ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

МЕЖОТРАСЛЕВОЙ РЕГИОНАЛЬНЫЙ ЦЕНТР ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ
И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКИ КАДРОВ

СОГЛАСОВАНО
Проректор по планированию,
стандартизации и цифровизации
образовательного процесса,
к.п.н., доцент
_____О.А. Клестова
«16» июня 2021 г.

Директор МРЦПК и ППК, доцент
_____В.Я. Ботнер
«16» июня 2021г.

УТВЕРЖДАЮ
Ректор, д.п.н., профессор
_____С.Г. Сериков
«02» июля 2021 г.
(протокол №13 заседания
ученого совета от 02 июля 2021 г.)

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКИ

ВОСТОЧНЫЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Челябинск
2021

Содержание

1. Общая характеристика дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки 3
1.1. Нормативная правовая база разработки дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки..... 4
1.2. Цель и задачи дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки 4
1.3. Характеристика нового вида профессиональной деятельности..... 5
1.4. Требования к уровню подготовки поступающего на обучение, необходимые для освоения дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки 6
1.5. Планируемые результаты обучения..... 7
1.6. Нормативная трудоемкость обучения 20
1.7. Форма обучения..... 20
1.8. Режим занятий..... 20
1.9. Документ, выдаваемый после завершения обучения..... 20
1.10. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки..... 20
2. Содержание дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки..... 21
2.1. Календарный учебный график..... 22
2.2. Учебный план..... 23
2.3. Дисциплинарное содержание программы..... 25
3. Результаты освоения дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки..... 29
4. Оценка качества освоения дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки..... 48
4.1. Текущая аттестация..... 48
4.2. Промежуточная аттестация..... 48
4.3. Итоговая аттестация..... 48
5. Кадровое обеспечение образовательного процесса..... 51
6. Разработчики дополнительной профессиональной программы профессиональной программы..... 54
Приложение Рабочие программы дисциплин..... 55

1 Общая характеристика дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки

На современном этапе развития российского общества возрастает необходимость особой заботы о физической культуре личности. В повседневном существовании человека заметно уменьшается доля физкультурно-оздоровительной деятельности как формы активного отношения к окружающему миру и самому себе с целью достижения физического совершенства, в то время как большую часть дня он посвящает активному труду, своим социальным обязанностям. Все это обусловливает возрастание значения физической культуры и оздоровительных технологий, направленных на укрепление здоровья, повышение уровня физического развития, а также стимулирует формирование и развитие целого ряда новых направлений физического воспитания, нетрадиционных оздоровительных методик и технологий, обновление и возрождение прежних практических знаний.

За последние годы в России наблюдается рост общественного интереса к оздоровительным практикам, пришедшим с Востока, что не вызывает сомнений об эффективности восточных систем оздоровления, как видов физической рекреации и двигательной реабилитации.

Дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки «Восточные оздоровительные технологии в системе физической культуры и спорта» (далее - ДПП ПП) разработана с учетом ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура и на основе требований профессионального стандарта «Инструктор-методист»

ДПП ПП, реализуемая в ФГБОУ ВО «Уральский государственный университет физической культуры», представляет собой комплекс основных характеристик образования (объем, содержание, планируемые результаты, организационно-педагогических условий, форм аттестации), который представлен в виде общей характеристики образовательной программы, учебного плана, календарного учебного графика, рабочих программ дисциплин, оценочных средств, разработанных с учетом ФГОС ВО, требований рынка труда и соответствующего профессионального стандарта).

ДПП ПП регламентирует цели, планируемые результаты, содержание, условия и технологии реализации образовательного процесса, оценку качества подготовки слушателя и включает в себя:

- общие положения (нормативные документы, общую характеристику, требования к слушателю);
- характеристику профессиональной деятельности выпускника (область, объекты, виды, задачи профессиональной деятельности слушателя);
- компетенции слушателя, формируемые в результате освоения ДПП ПП;
- документы, регламентирующие содержание и организацию образовательного процесса при реализации ДПП ПП (календарный учебный график, учебный план, рабочие программы учебных дисциплин);
- фактическое ресурсное обеспечение ДПП ПП;
- нормативно-методическое обеспечение системы оценки качества освоения слушателями ДПП ПП (оценочные средства, требования к итоговой аттестации слушателя).

