

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Шутов Олег Леонтьевич
Должность: Директор
Дата подписания: 07.02.2025 10:43:59
Уникальный программный ключ:
2ee6ded937fc2877009a3b03e0f0a7f33d8083d5

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
«КУБАНСКИЙ ИНСТИТУТ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»
(АНПОО «КУБАНСКИЙ ИПО»)**

Учебно-методический центр дополнительного профессионального образования

УТВЕРЖДАЮ
Директор АНПОО «Кубанский ИПО»
_____ О.Л.Шутов
« ____ » _____ 2025 г.

**Дополнительная профессиональная программа
профессиональной переподготовки
«ИНСТРУКТОР-МЕТОДИСТ
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ»**

380 часов

Краснодар, 2025 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ	3
1.1. Нормативные документы для разработки дополнительной профессиональной программы	3
1.2. Общая характеристика дополнительной профессиональной программы	3
1.3. Цель и планируемые результаты обучения	4
2. ХАРАКТЕРИСТИКА НОВОГО ВИДА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ТРУДОВЫХ ФУНКЦИЙ	4
2.1. Область профессиональной деятельности	4
2.2. Объекты профессиональной деятельности	5
2.3. Виды и задачи профессиональной деятельности	5
2.4. Характеристика квалификации выпускника в соответствии с профессиональным стандартом	5
3. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ	6
3.1. Перечень компетенций, формирующихся в результате освоения программы	6
4. ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ПОСТУПАЮЩЕГО НА ОБУЧЕНИЕ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ	17
5. СТРУКТУРА ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКИ	17
5.1. Учебный план	17
5.2. Календарный график учебного процесса	17
5.3. Рабочие программы дисциплин (модулей) (аннотации)	17
5.4. Программа итоговой аттестации	18
6. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ	41
6.1. Учебно-методическое и информационное обеспечение образовательного процесса реализации ДПП	18
6.2. Основные материально-технические условия реализации образовательного процесса	18
6.3. Кадровое обеспечение реализации дополнительной профессиональной программы	19
7. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ	19
ПРИЛОЖЕНИЯ:	
Приложение А. Учебный план	22
Приложение Б. Календарный график учебного процесса	24
Приложение В. Рабочие программы дисциплин (модулей) (аннотации)	25
Приложение Г. Вопросы к итоговому междисциплинарному экзамену по ДПП ПП	52

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Дополнительная профессиональная программа (ДПП) профессиональной переподготовки «Инструктор-методист физкультурно-спортивных организаций» представляет собой систему документов, разработанную и утвержденную АНПОО «Кубанский институт профессионального образования» с учетом потребностей регионального рынка труда и современной системы подготовки тренеров-преподавателей, тренеров спортивных школ, тренеров клубов и центров спортивной подготовки.

ДПП регламентирует цель, планируемые результаты обучения, содержание и условия реализации образовательного процесса, оценку качества подготовки слушателей и включает в себя: учебный план, календарный график учебного процесса, организационно-педагогические условия реализации программы, формы аттестации и оценочные материалы.

Программа является преемственной к основной образовательной программе высшего образования по направлению подготовки 49.03.04 Спорт (бакалавриат).

1.1. Нормативные документы для разработки дополнительной профессиональной программы

Нормативно-правовую базу разработки ДПП составляют:

- Федеральный закон № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 г. «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 1 июля 2013 г. № 499 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;
- Приказ Минобрнауки России от 19.09.2017 N 940 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура" (Зарегистрировано в Минюсте России 16.10.2017 N 48566);
- Приказ Минпросвещения России от 11.11.2022 N 968 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура";
- Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 21 апреля 2022 г. N 237н "Об утверждении профессионального стандарта "Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта";
- Федеральный закон от 04.12.2007 N 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" (с изм. и доп.);

- Постановление Правительства РФ от 10.04.2023 N 580 "О разработке и утверждении профессиональных стандартов" (вместе с "Правилами разработки и утверждения профессиональных стандартов");
- Постановление Правительства РФ от 11.10.2023 N 1678 "Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ";
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации
- № ВК-1032/06 от 22 апреля 2015 г. «О направлении методических рекомендаций»;
- Устав АНПОО «Кубанский институт профессионального образования».

1.2. Общая характеристика дополнительной профессиональной программы

Дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки «Инструктор-методист физкультурно-спортивных организаций» предназначена для совершенствования и развития компетенций, позволяющих осуществлять деятельность по организации и проведению мероприятий в сфере физического воспитания и спорте.

Категория слушателей: лица, имеющие среднее профессиональное образование или высшее образование

Срок освоения дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки «Инструктор-методист физкультурно-спортивных организаций» составляет 5 месяцев обучения.

Трудоемкость освоения слушателями дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки «Инструктор-методист физкультурно-спортивных организаций» составляет 380 часов и включает следующие виды работы слушателя, в том числе из них: лекций – 194 часов, практических занятий – 72 часа, включая время, отводимое на контроль качества освоения ДПП, самостоятельной работы – 114 часов.

1.3. Цель и планируемые результаты обучения

Целью реализации дополнительной профессиональной программы является формирование, совершенствование и развитие компетенций, позволяющих осуществлять деятельность по организации и проведению мероприятий в сфере физического воспитания и спорте.

Планируемые результаты обучения по дополнительной профессиональной программе профессиональной переподготовки – владение профессиональными компетенциями, необходимыми для осуществления профессиональной деятельности в сфере физкультурно-спортивной деятельности.

2. ХАРАКТЕРИСТИКА НОВОГО ВИДА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ТРУДОВЫХ ФУНКЦИЙ

2.1. Область профессиональной деятельности

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых слушатели, освоившие программу профессиональной переподготовки, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере образования в области физической культуры и спорта; в сфере научных исследований в области физической культуры и спорта);

05 Физическая культура и спорт (в сфере спортивной подготовки, подготовки спортивных сборных команд).

2.2. Объекты профессиональной деятельности

Объектами профессиональной деятельности выпускников, освоивших программу являются: 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.

2.3. Виды и задачи профессиональной деятельности

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

- тренерский;
- организационно-методический.

В соответствии с профессиональным стандартом «Инструктор-методист» слушатель должен совершенствовать (овладеть) следующие трудовые функции:

А - Сопровождение занимающихся при проведении мероприятий и занятий по физической подготовке и физическому развитию;

В – Проведение мероприятий и занятий по физической подготовке и физическому развитию с занимающимися.

3. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Освоение ДПП направлено на совершенствование (освоение) следующих профессиональных компетенций (ПК).

3.1. Перечень компетенций, формирующихся (совершенствующихся) в результате освоения программы

Наименование видов деятельности и профессиональных компетенций, код	
ФГОС ВО	ФГОС СПО
<i>Общепрофессиональные компетенции</i>	<i>Общепрофессиональные компетенции</i>
ОПК-7 Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся
<i>ВД-1 Педагогическая деятельность</i>	<i>5.2.1. Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта</i>
ПК-1 Способность использовать основные положения и принципы педагогики, методы педагогического контроля и контроля качества обучения, актуальные дидактические технологии	ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия
ПК-2 Способность реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся	ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию
<i>ВД-2 Организационно-методическая деятельность</i>	<i>5.2.3. Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности</i>
ПК-3 Способность разрабатывать учебные планы и программы конкретных занятий (ПК-3)	ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения
ПК-4 Способность применять методы и средства сбора и обобщения информации о достижениях физической культуры и спорта в ее историческом развитии, приемы агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физкультурно-спортивной деятельностью	ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов

Сопоставление описания квалификации в профессиональном стандарте с требованиями к результатам подготовки по ФГОС

Профессиональные компетенции		Профессиональный стандарт	
ФГОС ВО	ФГОС СПО	Умения	Знания
ОПК-7 Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся	Оказывать первую доврачебную помощь Контролировать двигательную активность, физическое состояние обучающихся, занимающихся Разъяснить в доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений Своевременно выявлять угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов Оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности последних Выявлять своевременно угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов	Основы спортивной медицины и спортивной гигиены Порядок проведения врачебного контроля и способы оказания доврачебной медицинской помощи Основы организации здорового образа жизни Правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники
ПК-1 Способность использовать основные положения и принципы педагогики, методы педагогического контроля и контроля качества обучения, актуальные дидактические технологии	ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия	Проводить самостоятельно занятия по физическому воспитанию, тренировочные занятия, в том числе обучать в рамках утвержденных программ и методик физического воспитания навыкам и технике выполнения упражнений Контролировать двигательную активность, физическое	Основы теории и практики физического воспитания детей Основы педагогики и психологии дошкольного воспитания детей Методики физического воспитания, обучения плаванию и спортивным играм Основы теории и практики физического воспитания детей Основы спортивно-

Профессиональные компетенции		Профессиональный стандарт	
ФГОС ВО	ФГОС СПО	Умения	Знания
		состояние обучающихся, занимающихся Проводить коммуникации с занимающимися в физкультурно-спортивной организации, участниками мероприятий и иными заинтересованными лицами Пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием, спортивной техникой Обнаруживать неисправность оборудования, инвентаря, спортивной техники Осуществлять коммуникации с занимающимися, работниками физкультурно-спортивной организации Оценивать состояние материальной базы физкультурно-спортивной организации Проводить инвентаризацию имущества физкультурно-спортивной организации Проводить разъяснительные беседы на тему бережного отношения к имуществу физкультурно-спортивной организации Поддерживать режим	массовой работы Основы педагогики и психологии дошкольного воспитания детей Методики проведения спортивно-оздоровительных мероприятий Правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники Основы организации здорового образа жизни Методы сбора и первичной обработки информации Методы консультирования Порядок проведения периодического контроля сохранности имущества, утвержденный локальным нормативным актом физкультурно-спортивной организации Методики оценки результативности физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы

Профессиональные компетенции		Профессиональный стандарт	
ФГОС ВО	ФГОС СПО	Умения	Знания
		экономного расходования энергоресурсов физкультурно- спортивной организации	
ПК-2 Способность реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся	ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию	Устанавливать корректные требования отбора наиболее перспективных лиц Определять уровень подготовки, мотивации, наличие (отсутствие) медицинских противопоказаний у лиц, поступающих в секции и группы спортивной и оздоровительной направленности Пользоваться спортивным инвентарем Пользоваться контрольно-измерительными приборами Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи Консультировать поступающего, скорректировать его намерение заниматься в группе на основании возрастных ограничений, медицинских противопоказаний, физического развития Проводить допуск к тренировочным занятиям и соревнованиям занимающихся в физкультурно-спортивной организации	Порядок проведения набора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности, установленный уставом или другим локальным актом физкультурно-спортивной организации Методы сбора и первичной обработки информации Методы консультирования

Профессиональные компетенции		Профессиональный стандарт	
ФГОС ВО	ФГОС СПО	Умения	Знания
ПК-3 Способность разрабатывать учебные планы и программы конкретных занятий	ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения	Обладать навыками планирования занятия по физическому воспитанию, тренировочного занятия с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей группы Обладать навыками составления расписания занятий по физическому воспитанию, тренировочных занятий Разработать программу спортивно-оздоровительного мероприятия Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи Вести отчетную документацию по утвержденной форме Проводить коммуникации с занимающимися в физкультурно-спортивной организации, участниками мероприятий и иными заинтересованными лицами	Основы теории и практики физического воспитания детей Основы педагогики и психологии дошкольного воспитания детей Методики физического воспитания, обучения плаванию и спортивным играм Основы теории и практики физического воспитания детей Основы спортивно-массовой работы Основы педагогики и психологии дошкольного воспитания детей Методики проведения спортивно-оздоровительных мероприятий Методики физического воспитания, обучения плаванию и спортивным играм Правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники Теоретические основы организации массового спорта Основы организации деятельности спортивных секций, кружков Основы работы с текстовыми редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами

Профессиональные компетенции		Профессиональный стандарт	
ФГОС ВО	ФГОС СПО	Умения	Знания
ПК-4 Способность применять методы и средства сбора и обобщения информации о достижениях физической культуры и спорта в ее историческом развитии, приемы агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физкультурно-спортивной деятельностью	ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов	Проводить коммуникации с населением, участниками и иными заинтересованными лицами Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи Пользоваться контрольно-измерительными приборами Изучать и систематизировать информацию по вопросам улучшения физической подготовленности населения Собирать и анализировать информацию в области физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы Оценивать результаты проведенной физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы	Теоретические основы организации массового спорта Основы организации деятельности спортивных секций, кружков Методы сбора и первичной обработки информации Методы консультирования Основы работы с текстовыми редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами

Формирование структуры дополнительной профессиональной программы повышения квалификации основано на перечне компетенций, совершенствующихся в результате освоения программы.

Структура дополнительной профессиональной программы повышения квалификации

Результаты обучения (компетенции, ФГОС)	Умения и знания (профессиональный стандарт)	Учебные дисциплины
ОПК-7 Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь (ФГОС ВО) ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся (ФГОС СПО)	Должен уметь: Оказывать первую доврачебную помощь Контролировать двигательную активность, физическое состояние обучающихся, занимающихся Разъяснить в доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений Своевременно выявлять угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов Оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности последних Выявлять своевременно угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов Должен знать: Основы спортивной медицины и спортивной гигиены Порядок проведения врачебного контроля и способы оказания доврачебной медицинской помощи Основы организации здорового образа жизни Правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники	Анатомия человека Физиология физической культуры и спорта Биомеханика Теория и методика физической культуры и спорта Основы двигательной рекреации Основы здорового образа жизни человека Гигиенические основы физической культуры и спорта Основы спортивной медицины и первой помощи Охрана труда
ПК-1 Способность использовать основные положения и принципы педагогики, методы педагогического контроля и контроля качества обучения, актуальные дидактические технологии (ФГОС ВО)	Должен уметь: Проводить самостоятельно занятия по физическому воспитанию, тренировочные занятия, в том числе обучать в рамках утвержденных программ и методик физического воспитания навыкам и технике выполнения упражнений Контролировать двигательную активность, физическое состояние обучающихся, занимающихся Проводить коммуникации с занимающимися в физкультурно-спортивной организации, участниками мероприятий и иными заинтересованными	Педагогика физической культуры и спорта Спортивная этика Психология физической культуры и спорта Анатомия человека Физиология физической культуры и спорта

Результаты обучения (компетенции, ФГОС)	Умения и знания (профессиональный стандарт)	Учебные дисциплины
ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия (ФГОС СПО)	лицами Пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием, спортивной техникой Обнаруживать неисправность оборудования, инвентаря, спортивной техники Осуществлять коммуникации с занимающимися, работниками физкультурно-спортивной организации Оценивать состояние материальной базы физкультурно-спортивной организации Проводить инвентаризацию имущества физкультурно-спортивной организации Проводить разъяснительные беседы на тему бережного отношения к имуществу физкультурно-спортивной организации Поддерживать режим экономного расходования энергоресурсов физкультурно-спортивной организации Должен знать: Основы теории и практики физического воспитания детей Основы педагогики и психологии дошкольного воспитания детей Методики физического воспитания, обучения плаванию и спортивным играм Основы теории и практики физического воспитания детей Основы спортивно-массовой работы Основы педагогики и психологии дошкольного воспитания детей Методики проведения спортивно-оздоровительных мероприятий Правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники Основы организации здорового образа жизни Методы сбора и первичной обработки информации Методы консультирования Порядок проведения периодического контроля сохранности имущества, утвержденный локальным нормативным актом физкультурно-спортивной организации Методики оценки результативности физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы	культуры и спорта Биомеханика Теория и методика физической культуры и спорта Основы двигательной рекреации Технологии воспитательной работы с населением

Результаты обучения (компетенции, ФГОС)	Умения и знания (профессиональный стандарт)	Учебные дисциплины
ПК-2 Способность реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся (ФГОС ВО) ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию (ФГОС СПО)	Должен уметь: Устанавливать корректные требования отбора наиболее перспективных лиц Определять уровень подготовки, мотивации, наличие (отсутствие) медицинских противопоказаний у лиц, поступающих в секции и группы спортивной и оздоровительной направленности Пользоваться спортивным инвентарем Пользоваться контрольно-измерительными приборами Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи Консультировать поступающего, скорректировать его намерение заниматься в группе на основании возрастных ограничений, медицинских противопоказаний, физического развития Проводить допуск к тренировочным занятиям и соревнованиям занимающихся в физкультурно-спортивной организации Должен знать: Порядок проведения набора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности, установленный уставом или другим локальным актом физкультурно-спортивной организации Методы сбора и первичной обработки информации Методы консультирования	Педагогика физической культуры и спорта Спортивная этика Психология физической культуры и спорта Анатомия человека Физиология физической культуры и спорта Биомеханика Теория и методика физической культуры и спорта Основы двигательной рекреации Технологии воспитательной работы с населением
ПК-3 Способность разрабатывать учебные планы и программы конкретных занятий (ФГОС ВО) ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными	Должен уметь: Обладать навыками планирования занятия по физическому воспитанию, тренировочного занятия с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей группы Обладать навыками составления расписания занятий по физическому воспитанию, тренировочных занятий Разработать программу спортивно-оздоровительного мероприятия Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи Вести отчетную документацию по утвержденной форме	Педагогика физической культуры и спорта Спортивная этика Психология физической культуры и спорта Теория и методика физической культуры и спорта Основы двигательной рекреации

Результаты обучения (компетенции, ФГОС)	Умения и знания (профессиональный стандарт)	Учебные дисциплины
возрастными группами населения (ФГОС СПО)	Проводить коммуникации с занимающимися в физкультурно-спортивной организации, участниками мероприятий и иными заинтересованными лицами Должен знать: Основы теории и практики физического воспитания детей Основы педагогики и психологии дошкольного воспитания детей Методики физического воспитания, обучения плаванию и спортивным играм Основы теории и практики физического воспитания детей Основы спортивно-массовой работы Основы педагогики и психологии дошкольного воспитания детей Методики проведения спортивно-оздоровительных мероприятий Методики физического воспитания, обучения плаванию и спортивным играм Правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники Теоретические основы организации массового спорта Основы организации деятельности спортивных секций, кружков Основы работы с текстовыми редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами	Основы здорового образа жизни человека Технологии воспитательной работы с населением
ПК-4 Способность применять методы и средства сбора и обобщения информации о достижениях физической культуры и спорта в ее историческом развитии, приемы агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физкультурно-спортивной	Должен уметь: Проводить коммуникации с населением, участниками и иными заинтересованными лицами Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи Пользоваться контрольно-измерительными приборами Изучать и систематизировать информацию по вопросам улучшения физической подготовленности населения Собирать и анализировать информацию в области физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы Оценивать результаты проведенной физкультурно-оздоровительной и	Педагогика физической культуры и спорта Психология физической культуры и спорта Теория и методика физической культуры и спорта Основы двигательной рекреации Основы здорового образа жизни

Результаты обучения (компетенции, ФГОС)	Умения и знания (профессиональный стандарт)	Учебные дисциплины
деятельностью (ФГОС ВО) ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов (ФГОС СПО)	спортивно-массовой работы Должен знать: Теоретические основы организации массового спорта Основы организации деятельности спортивных секций, кружков Методы сбора и первичной обработки информации Методы консультирования Основы работы с текстовыми редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами	человека Технологии воспитательной работы с населением Информационно-коммуникационные технологии и средства связи в физической культуре и спорте

4. ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ПОСТУПАЮЩЕГО НА ОБУЧЕНИЕ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Лица, желающие освоить дополнительную профессиональную программу, должны иметь высшее или среднее профессиональное образование.

Наличие указанного образования должно подтверждаться документом государственного или установленного образца.

5. СТРУКТУРА ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКИ

5.1. Учебный план

Дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки «Инструктор-методист физкультурно-спортивных организаций» состоит из следующих блоков:

Блок 1. «Дисциплины (модули)», включающий дисциплины базовой и вариативной частей.

Блок 2. «Итоговая аттестация», включающий программу итогового междисциплинарного экзамена.

Учебный план включает (приложение А):

- перечень дисциплин;
- количество часов (трудоемкость) по дисциплинам. Трудоемкость включает все виды аудиторной работы, самостоятельную работу обучающегося и время, отводимое на контроль качества освоения программы профессиональной переподготовки;
- виды учебных занятий (лекции, практические занятия);
- формы аттестации и контроля знаний, в том числе итоговой.

5.2. Календарный график учебного процесса

В календарном графике учебного процесса (приложение Б) указаны последовательность и распределение по периодам обучения учебных модулей.

5.3. Рабочие программы дисциплин (аннотации)

В соответствии с Федеральным законом № 273-ФЗ рабочие программы учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) – обязательный элемент образовательной программы – комплекс основных характеристик образования, организационно-педагогических условий и форм аттестации.

Аннотация рабочей программы дисциплины (модуля) предусматривает:

- перечень профессиональных компетенций;
- перечень разделов и тем с описанием основных вопросов в заданной последовательности;
- наименование видов занятий по каждой теме (лекции, практические и семинарские занятия, самостоятельная работа);
- формы промежуточной аттестации (зачет или экзамен по дисциплине учебного плана);
- учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины;
- примерный перечень контрольных вопросов.

Аннотации рабочих программ приведены в приложение В.

5.4. Программа итоговой аттестации

Итоговая аттестация обучающихся проводится в форме междисциплинарного экзамена. Перечень вопросов к междисциплинарному экзамену приведен в Приложении Г.

6. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

6.1. Учебно-методическое и информационное обеспечение образовательного процесса реализации дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки

Учебно-методические и информационные ресурсы института обеспечивают проведение аудиторных занятий (лекций, семинарских и практических занятий).

Реализация дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Инструктор-методист физкультурно-спортивных организаций» обеспечивается учебно-методическими и информационными ресурсами:

- библиотека;
- электронно-библиотечная система;
- информационно-справочная система «Консультант плюс»;
- ресурсы Интернет;
- учебно-методическое обеспечение.

6.2. Основные материально-технические условия реализации образовательного процесса

Слушателям предоставлена возможность пользования библиотекой, электронной библиотекой, компьютерами с выходом в Интернет и доступом к справочной системе «Консультант плюс» в том числе дистанционно. Для организации дистанционного обучения применяется следующее оборудование: компьютер, интернет - высокоскоростные каналы доступа к электронной информационно-образовательной среде, серверное оборудование, обеспечивающее функционирование электронной информационно-образовательной среды (Microsoft Windows Server – Standard, Microsoft Office Communications Server).

6.3. Кадровое обеспечение реализации дополнительной профессиональной программы

Реализация дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Инструктор-методист физкультурно-спортивных организаций» обеспечивается профессорско-преподавательским составом, удовлетворяющим следующим условиям:

- наличие высшего образования, соответствующего профилю преподаваемых дисциплин из числа штатных преподавателей и (или) привлеченных на условиях почасовой оплаты труда;
- наличие ученой степени и (или) значительного опыта практической деятельности в соответствующей сфере из числа штатных преподавателей и (или) привлеченных на условиях почасовой оплаты труда.

Организацию учебного процесса по реализации ДПП обеспечивает учебно-вспомогательный персонал структурного подразделения института – учебно-методический центр дополнительного профессионального образования Кубанского института профессионального образования.

7. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Учебным планом ДПП профессиональной переподготовки предусмотрены следующие виды аттестации:

- текущий контроль успеваемости;
- промежуточная аттестация по завершении дисциплины;
- итоговая аттестация по завершении курса обучения (Приложение Г).

Промежуточные аттестации по завершении дисциплин проводятся в форме зачетов или экзаменов, в том числе в форме тестирования.

Итоговая аттестация по завершении курса проводится в форме междисциплинарного экзамена (в том числе в форме тестирования).

Для реализации ДПП учебным планом программы предусмотрено создание оценочных материалов.

Оценочные материалы включают: контрольные вопросы и задания к зачетам; контрольные вопросы и задания к экзаменам; тесты.

Состав и содержание оценочных материалов по всем дисциплинам учебного плана содержатся в рабочих программах дисциплин.

Оценка качества освоения дисциплины проводится преподавателем по итогам освоения дисциплины в форме зачета или экзамена в соответствии с учебным планом.

Оценка качества освоения программы осуществляется аттестационной комиссией в виде итогового междисциплинарного экзамена в устно-письменной форме.

Критерии оценки слушателя.

Оценка «5» («отлично») выставляется слушателю:

– показавшему всестороннее глубокое знание учебного программного материала;

– способностью анализировать и интерпретировать информацию, способностью давать квалифицированные заключения, умение свободно выполнять практические задания;

– освоившему основную литературу и знакомому с дополнительной литературой, рекомендованной программой;

– проявившему творческие способности в понимании, изложении и использовании учебного программного материала, обладание знаниями, умениями в соответствии с планируемыми результатами обучения.

Оценка «4» («хорошо») выставляется слушателю:

– показавшему полное знание учебного программного материала;

– успешно выполнившему предусмотренные программой задачи;

– усвоившему основную рекомендованную литературу;

– способному к самостоятельному пополнению и обновлению знаний в ходе дальнейшей учебы и профессиональной деятельности;

– обладающему основными навыками, знаниями и умениями, необходимыми для ведения профессиональной деятельности.

Оценка «3» («удовлетворительно») выставляется слушателю:

– показавшему знание основного учебного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по профессии;

– справляющемуся с выполнением заданий, предусмотренных программой;

– обладающему необходимыми знаниями, но допустившему неточности в ответе на экзамене и при выполнении экзаменационных заданий.

Оценка «2» («неудовлетворительно») выставляется слушателю:

– проявившему существенные пробелы в знаниях основного учебного материала;

– допустившему принципиальные ошибки при демонстрации предусмотренных программой знаний.

Правообладатель программы: Автономная некоммерческая профессиональная образовательная организация «Кубанский институт профессионального образования» (сокращенное наименование АНПОО «Кубанский ИПО»).

Разработано рабочей группой в составе:

Зав. кафедрой организации и методики профессионального образования доцент к.псих.н. Л.М. Чепелева
Методист учебно-методического центра дополнительного профессионального образования Л.М. Наймушина

Согласовано:

Заместитель директора по дополнительному профессиональному образованию И.М. Зуйко

АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
«КУБАНСКИЙ ИНСТИТУТ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»
(АНПОО «КУБАНСКИЙ ИПО»)

Учебно-методический центр дополнительного профессионального образования

УТВЕРЖДАЮ
Директор АНПОО «Кубанский ИПО»

_____ О.Л. Шутов
« ____ » « _____ » 2025 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
дополнительной профессиональной программы
профессиональной переподготовки
«ИНСТРУКТОР-МЕТОДИСТ
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ»

Цель: формирование и развитие профессиональных компетенций, позволяющих осуществлять деятельность по организации и проведению мероприятий в сфере физического воспитания и спорте

Категория слушателей: лица, имеющие среднее профессиональное образование или высшее образование

Сфера профессиональной деятельности: спорт, отдых и развлечения

Срок обучения: 380 часов

Режим занятий: согласно графику учебного процесса

Форма итоговой аттестации: междисциплинарный экзамен (все формы)

№ п/п	Наименование дисциплин	Всего часов	Лекции	Практ.	С/Р	Формы контроля
1.	Педагогика физической культуры и спорта	18	10	2	6	зачет
2.	Спортивная этика	18	10	2	6	зачет
3.	Психология физической культуры и спорта	24	12	6	6	зачет
4.	Анатомия человека	32	16	6	10	зачет
5.	Физиология физической культуры и спорта	36	18	8	10	экзамен
6.	Биомеханика	18	10	2	6	зачет
7.	Теория и методика физической культуры и спорта	48	24	8	16	экзамен
8.	Основы двигательной рекреации	36	18	8	10	экзамен
9.	Основы здорового образа жизни человека	32	16	6	10	зачет
10.	Гигиенические основы физической культуры и спорта	18	10	2	6	зачет
11.	Основы спортивной медицины и первой помощи	36	18	8	10	экзамен
12.	Технологии воспитательной работы с населением	24	12	6	6	зачет
13.	Информационно-коммуникационные технологии и средства связи в физической культуре и спорте	18	10	2	6	зачет
14.	Охрана труда	18	10	2	6	зачет
15.	Итоговая аттестация	4	-	4	-	МЭ
	Итого:	380	194	72	114	

ГРАФИК УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

№	Наименование дисциплин	Объем нагрузки, ч	Учебные месяцы				
			1	2	3	4	5
1.	Педагогика физической культуры и спорта	18					
2.	Спортивная этика	18					
3.	Психология физической культуры и спорта	24					
4.	Анатомия человека	32					
5.	Физиология физической культуры и спорта	36					
6.	Биомеханика	18					
7.	Теория и методика физической культуры и спорта	48					
8.	Основы двигательной рекреации	36					
9.	Основы здорового образа жизни человека	32					
10.	Гигиенические основы физической культуры и спорта	18					
11.	Основы спортивной медицины и первой помощи	36					
12.	Технологии воспитательной работы с населением	24					
13.	Информационно-коммуникационные технологии и средства связи в физической культуре и спорте	18					
14.	Охрана труда	18					
15.	Итоговая аттестация	4					

АННОТАЦИИ УЧЕБНЫХ ДИСЦИПЛИН, РЕАЛИЗУЮЩИХ ДОПОЛНИТЕЛЬНУЮ ПРОГРАММУ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКИ

1. Базовая часть

Аннотация учебной дисциплины «Анатомия человека»

1. Цель и задачи освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Анатомия человека» является изучение строения и закономерностей формирования тела человека с позиций современной функциональной анатомии и с учетом возрастнo-половых особенностей организма как единого целого; познание специфики влияния физической культуры и спорта на структуры тела и умение использовать анатомические знания в спортивно-оздоровительной работе с лицами, вовлеченными в физкультурно-спортивную деятельность.

Для реализации поставленной цели в процессе изучения учебной дисциплины «Анатомия человека» решаются следующие задачи:

- приобретение обучающимися теоретических знаний по морфологии и топографии опорно-двигательного аппарата, спланхнологии, ангиологии, неврологии, эстеziологии, эндокринного аппарата и органов иммунной системы;
- приобретение обучающимися теоретических знаний об основных закономерностях развития человека.

2. Место дисциплины в структуре дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки

Дисциплина входит в модуль базовых дисциплин ДПП. Изучение дисциплины осуществляется с применением дистанционных образовательных технологий.

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Коды компетенций	Содержание компетенций	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
ПК-1	Способен совершенствовать специальные физические качества и повышать функциональные возможности организма в соответствии с	Умения: Отслеживать физическое, функциональное, психическое состояние занимающихся, наличие признаков перенапряжения и переутомления во время занятия видом адаптивного спорта Организовывать первую помощь, применять средства огнезащиты, средства индивидуальной

Коды компетенций	Содержание компетенций	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
	индивидуальными планами подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства	защиты Знания: Анатомия человека Этические и деонтологические нормы, правила взаимодействия с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья

4. Структура и содержание дисциплины «Анатомия человека»

Общая трудоемкость дисциплины составляет 16 часов.

№ п/п	Названия тем	Всего (час.)	Лекции	Практ. занятия	Форма промежуточной аттестации	С/Р
1.	Научно-методические основы анатомии как науки	2	2	-	-	-
2.	Скелет и органы движения	10	6	2		2
3.	Внутренние органы	5	2	1		2
4.	Сердце и сосуды	5	2	1		2
5.	Нервная система	5	2	1		2
6.	Органы чувств	5	2	1		2
	Итого:	32	16	6	зачет	10

5. Краткое содержание дисциплины

Тема 1. Научно-методические основы анатомии как науки

Предмет изучения анатомии человека.

Этапы развития анатомии в России. Разделы анатомии. Ткани человека, классификация. Системы органов в организме человека. Понятие «адаптация» и ее виды. Концепция системной организации окружающего мира «организм – среда».

Тема 2. Скелет и органы движения

Значение и функции опорно-двигательной системы. Понятие «скелет». Виды костей. Типы соединения костей. Строение черепа человека. Кости верхнего пояса конечностей. Кости нижнего пояса конечностей. Классификация мышц. Травматические заболевания.

Тема 3. Внутренние органы

Внутренние органы человека. Брюшная полость. Функция желчного пузыря. Функции селезенки. Роль и строение печени в организме. Назначение поджелудочной железы. Отделы кишечника, функции и строение. Строение почки. Железы человека. Органы дыхательной системы: функции и строение.

Тема 4. Сердце и сосуды

Описание сердечно-сосудистой системы. Строение сердца. Анатомические и физиологические особенности сердечной мышцы. Фазы работы сердца. Изменения сердечной мышцы при физической нагрузке. Классификация и назначение кровеносных сосудов. Строение кровеносных сосудов. Назначение и строение лимфатической системы.

Тема 5. Нервная система

Нервная система – функции и строение. Виды и строение нейронов. Отделы нервной системы. Строение спинного мозга. Отделы головного мозга и их физиологические и психологические функции. Нейрогенез. Морфофункциональное деление нервной системы. Функциональные отделы вегетативной системы.

Тема 6. Органы чувств

Значение органов чувств для человека. Роль рецепторов. Анализатор. Устройство органа зрения. Аккомодация. Строение органа слуха. Строение внутреннего уха. Вестибулярная сенсорная система (орган равновесия). Органы химического чувства (органы обоняния и вкуса). Обонятельные рецепторы. Основные запахи. Проводящий путь анализатора обоняния. Осязательная сенсорная система (орган осязания). Кожные рецепторы. Проприорецепторы.

Рекомендуемая литература:

Основная:

1. Кабанов, Н. А. Анатомия человека : учебник для вузов / Н. А. Кабанов. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 464 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09075-8. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/456030>
2. Лысенков, Н. К. Пластическая анатомия : учебник для среднего профессионального образования / Н. К. Лысенков, П. И. Карузин. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 240 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07002-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/455353>
3. Мечников, И. И. Этюды о природе человека / И. И. Мечников. — 6-е изд., стер. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 237 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-11865-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453416>
4. Павлов, И. П. Лекции о работе главных пищеварительных желез / И. П. Павлов. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 148 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-06830-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/455505>
5. Павлов, И. П. Лекции о работе больших полушарий головного мозга / И. П. Павлов ; под общей редакцией К. М. Быкова. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 362 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-

534-07124-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/455001>

6. Рабинович, М. Ц. Пластическая анатомия человека, четвероногих животных и птиц : учебник для среднего профессионального образования / М. Ц. Рабинович. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 267 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07896-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/451609>

Дополнительная:

1. Введение в предмет. Исторический очерк анатомии. Научно-методические основы анатомии как науки. <https://megaobuchalka.ru/11/44673.html>

2. Вдовина, Н. В. Организм человека: процессы жизнедеятельности и их регуляция : монография / Н. В. Вдовина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 391 с. — (Актуальные монографии). — ISBN 978-5-534-09214-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/455951>

3. Григорьева, Е. В. Возрастная анатомия и физиология : учебное пособие для вузов / Е. В. Григорьева, В. П. Мальцев, Н. А. Белоусова. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 182 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11443-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/455314>

4. Замараев, В. А. Анатомия : учебное пособие для вузов / В. А. Замараев. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 268 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07276-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/452556>

5. Замараев, В. А. Анатомия для студентов физкультурных колледжей : учебник и практикум для среднего профессионального образования / В. А. Замараев, Е. З. Година, Д. Б. Никитюк. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 416 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-04247-4. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/452455>

6. Иваницкий, М.Ф. Анатомия человека. Изд. 15-е : учебник / Иваницкий М.Ф. — Москва : Спорт, 2020. — 624 с. — ISBN 978-5-907225-51-0. — URL: <https://book.ru/book/938293>

7. Киселев, С. Ю. Анатомия: центральная нервная система : учебное пособие для среднего профессионального образования / С. Ю. Киселев. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 67 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05379-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/454828>

8. Любимова, З. В. Возрастная анатомия и физиология в 2 т. Т. 1 организм человека, его регуляторные и интегративные системы : учебник для академического бакалавриата / З. В. Любимова, А. А. Никитина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 447 с. —

(Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-9916-2935-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/425265>

9. Любимова, З. В. Возрастная анатомия и физиология в 2 т. Т. 2 опорно-двигательная и висцеральные системы : учебник для академического бакалавриата / З. В. Любимова, А. А. Никитина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 372 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-9916-3869-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/426327>

10. Фонсова, Н. А. Анатомия центральной нервной системы : учебник для вузов / Н. А. Фонсова, И. Ю. Сергеев, В. А. Дубынин. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 338 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-3504-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/450954>

11. Швырев, А.А. Анатомия человека: учебное пособие для самостоятельной работы студента (Репетиториум) : учебное пособие / Швырев А.А. — Москва : КноРус, 2020. — 217 с. — ISBN 978-5-406-07486-2. — URL: <https://book.ru/book/932483>

Перечень вопросов к зачету:

1. Ткани человека, классификация.
2. Системы органов в организме человека.
3. Понятие «адаптация» и ее виды.
4. Значение и функции опорно-двигательной системы.
5. Понятие «скелет».
6. Виды костей.
7. Типы соединения костей.
8. Строение черепа человека.
9. Кости верхнего пояса конечностей.
10. Кости нижнего пояса конечностей.
11. Классификация мышц.
12. Травматические заболевания.
13. Внутренние органы человека.
14. Роль и строение печени в организме.
15. Отделы кишечника, функции и строение.
16. Строение почки.
17. Железы человека.
18. Органы дыхательной системы: функции и строение.
19. Строение сердца.
20. Фазы работы сердца. Изменения сердечной мышцы при физической нагрузке.
21. Классификация, назначение и строение кровеносных сосудов.
22. Назначение и строение лимфатической системы.
23. Отделы нервной системы— функции и строение.
24. Строение спинного мозга.

25. Отделы головного мозга и их физиологические и психологические функции.

26. Функциональные отделы вегетативной системы.

27. Органы чувств: виды и функции.

28. Устройство органа зрения человека.

29. Строение органа слуха.

30. Вестибулярная сенсорная система (орган равновесия).

31. Органы химического чувства (органы обоняния и вкуса).

32. Осязательная сенсорная система (орган осязания).

Аннотация учебной дисциплины «Физиология физической культуры и спорта»

1. Цель и задачи освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Физиология физической культуры и спорта» является формирование знаний о функционировании физиологических систем организма человека в покое и в процессе занятий физической культурой и спортом.

Для реализации поставленной цели в процессе изучения учебной дисциплины «Физиология физической культуры и спорта» решаются следующие задачи:

- формирование знаний о физиологических закономерностях жизнедеятельности организма человека в покое, при активной двигательной деятельности, в результате длительной спортивной подготовки;
- выявление возрастных и половых особенностей развития физиологических систем организма человека;
- выявление особенностей адаптации функциональных систем организма человека к мышечной деятельности;
- выявление закономерностей различных спортивных состояний организма человека;
- формирование знаний о физиологических механизмах формирования двигательных навыков.

2. Место дисциплины в структуре дополнительной программы профессиональной переподготовки.

Дисциплина входит в модуль базовых дисциплин ДПП. Изучение дисциплины осуществляется с применением дистанционных образовательных технологий.

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Коды компетенций	Содержание компетенций	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
ПК-1	Способен совершенствовать специальные физические качества и повышать функциональные возможности организма в соответствии с индивидуальными планами подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства	Умения: Отслеживать физическое, функциональное, психическое состояние занимающихся, наличие признаков перенапряжения и переутомления во время занятия видом адаптивного спорта Организовывать первую помощь, применять средства огнезащиты, средства индивидуальной защиты Знания: Анатомия человека Физиология человека Адаптация и закономерности ее формирования у спортсменов при различных нагрузках Виды, особенности применения восстановительных средств в виде спорта, их влияние на организм спортсменов Основы организации первой помощи
ПК-5	Способен организовывать участие занимающихся в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки	Умения: Контролировать выполнение занимающимся гигиенических требований, режима труда и отдыха, правил использования спортивного и оздоровительного питания (диеты), предписаний и рекомендаций медицинских работников Разъяснять занимающемуся организационные и специальные вопросы медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения, основ классификации в адаптивном спорте Контролировать наличие у занимающегося внешних признаков негативной динамики состояния основного дефекта (заболевания), сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений для уточнения индивидуального плана спортивной подготовки занимающегося Оказывать занимающемуся помощь в осуществлении различных форм взаимодействия с органами допинг-контроля, классификационной оценки, включая оформление заявок и разрешений, контроль соблюдения прав занимающегося при осуществлении классификационной оценки, тестирования, подачу протестов, апелляций Знания: Врачебный контроль в адаптивной физической культуре Методы организации медико-биологического контроля в адаптивном спорте Физиологические механизмы и методы восстановления в адаптивном спорте

4. Структура и содержание дисциплины «Физиология физической культуры и спорта»

Общая трудоемкость дисциплины составляет 36 часов.

№ п/п	Названия тем	Всего (час.)	Лекции	Практ. занятия	Форма промежуточной аттестации	С/Р
1.	Физиология функциональных систем организма человека	5	2	2		1
2.	Физиологическая характеристика состояний организма человека при занятиях спортом	5	2	2		1
3.	Физиологические основы совершенствования двигательных навыков	5	2	2		1
4.	Физиологические механизмы и закономерности развития физических качеств	5	2	2		1
5.	Физиологическая характеристика видов спорта	6	4	-		2
6.	Методы тестирования физической работоспособности. Функциональные пробы	6	4	-		2
7.	Физиологические основы спортивной тренировки женщин. Овариально-менструальный цикл (ОМЦ) и физическая работоспособность женщин	4	2	-		2
	Итого:	36	18	8	экзамен	10

5. Краткое содержание дисциплины

Тема 1. Физиология функциональных систем организма человека

Понятие «функциональные системы организма человека». Сердечно-сосудистая система и система крови человека. Дыхательная система человека. Пищеварительная система и обмен веществ организма человека. Эндокринная система организма человека. Центральная нервная система и нервно-мышечный аппарат человека. Физиологическая характеристика изменений функционального состояния организма человека при занятиях спортом.

Тема 2. Физиологическая характеристика состояний организма человека при занятиях спортом

Изменения функционального состояния организма человека во время тренировочных занятий в предстартовом, основном и восстановительном периоде. Изменения состояния организма при разминке. Вербатывание. Состояние физиологических функций при работе. Утомление.

Восстановление физиологических функций после прекращения физических упражнений.

Тема 3. Физиологические основы совершенствования двигательных навыков

Закономерности формирования двигательных умений и навыков. Характеристика двигательного навыка. Фазы формирования двигательного навыка (генерализация, концентрация, автоматизация). Переносы навыка.

Тема 4. Физиологические механизмы и закономерности развития физических качеств

Формы проявления и механизмы развития силы. Формы проявления и механизмы развития быстроты. Формы проявления и механизмы развития выносливости. Понятие о ловкости и гибкости, механизмы и закономерности их развития.

Тема 5. Физиологическая характеристика видов спорта

Циклические виды спорта. Игровые виды спорта. Единоборства. Скоростно-силовые виды спорта. Сложнотехнические виды спорта.

Тема 6. Методы тестирования физической работоспособности. Функциональные пробы

Характеристика зон мощности физической нагрузки. Понятие «функциональная проба». Тестирование. Классификация функциональных проб с использованием физических нагрузок. Определение уровня физической работоспособности по тесту PWC170 (с помощью велоэргометра, степ-теста, с использованием специфических нагрузок). Определение максимального потребления кислорода (МПК) (по методу Астранда, по степ-тесту, по величине PWC170, по тесту Купера). Определение уровня физической работоспособности по Гарвардскому степ-тесту (ГСТ). Оценка состояния ортостатической устойчивости – модифицированная ортостатическая проба. Определение специальной работоспособности (по В.И. Дубровскому). Определение анаэробных возможностей организма по величине максимальной анаэробной мощности.

Тема 7. Физиологические основы спортивной тренировки женщин. Овариально-менструальный цикл (ОМЦ) и физическая работоспособность женщин

Физиологические основы спортивной тренировки женщин. Особенности проявления силовых, скоростно-силовых и аэробно-анаэробных возможностей женского организма.

Рекомендуемая литература:

Основная:

1. Айзман, Р. И. Основы медицинских знаний: учебное пособие / Р.И. Айзман, И.В. Омельченко. [Электронный ресурс]. — Москва: КноРус, 2016. — 243 с. — Для бакалавров. — URL: <https://www.book.ru/book/918661>

2. Айзман, Р.И. Возрастная анатомия, физиология и гигиена : учебное пособие / Айзман Р.И., Лысова Н.Ф., Завьялова Я.Л. — Москва : КноРус,

2021. — 403 с. — (бакалавриат). — ISBN 978-5-406-05898-5. — URL: <https://book.ru/book/938064> — Текст : электронный.

3. Капилевич, Л. В. Физиология человека. Спорт : учебное пособие для среднего профессионального образования / Л. В. Капилевич. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 141 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10199-7. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/456464>

Дополнительная:

1. Билич, Г. Л. Атлас: анатомия и физиология человека / Г.Л. Билич, Е.Ю. Зигалова. [Текст]. — М.: Эксмо, 2016. — 320 с.

2. Капилевич, Л. В. Физиология человека. Спорт. Учебное пособие. [Текст]. — Изд. «Юрайт». — 2016 г. — 142 с.

3. Смирнов, В. М. Физиология физического воспитания и спорта: Учеб. для студ. сред. и высш. учебных заведений / В.М. Смирнов, В. И. Дубровский. [Текст].— М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2002.— 608 с.

4. Солодков, А. С. Физиология человека. Общая. Спортивная возрастная: учебник для высш. учеб. заведений физической культуры / А.С. Солодков, Е.Б. Сологуб. [Текст]. — М.: Издательский дом «Спорт», 2016 г. — 324 с.

5. Чинкин, А.С. Физиология спорта : учебное пособие / Чинкин А.С., Назаренко А.С. — Москва : Спорт, 2016. — 120 с. — ISBN 978-5-9907239-2-4. — URL: <https://book.ru/book/926806> — Текст : электронный.

Перечень вопросов к экзамену:

1. Функциональные изменения сердечно-сосудистой системы при систематических занятиях физическими упражнениями.

2. Функциональные изменения дыхательной системы при систематических занятиях физическими упражнениями. Жизненная емкость легких.

3. Адаптация мышечной ткани к физическим нагрузкам.

4. Особенности обмена веществ при физической работе.

5. Адаптация иммунной системы к физическим нагрузкам.

6. Физиологическая характеристика предстартового состояния.

7. Физиологическая характеристика разминки.

8. Физиологическая характеристика вработывания, «мёртвая точка», «второе дыхание».

9. Утомление: критерии, стадии утомления.

10. Физиологические основы спортивной тренировки женщин.

11. Закономерности формирования двигательных умений и навыков. Переносы навыка.

12. Фазы формирования двигательного навыка.

13. Формы проявления и механизмы развития силы.

14. Формы проявления и механизмы развития быстроты.

15. Формы проявления и механизмы развития выносливости.

16. Понятие о ловкости и гибкости, механизмы и закономерности их развития.
17. Физиологическая характеристика циклических видов спорта.
18. Физиологическая характеристика игровых видов спорта.
19. Физиологическая характеристика единоборств.
20. Физическая работоспособность: понятие, показатели, критерии оценки.
21. Характеристика зон мощности физической работоспособности.
22. Тестирование в спорте: понятие, методы.
23. Функциональные пробы: понятие, критерии оценки, классификация.
24. Определение уровня физической работоспособности по тесту PWC170.
25. Определение максимального потребления кислорода (МПК).
26. Определение уровня физической работоспособности по Гарвардскому степ-тесту (ГСТ).
27. Оценка состояния ортостатической устойчивости – модифицированная ортостатическая проба.
28. Физиологические основы спортивной тренировки женщин.

Аннотация учебной дисциплины «Биомеханика»

1. Цель и задачи освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Биомеханика» является формирование систематизированных знаний в области биомеханики физических упражнений и готовности применять их на практике.

Для реализации поставленной цели в процессе изучения учебной дисциплины «Биомеханика» решаются следующие задачи:

- раскрыть сложность строения двигательных действий человека, которая обусловлена сложностью строения опорно-двигательного аппарата человека;
- овладение умениями и навыками самостоятельного обоснования техники соревновательных и тренировочных упражнений;
- овладение знаниями о процессе осуществления движения, как оно организуется и управляется.

2. Место дисциплины в структуре дополнительной программы профессиональной переподготовки

Дисциплина входит в модуль базовых дисциплин ДПП. Изучение дисциплины осуществляется с применением дистанционных образовательных технологий.

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Коды компетенций	Содержание компетенций	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
ПК-1	Способен совершенствовать специальные физические качества и повышать функциональные возможности организма в соответствии с индивидуальными планами подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства	Умения: Формулировать задачи занятия, подбирать соответствующие средства и методы их решения, регулировать психофизическую нагрузку в процессе занятий видом адаптивного спорта Использовать технические средства и методические приемы для совершенствования тактических приемов и решения тактических задач, технико-тактических навыков в виде адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин) Выявлять направления совершенствования двигательных действий и исполнения тактических приемов занимающимся с учетом индивидуальных особенностей и функциональных ограничений Знания: Биомеханика двигательной деятельности

4. Структура и содержание дисциплины «Биомеханика»

Общая трудоемкость дисциплины составляет 18 часов.

№ п/п	Названия тем	Всего (час.)	Лекции	Практ. занятия	Форма промежуточной аттестации	С/Р
1.	История развития биомеханики как науки	1	1	-		-
2.	Предмет и методы биомеханики	2	1	-		1
3.	Физические основы биомеханики: кинематика, динамика и статика	3	1	1		1
4.	Биомеханика скелетно-мышечной системы человека	3	1	1		1
5.	Механические характеристики движений человека	3	2	-		1
6.	Биомеханика локомоций человека	3	2	-		1
7.	Биомеханика различных видов спорта	3	2	-		1
	Итого:	18	10	2	зачет	6

5. Краткое содержание дисциплины

Тема 1. История развития биомеханики как науки

Древнегреческие ученые у истоков биомеханики. Вклад П.Ф.Лесгафта в развитие биомеханики. Становление биомеханики в России. Направления

развития биомеханики. Основы современного понимания двигательных действий.

Тема 2. Предмет и методы биомеханики

Область теоретической биомеханики. Предмет и объект познания биомеханики. Разделы биомеханики. Частные задачи спортивной биомеханики. Этапы процедуры анализа двигательной деятельности (биомеханического анализа), их содержание. Связь биомеханики с другими науками. Методы биомеханики. Практическое применение биомеханики.

Тема 3. Физические основы биомеханики: кинематика, динамика и статика

Разделы механики. Основные понятия. Характеристики, используемые для описания движения материальной точки. Скорость. Равномерное прямолинейное движение и его графическое представление. Ускорение. Движение по окружности. Свободное падение и его ускорение. Законы Ньютона. Понятие «центр тяжести тела», его основные свойства. Понятие «рычаг», основной закон рычага. Рычаги первого и второго рода.

Тема 4. Биомеханика скелетно-мышечной системы человека

Биомеханические понятия. Звено. Биокинематическая пара. Биокинематическая цепь, ее виды. Степень свободы движений. Механические функции костей. Механические свойства костей. Механические функции суставов. Классификация суставов с позиции биомеханики. Механические свойства сухожилий и связок. Особенности строения человека, оказывающие влияние на биомеханические свойства его ОДА. Функции мышц. Виды работы мышц и режимы мышечного сокращения. Биомеханические свойства скелетных мышц. Синергизм и антагонизм.

Тема 5. Механические характеристики движений человека

Двигательные качества человека. Двигательное задание. Сила действия человека. Топография силы. Биомеханические требования к специальным силовым упражнениям. Разновидности проявления скоростных качеств.

Динамика скорости. Основные понятия, используемые при описании биомеханической характеристики выносливости. Пути повышения экономичности движений с биомеханической точки зрения. Биомеханические характеристики гибкости.

Тема 6. Биомеханика локомоций человека

Локомоции. Координация движения. Общая двигательная задача локомоций. Характеристика движений, посредством которых происходит отталкивание от опоры. Взаимодействие опорных и подвижных звеньев с опорой. Характеристика шагательных движений. Стартовые положения. Стартовые движения. Отличительные особенности всех видов ходьбы по сравнению с бегом и прыжками.

Тема 7. Биомеханика различных видов спорта

Характеристика рабочих движений вёсел при гребле. Характеристика старта в плавании вольным стилем. Фазы попеременного хода на лыжах. Характеристика посадки велосипедиста. Основные элементы техники

прыжка с трамплина и вышки. Последовательность движений при толкании ядра. Силы, которые преодолевает спортсмен при перемещении штанги. Факторы, затрудняющие координацию движений тяжелоатлета.

Рекомендуемая литература:

Основная:

1. Евсеев, В.И. Биомеханика повреждений коленного сустава : монография / Евсеев В.И. — Москва : Русайнс, 2020. — 336 с. — ISBN 978-5-4365-2526-6. — URL: <https://book.ru/book/934963>
2. Евсеев, В.И. Биомеханика переломов лодыжек и повреждений связок голеностопного сустава : монография / Евсеев В.И. — Москва : Русайнс, 2020. — 279 с. — ISBN 978-5-4365-2788-8. — URL: <https://book.ru/book/935025>
3. Евсеев, В.И. Биомеханика дегенеративно – дистрофических заболеваний позвоночника : монография / Евсеев В.И. — Москва : Русайнс, 2020. — 331 с. — (СПО). — ISBN 978-5-4365-2112-1. — URL: <https://book.ru/book/935709>
4. Евсеев, В.И. Биомеханика диспластического синдрома тазобедренного сустава : монография / Евсеев В.И. — Москва : Русайнс, 2019. — 378 с. — ISBN 978-5-4365-3765-8. — URL: <https://book.ru/book/933864>
5. Евсеев, В.И. Биомеханика переломов лодыжек и повреждений связок голеностопного сустава : монография / Евсеев В.И. — Москва : Русайнс, 2020. — 279 с. — ISBN 978-5-4365-2788-8. — URL: <https://book.ru/book/935025>
6. Кирпичев, В. Л. Беседы о механике / В. Л. Кирпичев. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 354 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-04497-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453807>
7. Мещерский, И. В. Механика тел переменной массы. Избранные труды / И. В. Мещерский. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 233 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-04485-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453841>
8. Остроградский, М. В. Лекции по аналитической механике / М. В. Остроградский. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 288 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-04980-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/454229>
9. Перельман, Я. И. Занимательная механика / Я. И. Перельман. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 158 с. — (Открытая наука). — ISBN 978-5-534-08202-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453483>

Дополнительная:

1. Германов, Г. Н. Основы биомеханики: двигательные способности и физические качества (разделы теории физической культуры) : учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 224 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11148-4. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/456804>

2. Стеблецов, Е. А. Биомеханика : учебник для вузов / Е. А. Стеблецов, И. И. Болдырев. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 160 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13699-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/466427>

3. Стеблецов, Е. А. Основы биомеханики : учебник для среднего профессионального образования / Е. А. Стеблецов, И. И. Болдырев ; под общей редакцией Е. А. Стеблецова. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 159 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13697-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/466425>

4. Туревский, И. М. Биомеханика двигательной деятельности: формирование психомоторных способностей : учебное пособие для среднего профессионального образования / И. М. Туревский. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 353 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11024-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/456847>

Перечень вопросов к зачету:

1. Частные задачи спортивной биомеханики.
2. Этапы процедуры анализа двигательной деятельности.
3. Методы биомеханики.
4. Степень свободы движений.
5. Механические функции костей.
6. Механические свойства костей.
7. Механические функции суставов. Классификация суставов с позиции биомеханики.
8. Механические свойства сухожилий и связок.
9. Особенности строения человека, оказывающие влияние на биомеханические свойства его ОДА.
10. Функции мышц. Виды работы мышц и режимы мышечного сокращения.
11. Биомеханические свойства скелетных мышц. Синергизм и антагонизм.
12. Двигательные качества человека.
13. Двигательное задание.
14. Сила действия человека. Биомеханические требования к специальным силовым упражнениям.

15. Разновидности проявления скоростных качеств. Динамика скорости.
16. Биомеханическая характеристика выносливости.
17. Пути повышения экономичности движений с биомеханической точки зрения.
18. Биомеханические характеристики гибкости.
19. Биомеханическая характеристика координации движения.
20. Характеристика шагательных движений.
21. Характеристика стартовых положений.
22. Отличительные особенности всех видов ходьбы по сравнению с бегом и прыжками.

Аннотация учебной дисциплины «Основы спортивной медицины и первой медицинской помощи»

1. Цель и задачи освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Основы спортивной медицины и первой медицинской помощи» является формирование основ медицинских знаний о закономерностях физического развития занимающихся физической культурой и спортом и практических умений по организации медико-педагогического обеспечения лиц, занимающихся физической культурой и спортом.

Для реализации поставленной цели в процессе изучения учебной дисциплины «Основы спортивной медицины и первой медицинской помощи» решаются следующие задачи:

- формирование знаний о контроле за функциональным состоянием занимающихся физической культурой и спортом с целью предупреждения заболеваний и травм;
- достижение оздоровительного эффекта физкультуры и спорта у лиц разного возраста, пола и состояния здоровья;
- выявление наиболее рациональных гигиенических условий физического воспитания, устранение неблагоприятных воздействий на человека в процессе занятий физкультурой и спортом.

2. Место дисциплины в структуре дополнительной программы профессиональной переподготовки

Дисциплина входит в модуль базовых дисциплин ДПП. Изучение дисциплины осуществляется с применением дистанционных образовательных технологий.

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Коды компетенций	Содержание компетенций	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
ПК-1	Способен совершенствовать специальные физические качества и повышать функциональные возможности организма в соответствии с индивидуальными планами подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства	Умения: Отслеживать физическое, функциональное, психическое состояние занимающихся, наличие признаков перенапряжения и переутомления во время занятия видом адаптивного спорта Организовывать первую помощь, применять средства огнезащиты, средства индивидуальной защиты Использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности, функционального и психического состояния занимающихся при занятиях видом адаптивного спорта Знания: Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре Общая патология и тератология, частная патология Физиологические механизмы и методы восстановления в адаптивном спорте Основы организации первой помощи
ПК-5	Способен организовывать участие занимающихся в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки	Умения: Контролировать выполнение занимающимся гигиенических требований, режима труда и отдыха, правил использования спортивного и оздоровительного питания (диеты), предписаний и рекомендаций медицинских работников Разъяснять занимающемуся организационные и специальные вопросы медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения, основ классификации в адаптивном спорте Знания: Врачебный контроль в адаптивной физической культуре Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре Основы спортивно-медицинской, спортивно-функциональной и гандикапной классификаций Общая патология и тератология, частная патология Методы организации медико-биологического контроля в адаптивном спорте

4. Структура и содержание дисциплины «Основы спортивной медицины и первой медицинской помощи»

Общая трудоемкость дисциплины составляет 36 часов.

№ п/п	Названия тем	Всего (час.)	Лекции	Практ. занятия	Форма промежуточной аттестации	С/Р
1.	Основы врачебного контроля за лицами, занимающимися адаптивной физической культурой и спортом	6	4	1		1
2.	Основные понятия общей патологии и тератологии	6	4	1		1
3.	Факторы, ухудшающие физическую работоспособность и состояние здоровья спортсмена	4	2	-		2
4.	Влияние больших физических нагрузок на функциональное состояние организма спортсменов	6	2	2		2
5.	Система комплексной реабилитации спортсменов в адаптивном спорте	6	2	2		2
6.	Основы доврачебной медицинской помощи и ее организация	8	4	2		2
	Итого:	36	18	8	экзамен	10

5. Краткое содержание дисциплины

Тема 1. Основы врачебного контроля за лицами, занимающимися адаптивной физической культурой и спортом

Контроль за состоянием здоровья и функциональной подготовленностью в адаптивном спорте. Врачебно-педагогические наблюдения в процессе тренировочных занятий, соревнований. Организация диспансерного обследования в спорте. Медико-санитарное сопровождение соревнований в адаптивном спорте. Профилактика спортивного травматизма на тренировочных занятиях; на соревнованиях в адаптивном спорте. Профилактика и текущий санитарный контроль мест занятий и условий проведения соревнований в адаптивном спорте. Методы организации медико-биологического контроля в адаптивном спорте. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре. Основы спортивно-медицинской, спортивно-функциональной и гандикапной классификаций.

Тема 2. Основные понятия общей патологии и тератологии

Общее учение о болезни. Патологический процесс. Этиология и патогенез. Роль наследственности в патологии. Реактивность. Аллергия. Иммуитет. Местные расстройства кровообращения. Воспаление. Общие реакции. Гипертрофия, атрофия и дистрофия.

Этиология и патогенез врожденных пороков развития. Эндогенные причины врожденных заболеваний. Экзогенные причины врожденных заболеваний. Патогенез врожденных пороков развития. Врожденные пороки развития органов и систем. Аномалии развития у зародышей. Врожденные пороки развития лица и шеи. Врожденные пороки развития ЦНС. Врожденные пороки развития органов чувств. Врожденные пороки развития сердечно-сосудистой системы. Врожденные пороки развития органов пищеварения. Врожденные пороки развития почек, мочевыводящих путей и половых органов. Врожденные пороки развития органов дыхания. Врожденные пороки развития опорно-двигательного аппарата.

Тема 3. Факторы, ухудшающие физическую работоспособность и состояние здоровья спортсмена

Ухудшение состояния здоровья и снижение работоспособности спортсмена вследствие токсикозов различного характера (алкоголь, курение, нерациональный прием медикаментов, применение анаболических стероидов и стимуляторов). Резкое снижение веса и неправильный подбор диетических процедур как фактор ухудшения физического состояния спортсмена. Влияние больших физических нагрузок на работоспособность и состояние здоровья спортсмена. Акклиматизация спортсмена (климатическая и временная).

Тема 4. Влияние больших физических нагрузок на функциональное состояние организма спортсменов

Адаптация организма спортсмена к повышенным физическим и психическим нагрузкам в процессе спортивной тренировки. Критерии рационального использования тренировочных нагрузок. Функциональные нарушения в организме спортсмена, происходящие вследствие применения чрезмерных физических нагрузок.

Тема 5. Система комплексной реабилитации спортсменов в адаптивном спорте

Массаж и лечебная физическая культура. Рациональное питание как фактор восстановления и поддержания работоспособности. Фармакологические средства профилактики переутомления и восстановления работоспособности в спорте. Применение мазей, гелей и кремов. Применение спортсменами сауны (парной бани), гидро- и бальнеотерапия. Музыка и цветомузыка как средство восстановления в спорте.

Тема 6. Основы доврачебной медицинской помощи и ее организация

Понятие «Первая доврачебная помощь», общие положения. Последовательность действий при оказании первой помощи пострадавшему. Признаки для определения состояния здоровья пострадавшего. Комплекс реанимационных мероприятий (искусственное дыхание, наружный массаж сердца). Первая доврачебная помощь при различных видах травм спортсмена (переломы, вывихи, ушибы, растяжение связок, кровотечение, тепловой и солнечный удары, обморожение, утопление, пищевые интоксикации, укусы).

Рекомендуемая литература:

Основная:

1. Айзман, Н. Ф. Возрастная анатомия, физиология и гигиена: учебное пособие / Р.И. Айзман, Н.Ф. Лысова, Я.Л. Завьялова. [Электронный ресурс]. — Москва: КноРус, 2017. — 403 с. — Для бакалавров. — Режим доступа: <https://www.book.ru/book/920472>
2. Айзман, Р. И. Основы медицинских знаний: учебное пособие / Р.И. Айзман, И.В. Омельченко. [Электронный ресурс]. — Москва: КноРус, 2016. — 243 с. — Для бакалавров. — Режим доступа: <https://www.book.ru/book/918661>
3. Ериков, В.М. Спортивная медицина : учебно-методическое пособие / Ериков В.М., Никулин А.А. — Москва : Русайнс, 2021. — 123 с. — ISBN 978-5-4365-5520-1. — URL: <https://book.ru/book/938406> — Текст : электронный.

Дополнительная:

1. Андриянова, Е. Ю. Спортивная медицина : учебное пособие для вузов / Е. Ю. Андриянова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 325 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12603-7. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/476692>
2. Дубровский, В. И. Спортивная медицина: учеб. для студ. высш. учеб. заведений / В.И. Дубровский. [Текст]. — 2-е изд., доп. — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2002 г. — 512 с.
3. Макарова, Г. А. Спортивная медицина: учебник / Г.А. Макарова [Текст]. — М.: Советский спорт, 2003 г. — 480 с.
4. Миллер, С. Спортивная медицина: учебное пособие для студентов высш.учеб.заведений физической культуры / С. Миллер. [Текст]. — СПб: Человек, 2015. — 184 с.
5. Первая медицинская помощь: учебник / В.М. Буянов, Ю.А. Нестеренко. [Текст].- Москва: Альянс, 2015. — 224 с.
6. Солодков, А. С. Физиология человека. Общая. Спортивная возрастная: учебник для высш. учеб. заведений физической культуры / А.С. Солодков, Е.Б. Сологуб. [Текст]. — М.: Спорт, 2016. — 324 с.
7. Спортивная медицина. Справочник для врача и тренера / А. Гнетова, Л. Потанич, М. Прокопьева. [Текст]. - СПб: Человек, 2013. — 328 с.
8. Чинкин, А. С. Физиология спорта. Учебное пособие / А.С. Чинкин, А.С. Назаренко. [Текст]. — М.: Спорт, 2016. — 120 с.

Перечень вопросов к экзамену:

1. Контроль за состоянием здоровья и функциональной подготовленностью в адаптивном спорте.
2. Организация диспансерного обследования в спорте.

3. Медико-санитарное сопровождение соревнований в адаптивном спорте.
4. Профилактика спортивного травматизма на тренировочных занятиях; на соревнованиях в адаптивном спорте.
5. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре.
6. Патологический процесс. Этиология и патогенез.
7. Этиология и патогенез врожденных пороков развития.
8. Эндогенные причины врожденных заболеваний.
9. Экзогенные причины врожденных заболеваний.
10. Факторы, ухудшающие физическую работоспособность и состояние здоровья спортсмена.
11. Влияние больших физических нагрузок на работоспособность и состояние здоровья спортсмена.
12. Адаптация организма спортсмена к повышенным физическим и психическим нагрузкам в процессе спортивной тренировки.
13. Критерии рационального использования тренировочных нагрузок.
14. Функциональные нарушения в организме спортсмена, происходящие вследствие применения чрезмерных физических нагрузок.
15. Система комплексной реабилитации спортсменов в адаптивном спорте.
16. Массаж и лечебная физическая культура как средства восстановления работоспособности спортсмена.
17. Питание как фактор восстановления и поддержания работоспособности. Фармакологические средства профилактики переутомления и восстановления работоспособности спортсменов.
18. Понятие «Первая доврачебная помощь», общие положения.
19. Последовательность действий при оказании первой помощи пострадавшему. Признаки для определения состояния здоровья пострадавшего.
20. Комплекс реанимационных мероприятий (искусственное дыхание, наружный массаж сердца).
21. Первая доврачебная помощь при переломах.
22. Первая доврачебная помощь при вывихах.
23. Первая доврачебная помощь при ушибах.
24. Первая доврачебная помощь при растяжении связок.
25. Первая доврачебная помощь при кровотечениях.
26. Первая доврачебная помощь при тепловом и солнечным ударе.
27. Первая доврачебная помощь при обморожении.
28. Первая доврачебная помощь при утоплении.
29. Первая доврачебная помощь при пищевых интоксикациях.
30. Первая доврачебная помощь при различных укусах.

Аннотация учебной дисциплины «Психология физической культуры и спорта»

1. Цель и задачи освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Психология физической культуры и спорта» является изучение современных концепций, принципов, понятий и методов психологической работы с лицами, вовлеченными в физкультурно-спортивную деятельность.

Для реализации поставленной цели в процессе изучения учебной дисциплины «Психология физической культуры и спорта» решаются следующие задачи:

- повышение общей эффективности тренировочного процесса за счет выработки нужного уровня мотивации, четкой ориентацией на конкретную цель, а также формирования нужных двигательных умений и навыков;
- создание необходимых психологических условий для высоких спортивных достижений;
- психическая регуляция.

2. Место дисциплины в структуре дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки

Дисциплина входит в модуль базовых дисциплин ДПП. Изучение дисциплины осуществляется с применением дистанционных образовательных технологий.

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Коды компетенций	Содержание компетенций	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
ПК-2	Способен проводить отбор занимающихся и оценивать их перспективность в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства	Умения: Использовать этические и деонтологические нормы при общении с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья Устанавливать потребности, ценностные ориентации, направленность личности, мотивацию занимающихся на достижение высоких спортивных результатов в избранном виде адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин) Использовать современные методы выявления у занимающегося личностно-психических качеств, функциональных возможностей и способностей, значимых для достижения высоких спортивных результатов в избранном виде адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин) Оценивать уровень спортивно-технического и тактического мастерства, физическую,

Коды компетенций	Содержание компетенций	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
		функциональную, психологическую подготовленность занимающегося Знания: Техники общения с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья, методы общения с лицами, имеющими поражения отдельных органов чувств

4. Структура и содержание дисциплины «Психология физической культуры и спорт»

Общая трудоемкость дисциплины составляет 24 часов.

№ п/п	Названия тем	Всего (час.)	Лекции	Практ. занятия	Форма промежуточной аттестации	С/Р
1.	Психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом, адаптивным спортом	4	2	1	-	1
2.	Психология спорта высших достижений	4	2	1		1
3.	Средства и методы спортивной психологии	6	4	1		1
4.	Психологические основы спортивной подготовки	12	4	4		4
	Итого:	24	12	6	зачет	6

5. Краткое содержание дисциплины

Тема 1. Психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом, адаптивным спортом

Типологические свойства и успешность занятий физической культурой и спортом. Проявление свойств нервной системы в спортивно-физкультурной деятельности. Типы нервной системы и особенности двигательной деятельности. Типологические особенности спортсменов различных видов спорта. Влияние типа НС на адаптацию к виду спорту и физкультурно-оздоровительной деятельности. Проявление свойств темперамента в спортивно-физкультурной деятельности. Влияние темперамента на адаптацию к виду спорту и физкультурно-оздоровительной деятельности. Связи свойств НС со свойствами темперамента. Особенности психической деятельности спортсменов с различными симптомокомплексами свойств нервной системы и темперамента. Свойства нервной системы и темперамента как спортивные способности и склонности. Способности к

спорту. Типологические свойства и спортивные способности. Свойства НС и темперамента как склонности к спортивно- физкультурной деятельности.

Психологическая характеристика лиц с инвалидностью. Посттравматический стресс. (ПТСР). Клинические симптомы ПТСР. Предрасположенность к ПТСР. Кризис и адаптация. Влияние психологических особенностей личности на адаптацию. Адаптация инвалидов. Психологическая реабилитация инвалидов. Психология реабилитационной и адаптивной физической культуры. Двигательная реабилитация инвалидов.

Тема 2. Психология спорта высших достижений

Содержание понятия «спортивная психология». Экстремальная деятельность. Спорт как экстремальный вид деятельности. Процесс подготовки высококвалифицированных спортсменов.

Индивидуальные факторы спортивного успеха или неуспеха. Личностные психические качества квалифицированного спортсмена. Психологические параметры личности сильнейших спортсменов. Психологические параметры моделей структуры личности сильнейших спортсменов (по Б. Блюменштейну, Н. Худачову). Подструктуры личности спортсмена как критерии его спортивной пригодности. Подвижность нервных процессов. Проявление типологических свойств в поведении спортсмена (по Г. Б. Горской). Типологические свойства в поведении спортсмена. Зависимость эффективности деятельности спортсменов от типологических свойств (по Р. Айзенку). Психологические требования к спортсменам в различных видах спорта (по Б. П. Яковлеву, В. А. Вагиной). Взаимная компенсация психических проявлений у спортсменов высокой квалификации (по А. В. Родионову).

Тема 3. Средства и методы спортивной психологии

Основы спортивной психодиагностики. Классификация методов спортивной диагностики. Особенности высокоформализованных методик диагностики. План экспериментов по изучению тактических способностей. Организация психолого-педагогического эксперимента для проверки эффективности новой методики тренировки. Основы проектирования диагностических методик. Виды тестовых заданий. Виды ответов на тестовые задания. Уровни и формы моделирования ситуаций принятия решения в спортивной деятельности. Особенности компьютерной диагностики. Зависимость результатов тестирования от оборудования.

Особенности проведения психодиагностических исследований в спорте. Особенности диагностики внимания. Особенности диагностики оперативного мышления. Диагностика особенностей сенсомоторики. Сравнительный анализ показателей различных видов реагирования. Диагностика взаимоотношений. Изучение ценностных ориентации личности и группы.

Тема 4. Психологические основы спортивной подготовки

Методологические предпосылки физической подготовки. Система физической подготовки. Индивидуализация физической подготовки. Психологические основы тактической подготовки.

Рекомендуемая литература:

1. Гулевич, О. А. Психология межгрупповых отношений : учебник для вузов / О. А. Гулевич. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 345 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10719-7. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453973>
2. Малкин, В. Р. Психологические методы подготовки спортсменов : учебное пособие для вузов / В. Р. Малкин, Л. Н. Рогалева ; под научной редакцией В. Н. Люберцева. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 96 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07625-7. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/454683>
3. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина [и др.] ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 531 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01035-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/450632>
4. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Е. Ловягина [и др.] ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 338 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-00690-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/452522>
5. Серова, Л. К. Психология личности спортсмена : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 124 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07335-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453607>
6. Серова, Л. К. Психология личности спортсмена : учебное пособие для среднего профессионального образования / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 124 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11155-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/456986>
7. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453606>
8. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для среднего профессионального образования / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 147 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11158-3. —

Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/456985>

9. 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, 2020. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/450185>

10. Спортивная психология : учебник для среднего профессионального образования / В. А. Родионов [и др.] ; под общей редакцией В. А. Родионова, А. В. Родионова, В. Г. Сивицкого. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 367 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11149-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/456984>

Перечень вопросов к зачету:

1. Типы нервной системы и особенности двигательной деятельности.
2. Типологические особенности спортсменов различных видов спорта.
3. Влияние типа нервной системы и темперамента на адаптацию к виду спорту.
4. Проявление свойств темперамента в спортивно-физкультурной деятельности.
5. Особенности психической деятельности спортсменов с различными симптомокомплексами свойств нервной системы и темперамента.
6. Типологические свойства и спортивные способности.
7. Свойства нервной системы и темперамента как склонности к спортивно- физкультурной деятельности.
8. Психологическая характеристика лиц с инвалидностью.
9. Посттравматический стресс. (ПТСР). Клинические симптомы ПТСР.
10. Психологическая реабилитация инвалидов.
11. Двигательная реабилитация инвалидов.
12. Спорт как экстремальный вид деятельности.
13. Психологическая характеристика процесса подготовки высококвалифицированных спортсменов.
14. Личностные психические качества квалифицированного спортсмена.
15. Психологические параметры личности сильнейших спортсменов.
16. Типологические свойства в поведении спортсмена.
17. Зависимость эффективности деятельности спортсменов от типологических свойств.
18. Психологические требования к спортсменам в ИВС.
19. Взаимная компенсация психических проявлений у спортсменов высокой квалификации.
20. Классификация методов спортивной диагностики.

21. Технология построения плана экспериментов по изучению тактических способностей спортсмена.

22. Технология психолого-педагогического эксперимента для проверки эффективности новой методики тренировки.

23. Основы проектирования диагностических методик.

24. Уровни и формы моделирования ситуаций принятия решения в спортивной деятельности.

25. Особенности компьютерной диагностики в спортивной психологии.

26. Особенности проведения психодиагностических исследований в спорте.

27. Особенности диагностики внимания.

28. Особенности диагностики оперативного мышления.

29. Диагностика особенностей сенсомоторики.

30. Сравнительный анализ показателей различных видов реагирования.

31. Диагностика взаимоотношений в спортивном коллективе.

32. Изучение ценностных ориентаций личности спортсмена и группы.

33. Психологические основы физической подготовки спортсмена в ИВС.

34. Психологические основы тактической подготовки в ИВС.