

УТВЕРЖДАЮ:

Ректор

Д.Н. Сергоманов \_\_\_\_\_

«30» января 2025 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА**

**ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ**

«Тренер-преподаватель по физической культуре и спорту»

Трудоемкость обучения по данной программе – **144 часа**

## Содержание

1. Общие положения
2. Цель реализации программы повышения квалификации
3. Требования к квалификации поступающего на обучение
4. Планируемые результаты обучения
5. Условия реализации программы
6. Форма аттестации и оценочные материалы
7. Организационно-педагогические условия
8. Учебный план программы повышения квалификации
9. Календарный учебный график
10. Рабочая программа учебной дисциплины «Основы педагогики и психологии в физической культуре и спорте»

## 1. Общие положения

Настоящая программа повышения квалификации «Тренер-преподаватель по физической культуре и спорту» разработана с учетом положений:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Приказ Минтруда России от 12 апреля 2013 г. № 148н «Об утверждении уровней квалификаций в целях разработки проектов профессиональных стандартов»
- Приказ Минобрнауки России от 1 июля 2013 г. № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»
- Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 12 апреля 2013 г. N 148н "Об утверждении уровней квалификации в целях разработки проектов профессиональных стандартов"
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 "Об утверждении Порядка применения организациями осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ"
- Федеральный закон "О персональных данных" от 27.07.2006 N 152-ФЗ

Программа разработана на основе требований ФГОС: **49.03.01 Физическая культура, Приказ Минобрнауки России от 19.09.2017 N 940.**

Программа сформирована с учётом видов профессиональной деятельности, трудовых функций и уровней квалификации, установленных в профессиональных стандартах:

- **Профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель»**
- **Профессиональный стандарт «Инструктор-методист»**
- **Профессиональный стандарт «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» Утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18 октября 2013 г. N 544н**

Разработчики:

- Сергоманов Дмитрий Николаевич/ Директор

## 2. Цель реализации программы повышения квалификации

Заключается в формировании у слушателей общекультурных и профессиональных компетенций, необходимых для осуществления профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта. Программа направлена на развитие знаний и навыков, позволяющих эффективно организовывать и проводить занятия по физической культуре, разрабатывать и внедрять тренировочные программы, а также обеспечивать безопасность и здоровье участников.

В рамках освоения программы профессиональной переподготовки обучающиеся готовятся к решению задач профессиональной деятельности следующих типов:

- тренировочный;
- рекреационный;
- организационно-методический;
- научно-исследовательский;
- организационно-управленческий;
- педагогический;

Обучающиеся по программе готовятся к решению следующих задач профессиональной деятельности:

### 1) тренировочный

способствовать формированию личности обучающихся в процессе занятий избранным видом спорта, ее приобщению к общечеловеческим ценностям, здоровому образу жизни, моральным принципам честной спортивной конкуренции; осуществлять свою профессиональную деятельность, руководствуясь Конституцией Российской Федерации, законами Российской Федерации и нормативными документами органов управления образованием, физической культурой и спортом,

нормативно-правовыми актами в сфере образования, физической культуры и спорта;  
организовывать работу малых коллективов исполнителей;  
работать с финансово-хозяйственной документацией в сфере физической культуры и спорта;  
соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности, обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся в процессе занятий;

## **2) рекреационный**

привлекать население к рекреационной деятельности как фактору здорового образа жизни;  
реализовывать программы, режимы занятий по двигательной рекреации населения на региональном и местном уровнях в соответствии с потребностями населения;  
подбирать адекватные поставленным задачам средства, методы и формы рекреационной деятельности по циклам занятий различной продолжительности;  
обеспечивать уровень двигательной активности, соответствующий состоянию и потребностям обучающихся;  
способствовать осознанному использованию средств физической культуры как средства восстановления и укрепления здоровья, приобщения к здоровому образу жизни;

## **3) организационно-методический**

Разработка и реализация мероприятий по организационно-методическому обеспечению физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой подготовки на базе ФСО, центров спортивной подготовки, а также ОО, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта. Разработка и реализация плановых мероприятий, направленных на осуществление проектов по борьбе с допингом в спорте. Разработка и реализация мероприятий по обеспечению соблюдения правил вида спорта и положения (регламента) о спортивном соревновании при проведении спортивного соревнования.

## **4) научно-исследовательский**

выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта;  
проводить научные исследования по определению эффективности различных видов деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием опробованных методик;  
осуществлять научный анализ, обобщение и оформление результатов исследований;  
использовать информационные технологии для планирования и коррекции процессов профессиональной деятельности, контроля состояния обучающихся, обработки результатов исследований, решения других практических задач;

## **5) организационно-управленческий**

Планирование и реализация мероприятий по обеспечению эффективности и соответствия уставным целям деятельности физкультурно-спортивной организации.

## **6) педагогический**

способствовать социализации, формированию общей культуры личности обучающихся средствами физической культуры в процессе физкультурно-спортивных занятий, ее приобщению к общечеловеческим ценностям и здоровому образу жизни;  
решать педагогические задачи в рамках общеобразовательных и профессиональных образовательных организаций, ориентированные на анализ научной и научно-практической литературы, обобщение практики в области физической культуры и образования;  
осуществлять обучение и воспитание обучающихся в процессе занятий;  
определять содержание обучения в рамках учебных планов, с учетом результатов оценивания физического и функционального состояния учащихся;  
обеспечивать уровень подготовленности обучающихся, соответствующий требованиям федеральных государственных образовательных стандартов, обеспечивать необходимый запас знаний, двигательных умений и навыков, а также достаточный уровень физической подготовленности учащихся для сохранения и укрепления их здоровья и трудовой деятельности;  
участвовать в деятельности методических комиссий и в других формах методической работы;  
осуществлять сотрудничество с обучающимися, педагогами, родителями (лицами, их заменяющими);

Области профессиональной деятельности и (или) сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере начального общего, основного общего, среднего общего образования, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного образования, в сфере научных исследований);

05 Физическая культура и спорт (в сфере физического воспитания, в сфере физической культуры и массового спорта, спортивной подготовки, в сфере управления деятельностью и развитием физкультурно-спортивной организации).

Перечень основных объектов (или областей знания) профессиональной деятельности выпускников:

лица, вовлеченные в деятельность в сфере физической культуры и спорта, и потенциальные потребители физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг;

процессы формирования мировоззренческих, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на сохранение и укрепление здоровья, ведение здорового образа жизни, оптимизации психофизического состояния человека, освоения им разнообразных двигательных умений и навыков и связанных с ними знаний, развития двигательных способностей и высокой работоспособности;

учебно-методическая и нормативная документация.

<b>01.001 Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)</b>		
Трудовые функции, реализуемые после обучения	Код	Трудовые действия
<b>Обобщенные трудовые функции:</b> Педагогическая деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования		
Общепедагогическая функция. Обучение	A/01.6	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Разработка и реализация программ учебных дисциплин в рамках основной общеобразовательной программы.</li> <li>- Осуществление профессиональной деятельности в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования.</li> <li>- Участие в разработке и реализации программы развития образовательной организации в целях создания безопасной и комфортной образовательной среды.</li> <li>- Планирование и проведение учебных занятий.</li> <li>- Систематический анализ эффективности учебных занятий и подходов к обучению.</li> <li>- Организация, осуществление контроля и оценки учебных достижений, текущих и итоговых результатов освоения основной образовательной программы обучающимися.</li> <li>- Формирование универсальных учебных действий.</li> <li>- Формирование навыков, связанных с информационно-коммуникационными технологиями (далее - ИКТ).</li> <li>- Формирование мотивации к обучению.</li> <li>- Объективная оценка знаний обучающихся на основе тестирования и других методов контроля в соответствии с реальными учебными возможностями детей</li> </ul>
Воспитательная деятельность	A/02.6	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Регулирование поведения обучающихся для обеспечения безопасной образовательной среды.</li> <li>- Реализация современных, в том числе интерактивных, форм и методов воспитательной работы, используя их как на занятии, так и во внеурочной деятельности.</li> <li>- Постановка воспитательных целей, способствующих развитию обучающихся, независимо от их способностей и характера.</li> <li>- Определение и принятие четких правил поведения обучающимися в соответствии с уставом образовательной организации и правилами внутреннего распорядка образовательной организации.</li> <li>- Проектирование и реализация воспитательных программ.</li> <li>- Реализация воспитательных возможностей различных видов деятельности ребенка (учебной, игровой, трудовой, спортивной, художественной и т.д.).</li> <li>- Проектирование ситуаций и событий, развивающих эмоционально-ценностную сферу ребенка (культуру переживаний и ценностные ориентации ребенка).</li> <li>- Помощь и поддержка в организации деятельности ученических органов самоуправления.</li> <li>- Создание, поддержание уклада, атмосферы и традиций жизни образовательной организации.</li> <li>- Развитие у обучающихся познавательной активности,</li> </ul>