1.1 Нормативная правовая база разработки дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки

Нормативную правовую базу разработки дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки «Восточные оздоровительные технологии в системе физической культуры и спорта» составляют:

– Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ;

– Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 1 июля 2013 года №499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;

– Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 15 ноября 2013 года №1244 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 1 июля 2013 года №499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;

– Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 08 сентября 2014 г. № 630н «Об утверждении профессионального стандарта «Инструктор-методист» (с изменениями и дополнениями);

– Приказ Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 26 августа 2010 г. №761н «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования» (с изменениями и дополнениями);

– Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 сентября 2017 года №940 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура;

– Методические рекомендации-разъяснения по разработке дополнительных профессиональных программ на основе профессиональных стандартов (Письмо Министерства образования и науки РФ от 22.04.2015г. №ВК-1030/06);

– Устав Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Уральский государственный университет физической культуры».

1.2 Цель и задачи дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки

Цель реализации дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки «Восточные оздоровительные технологии в системе физической культуры и спорта» формирование у слушателей профессиональных компетенций, необходимых для ведения профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта, позволяющих применять их для решения любых задач оздоровления, физического совершенствования широких слоев населения средствами восточных физкультурно-оздоровительных технологий в организациях различных форм собственности в области физической культуры и спорта и приобретение новой квалификации в сфере физической культуры и спорта – инструктор по спорту и физкультурно-оздоровительной работе.

ДПП ПП направлена на изучение развития и совершенствования физических, психических и функциональных возможностей человека, на разработку и утверждение принципов активного и здорового образа жизни и их практическую реализацию средствами физической культуры.

Задачи ДПП ПП:

– формирование у слушателей знаний, необходимых для организации и проведения занятий физкультурно-оздоровительной направленности средствами оздоровительных систем стран Востока;

– формирование научных представлений и профессиональных знаний в области диагностики, оценки, коррекции состояния здоровья людей различных половозрастных групп средствами физической культуры;

– ознакомление с основными диагностическими подходами и психометрическими характеристиками восточных систем оздоровления;

– способствовать осознанному использованию средств физической культуры как средства восстановления и укрепления здоровья, приобщения к здоровому образу жизни;

– формирование практических навыков ведения занятий физкультурно-оздоровительными системами стран Востока в организациях различных форм собственности в области физической культуры и спорта

1.3 Характеристика нового вида профессиональной деятельности

ДПП ПП направлена на получение профессиональных компетенций, необходимых для выполнения нового вида профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта в соответствии с профессиональным стандартом «Инструктор-методист» (утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации 08.09.2014 г. №630н (зарегистрировано в Минюсте России 26.09.2014г. №34135)):

Вид профессиональной деятельности	Организационно-методическая деятельность в области физической культуры и спорта (код 05.005)
Основная цель вида профессиональной деятельности	Организационно-методическое обеспечение физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой подготовки на базе физкультурно-спортивных организаций, центров спортивной подготовки, а также образовательных организаций дошкольного и дополнительного образования детей, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта, образовательных организациях среднего профессионального образования, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта
Наименование базовой группы, должности (профессии или специальности)	Специалисты по методике обучения и воспитательной работе (код ОКЗ 2351); Специалисты по обучению, не вошедшие в другие группы (код ОКЗ 2359); Старший инструктор-методист (ЕКС)

Область профессиональной деятельности слушателей ДПП ПП включает в себя: массовый спорт, двигательную рекреацию, пропаганду здорового образа жизни, образование в сфере физической культуры, сферу услуг.

Объектами профессиональной деятельности 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.

Слушатель, освоивший ДПП ПП, должен быть готов к выполнению следующих

трудовых функций в соответствии с профессиональным стандартом «Инструктор-методист»:

Обобщенные трудовые функции		Трудовая функция	
код	наименование	наименование	код
А	Организация и проведение занятий по физическому воспитанию, оказание практической и методической помощи по вопросам физической подготовки	Планирование, организация и проведение занятий по физическому воспитанию, тренировочных занятий по утвержденным программам	А/01.4
		Проведение спортивно-оздоровительной работы	А/02.4
		Вовлечение населения различных возрастных групп в занятия физической культурой и спортом	А/03.4
		Консультирование по вопросам улучшения физической подготовленности населения различных возрастных групп	А/04.4

Уровень квалификации - 4 в соответствии с профессиональным стандартом «Инструктор-методист».

В соответствии с рекреационным и культурно-просветительским видом профессиональной деятельности, на который ориентирована ДПП ПП, слушатель должен быть готов решать следующие профессиональные задачи:

рекреационная деятельность:

– реализовывать программы, режимы занятий по двигательной рекреации населения на региональном и местном уровнях в соответствии с потребностями населения;

– подбирать адекватные поставленным задачам средства, методы и формы рекреационной деятельности по циклам занятий различной продолжительности;

– обеспечивать уровень двигательной активности, соответствующий состоянию и потребностям обучающихся;

–способствовать осознанному использованию средств физической культуры как средства восстановления и укрепления здоровья, приобщения к здоровому образу жизни;

– привлекать население к рекреационной деятельности как фактору здорового образа жизни;

культурно-просветительская деятельность:

– проводить пропагандистские и информационные кампании по вопросам влияния занятий физической культурой на укрепление здоровья, поддержание работоспособности, активного долголетия, привлечения населения различных возрастных групп к занятиям физической культурой и спортом.

1.4 Требования к уровню подготовки поступающего на обучение, необходимые для освоения дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки

К освоению дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки допускаются:

1. Лица, имеющие высшее образование.

Наличие указанного образования должно подтверждаться документом государственного образца.

2. Лица, получающие высшее образование, обучение которых подтверждено справкой об обучении организации, осуществляющей образовательную деятельность.

1.5 Планируемые результаты обучения

Перечень общепрофессиональных компетенций (далее - ОПК), которые формируются у слушателя в процессе обучения определяется в соответствии с ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 сентября 2017 года №940 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура.

Перечень профессиональных компетенций (далее - ПК) определяется ФГБОУ ВО «УралГУФК» самостоятельно в соответствии с утвержденным профессиональным стандартом «Инструктор-методист» (приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 08 сентября 2014 г. № 630н «Об утверждении профессионального стандарта «Инструктор-методист»).

– ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста;

– ОПК-3. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке;

– ОПК-6. Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни;

– ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь;

– ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся;

– ПК-1. Способен проводить занятия оздоровительной физической культурой для различных возрастных групп по утвержденным программам в секциях, группах спортивной и оздоровительной направленности;

– ПК-2. Способен реализовывать программы физкультурно-оздоровительных занятий с учетом гигиенических и естественно-средовых факторов;

– ПК-3. Способен проводить спортивно-оздоровительную работу и спортивно-массовые мероприятия, организовывать досуговую деятельность и активный отдых в организациях различного типа;

– ПК-4. Способен обучать технике выполнения упражнений, владеть профессиональной терминологией в области физической культуры и спорта;

– ПК-5. Способен осуществлять консультирование по вопросам повышения физической подготовленности населения различных возрастных групп.

В результате освоения ДПП ПП слушатель должен обладать общепрофессиональными и профессиональными компетенциями, соответствующими видам деятельности:

Виды деятельности	Трудовая функция (код)	Трудовые действия	Компетенции	Знания	Умения
Организация и проведение занятий по физическому воспитанию, оказание практической и методической помощи по вопросам физической подготовки	Планирование, организация и проведение занятий по физическому воспитанию, тренировочных занятий по утвержденным программам (А/01.4)	Определение задач и содержание занятий по физическому воспитанию, тренировочного занятия с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей группы. Разработка плана проведения занятия по физическому воспитанию, тренировочного занятия по утвержденным программам и методикам физического воспитания с учетом возрастного состава группы. Составление расписания проведения занятий по физическому воспитанию, тренировочного занятия по утвержденным программам и методикам физического воспитания с учетом возрастного состава группы. Проведение занятий по	ОПК-1	Морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развитяи, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения. Влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса. Возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой. Физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте. Физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека. Физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления. Психологическая характеристика физического воспитания и двигательной рекреации. Положения теории физической	Оценивать эффективность статических положений и движений человека. Дифференцировать обучающихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок. Разрабатывать планы занятий на различные временные отрезки, с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей, интересов обучающихся, занимающихся Подбирать методику проведения занятия по физической культуре с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей, интересов обучающихся, занимающихся. Описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом. Учитывать возрастные и психологические особенности

		физическому воспитанию, тренировочного занятия согласно разработанному плану по утвержденным программам и методикам физического воспитания с учетом возрастного состава группы. Обучение занимающихся владению навыками и техникой выполнения упражнений, формирование нравственно-волевых качеств Контроль двигательной деятельности обучающихся, занимающихся. Регулирование физической нагрузки обучающихся, занимающихся. Рекомендации по совершенствованию двигательной деятельности занимающихся с учетом возраста обучающегося, занимающегося Совместно с медицинскими		культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры с различным контингентом занимающихся. Специфика планирования, предметные аспекты планирования, формы и способы планирования. Документы планирования образовательного и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах. Принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике. Целевые результаты и параметры применяемых нагрузок. Структура построения занятий. Содержание и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики. Терминологию, классификацию и общую характеристику физических упражнений. Методики обучения технике упражнений.	занимающихся физической культурой.. Повышать мотивацию у населения к занятиям физической культурой и спортом. Планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры. Определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха населения с использованием средств физической культуры. Ставить различные виды задач и организовывать их решение на физкультурно-оздоровительных занятиях. Определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении утвержденной программы.

		работниками контроль физического состояния обучающихся, занимающихся Обеспечение безопасности занимающихся при проведении физических и спортивных занятий.	ОПК-3	Значение и виды гимнастики, как базового вида спорта. Терминологию гимнастики, средства и возможности их применения в физкультурно-оздоровительной деятельности. Основы обучения гимнастическим упражнениям, способы рационального размещения занимающихся для выполнения гимнастических упражнений, основы техники ходьбы.	Применять методы организации учебной деятельности на занятиях по гимнастике. Использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по гимнастики. Показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в гимнастике. Использовать средства гимнастики для формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств. Пользоваться на занятиях спортивным инвентарем и контрольно-измерительными приборами. Организовывать (строить, перестраивать, размещать, перемещать и т.п.) группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения любых

					гимнастических упражнений. Оценивать качество выполнения упражнений.
			ОПК-6	Функции и социальная роль физической культуры. Механизмы и приемы формирования поддержания и коррекции мотивации. Составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие. Основы организации здорового образа жизни. Влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста. Закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды.	Рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни. Формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди различных слоев населения. Использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыков соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях.
			ОПК-7	Внешние признаки утомления и переутомления занимающихся. Правила профилактики переутомления, травматизма на занятиях. Факторы и причины травматизма в процессе занятий. Приемы помощи и страховки при проведении занятий с использованием различных	Разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря. Обеспечивать технику безопасности на занятиях с учетом гигиенических норм (соблюдение площади на одного

				технических средств. Требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях. Требования к технике безопасности при проведении занятий. Санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурно-оздоровительной направленности.	занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, исправность оборудования , спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде, к структуре проведения занятия). Оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала. Распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений. Оказывать первую доврачебную помощь
			ОПК-9	Нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК «Готов к труду и обороне», программах по физической культуре. Методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола. Методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека. Задачи и условия	Использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма. Пользоваться контрольно-измерительными приборами. Интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам. Собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при

				психологического сопровождения занимающихся физической культурой, включая психодиагностику, психокоррекцию. Методика проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации.	планировании, контроле, методическом обеспечении проведения занятий. Использовать для обработки результатов исследований стандартные методы математической статистики (расчет числовых характеристики выборки, критерии проверки статистических гипотез, корреляционный анализ).
				ПК-1 Положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий оздоровительной физической культурой с различным контингентом занимающихся. Порядок разработки учебно-программной документации для проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий. Характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности занимающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ физкультурно-оздоровительной направленности. Принципы и приемы интерпритации полученных результатов. Основные характеристики и	Учитывать возрастные и психологические особенности занимающихся физкультурно-оздоровительной деятельностью. Набирать и комплектовать группы с учетом специфики реализуемых программ физкультурно-оздоровительной направленности. Определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при проведении занятий.

				методы педагогической диагностики и личностных особенностей, занимающихся различного возраста на занятиях по дополнительным общеобразовательным программам. Методики проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий.	
			ПК-2	Основные разделы гигиенической науки и их содержание. Нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности. Санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурно-оздоровительной направленности. Гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами различных возрастных групп. Факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий. Приборы для измерения основных параметров микроклимата	Оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала. Обеспечивать реализацию программ с учетом гигиенических норм.

		ПК-4	Положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий оздоровительной физической культурой с различным контингентом занимающихся. Комплексы упражнений с учетов двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся. Технику общеподготовительных, специально-подготовительных и соревновательных гимнастических элементов, гимнастическим стилем исполнения гимнастических упражнений Терминология в области физической культуры и спорта.	Проводить самостоятельно занятия по физическому воспитанию, в том числе обучать в рамках утвержденных программ и методик физического воспитания навыкам и технике выполнения упражнений. Формировать основы физкультурных знаний
Проведение спортивно-оздоровительной работы (А/02.4)	Составление программы спортивно-оздоровительных мероприятий. Оповещение населения о предстоящем спортивно-оздоровительном мероприятии, информирование о проведении спортивно-оздоровительных мероприятий участников и иных заинтересованных лиц. Привлечение населения к	ПК-3	Возрастные особенности физкультурно-оздоровительной деятельности. Основы организации здорового образа жизни. Основы теории и практики физического воспитания. Теоретические основы организации массового спорта. Основы спортивно-массовой работы. Методики физического воспитания. Методики проведения спортивно-оздоровительных мероприятий;	Разработать программу спортивно-оздоровительного мероприятия, с учетом возрастных особенностей. Проводить коммуникации с населением, участниками и иными заинтересованными лицами. Мотивировать занимающихся к спортивно-массовой и физкультурной деятельности Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи

	выполнению физических упражнений в процессе проведения спортивно-оздоровительного мероприятия. Осуществление судейства спортивно-оздоровительных состязаний, проводимых в рамках спортивно-оздоровительного мероприятия. Составление протокола о проведении спортивно-оздоровительного мероприятия		Основы организации деятельности спортивных секций, кружков. Методы сбора и первичной обработки информации. Правила судейства. Правила техники безопасности	Вести отчетную документацию по утвержденной форме
Вовлечение населения различных возрастных групп в занятия физической культурой и спортом (А/03.4)	Проведение разъяснительной работы о необходимости здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям среди населения различных возрастных групп по месту работы, месту жительства и месту отдыха, а также в образовательных организациях. Изучение передового опыта организации массового спортивного движения.	ОПК-6	Основы организации здорового образа жизни. Способы пропаганды здорового образа жизни. Методики проведения спортивно-оздоровительных мероприятий. Теоретические основы организации массового спорта. Основы спортивно-массовой работы. Методики физического воспитания. Структура и содержание ВФСК ГТО	Изучать и систематизировать информацию по вопросам здорового образа жизни, организации массового спортивного движения Готовить информационные материалы о возможностях и содержании систематических занятий по физическому воспитанию и представлять их при проведении мероприятий по привлечению разных возрастных групп населения в занятия физической культурой. 1.

	Проведение разъяснительной работы среди населения различных возрастных групп по месту работы, месту жительства и месту отдыха, а также в образовательных организациях с целью профилактики травматизма во время занятий физическими упражнениями. Проведение по месту работы, месту жительства и месту отдыха, а также в образовательных организациях разъяснительной работы о необходимости использования средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима трудящихся и граждан пожилого возраста с целью стимулирования активного долголетия. Организация выполнения населением норм всероссийского физкультурно-спортивного комплекса по			

		месту работы, месту жительства и месту отдыха, а также в образовательных организациях.			
	Консультирование по вопросам улучшения физической подготовленности населения различных возрастных групп (А/04.4)	Изучение и обобщение передового опыта в области улучшения физической подготовленности различных возрастных групп населения. Ознакомление родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся, сотрудников образовательных организаций и населения с передовым опытом в области улучшения физической подготовленности населения по месту работы, месту жительства и месту отдыха, а также в образовательных организациях. Проведение консультаций с сотрудниками образовательных организаций и населением по вопросам создания спортивных секций, кружков по месту работы, месту жительства и месту отдыха, а также в образовательных организациях.	ПК-5	Основы организации здорового образа жизни. Теоретические основы организации массового спорта. Методики проведения спортивно-оздоровительных мероприятий. Основы спортивно-массовой работы. Методы консультирования.	Осуществлять коммуникации с населением, родителями (законными представителями) несовершеннолетних обучающихся, иными заинтересованными лицами. Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи. Изучать и систематизировать информацию по вопросам улучшения физической подготовленности населения. Разъяснять в доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений

		Оказание методической помощи в организации деятельности спортивных секций, кружков по месту работы, месту жительства и месту отдыха, а также в образовательных организациях. Проведение консультаций для всех заинтересованных лиц по вопросам обеспечения безопасности во время занятий физическими упражнениями по месту работы, месту жительства и месту отдыха, а также в образовательных организациях.			

В результате освоения ДПП ПП слушатель должен иметь опыт практической деятельности:

– рациональной организации и проведения занятий в соответствии с содержанием действующих программ;

– планирования мероприятий оздоровительной направленности с использованием средств оздоровительной физической культуры;

– использования специальной терминологии, профессиональной речи и жестикуляции в процессе занятий, общения, воспитательной и консультационной работы.

– проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся;

– использования приемов агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой и спортом;

– использования простейших функциональных тестов для оценки состояния здоровья и работоспособности занимающихся;

– планирования и проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий, досуговой деятельности и активного отдыха обучающихся различного пола и возраста с учетом их профессиональной деятельности.

1.6 Нормативная трудоемкость обучения

Нормативная трудоемкость обучения по дополнительной профессиональной программе профессиональной переподготовки 510 часов, включая все виды аудиторной и внеаудиторной (самостоятельной) учебной работы слушателя.

При обучении по индивидуальному учебному плану трудоемкость ДПП ПП составляет не более срока получения дополнительного профессионального образования, установленного для соответствующей формы обучения.

1.7 Форма обучения

Форма обучения – заочная, с частичным отрывом от работы, без отрыва от работы.

1.8 Режим занятий

При любой форме обучения учебная нагрузка устанавливается не более 54 часов в неделю, включая все виды аудиторной и внеаудиторной (самостоятельной) учебной работы слушателя.

1.9 Документ, выдаваемый после завершения обучения

Диплом о профессиональной переподготовке установленного ФГБОУ ВО «УралГУФК» образца, удостоверяющий право на ведение профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта с присвоением квалификации «Инструктор по спорту и физкультурно-оздоровительной работе».

1.10 Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки

В образовательном процессе используются следующие виды учебной деятельности:

– контактная работа слушателей (занятия лекционного типа, практические занятия) с педагогическими работниками университета и(или) лицами, привлекаемыми образовательной организацией к реализации ДПП ПК на иных условиях.

– самостоятельная работа слушателей;

– в иных формах, определяемых образовательной организацией.

Лекции, которые проводятся в рамках очных занятий. Предназначены для обзора теоретического материала и выделения наиболее значимых с точки зрения управления концепций и подходов.

Практические занятия. Проводятся для освоения представленных в ДПП ПП концепций, идей и техник, развития и закрепления навыков их применения в различных ситуациях. Занятия основаны на использовании эффективных методов групповой работы и обмена опытом.

Самостоятельные занятия. Основная форма самостоятельной работы обучающегося – это изучение учебных материалов в соответствии с планом ДПП ПП с целью выполнения слушателем анализа своей рабочей ситуации и выработки предложений по ее улучшению. В помощь для самостоятельной работы слушателям предлагаются электронные материалы для подготовки к занятиям, к текущей и промежуточной аттестации, размещенные на портале электронно-образовательных ресурсов Tandem E-Learning.

С целью формирования и развития профессиональных навыков слушателей в образовательном процессе предусмотрено широкое использование интерактивных форм проведения занятий (деловых и ролевых игр, различного рода тренингов, разборов конкретных ситуаций, круглых столов, дискуссий).

Учебно-методическое, информационное обеспечение ДПП ПП включает в себя полный доступ к библиотечному фонду университета.

Слушатели имеют безлимитный бесплатный доступ к электронным ресурсам на территории университета и общежития.

Реализация ДПП ПП обеспечивается научно-педагогическими кадрами, имеющими, как правило, базовое образование, соответствующее профилю преподаваемой дисциплины, и систематически занимающимися научной и (или) научно-методической деятельностью.

Доля преподавателей, имеющих ученую степень и (или) ученое звание, в общем числе преподавателей, обеспечивающих образовательный процесс по данной программе, составляет не менее 70% преподавателей.

Образовательный процесс по ДПП ПП осуществляется на базе трех учебных корпусов, расположенных на двух земельных участках, располагающихся в двух административных районах города.

Материально-техническая база университета состоит из специально оборудованных кабинетов и аудиторий для проведения теоретических, методических и практических занятий по дисциплинам ДПП ПП, а также компьютерных классов с доступом к сети Интернет, читального зала и аудиторий, оборудованных мультимедийными средствами обучения.

Университет располагает спортивной базой, в которую входят 8 спортивных залов, 3 тренажерных зала, зал бокса, зал борьбы.

2 Содержание дополнительной профессиональной программы пролфессиональной переподготовки

2.1 Календарный учебный график

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Уральский государственный университет физической культуры»
Межотраслевой региональный центр повышения квалификации и профессиональной переподготовки кадров

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по планированию, стандартизации
и цифровизации образовательного процесса
доцент _____ О. А. Клестова
02 июля 2021 г.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

по дополнительной профессиональной программе профессиональной переподготовки «Восточные оздоровительные технологии в системе физической культуры и спорта»
для слушателей группы 01/042-ПП, обучающихся в период с 05 октября 2021 года по 03 июня 2022 года

№ п/п	Дисциплина	Общая трудоемкость в часах	Учебная сессия (1) с 05.10.2021 г. по 03.11.2021 г.		Учебная сессия (2) с 17.01.2022 г. по 12.02.2022 г.		Учебная сессия (3) с 16.05.2022 г. по 02.06.2022 г.		Самостоятельная работа	Форма контроля
			лекции	практические занятия	лекции	практические занятия	лекции	практические занятия		
1	Анатомия человека	26	18	–	–	–	–	–	8	Экзамен (1)
2	Возрастная физиология	26	14	4	–	–	–	–	8	Экзамен (1)
3	Биохимия человека	16	–	–	4	–	8	–	4	Зачет (3)
4	Психолого-педагогические основы физической культуры и спорта	26	12	8	–	–	–	–	6	Экзамен (1)
5	Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности	14	–	–	4	4	–	–	6	Зачет (2)
6	Основы медицинских знаний	8	–	–	–	–	6	–	2	Зачет (3)
7	Теория и методика физической культуры и спорта	36	8	6	6	–	–	–	16	Экзамен (2)
8	Спортивная метрология	6	–	–	6	–	–	–	–	Зачет (2)
9	Основы здорового образа жизни	20	–	–	8	6	–	–	6	Экзамен (2)
10	Психология здоровья	16	–	–	10	–	–	–	6	Зачет (2)
11	Теория и методика обучения базовым видам спорта	20	4	6	–	–	–	–	10	Зачет (1)
12	Теория и методика ушу	40	–	–	6	10	4	10	10	Экзамен (3)
13	Физкультурно-оздоровительные технологии	84	12	22	12	10	2	6	20	Экзамен (3)
14	Оздоровительная гимнастика цигун	44	6	10	4	10	–	–	14	Зачет (2)
15	Оздоровительная гимнастика с элементами хатха-йоги	44	8	8	8	10	–	–	10	Зачет (2)
16	Тайские методы оздоровления	32	–	–	6	8	6	10	2	Зачет (3)
17	Восстановительные методы в физкультурно-оздоровительной деятельности	20	–	–	4	8	–	–	8	Зачет (2)
18	Основы диетологии	14	–	–	–	–	8	–	6	Зачет (3)
19	Организация физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий	8	–	–	–	–	6	–	2	Зачет (3)
20	Спортивно-оздоровительный мониторинг	10	4	4	–	–	–	–	2	Зачет (1)
	Всего часов	510	86	68	78	66	40	26	146	
	Итоговая аттестация									Защита выпускной аттестационной работы 03.06.2021

Директор МРЦПК и ППК В.Я. Ботнер

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Уральский государственный университет физической культуры»

Межотраслевой региональный центр повышения квалификации и профессиональной переподготовки кадров

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки
«Восточные оздоровительныеи технологии в системе физической культуры и спорта»

№ п/п	Наименование учебных дисциплин (разделов, модулей), тем	Трудоемкость всего в часах	Трудоемкость по видам работ в часах:				Форма контроля (по учебно-экзаменационным сессиям)		Распределение аудиторных занятий по учебно-экзаменационным сессиям в часах					
			аудиторные занятия:			самостоятельная работа			1		2		3	
			всего	лекции	практические занятия		зачет	экзамен	лекции	практические занятия	лекции	практические занятия	лекции	практические занятия
1	Анатомия человека	26	18	18	-	8	-	1	18	-	-	-	-	-
2	Возрастная физиология	26	18	14	4	8	-	1	14	4	-	-	-	-
3	Биохимия человека	16	12	12	-	4		3	-	-	4	-	8	-
4	Психолого-педагогические основы физической культуры и спорта	26	20	12	8	6	-	1	12	8	-	-	-	-
5	Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности	14	8	4	4	6	2	-	-	-	4	4	-	-
6	Основы медицинских знаний	8	6	6	-	2	3	-	-		-	-	6	-
7	Теория и методика физической культуры и спорта	36	20	14	6	16	-	2	8	6	6	-	-	-
8	Основы здорового образа жизни	20	14	8	6	6	-	2	-	-	8	6	-	-
9	Психология здоровья	16	10	10	-	6	2	-	-	-	10	-	-	-
10	Спортивная метрология	6	6	6	-	-	2	-	-	-	6	-	-	-
11	Теория и методика обучения базовым видам спорта	20	10	4	6	10	1	-	4	6	-	-	-	-

№ п/п	Наименование учебных дисциплин (разделов, модулей), тем	Трудоемкость всего в часах	Трудоемкость по видам работ в часах:				Форма контроля (по учебно-экзаменационным сессиям)		Распределение аудиторных занятий по учебно-экзаменационным сессиям в часах					
			аудиторные занятия:			самостоятельная работа			1		2		3	
			всего	лекции	практические занятия		зачет	экзамен	лекции	практические занятия	лекции	практические занятия	лекции	практические занятия
12	Теория и методика ушу	40	30	10	20	10	-	3	-	-	6	10	4	10
13	Физкультурно-оздоровительные технологии	84	64	26	38	20	-	3	12	22	12	10	2	6
14	Оздоровительная гимнастика цигун	44	30	10	20	14	2	-	6	10	4	10	-	-
15	Оздоровительная гимнастика с элементами хатха-йоги	44	34	16	18	10	2	-	8	8	8	10	-	-
16	Тайские методы оздоровления	32	30	12	18	2	3	-	-	-	6	8	6	10
17	Восстановительные методы в физкультурно-оздоровительной деятельности	20	12	4	8	8	2	-	-	-	4	8	-	-
18	Основы диетологии	14	8	8	-	6	3		-	-	-	-	8	-
19	Организация физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий	8	6	6	-	2	3	-	-	-	-	-	6	-
20	Спортивно-оздоровительный мониторинг	10	8	4	4	2	1	-	4	4	-	-	-	-
	ИТОГО	**510**	**362**	**204**	**160**	**146**	**13**	**7**	**86**	**68**	**78**	**66**	**40**	**26**
		Количество аудиторных часов по сессиям							**154**		**144**		**66**	
		Количество зачетов							**2**		**6**		**5**	
		Количество экзаменов							**3**		**2**		**2**	
	Итоговая аттестация	Выпускная аттестационная работа												

2.3 Дисциплинарное содержание дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки

Наименование дисциплины	Краткое содержание дисциплины	Формируемые компетенции
Анатомия человека	Введение в функциональную анатомию: предмет и задачи анатомии, учение о тканях. Функциональная анатомия опорно-двигательного аппарата: костная система, мышечная система. Функциональна анатомия внутренних органов: пищеварительная система, дыхательная система, мочеполовая система. Функциональная анатомия сердечно-сосудистой системы: сердце, куги кровообращения, артериальная система, венозная и лимфатическая системы, органы иммуногенеза. Функциональная анатомия нервной системы: центральная нервная система, периферическая нервная система. Функциональная анатомия органов чувств и желез внутренней секреции.	ОПК - 1
Возрастная физиология	Общие закономерности индивидуального развития. Возратсные особенности нервной деятельности и высшей нервной деятельности. Развитие сенсорных систем в онтогенезе. Гуморальная регуляция организма в онтогенезе. Возрастные особенности системы крови и кровообращения. Возрастные особенности дыхательной системы. Возрастные особенности пищеварительной системы. