.3.1.3. Булыкина, Л. В. Волейбол: учебник / Л. В. Булыкина, В. П. Губа. — М.: Советский спорт, 2020. — 412 с.: ил.

4.2.3.1.4. Губа, В. П. Волейбол: основы подгот., тренировки, судейства / В. П. Губа, Л. В. Булыкина, П. В. Пустошило. - М.: Спорт, 2019. - 191 с.: ил

4.2.3.1.5. Фомин Е. В., Булыкина Л. В., Силаева Л. В. Физическое развитие и физическая подготовка юных волейболистов. — М.: Спорт, 2018. — 192 с.

4.2.3.1.6. Фомин, Е. В. Теоретико-методологические аспекты спортивной подготовки волейболистов. Учебно-методическое пособие/ Е. В. Фомин. — М.: ВФВ, 2020. — Вып.26. — 84 с

4.2.3.2. Избранный вид спорта «Единоборства»

4.2.3.2.1. Токсанов, С. Е. Обучение атакующим действиям с сопряженным развитием координационных способностей на этапе начальной подготовки в кикбоксинге : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Токсанов Серик Етекбаевич. - Омск, 2022. - 24 с.

4.2.3.2.2. Тимофеев В. Д. Современные системы периодизации и планирование подготовки высококвалифицированных спортсменов в единоборствах (на примере дзюдо) / В. Д. Тимофеев, А. А. Браинин. - Санкт-Петербург : ООО "Квадро", 2022. - 136 с. - ISBN 978-5-906371-31-5. — 10 экз.

4.2.3.2.3.Туманян Г.С., Гожин В.В. Теория, методика, организация тренировочной и соревновательной деятельности. Часть 1. кн. 3. Профессия-тренер: учеб. пособие.- М., 2000.-48с.

4.2.3.2.4.Ципин Л.Л. Биомеханическое обоснование принципов и методов оптимизации упражнений специальной силовой направленности в циклических видах спорта и спортивных единоборствах [Текст] : автореф. дис. ... докт. пед. наук/ Ципин Леонид Львович.- М., 2018.- 50 с.

4.2.3.2.5. Чой Сунг Мо Специальные методы самообороны в практике боевых искусств. — Ростов-на-Дону, 2004. — 352 с.

4.2.3.2.6. Шулика Ю.А. Боевое самбо и прикладные единоборства: учебно-метод. пос. - Ростов-на-Дону, 2004. — 224 с.

4.2.3.3. Избранный вид спорта «Туризм»

4.2.3.3.1.Васильев И.В. В помощь организаторам и инструкторам туризма / И.В. Васильев. — 2 изд. — М., 1973.

- 4.2.3.3.2. Ганопольский В.И. Туризм и спортивное ориентирование: учебник для институтов и техникумов физической культуры / В.И. Ганопольский, Е.Я. Безносиков, В.Г. Булатов. – М., 1987.
- 4.2.3.3.3. Федотов Ю.Н. Спортивно-оздоровительный туризм: учебник / под общ. ред. Ю.Н. Федотова. – 2-е изд., стереотип. – М.: Советский спорт, 2004. – 328 с., ил.
- 4.2.3.3.4. Теория и методика спортивного туризма / под ред. В.А. Таймазова и Ю.Н. Федотова. – М.: Советский спорт, 2014. – 424 с.
- 4.2.3.3.5. Спортивно-оздоровительный туризм: текст лекций / И. Д. Горшков; Яросл. гос. ун-т им. П. Г. Демидова. – Ярославль : ЯрГУ, 2014. – 60 с.

5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

5.1. Планируемые результаты освоения дополнительного учебного предмета

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
ЛР 1.5	Готов вести совместную деятельность в интересах гражданского общества, участвовать в самоуправлении в общеобразовательной организации и детско-юношеских организациях	Устный опрос, тестирование, практическое задание
ЛР 2.1	Сформирована российская гражданская идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувство ответственности перед Родиной, гордость за свой край, свою Родину, свой язык и культуру, прошлое и настоящее многонационального народа России	Устный опрос, практическое задание
ЛР 3.3	Умеет оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, ориентируясь на морально-нравственные нормы и ценности	Устный опрос, тестирование, практическое задание
ЛР 4.4	Готов к самовыражению в разных видах искусства, стремление проявлять качества творческой личности	Устный опрос, тестирование, практическое задание
ЛР 5.2	Физически совершенствуется и занимается спортивно-оздоровительной деятельностью	Устный опрос
ЛР 6.1	Готов к труду и осознает ценность мастерства, трудолюбия	Устный опрос
ЛР 6.2	Готов к активной деятельности технологической и социальной направленности, способность инициировать. Умеет планировать и самостоятельно выполнять такую деятельность	Устный опрос, практическое задание