		<p>самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Формирование толерантности и навыков поведения в изменяющейся поликультурной среде.</li> <li>- Использование конструктивных воспитательных усилий родителей (законных представителей) обучающихся, помощь семье в решении вопросов воспитания ребенка</li> </ul>
<b>05.005 Инструктор-методист</b>		
Трудовые функции, реализуемые после обучения	Код	Трудовые действия
<b>Обобщенные трудовые функции:</b> Организация и проведение занятий по физическому воспитанию, оказание практической и методической помощи по вопросам физической подготовки		
Планирование, организация и проведение занятий по физическому воспитанию, тренировочных занятий по утвержденным программам	A/01.4	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Определение задач и содержание занятий по физическому воспитанию, тренировочного занятия с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей группы.</li> <li>- Разработка плана проведения занятия по физическому воспитанию, тренировочного занятия по утвержденным программам и методикам физического воспитания с учетом возрастного состава группы.</li> <li>- Составление расписания проведения занятий по физическому воспитанию, тренировочного занятия по утвержденным программам и методикам физического воспитания с учетом возрастного состава группы.</li> <li>- Проведение занятий по физическому воспитанию, тренировочного занятия согласно разработанному плану по утвержденным программам и методикам физического воспитания с учетом возрастного состава группы.</li> <li>- Обучение занимающихся владению навыками и техникой выполнения упражнений, формирование нравственно-волевые качества.</li> <li>- Контроль двигательной деятельности обучающихся, занимающихся.</li> <li>- Регулирование физической нагрузки обучающихся, занимающихся.</li> <li>- Рекомендации по совершенствованию двигательной деятельности занимающихся с учетом возраста обучающегося, занимающегося.</li> <li>- Совместно с медицинскими работниками контроль физического состояния обучающихся, занимающихся.</li> <li>- Обеспечение безопасности занимающихся при проведении физических и спортивных занятий</li> </ul>
<b>Обобщенные трудовые функции:</b> Физическая подготовка и обучение детей физической культуре в соответствии с программой и методиками физического воспитания		
Проведение физкультурно-оздоровительной работы с обучающимися, занимающимися во время занятий физической культурой в спортивном сооружении и на его территории	B/05.5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Изучение и обобщение передового опыта в области обучения занятиям физической культурой в спортивном сооружении и на его территории.</li> <li>- Организация предварительной работы с родителями (законными представителями) несовершеннолетних обучающихся по подготовке к занятиям физической культурой в спортивном сооружении и на его территории.</li> <li>- Составление расписания занятий по физической культуре в спортивном сооружении для каждой группы.</li> <li>- Проведение беседы, инструктажей с обучающимися, занимающимися, начинающими занятия физической культурой, о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и их выполнении.</li> <li>- Заполнение журнала с фиксацией содержания занятий.</li> <li>- Учет освоения обучающимися, занимающимися программы занятий физической культурой в спортивном</li> </ul>

		<p>сооружении и на его территории.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Помощь при переодевании, принятии душа занимающихся, обучающихся младшего возраста.</li> <li>- Обучение занимающихся, обучающихся младшего возраста соблюдению требований гигиены</li> </ul>
<b>05.012 Тренер-преподаватель</b>		
Трудовые функции, реализуемые после обучения	Код	Трудовые действия
<b>Обобщенные трудовые функции:</b> Деятельность по подготовке спортсменов и физическому воспитанию обучающихся		
Осуществление контроля и учета подготовленности с использованием методик измерения и оценки	A/09.6	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Выявление и оценка уровня и качества аналитической (технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной) и интегральной подготовленности спортсменов и фиксация всех обязательных показателей в документах учета, установленных организацией, осуществляющей спортивную подготовку.</li> <li>- Выявление и оценка личностных, метапредметных и предметных результатов освоения основной образовательной программы и фиксация всех обязательных показателей в журнале успеваемости, личном журнале учета учителя, журнале учета проведенных мероприятий по физическому воспитанию (или в иных документах учета, установленных организацией, осуществляющей образовательную деятельность).</li> <li>- Выявление и оценка результатов освоения дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта и фиксация всех обязательных результатов обучения в соответствующих документах учета, установленных организацией, осуществляющей образовательную деятельность</li> </ul>
Организация и проведение дистанционных занятий физкультурно-спортивной направленности	A/12.6	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Выбор наиболее оптимальной по техническим и технологическим особенностям модели и формы дистанционного занятия.</li> <li>- Структуризация учебных элементов, выбор формы их предъявления спортсмену или обучающемуся (текстовые, графические, медиа, рисунки, таблицы, слайды); подготовка плана занятий в дистанционной форме с указанием времени на каждый пункт плана.</li> <li>- Проведение занятий в дистанционном формате, в том числе с использованием: кейс-технологий, которые основываются на использовании наборов (кейсов) текстовых, аудиовизуальных и мультимедийных учебно-методических материалов и их рассылке для самостоятельного освоения спортсмену или обучающемуся; сетевых технологий, использующих телекоммуникационные сети для обеспечения занимающихся учебным и методическим материалом.</li> <li>- Контроль выполнения спортсменом или обучающимся мероприятий в дистанционном формате.</li> <li>- Проведение инструктажа со спортсменом или обучающимся по соблюдению ими безопасного выполнения мероприятий при проведении занятий в дистанционном формате.</li> <li>- Проведение со спортсменом или обучающимся анализа проведения занятия в дистанционном формате и возможности корректировки процесса с учетом результатов.</li> <li>- Отчет по проведенным занятиям в дистанционном формате, в том числе в форме аудио- и видеозаписей</li> </ul>

Уровень квалификации в соответствии с профессиональным стандартом.

Уровень	Полномочия и ответственность	Характер умений	Характер знаний	Основные пути достижения уровня квалификации
---------	------------------------------	-----------------	-----------------	--

4	Деятельность под руководством с проявлением самостоятельности при решении практических задач, требующих анализа ситуации и ее изменений. Планирование собственной деятельности и/или деятельности группы работников, исходя из поставленных задач. Ответственность за решение поставленных задач или результат деятельности группы работников.	Решение различных типов практических задач. Выбор способа действия из известных на основе знаний и практического опыта. Текущий и итоговый контроль, оценка и коррекция деятельности.	Понимание научно-технических или методических основ решения практических задач. Применение специальных знаний. Самостоятельная работа с информацией.	Образовательные программы среднего профессионального образования - программы подготовки квалифицированных рабочих (служащих). Основные программы профессионального обучения - программы профессиональной подготовки по профессиям рабочих, должностям служащих, программы переподготовки рабочих, служащих, программы повышения квалификации рабочих, служащих. Практический опыт.
5	Самостоятельная деятельность по решению практических задач, требующих самостоятельного анализа ситуации и ее изменений. Участие в управлении решением поставленных задач в рамках подразделения. Ответственность за решение поставленных задач или результат деятельности группы работников или подразделения.	Решение различных типов практических задач с элементами проектирования. Выбор способов решения в изменяющихся (различных) условиях рабочей ситуации. Текущий и итоговый контроль, оценка и коррекция деятельности.	Применение профессиональных знаний технологического или методического характера. Самостоятельный поиск информации, необходимой для решения поставленных профессиональных задач.	Образовательные программы среднего профессионального образования - программы подготовки специалистов среднего звена, программы подготовки квалифицированных рабочих (служащих). Основные программы профессионального обучения – программы профессиональной подготовки по профессиям рабочих, должностям служащих, программы переподготовки рабочих, служащих, программы повышения квалификации рабочих, служащих. Дополнительные профессиональные программы. Практический опыт.
6	Самостоятельная деятельность, предполагающая определение задач собственной работы и/или подчиненных по достижению цели. Обеспечение взаимодействия сотрудников и смежных подразделений. Ответственность за результат выполнения работ на уровне подразделения или организации.	Разработка, внедрение, контроль, оценка и корректировка направлений профессиональной деятельности, технологических или методических решений.	Применение профессиональных знаний технологического или методического характера, в том числе, инновационных. Самостоятельный поиск, анализ и оценка профессиональной информации.	Образовательные программы высшего образования - программы бакалавриата. Образовательные программы среднего профессионального образования - программы подготовки специалистов среднего звена. Дополнительные профессиональные программы. Практический опыт.

#### Перечень основных задач профессиональной деятельности выпускников (по типам)

Типы задач профессиональной деятельности	Задачи профессиональной деятельности	Объекты профессиональной деятельности (или области знания)
<b>Область профессиональной деятельности (по Реестру Минтруда): 01 Образование и наука (в сфере начального общего, основного общего, среднего общего образования, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного образования, в сфере научных исследований);</b>		
педагогический	способствовать социализации, формированию общей культуры личности обучающихся средствами физической культуры в процессе физкультурно-спортивных занятий,	-лица, вовлеченные в деятельность в сфере физической культуры и спорта, и потенциальные потребители физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг;

	<p>ее приобщению к общечеловеческим ценностям и здоровому образу жизни; решать педагогические задачи в рамках общеобразовательных и профессиональных образовательных организаций, ориентированные на анализ научной и научно-практической литературы, обобщение практики в области физической культуры и образования; осуществлять обучение и воспитание обучающихся в процессе занятий; определять содержание обучения в рамках учебных планов, с учетом результатов оценивания физического и функционального состояния учащихся; обеспечивать уровень подготовленности обучающихся, соответствующий требованиям федеральных государственных образовательных стандартов, обеспечивать необходимый запас знаний, двигательных умений и навыков, а также достаточный уровень физической подготовленности учащихся для сохранения и укрепления их здоровья и трудовой деятельности; участвовать в деятельности методических комиссий и в других формах методической работы; осуществлять сотрудничество с обучающимися, педагогами, родителями (лицами, их заменяющими);</p>	<p>- процессы формирования мировоззренческих, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на сохранение и укрепление здоровья, ведение здорового образа жизни, оптимизации психофизического состояния человека, освоения им разнообразных двигательных умений и навыков и связанных с ними знаний, развития двигательных способностей и высокой работоспособности;.</p> <p>- учебно-методическая и нормативная документация.</p>
научно-исследовательский	<p>выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта; проводить научные исследования по определению эффективности различных видов деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием опробованных методик; осуществлять научный анализ, обобщение и оформление результатов исследований; использовать информационные технологии для планирования и коррекции процессов профессиональной деятельности, контроля состояния обучающихся, обработки результатов исследований, решения других практических задач;</p>	<p>-лица, вовлеченные в деятельность в сфере физической культуры и спорта, и потенциальные потребители физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг;.</p> <p>- процессы формирования мировоззренческих, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на сохранение и укрепление здоровья, ведение здорового образа жизни, оптимизации психофизического состояния человека, освоения им разнообразных двигательных умений и навыков и связанных с ними знаний, развития двигательных способностей и высокой работоспособности;.</p> <p>- учебно-методическая и нормативная документация.</p>
<p><b>Область профессиональной деятельности (по Реестру Минтруда): 05 Физическая культура и спорт (в сфере физического воспитания, в сфере физической культуры и массового спорта, спортивной подготовки, в сфере управления деятельностью и развитием физкультурно-спортивной организации).</b></p>		
организационно-управленческий	<p>Планирование и реализация мероприятий по обеспечению эффективности и соответствия уставным целям деятельности</p>	<p>-лица, вовлеченные в деятельность в сфере физической культуры и спорта, и потенциальные потребители физкультурно-оздоровительных и</p>

	<p>физкультурно-спортивной организации.</p>	<p>спортивных услуг;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- процессы формирования мировоззренческих, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на сохранение и укрепление здоровья, ведение здорового образа жизни, оптимизации психофизического состояния человека, освоения им разнообразных двигательных умений и навыков и связанных с ними знаний, развития двигательных способностей и высокой работоспособности;</li> <li>- учебно-методическая и нормативная документация.</li> </ul>
<p>организационно-методический</p>	<p>Разработка и реализация мероприятий по организационно-методическому обеспечению физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой подготовки на базе ФСО, центров спортивной подготовки, а также ОО, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта. Разработка и реализация плановых мероприятий, направленных на осуществление проектов по борьбе с допингом в спорте. Разработка и реализация мероприятий по обеспечению соблюдения правил вида спорта и положения (регламента) о спортивном соревновании при проведении спортивного соревнования.</p>	<p>-лица, вовлеченные в деятельность в сфере физической культуры и спорта, и потенциальные потребители физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- процессы формирования мировоззренческих, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на сохранение и укрепление здоровья, ведение здорового образа жизни, оптимизации психофизического состояния человека, освоения им разнообразных двигательных умений и навыков и связанных с ними знаний, развития двигательных способностей и высокой работоспособности;</li> <li>- учебно-методическая и нормативная документация.</li> </ul>
<p>рекреационный</p>	<p>привлекать население к рекреационной деятельности как фактору здорового образа жизни; реализовывать программы, режимы занятий по двигательной рекреации населения на региональном и местном уровнях в соответствии с потребностями населения; подбирать адекватные поставленным задачам средства, методы и формы рекреационной деятельности по циклам занятий различной продолжительности; обеспечивать уровень двигательной активности, соответствующий состоянию и потребностям обучающихся; способствовать осознанному использованию средств физической культуры как средства восстановления и укрепления здоровья, приобщения к здоровому образу жизни;</p>	<p>-лица, вовлеченные в деятельность в сфере физической культуры и спорта, и потенциальные потребители физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- процессы формирования мировоззренческих, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на сохранение и укрепление здоровья, ведение здорового образа жизни, оптимизации психофизического состояния человека, освоения им разнообразных двигательных умений и навыков и связанных с ними знаний, развития двигательных способностей и высокой работоспособности;</li> <li>- учебно-методическая и нормативная документация.</li> </ul>
<p>тренерский</p>	<p>способствовать формированию личности обучающихся в процессе занятий избранным видом спорта, ее приобщению к общечеловеческим ценностям, здоровому образу жизни, моральным принципам честной</p>	<p>-лица, вовлеченные в деятельность в сфере физической культуры и спорта, и потенциальные потребители физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- процессы формирования мировоззренческих, мотивационно-</li> </ul>

	<p>спортивной конкуренции; осуществлять свою профессиональную деятельность, руководствуясь Конституцией Российской Федерации, законами Российской Федерации и нормативными документами органов управления образованием, физической культурой и спортом, нормативно-правовыми актами в сфере образования, физической культуры и спорта; организовывать работу малых коллективов исполнителей; работать с финансово-хозяйственной документацией в сфере физической культуры и спорта; соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности, обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся в процессе занятий;</p>	<p>ценностных ориентаций и установок на сохранение и укрепление здоровья, ведение здорового образа жизни, оптимизации психофизического состояния человека, освоения им разнообразных двигательных умений и навыков и связанных с ними знаний, развития двигательных способностей и высокой работоспособности; - учебно-методическая и нормативная документация.</p>
--	--	---

### 3. Требования к квалификации поступающего на обучение

Лица, желающие освоить Программу, должны иметь или получать (проходить обучение в настоящее время) одно из следующих уровней образования:

- 1) Высшее - бакалавриат
- 2) Высшее - специалитет
- 3) Высшее - магистратура

При условии, что они получают дипломы о первичном образовании в период прохождения обучения по Программе. Кандидаты на зачисление на обучение по данной Программе документально подтверждают свой уровень образования, предоставляя копии и предъявляя документы об образовании государственного или установленного образца.

Требования к уровню подготовки поступающего на обучение, необходимые для освоения программы: владение навыками пользования персональным компьютером или мобильным устройством для выхода в сеть Интернет, информационнокоммуникационными технологиями для взаимодействия в Сети, в том числе офисными приложениями, аналогичными интернетресурсами и сервисами для онлайн-работы.

### 4. Планируемые результаты обучения

Компетенции выпускника, формируемые в результате освоения дополнительной профессиональной образовательной программы.

Универсальные компетенции выпускников и индикаторы их достижения

Универсальные компетенции		
Код и наименование компетенции	Наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения
<b>Категория (группа) универсальных компетенций:</b> Разработка и реализация проектов		
УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	Знает необходимые для осуществления профессиональной деятельности правовые нормы. Умеет определять круг задач в рамках избранных видов профессиональной деятельности, планировать собственную деятельность исходя из имеющихся ресурсов; решать поставленные задачи в рамках избранных видов профессиональной деятельности.	Знать: виды ресурсов и ограничений для решения профессиональных задач; основные методы оценки разных способов решения задач; действующее законодательство и правовые нормы, регулирующие профессиональную деятельность Уметь: проводить анализ поставленной цели и

	<p>Имеет практический опыт применения нормативной базы и решения задач в области избранных видов профессиональной деятельности.</p>	<p>формулировать задачи, которые необходимо решить для ее достижения; анализировать альтернативные варианты решений для достижения намеченных результатов; использовать нормативно-правовую документацию в сфере профессиональной деятельности Владеть: методиками разработки цели и задач проекта; методами оценки потребности в ресурсах, продолжительности и стоимости проекта, навыками работы с нормативно-правовой документацией</p>
<p><b>Категория (группа) универсальных компетенций:</b> Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)</p>		
<p>УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</p>	<p>Знает основные принципы самовоспитания и самообразования, профессионального и личностного развития, исходя из этапов карьерного роста и требований рынка труда. Умеет планировать свое рабочее время и время для саморазвития, формулировать цели личностного и профессионального развития и условия их достижения, исходя из тенденций развития области профессиональной деятельности, индивидуальноличностных особенностей. Имеет практический опыт управления своей познавательной деятельностью и удовлетворения образовательных интересов и потребностей.</p>	<p>Знать: основные приемы эффективного управления собственным временем; основные методики самоконтроля, саморазвития и самообразования на протяжении всей жизни Уметь: эффективно планировать и контролировать собственное время; использовать методы саморегуляции, саморазвития и самообучения Владеть: методами управления собственным временем; технологиями приобретения. использования и обновления социо-культурных и профессиональных знаний, умений, и навыков; методиками саморазвития и самообразования в течение всей жизни</p>
<p>УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни. Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.</p>	<p>Знать: методы сохранения и укрепления физического здоровья в условиях полноценной социальной и профессиональной деятельности; социально-гуманитарную роль физической культуры и спорта в развитии личности; роль физической культуры и принципы здорового образа жизни; влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности; Уметь: организовывать режим времени, приводящий к здоровому образу жизни; использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа; выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, ритмической и аэробной гимнастики, упражнения атлетической гимнастики; выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации;</p>

		<p>выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки;</p> <p>Владеть:</p> <p>опытом спортивной деятельности и физического самосовершенствования и самовоспитания;</p> <p>способностью к организации своей жизни в соответствии с социально-значимыми представлениями о здоровом образе жизни;</p> <p>методикой самостоятельных занятий и самоконтроля за состоянием своего организма;</p> <p>методикой организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях.</p>
--	--	---

Общепрофессиональные компетенции выпускников и индикаторы их достижения

Общепрофессиональные компетенции		
Код и наименование компетенции	Наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения
<b>Категория (группа) общепрофессиональных компетенций: Материально-техническое обеспечение</b>		
ОПК-15 Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий	<p>Анализирует материально-техническую и финансовую сторону массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий; выявляет способы сотрудничества ответственных групп при организации массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий для эффективного профессионального взаимодействия с участниками спортивно-массовых мероприятий.</p> <p>Составляет основные документы, необходимые для материально-технического оснащения занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий в соответствии с правовыми и санитарно-гигиеническими нормами проведения данных мероприятий.</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- особенности спортивных сооружений для различных видов спорта;</li> <li>- правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники;</li> <li>- виды и формы соревнований.</li> </ul> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разъяснять правила поведения в помещении спортивного сооружения и на его территории;</li> <li>- использовать инвентарь и оборудование на занятиях и соревнованиях по базовым видам спорта и ИВС.</li> </ul> <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыком составления плана материально-технического обеспечения спортивно-массового мероприятия.</li> </ul>
<b>Категория (группа) общепрофессиональных компетенций: Научные исследования</b>		
ОПК-11 Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности	<p>Планирует, правильно организует и проводит научный эксперимент по определению эффективности различных видов деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик, статистически обрабатывает и анализирует результаты, обобщает и оформляет результаты исследований.</p> <p>Использует информационные технологии для планирования и коррекции процессов физкультурно-спортивной деятельности, контроля состояния занимающихся.</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методы и принципы обеспечения единства измерений; условия и факторы, влияющие на качество измерений;</li> <li>- виды величин;</li> <li>- теорию тестов, оценок, норм;</li> <li>- показатели, свойства, критерии физкультурно-спортивной подготовленности.</li> </ul> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- грамотно формулировать задачи и гипотезы, выбирать статистические методы;</li> <li>- пользоваться методами сравнения, корреляции, установления закономерностей, выставления экспертных оценок, описательной статистики для обработки и анализа показателей физической, технической, тактической, теоретической и других видов подготовленности спортсменов и их соревновательных и тренировочных нагрузок;</li> <li>- выводить статистические и педагогические заключения при осуществлении контроля.</li> </ul>

		<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методикой измерения и контроля физкультурно-спортивной деятельности занимающихся.</li> </ul>
<b>Категория (группа) общепрофессиональных компетенций: Организационно-методическое обеспечение</b>		
<p>ОПК-14 Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса</p>	<p>Знает основные виды документов планирования, методического обеспечения, контроля тренировочного и образовательного процессов. Осуществляет планирование, методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процессов.</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов в образовательной организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта, включая современные методы и инновационные технологии;</li> <li>- принципы и порядок разработки учебно-программной документации по тренировочному и образовательному процессам.</li> </ul> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять и планировать содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов;</li> <li>- анализировать проведенные занятия по виду программного материала предмета «Физическая культура» для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности.</li> </ul> <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыком проведения педагогического наблюдения и анализа проведения занятия предмета «Физическая культура»;</li> <li>- навыком планирования информационного сопровождения соревнования.</li> </ul>

Профессиональные компетенции выпускников и индикаторы их достижения

Профессиональные компетенции			
Код и наименование профессиональной компетенции (ПК)	Наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения	Основание (профстандарт, анализ опыта)
<b>Тип задач профессиональной деятельности: педагогический</b>			
<p><b>Задача профессиональной деятельности:</b> способствовать социализации, формированию общей культуры личности обучающихся средствами физической культуры в процессе физкультурно-спортивных занятий, ее приобщению к общечеловеческим ценностям и здоровому образу жизни; решать педагогические задачи в рамках общеобразовательных и профессиональных образовательных организаций, ориентированные на анализ научной и научно-практической литературы, обобщение практики в области физической культуры и образования; осуществлять обучение и воспитание обучающихся в процессе занятий; определять содержание обучения в рамках учебных планов, с учетом результатов оценивания физического и функционального состояния учащихся; обеспечивать уровень подготовленности обучающихся, соответствующий требованиям федеральных государственных образовательных стандартов, обеспечивать необходимый запас знаний, двигательных умений и навыков, а также достаточный уровень физической подготовленности учащихся для сохранения и укрепления их здоровья и трудовой деятельности; участвовать в деятельности методических комиссий и в других формах методической работы; осуществлять сотрудничество с обучающимися, педагогами, родителями (лицами, их заменяющими);</p>			
<p><b>Объект или область знания:</b> лица, вовлеченные в деятельность в сфере физической культуры и спорта, и потенциальные потребители физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг; процессы формирования мировоззренческих, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на сохранение и укрепление здоровья, ведение здорового образа жизни, оптимизации психофизического состояния человека, освоения им разнообразных двигательных умений и навыков и связанных с ними знаний, развития двигательных способностей и высокой работоспособности; учебно-методическая и нормативная документация.</p>			

<p>ПК-1 Способен осуществлять тренировочный процесс на разных этапах спортивной подготовки с учетом пола, возраста и индивидуальных особенностей занимающихся.</p>	<p>Осуществляет процесс спортивной тренировки, контроль его эффективности и формирование личности спортсмена средствами физкультурно-спортивной деятельности. Обеспечивает организацию учебно-методического сопровождения процесса спортивной тренировки на разных этапах спортивной подготовки. Формирует навыки соревновательной деятельности в соответствии с этапом и программами спортивной подготовки занимающихся.</p>	<p>Знать: Тренировочный процесс и этапы подготовки Уметь: Проводить подготовку с учетом пола, возраста и индивидуальных особенностей.</p>	<p>05.005 Инструктор-методист</p>
<p>ПК-2 Способен преподавать по дополнительным общеобразовательным программам в сфере физической культуры и спорта.</p>	<p>Осуществляет педагогическую деятельность, направленную на освоение дополнительной общеобразовательной программы в сфере физической культуры, спорна. Обеспечивает учебно-методическое сопровождение реализации дополнительной общеобразовательной программы в сфере физической культуры, спорна.</p>	<p>Знать: Как преподавать дополнительное образование в сфере физической культуры. Уметь: Осуществлять образование в сфере физической культуры.</p>	<p>05.005 Инструктор-методист</p>

## 5. Условия реализации программы

### 5.1 Особенности организации учебного процесса

Обучение по Программе осуществляется одновременно (без разрывов), в порядке, определённом образовательной программой на основе договоров об обучении. Форма обучения и конкретные сроки освоения Программы определяются с учётом расписания курсов и указываются в договоре об обучении.

При использовании дистанционных образовательных технологий (онлайн-вебинаров) слушатели из других часовых поясов должны учитывать, что занятия с онлайн-трансляцией (онлайн-вебинары) проводятся по рабочим дням с 10:00 до 17:30 по московскому времени.

При наличии групп слушателей из удалённых регионов (одного или смежных часовых поясов) для них занятия могут быть проведены в иное, специально назначенное для этого, время (с учётом сдвига по времени). Доступ к электронным учебным пособиям, к системе тестирования, а также к стендам (виртуальным машинам в центре обработки данных - ЦОД) для дистанционного выполнения лабораторных (практических) работ должен предоставляться слушателям круглосуточно.

Предоставление прав и реквизитов удалённого доступа обучающихся к их «личным кабинетам» и назначенным им курсам и тестам целесообразно осуществлять на весь период обучения по Программе. Контроль за прохождением этапов обучения слушателей должен вестись как лицами, ответственными за СДО и обеспечение проведения занятий с применением дистанционных технологий, и преподавателями, ведущими занятия, так и менеджерами, отвечающими за договора об обучении конкретных слушателей.

### 5.2 Порядок передачи Программы другой образовательной организации

Передача настоящей дополнительной профессиональной программы другим образовательным организациям не предусматривается.

Передача Программы повышения квалификации другой образовательной организации допускается при создании необходимых условий её реализации и соблюдении требований законодательства Российской Федерации о порядке

обращения со служебной информацией ограниченного распространения и наличии разрешения органов управления, в ведении которых находятся организации, осуществляющие образовательную деятельность.

### **5.3 Порядок внесения изменений в Программу**

Внесение изменений в настоящую дополнительную профессиональную программу осуществляются в соответствии с требованиями, установленными законодательными и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации.

Перечень основной литературы может дополняться руководителями образовательных организаций при поступлении новых (уточненных) учебных пособий.

Перечень дополнительной литературы подлежит обновлению и (или) уточнению, с учетом введения в действие новых и утративших актуальность нормативных правовых актов и методических документов.

Незначительные правки, вызванные изменениями в нормативной базе или в составе учебных дисциплин (модулей, курсов) вносятся в рабочем порядке.

Существенные изменения в программу рассматривается Методическим советом, а сама Программа повторно утверждается директором и проходит процедуру согласования в установленном порядке.

## **6. Форма аттестации и оценочные материалы**

### **6.1 Оценка качества освоения Программы**

Система оценки качества освоения Программы включает текущий контроль успеваемости (контроль посещаемости и активности на занятиях, опросы в начале очередного учебного дня, контроль выполнения практических и лабораторных работ), промежуточные по завершении освоения каждой учебной дисциплины (модуля, курса) Программы и итоговую аттестацию обучающихся.

Освоение каждой дисциплины (модуля, курса) Программы завершается зачетом (без оценки) в форме теста, который подразумевает ответы на контрольные вопросы по материалу курса. Зачет проводится с использованием электронной системы тестирования (основной вариант) или в бумажной форме (резервный вариант). Зачет принимает преподаватель, ведущий занятия по данной дисциплине.

Если краткосрочная программа повышения квалификации состоит только из одной учебной дисциплины (курса, модуля), то для неё промежуточная аттестация по дисциплине (курсу, модулю) является одновременно и итоговой по Программе.

Для каждого теста разработана система оценки, параметрами которой являются количество вопросов, их сложность, полнота ответа на вопрос. По результатам ответа на вопрос испытуемому присваивается определенное системой оценки количество баллов.

Итоговое решение о прохождении теста принимается на основании превышения суммарно набранного количества баллов по всем вопросам над определенным системой оценки пороговым значением.

При использовании средств электронного тестирования, тесты для промежуточной аттестации по каждой учебной дисциплине (модулю, курсу) содержат от 8 до 30 вопросов. К каждому вопросу предлагается до четырёх вариантов ответов. Проходной балл зачёта 2/3 правильных ответов.

Итоговая аттестация слушателей проводится в форме тестирования (обычно в электронном виде) по основным темам изученных дисциплин (модулей, курсов).

Тест итоговой аттестации для каждого слушателя формируется индивидуально и содержит до 40 вопросов, выбираемых системой случайным образом из пула в 120 вопросов, сформированного из тестовых вопросов изучаемых дисциплин (модулей, курсов). Проходной балл зачёта 2/3 правильных ответов.

На прохождение теста отводится 3.0 час(а). По результатам успешного тестирования и собеседования по каждому слушателю оформляется отдельное решение о прохождении (не прохождении) итоговой аттестации.

В случае неуспешной попытки сдачи итогового теста, слушателю предоставляется время на самоподготовку и возможность повторно пройти тестирование.

Лицам, успешно освоившим Программу повышения квалификации, выполнившим все требования учебного плана и прошедшим итоговую аттестацию, выдается Удостоверение о повышении квалификации установленного образца.

Слушателям, не прошедшим итоговой аттестации или показавшим на итоговой аттестации неудовлетворительные результаты, а также слушателям, освоившим лишь часть Программы и/или отчисленным из организации, выдается справка об обучении (а также Свидетельства о прохождении обучения по отдельным модулям (курсам) Программы).

При освоении Программы слушателем параллельно с получением высшего образования Удостоверение о повышении квалификации выдаётся ему после получения соответствующего документа об основном образовании и о квалификации.

## **6.2 Оценочные материалы**

Оценочные материалы по Программе включают наборы тестовых вопросов, используемые для контроля усвоения материала при проведении промежуточных аттестаций по каждой учебной дисциплине (курсу, модулю), а также скомпонованный из них пул тестов итоговой аттестации, реализуемые в рамках системы дистанционного тестирования на базе сервера управления обучением и тестированием Учебного центра.

Основные вопросы, включаемые в оценочные материалы промежуточных аттестаций приведены в соответствующих Рабочих программах по данным дисциплинам (модулям, курсам).

## **7. Организационно-педагогические условия**

### **7.1 Кадровое обеспечение программы**

Реализация программы повышения квалификации обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими, базовое образование, соответствующее профилю преподаваемой дисциплины. К образовательному процессу могут быть привлечены преподаватели из числа специалистов профильных организаций и учреждений.

### **7.2 Организационное обеспечение программы**

Образовательная организация располагает необходимой материально-технической базой, включая аудитории, мультимедийную аппаратуру, оргтехнику, копировальные аппараты. Материальная база соответствует санитарным и техническим нормам и правилам и обеспечивает проведение всех видов подготовки слушателей, предусмотренных учебным планом реализуемой дополнительной профессиональной программы. Обучение проводится с применением дистанционных образовательных технологий.

Каждый обучающийся в течение всего периода обучения обеспечивается индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационной образовательной среде, содержащей необходимые электронные образовательные ресурсы, перечисленные в модулях дополнительной профессиональной программы. Материалы для обучения размещены в электронной образовательной системе образовательной организации. Обучение осуществляется в Личном кабинете слушателя, доступ к которому производится по индивидуальному логину, получаемому слушателем после заключения договора на оказание образовательных услуг. В Личном кабинете обучение осуществляется посредством прохождения слушателем электронных учебных занятий различных видов. Виды и количество электронных учебных занятий по каждому разделу данной образовательной программы указаны в учебно-тематическом плане. Слушатель получает возможность получения консультаций преподавателя посредством заочного общения через электронную почту, а также онлайн консультаций. Большое внимание должно уделено практическим занятиям. Под практическими занятиями, указанными в учебном плане подразумевается самостоятельная работа слушателя, которую он выполняет по заданию куратора курса в off line режиме. Система позволяет осуществлять текущий контроль посредством контроля посещения слушателем личного кабинета и представленных модулей, промежуточный контроль осуществляется посредством проведения тестирования.

Образовательная деятельность обучающихся предусматривает следующие виды учебных занятий и учебных работ: самостоятельное изучение материала, лекции, практические и семинарские занятия, и другие виды учебных занятий и учебных работ, определенные учебным планом. Для всех видов занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

В качестве текущего контроля предусмотрены тестовые задания, рефераты, творческие работы, своевременное выполнение заданий для самостоятельной работы, участие в лекционных и практических занятиях, проводимых в заочном режиме.

## **8. Учебный план программы профессиональной переподготовки**

**8.1. Форма обучения - Заочная. В процессе обучения применяются исключительно дистанционные образовательные технологии и электронное обучение.**

**8.2. Продолжительность обучения: 144 часа.**

### 8.3.Режим занятий: 6 часов учебных занятий в день.

### 8.4.План учебного процесса

Наименование учебных дисциплин	Всего часов	Лекций	Семинары	Практические	Лабор.	Самост. работа	Промежуточная аттестация
Физиология и биомеханика в тренировочном процессе	24.0	4.0	0.0	0.0	0.0	20.0	0
Методики проведения тренировок для различных возрастных групп	23.0	4.0	0.0	0.0	0.0	19.0	0
Мотивация и управление спортивными командами	24.0	4.0	0.0	0.0	0.0	20.0	0
Безопасность и профилактика травм в спорте	23.0	4.0	0.0	0.0	0.0	19.0	0
Психологическая подготовка спортсменов	24.0	4.0	0.0	0.0	0.0	20.0	0
Этика и профессиональная ответственность тренера-преподавателя	23.0	4.0	0.0	0.0	0.0	19.0	0
<b>Итоговая аттестация</b>	3.0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого</b>	144	24	0	0	0	117	0

### 8.6. Сводные данные по бюджету времени

Общий объем времени, отводимого на освоение программы (календарных дней/часов)			Распределение учебного времени (количество часов)					
Всего	Из них		Всего часов учебных занятий	В том числе		Время на самостоятельную работу	Итоговая аттестация	Резерв учебного времени
	Выходные, праздничные дни	Учебное время		Учебные занятия по расписанию	Практика			
24/144	0	24/144	144	24	0.0	117.0	3.0	-

## 9.Календарный учебный график

Срок обучения – 4 недели.

Продолжительность академического часа соответствует нормативным требованиям (45 мин).

Наименование разделов, модулей, тем	Всего часов	1 Неделя (42 часа, 6 часов в день)						2 Неделя (42 часа, 6 часов в день)						3 Неделя (42 часа, 6 часов в день)						4 Неделя (18 часов, 6 часов в день)											
		1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6						
Физиология и биомеханика в тренировочном процессе	24.0	6	6	6	6																										
Методики проведения тренировок для различных возрастных групп	23.0					6	6	6	5																						
Мотивация и управление	24.0							1	6	6	6	5																			



<p>задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений</p>	<p>нормы. Умеет определять круг задач в рамках избранных видов профессиональной деятельности, планировать собственную деятельность исходя из имеющихся ресурсов; решать поставленные задачи в рамках избранных видов профессиональной деятельности. Имеет практический опыт применения нормативной базы и решения задач в области избранных видов профессиональной деятельности.</p>	<p>профессиональных задач; основные методы оценки разных способов решения задач; действующее законодательство и правовые нормы, регулирующие профессиональную деятельность Уметь: проводить анализ поставленной цели и формулировать задачи, которые необходимо решить для ее достижения; анализировать альтернативные варианты решений для достижения намеченных результатов; использовать нормативно-правовую документацию в сфере профессиональной деятельности Владеть: методиками разработки цели и задач проекта; методами оценки потребности в ресурсах, продолжительности и стоимости проекта, навыками работы с нормативно-правовой документацией</p>
--	--	--

**Категория (группа) универсальных компетенций:** Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)

<p>УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</p>	<p>Знает основные принципы самовоспитания и самообразования, профессионального и личного развития, исходя из этапов карьерного роста и требований рынка труда. Умеет планировать свое рабочее время и время для саморазвития, формулировать цели личного и профессионального развития и условия их достижения, исходя из тенденций развития области профессиональной деятельности, индивидуальноличностных особенностей. Имеет практический опыт управления своей познавательной деятельностью и удовлетворения образовательных интересов и потребностей.</p>	<p>Знать: основные приемы эффективного управления собственным временем; основные методики самоконтроля, саморазвития и самообразования на протяжении всей жизни Уметь: эффективно планировать и контролировать собственное время; использовать методы саморегуляции, саморазвития и самообучения Владеть: методами управления собственным временем; технологиями приобретения, использования и обновления социо-культурных и профессиональных знаний, умений, и навыков; методиками саморазвития и самообразования в течение всей жизни</p>
<p>УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни. Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.</p>	<p>Знать: методы сохранения и укрепления физического здоровья в условиях полноценной социальной и профессиональной деятельности; социально-гуманитарную роль физической культуры и спорта в развитии личности; роль физической культуры и принципы здорового образа жизни; влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности; Уметь: организовывать режим времени, приводящий к здоровому образу жизни; использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа; выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, ритмической и аэробной гимнастики, упражнения атлетической гимнастики;</p>

		<p>выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации;</p> <p>выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки;</p> <p>Владеть:</p> <p>опытом спортивной деятельности и физического самосовершенствования и самовоспитания;</p> <p>способностью к организации своей жизни в соответствии с социально-значимыми представлениями о здоровом образе жизни;</p> <p>методикой самостоятельных занятий и самоконтроля за состоянием своего организма;</p> <p>методикой организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях.</p>
--	--	--

Общепрофессиональные компетенции выпускников и индикаторы их достижения

Общепрофессиональные компетенции		
Код и наименование компетенции	Наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения
<b>Категория (группа) общепрофессиональных компетенций: Материально-техническое обеспечение</b>		
ОПК-15 Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий	<p>Анализирует материально-техническую и финансовую сторону массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий; выявляет способы сотрудничества ответственных групп при организации массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий для эффективного профессионального взаимодействия с участниками спортивно-массовых мероприятий.</p> <p>Составляет основные документы, необходимые для материально-технического оснащения занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий в соответствии с правовыми и санитарно-гигиеническими нормами проведения данных мероприятий.</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- особенности спортивных сооружений для различных видов спорта;</li> <li>- правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники;</li> <li>- виды и формы соревнований.</li> </ul> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разъяснять правила поведения в помещении спортивного сооружения и на его территории;</li> <li>- использовать инвентарь и оборудование на занятиях и соревнованиях по базовым видам спорта и ИВС.</li> </ul> <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыком составления плана материально-технического обеспечения спортивно-массового мероприятия.</li> </ul>
<b>Категория (группа) общепрофессиональных компетенций: Научные исследования</b>		
ОПК-11 Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности	<p>Планирует, правильно организывает и проводит научный эксперимент по определению эффективности различных видов деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик, статистически обрабатывает и анализирует результаты, обобщает и оформляет результаты исследований.</p> <p>Использует информационные технологии для планирования и коррекции процессов физкультурно-спортивной деятельности, контроля состояния занимающихся.</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методы и принципы обеспечения единства измерений; условия и факторы, влияющие на качество измерений;</li> <li>- виды величин;</li> <li>- теорию тестов, оценок, норм;</li> <li>- показатели, свойства, критерии физкультурно-спортивной подготовленности.</li> </ul> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- грамотно формулировать задачи и гипотезы, выбирать статистические методы;</li> <li>- пользоваться методами сравнения, корреляции, установления закономерностей, выставления экспертных оценок, описательной статистики для обработки и анализа показателей физической, технической, тактической, теоретической и других видов подготовленности спортсменов и их соревновательных и тренировочных нагрузок;</li> <li>- выводить статистические и педагогические заключения при осуществлении контроля.</li> </ul> <p>Владеть:</p>

		- методикой измерения и контроля физкультурно-спортивной деятельности занимающихся.
<b>Категория (группа) общепрофессиональных компетенций:</b> Организационно-методическое обеспечение		
ОПК-14 Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса	Знает основные виды документов планирования, методического обеспечения, контроля тренировочного и образовательного процессов. Осуществляет планирование, методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процессов.	Знать: - содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов в образовательной организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта, включая современные методы и инновационные технологии; - принципы и порядок разработки учебно-программной документации по тренировочному и образовательному процессам. Уметь: - определять и планировать содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - анализировать проведенные занятия по виду программного материала предмета «Физическая культура» для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности. Владеть: - навыком проведения педагогического наблюдения и анализа проведения занятия предмета «Физическая культура»; - навыком планирования информационного сопровождения соревнования.

Профессиональные компетенции выпускников и индикаторы их достижения

Профессиональные компетенции			
Код и наименование профессиональной компетенции (ПК)	Наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения	Основание (профстандарт, анализ опыта)
<b>Тип задач профессиональной деятельности:</b> педагогический			
<b>Задача профессиональной деятельности:</b> способствовать социализации, формированию общей культуры личности обучающихся средствами физической культуры в процессе физкультурно-спортивных занятий, ее приобщению к общечеловеческим ценностям и здоровому образу жизни; решать педагогические задачи в рамках общеобразовательных и профессиональных образовательных организаций, ориентированные на анализ научной и научно-практической литературы, обобщение практики в области физической культуры и образования; осуществлять обучение и воспитание обучающихся в процессе занятий; определять содержание обучения в рамках учебных планов, с учетом результатов оценивания физического и функционального состояния учащихся; обеспечивать уровень подготовленности обучающихся, соответствующий требованиям федеральных государственных образовательных стандартов, обеспечивать необходимый запас знаний, двигательных умений и навыков, а также достаточный уровень физической подготовленности учащихся для сохранения и укрепления их здоровья и трудовой деятельности; участвовать в деятельности методических комиссий и в других формах методической работы; осуществлять сотрудничество с обучающимися, педагогами, родителями (лицами, их заменяющими);			
<b>Объект или область знания:</b> лица, вовлеченные в деятельность в сфере физической культуры и спорта, и потенциальные потребители физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг; процессы формирования мировоззренческих, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на сохранение и укрепление здоровья, ведение здорового образа жизни, оптимизации психофизического состояния человека, освоения им разнообразных двигательных умений и навыков и связанных с ними знаний, развития двигательных способностей и высокой работоспособности; учебно-методическая и нормативная документация.			
ПК-1 Способен осуществлять тренировочный процесс на разных этапах спортивной	Осуществляет процесс спортивной тренировки, контроль его эффективности и формирование личности спортсмена средствами физкультурно-спортивной	Знать: Тренировочный процесс и этапы подготовки Уметь: Проводить подготовку с учетом пола,	05.005 Инструктор-методист

подготовки с учетом пола, возраста и индивидуальных особенностей занимающихся.	деятельности. Обеспечивает организацию учебно-методического сопровождения процесса спортивной тренировки на разных этапах спортивной подготовки. Формирует навыки соревновательной деятельности в соответствии с этапом и программами спортивной подготовки занимающихся.	возраста и индивидуальных особенностей.	
ПК-2 Способен преподавать по дополнительным общеобразовательным программам в сфере физической культуры и спорта.	Осуществляет педагогическую деятельность, направленную на освоение дополнительной общеобразовательной программы в сфере физической культуры, спорна. Обеспечивает учебно-методическое сопровождение реализации дополнительной общеобразовательной программы в сфере физической культуры, спорна.	Знать: Как преподавать дополнительное образование в сфере физической культуры. Уметь: Осуществлять образование в сфере физической культуры.	05.005 Инструктор-методист

### 10.3. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Общий объем времени, отводимого на освоение учебной дисциплины, составляет 141.0 часа(ов).

Вид учебной работы	Всего часов
Аудиторные занятия (всего), в том числе:	24
лекции (Л)	24.0
практические занятия (ПЗ)	0.0
семинары (С)	0.0
лабораторные работы (ЛР)	0.0
Самостоятельная работа (СР, всего),	117.0
Промежуточная аттестация	0
Общая трудоемкость	141.0

### 10.4. Содержание учебной дисциплины

#### 10.4.1. Содержание разделов учебной дисциплины

№ п/п	Наименование раздела учебной дисциплины	Содержание раздела
1.	Физиология и биомеханика в тренировочном процессе	Основы биомеханики: кинематика и кинетика в спортивных движениях. Роль анатомии и физиологии в понимании биомеханических процессов. Применение биомеханики в тренировочном процессе. Снижение риска травм с помощью биомеханики. Основы физиологии: функции мышц, нервной системы и других систем, влияющих на движение. Энергетика мышечной деятельности и восстановление после нагрузок. Влияние питания и водного режима на физическую работоспособность.
2.	Методики проведения тренировок для различных возрастных групп	Особенности развития детей разных возрастов. Принципы составления программ тренировок для разных возрастных групп. Методы мотивации и поддержания интереса к занятиям у детей разного возраста. Учёт индивидуальных особенностей и уровня физической подготовки при составлении программ тренировок. Организация и проведение развивающих упражнений для детей разных возрастов.

		Использование наглядных, словесных и практических методов обучения в работе с детьми.
3.	Мотивация и управление спортивными командами	Влияние спортивной мотивации на развитие лидерских и организационных навыков. Определение и развитие лидерских навыков, таких как коммуникация, мотивация, принятие решений, управление конфликтами и ведение переговоров. Роль лидеров в создании сильной и успешной команды, их влияние на мотивацию и организацию. Важность организационных навыков для эффективного планирования, управления временем, распределения ресурсов и организации тренировок и соревнований. Методы развития организационных навыков через обучение, опыт и практику.
4.	Безопасность и профилактика травм в спорте	Введение в основные принципы безопасности в спорте, включая правильное использование спортивного инвентаря и оборудования. Важность соблюдения правил и норм безопасности на спортивных площадках и в тренировочных залах. Основные причины спортивных травм и методы их предотвращения. Роль разминки, растяжки и заминки в снижении риска травм. Значение правильного питания и гидратации для поддержания здоровья и предотвращения травм. Разработка и внедрение эффективных тренировочных программ, направленных на минимизацию травм. Использование современных технологий и методик для анализа и предотвращения травм.
5.	Психологическая подготовка спортсменов	Введение в психологическую подготовку, её цели и задачи. Значение психологической подготовки для достижения высоких спортивных результатов. Описание различных предстартовых состояний (стартовая лихорадка, апатия, боевая готовность). Влияние этих состояний на работоспособность и эффективность действий спортсмена. Техники саморегуляции эмоциональных состояний. Способы концентрации и распределения внимания перед соревнованиями.
6.	Этика и профессиональная ответственность тренера-преподавателя	Введение в основные принципы этики и профессиональной ответственности тренера-преподавателя. Значение этических норм для поддержания высокого уровня профессионализма и доверия к профессии. Описание норм педагогической этики, основанных на конституционных положениях и законодательных актах. Влияние норм культуры и прав человека на формирование этических принципов тренера-преподавателя. Методы внедрения этических норм через интерактивные семинары, информационное обеспечение и демонстрацию примеров со стороны руководства.

#### 10.4.3. Разделы учебной дисциплины и виды занятий

№ п/п	№ (наименование) раздела (темы) учебной дисциплины (модуля)	Л	ПЗ	ЛР	С	СР	Всего
1	Физиология и биомеханика в тренировочном процессе	4.0	0.0	0.0	0.0	20.0	24.0
2	Методики проведения тренировок для различных возрастных групп	4.0	0.0	0.0	0.0	19.0	23.0
3	Мотивация и управление спортивными командами	4.0	0.0	0.0	0.0	20.0	24.0
4	Безопасность и профилактика травм в спорте	4.0	0.0	0.0	0.0	19.0	23.0
5	Психологическая подготовка спортсменов	4.0	0.0	0.0	0.0	20.0	24.0
6	Этика и профессиональная ответственность тренера-преподавателя	4.0	0.0	0.0	0.0	19.0	23.0

#### 10.5. Лабораторный практикум

Лабораторные практикумы программой не предусмотрены.

#### 10.6. Семинары

Семинары программой не предусмотрены.

## 10.7. Практические занятия

Практические занятия программой не предусмотрены.

## 10.8. Учебно-методическое и информационное обеспечение учебной дисциплины:

а) основная литература:

-Макусев, О.Н. / Обеспечение безопасности и предупреждение травматизма на занятиях физической культурой и спортом : методические указания / Макусев О.Н. – Нижнекамск : Нижнекамский химико-технологический институт (филиал) ФГБОУ ВПО «КНИТУ», 2013 – 22 с.

-Медико-педагогические аспекты спортивного травматизма : учебное пособие / А.В. Шихов, Г.И. Семёнова ; Мин-во науки и высшего образования РФ.— Екатеринбург : Изд-во Урал. ун-та, 2020.— 128 с.

-Стеблецов, Е. А. Биомеханика : учебник для вузов / Е. А. Стеблецов, И. И. Болдырев, Е. С. Болдырева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 159 с.

-Димова, А. Л. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания : учебник для вузов / А. Л. Димова. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 428 с.

-Спортивная психология : учебник для вузов / В. А. Родионов [и др.] ; под общей редакцией В. А. Родионова, А. В. Родионова, В. Г. Сивицкого. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 367 с.

-Зуб, А. Т. Психология управления : учебник и практикум для вузов / А. Т. Зуб. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 372 с.

-Кодекс профессиональной этики тренеров-преподавателей и педагогических работников Муниципального казенного образовательного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа» станицы Павловской муниципального образования Павловский район / 8 с.

-Об утверждении положения о нормах профессиональной этики тренера-преподавателя / 9 с.

б) дополнительная литература:

- Стеблецов, Е. А. Гигиена физической культуры и спорта : учебник для вузов / Е. А. Стеблецов, А. И. Григорьев, О. А. Григорьев ; под редакцией Е. А. Стеблецова. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 308 с.

- Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с.

- Туревский, И. М. Биомеханика двигательной деятельности: формирование психомоторных способностей : учебное пособие для среднего профессионального образования / И. М. Туревский. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 353 с.

- Рипа, М. Д. Методы лечебной и адаптивной физической культуры : учебное пособие для среднего профессионального образования / М. Д. Рипа, И. В. Кулькова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 158 с.

- Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 189 с.

- Алексеев, С. В. Спортивное право: договорные отношения в спорте : учебное пособие для вузов / С. В. Алексеев, М. О. Буянова, А. В. Чеботарев ; под редакцией С. В. Алексеева. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 107 с.

- Психологическое сопровождение детско-юношеского спорта : учебное пособие для вузов / В. А. Родионов [и др.] ; под общей редакцией В. А. Родионова. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 211 с.

- АРМАНОВ С. / Особенности мотивации спортсменов командных и индивидуальных видов спорта: теоретический аспект / 8 с.

- Киреева Н.Ю., Кропотухина О.С. / Мотивация в сфере физической культуры и спорта / 6 с.

- Андриянова, Е. Ю. Профилактика допинга в спорте : учебное пособие для вузов / Е. Ю. Андриянова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 134 с.

- КОДЕКС ПОВЕДЕНИЯ ДЛЯ ТРЕНЕРА / 1 с.

в) программное обеспечение:

не требуется.

г) базы данных, информационно-справочные и поисковые системы:

Использование баз данных, информационно-справочных и поисковых систем для данной программы не предусмотрено.

### **10.9. Материально-техническое обеспечение образовательной деятельности**

Дополнительная профессиональная программа обучения обеспечивается учебно-методической документацией и материалами по всем дисциплинам.

Предполагается, что каждый обучающийся обеспечивается доступом к информационно-образовательной среде, содержащей необходимую учебную и учебно-методическую литературу.

Учебно-методические материалы, необходимые для изучения программы, представляется слушателям в личном кабинете системы, на электронном носителе, а также посредством предоставления доступа к электронной библиотеке, что позволяет обеспечить освоение обучающимися образовательных программ в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся.

Библиотечный фонд укомплектован печатными и/или электронными изданиями основной учебной литературы по дисциплинам основной части цикла.

В образовательной организации предоставлен доступ к сети «Интернет» для административно-управленческой деятельности и учебного процесса. Все компьютеры в образовательной организации имеют выход в интернет и соединены в локальную вычислительную сеть.

Материально-техническая база обучения с использованием ДОТ включает следующие составляющие:

- а) Каналы связи.
- б) Компьютерное оборудование.
- в) Периферийное оборудование.
- г) Программное обеспечение.
- д) Систему дистанционного обучения, обеспечивающую формирование информационной образовательной среды.

### **10.10. Методические рекомендации по организации изучения учебной дисциплины**

Используются традиционные образовательные технологии на основе объяснительно-иллюстративного метода обучения, в форме информационной лекции и практических занятий на персональных компьютерах.

Формирование профессиональных компетенций обеспечивается использованием в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий в сочетании с внеаудиторной работой.

### **10.11. Форма аттестации и оценочные материалы**

Текущий контроль предназначен для проверки хода и качества усвоения учебного материала, стимулирования учебной работы обучающихся и совершенствования методики проведения занятий. Он проводится в ходе всех видов занятий в форме, избранной преподавателем.

Промежуточная аттестация имеет целью определить степень достижения учебных целей по учебной дисциплине и проводится в форме зачёта. Зачет принимается преподавателями, читающими лекции по данной учебной дисциплине в соответствии с перечнем основных вопросов, выносимых для контроля знаний обучающихся.

Перечень тестов:

1. Что является основной задачей тренера-преподавателя?

- а) Развитие физических качеств учеников
- б) Обучение техническим навыкам в спорте

в) Организация спортивных мероприятий

2. Какие методы использует тренер для мотивации спортсменов?

а) Поощрение и поддержка

б) Критика и наказания

в) Сравнение с другими спортсменами

3. Что такое индивидуальный подход в тренировочном процессе?

а) Учет особенностей каждого спортсмена

б) Работа только с группой спортсменов

в) Одинаковая программа для всех спортсменов

4. Какие основные компоненты включает в себя тренировочный процесс?

а) Разминка, основная часть, заминка

б) Основная часть, отдых, повторение

в) Разминка, соревнования, отдых

5. Что такое физическая подготовка в спорте?

а) Развитие силы, выносливости, гибкости

б) Обучение новым спортивным техникам

в) Участие в соревнованиях

6. Какие виды тренировок используются в физической подготовке?

а) Силовые, кардио, гибкость

б) Только кардио тренировки

в) Только силовые тренировки

7. Что такое техника безопасности в спорте?

а) Соблюдение правил для предотвращения травм

б) Использование спортивного инвентаря

в) Участие в соревнованиях

8. Какие этапы включает в себя обучение спортивной технике?

а) Ознакомление, разучивание, закрепление

б) Разминка, основная часть, заминка

в) Начало, середина, конец тренировки

Наименование оценочного средства	Краткая характеристика оценочного средства	Критерии оценки выполнения задания
Тестовое задание	<p>Тестирование – это форма оперативного, объективного и сплошного измерения знаний обучающихся, выполняющая не только диагностическую функцию, нацеленную на выявлении уровня знаний, умений, навыков студента, но и обучающую и воспитательную функции, что, несомненно, повышает прикладную ценность тестирования. Обучающая функция тестирования состоит в мотивировании студента к активизации работы по усвоению учебного материала, с одной стороны, а с другой стороны, позволяет ему, задействовав резервы памяти, не только вспомнить, но и закрепить изучаемый материал. Воспитательная функция проявляется в периодичности и неизбежности тестового контроля, что дисциплинирует и организует работу студентов, помогает выявить и устранить пробелы в знаниях.</p> <p>Тестирование формируют навыки по работе с учебным материалом и извлечению информации.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка «отлично» (86 баллов и выше) выставляется студенту, если 90% теста выполнено верно;</li> <li>– оценка «хорошо» (66-86 баллов), если 80% теста выполнено верно;</li> <li>– оценка «удовлетворительно» (51-66 баллов), если не менее 60% теста выполнено верно;</li> <li>– оценка «неудовлетворительно» (0-51 балла), если 60% теста выполнено не верно.</li> </ul>