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
ЦО 5.1	Понимающий и выражающий в практической деятельности понимание ценности жизни, здоровья и безопасности, значение личных усилий в сохранении и укреплении своего здоровья и здоровья других людей	Устный опрос, тестирование
ЦО 5.2	Соблюдающий правила личной и общественной безопасности, в том числе безопасного поведения в информационной среде	Практическое задание
ЦО 5.3	Выражает на практике установку на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, регулярную физическую активность), стремится к физическому совершенствованию	Устный опрос, практическое задание
ЦО 5.4	Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек (курения, употребления алкоголя, наркотиков, любых форм зависимостей), деструктивного поведения в обществе и цифровой среде, понимание их вреда для физического и психического здоровья	Устный опрос, практическое задание
ЦО 5.5	Демонстрирует навыки рефлексии своего состояния (физического, эмоционального, психологического) и понимания состояния других людей	Практическое задание
ЦО 5.6	Демонстрирует и развивает свою физическую подготовку, необходимую для избранной профессиональной деятельности. Способен адаптироваться к стрессовым ситуациям в общении, в изменяющихся	Практическое задание

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
	условиях (профессиональных, социальных, информационных, природных)	
ЦО 5.7	Использует средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	Практическое задание
ЦО 6.2	Эффективно действует в чрезвычайных ситуациях. Участвует в социально значимой трудовой и профессиональной деятельности разного вида в образовательной организации, на базах производственной практики, в своей местности	Устный опрос, тестирование, практическое задание
ЦО 6.3	Выражающий осознанную готовность к непрерывному образованию и самообразованию в выбранной сфере профессиональной деятельности	Устный опрос, тестирование, практическое задание
ЦО 6.4	Понимающий специфику профессионально-трудовой деятельности, регулирования трудовых отношений, готовый учиться и трудиться в современном высокотехнологичном мире на благо государства и общества	Устный опрос, тестирование, практическое задание
ЦО 6.6	Обладающий сформированными представлениями о значении и ценности выбранной профессии, проявляющий уважение к своей профессии и своему профессиональному	Устный опрос, тестирование, практическое задание

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
	<p>сообществу, поддерживающий позитивный образ и престиж своей профессии в обществе</p>	
<p>Овладение универсальными учебными познавательными действиями: а) базовые логические действия б) базовые исследовательские действия в) работа с информацией</p>	<p>Умеет самостоятельно формулировать и актуализировать проблему, рассматривать ее всесторонне. Умеет устанавливать существенный признак или основания для сравнения, классификации и обобщения. Умеет определять цели деятельности, задавать параметры и критерии их достижения. Умеет выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых явлениях. Умеет вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям, оценивать риски последствий деятельности. Умеет развивать креативное мышление при решении жизненных проблем. Владеет навыками учебно- исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем. Готов к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания. Владеет видами деятельности по получению нового знания, его интерпретации, преобразованию и применению в различных учебных ситуациях, в том числе при создании учебных и социальных проектов. Владеет научной терминологией, ключевыми понятиями и методами.</p>	

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
	<p>Ставит и формулирует собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях. Выявляет причинно-следственные связи. Умеет актуализировать задачу, выдвигать гипотезу ее решения. Умеет находить аргументы для доказательства своих утверждений. Умеет задавать параметры и критерии решения. Анализирует полученные в ходе решения задачи результаты и критически оценивает их достоверность, прогнозирует изменение в новых условиях. Умеет дать оценку новым ситуациям, оценивает приобретенный опыт. Умеет разрабатывать план решения проблемы с учетом анализа имеющихся материальных и нематериальных ресурсов. Осуществляет целенаправленный поиск переноса средств и способов действия в профессиональную среду. Умеет переносить знания в познавательную и практическую области жизнедеятельности. Умеет интегрировать знания из разных предметных областей. Выдвигает новые идеи, предлагает оригинальные подходы и решения. Ставит проблемы и задачи, допускающие альтернативные решения. Владеет навыками получения информации из источников разных типов, самостоятельно осуществляет поиск, анализ,</p>	

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
	<p>систематизацию и интерпретацию информации различных видов и форм представления. создает тексты в различных форматах с учетом назначения информации и целевой аудитории, выбирая оптимальную форму представления и визуализации. Оценивает достоверность, легитимность информации, ее соответствие правовым и морально-этическим нормам. Использует средства информационных и коммуникационных технологий в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности. Владеет навыками распознавания и защиты информации, информационной безопасности личности</p>	
<p>2. Овладение универсальными коммуникативными действиями: а) общение б) совместная деятельность</p>	<p>осуществляет коммуникацию во всех сферах жизни. Распознает невербальные средства общения, понимает значение социальных знаков, распознает предпосылки конфликтных ситуаций и смягчает конфликты. Владеть различными способами общения и взаимодействия. Аргументированно ведет диалог, умеет смягчать конфликтные ситуации. Развернуто и логично излагает свою точку зрения</p>	

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
	<p>с использованием языковых средств. Понимает и использует преимущества командной и индивидуальной работы. Выбирает тематику и методы совместных действий с учетом общих интересов, и возможностей каждого члена коллектива. Принимает цели совместной деятельности, организывает и координирует действия по ее достижению: составляет план действий, распределяет роли с учетом мнений участников, обсуждает результаты совместной работы. Оценивает качество своего вклада и каждого участника команды в общий результат по разработанным критериям. Предлагает новые проекты, оценивает идеи с позиции новизны, оригинальности, практической значимости. Координирует и выполняет работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия. Осуществляет позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях, проявляет творчество и воображение.</p>	
<p>3. Овладение универсальными регулятивными действиями: а) самоорганизация б) самоконтроль в) эмоциональный интеллект г) принятие себя и других людей</p>	<p>Самостоятельно осуществляет познавательную деятельность, выявляет проблемы, ставит и формулирует собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях. Самостоятельно составляет план решения проблемы с учетом имеющихся ресурсов,</p>	

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
	<p>собственных возможностей и предпочтений. Дает оценку новым ситуациям. Расширяет рамки учебного предмета на основе личных предпочтений. Делает осознанный выбор, аргументирует его, берет ответственность за решение. Оценивает приобретенный опыт. Дает оценку новым ситуациям, вносит коррективы в деятельность, оценивает соответствие результатов целям. Владеет навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований. Использует приемы рефлексии для оценки ситуации, выбора верного решения. Умеет оценивать риски и своевременно принимает решения по их снижению. Сформированы навыки самосознания, включающего способность понимать свое эмоциональное состояние, видеть направления развития собственной эмоциональной сферы, быть уверенным в себе. Саморегулирования, включающего самоконтроль, умение принимать ответственность за свое поведение, способность адаптироваться к эмоциональным изменениям и проявлять гибкость, быть открытым новому. Сформированы навыки внутренней мотивации, включающей стремление к достижению цели и успеху, оптимизм,</p>	

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
систематическими знаниями и приобретение опыта осуществления целесообразной и результативной деятельности	знаниями и приобретение опыта осуществления целесообразной и результативной деятельности	проекта, доклад, устный опрос
ПР.03 Развитие способности к непрерывному самообразованию, овладению ключевыми компетентностями, составляющими основу умения: самостоятельному приобретению и интеграции знаний, коммуникации и сотрудничеству, эффективному решению (разрешению) проблем, осознанному использованию информационных и коммуникационных технологий, самоорганизации и саморегуляции	Демонстрирует способность к непрерывному самообразованию, овладению ключевыми компетентностями, составляющими основу умения: самостоятельному приобретению и интеграции знаний, коммуникации и сотрудничеству, эффективному решению (разрешению) проблем, осознанному использованию информационных и коммуникационных технологий, самоорганизации и саморегуляции	Кейс-метод, защита проекта, доклад, устный опрос
ПР.04 Обеспечение академической мобильности и (или) возможности поддерживать избранное направление образования	Обеспечивает академическую мобильность и (или) возможность поддерживать избранное направление образования	Кейс-метод, защита проекта, доклад, устный опрос
ПР.05 Обеспечение профессиональной ориентации обучающихся	Демонстрирует профессиональную ориентацию деятельности	Защита проекта
Перечень профессиональных результатов (ОК/ПК), осваиваемых в рамках дополнительного учебного предмета		
<i>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дополнительного учебного предмета:</i> правила поведения в месте организации занятий, мероприятий по физической подготовке,	Знает правилами поведения в месте организации занятий. Знает правила поведения мероприятий по физической подготовке, физическому развитию	Устный опрос, тестирование, выполнение и защита практических работ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
физическому развитию		
Основные методики диагностики мотивационной сферы занимающихся в области физической подготовки, физического развития	Понимает основные методики диагностики мотивационной сферы занимающихся в области физической подготовки, физического развития	тестирование, выполнение и защита практических работ
Основы методики занятий на тренажерных устройствах	Понимает основы методики занятий на тренажерных устройствах	Устный опрос, тестирование, выполнение и защита практических работ
Методы контроля при использовании занимающимися спортивного оборудования и инвентаря	Применяет методы контроля при использовании занимающимися спортивного оборудования и инвентаря	Устный опрос, тестирование, выполнение и защита практических работ
Комплексы упражнений, используемые в программе занятий, мероприятий по физической подготовке, физическому развитию	Проводит комплексы упражнений, используемые в программе занятий, мероприятий по физической подготовке, физическому развитию	Устный опрос, тестирование, выполнение и защита практических работ
Основные и дополнительные услуги, программы, формы организации и расписание занятий, мероприятий по физической подготовке, физическому развитию	Ориентируется в основных и дополнительных услугах, программах, формах организации и расписании занятий, мероприятий по физической подготовке, физическому развитию	Устный опрос, тестирование, выполнение и защита практических работ
Правила эксплуатации и оптимальные режимы использования спортивного оборудования и инвентаря	Знает правила эксплуатации и оптимальные режимы использования спортивного оборудования и инвентаря	Устный опрос, тестирование, выполнение и защита практических работ
Принципы и компоненты здорового образа жизни	Знает принципы здорового образа жизни. Знает компоненты здорового образа жизни	Устный опрос, тестирование, выполнение и защита практических работ
Логистика в месте проведения занятия, мероприятия по физической подготовке, физическому развитию занимающихся	Организует место проведения занятия, мероприятия по физической подготовке, физическому развитию занимающихся	Устный опрос, тестирование, выполнение и защита практических работ
Правила эксплуатации звукового, звукоусиливающего и	Применяет правила эксплуатации звукового, звукоусиливающего и	Устный опрос, тестирование, выполнение и защита

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
осветительного оборудования	осветительного оборудования	практических работ
Требования охраны труда	Знает требования охраны труда	Устный опрос, тестирование, выполнение и защита практических работ
Правила использования спортивного оборудования и инвентаря	Применяет правила использования спортивного оборудования и инвентаря	Устный опрос, тестирование, выполнение и защита практических работ
Правила этики и деонтологии в сфере взаимодействия с занимающимися	Знает правила этики и деонтологии в сфере взаимодействия с занимающимися	Устный опрос, тестирование, выполнение и защита практических работ
Правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи	Знает правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи	Устный опрос, тестирование, выполнение и защита практических работ
<i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дополнительного учебного предмета:</i> выполнять комплексы упражнений, предусмотренные программой занятия, мероприятия	Выполняет комплексы упражнений, предусмотренные программой занятия, мероприятия	Устный опрос, тестирование, выполнение и защита практических работ
Осуществлять наблюдение за безопасным использованием занимающимся спортивного оборудования и инвентаря	Осуществляет наблюдение за безопасным использованием занимающимся спортивного оборудования и инвентаря	Устный опрос, тестирование, выполнение и защита практических работ
Контролировать соблюдение занимающимися правил этичного поведения	Контролирует соблюдение занимающимися правил этичного поведения	Устный опрос, тестирование, выполнение и защита практических работ
Определять личную мотивацию занимающихся и их цели	Определяет личную мотивацию занимающихся и их цели	Устный опрос, тестирование, выполнение и защита практических работ
Разъяснять преимущества ведения здорового образа жизни	Разъясняет преимущества ведения здорового образа жизни	Устный опрос, тестирование, выполнение и защита практических работ
Определять оптимальные режимы использования спортивного оборудования	Определяет оптимальные режимы использования спортивного оборудования	Устный опрос, тестирование, выполнение и защита

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
и инвентаря	и инвентаря	практических работ
Вести документооборот по формированию записи занимающихся на занятия, мероприятия по физической подготовке, физическому развитию	Ведет документооборот по формированию записи занимающихся на занятия, мероприятия по физической подготовке, физическому развитию	Устный опрос, тестирование, выполнение и защита практических работ
Демонстрировать рациональные и безопасные техники использования спортивного оборудования и инвентаря	Демонстрирует рациональные и безопасные техники использования спортивного оборудования и инвентаря	Устный опрос, тестирование, выполнение и защита практических работ
Разъяснять и демонстрировать основы методики занятий на тренажерных устройствах	Разъясняет и демонстрирует основы методики занятий на тренажерных устройствах	Устный опрос, тестирование, выполнение и защита практических работ
<i>Перечень навыков, осваиваемых в рамках дополнительного учебного предмета:</i> ознакомление занимающихся с правилами использования спортивного оборудования и инвентаря	Знакомит занимающихся с правилами использования спортивного оборудования и инвентаря	Квалификационный экзамен
проведение с занимающимися ознакомительного осмотра спортивного оборудования и инвентаря	Проводит с занимающимися ознакомительный осмотр спортивного оборудования и инвентаря	Квалификационный экзамен
Информирование занимающихся о необходимости соблюдения Правил этичного поведения и использования спортивного оборудования и инвентаря	Информирует занимающихся о необходимости соблюдения правил этичного поведения и использования спортивного оборудования и инвентаря	Квалификационный экзамен
Оказание помощи занимающимся при использовании спортивного оборудования и инвентаря	Оказывает помощь занимающимся при использовании спортивного оборудования и инвентаря	Квалификационный экзамен
Наблюдение за соблюдением занимающимися правил этичного поведения и использования спортивного оборудования и инвентаря	Наблюдает за соблюдением занимающимися правил этичного поведения и использования спортивного оборудования и инвентаря	Квалификационный экзамен
Отслеживание безопасного применения занимающимися спортивного оборудования и инвентаря при	Отслеживает безопасное применение занимающимися спортивного оборудования и инвентаря при	Квалификационный экзамен

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
выполнении упражнений с соблюдением оптимального режима использования спортивного оборудования и инвентаря	выполнении упражнений с соблюдением оптимального режима использования спортивного оборудования и инвентаря	
Информирование занимающихся о расписании доступных программ, о формах организации занятий, мероприятий по физической подготовке, физическому развитию под руководством инструктора	Информирует занимающихся о расписании доступных программ, о формах организации занятий, мероприятий по физической подготовке, физическому развитию под руководством инструктора	Квалификационный экзамен
Информирование занимающихся по вопросам навигации по территории места проведения занятия, мероприятия	Информирует занимающихся по вопросам навигации по территории места проведения занятия, мероприятия	Квалификационный экзамен
Запись занимающихся на индивидуальные и групповые занятия, мероприятия по физической подготовке, физическому развитию	Записывает занимающихся на индивидуальные и групповые занятия, мероприятия по физической подготовке, физическому развитию	Квалификационный экзамен
Контроль наличия и сохранности информационных и навигационных стендов, табличек, информационных схем	Контролирует наличия и сохранности информационных и навигационных стендов, табличек, информационных схем	Квалификационный экзамен
Ассистирование специалистам при проведении занятий, мероприятий с демонстрацией выполнения элементов упражнений и техники занятий на тренажерных устройствах	Ассистирует специалистам при проведении занятий, мероприятий с демонстрацией выполнения элементов упражнений и техники занятий на тренажерных устройствах	Квалификационный экзамен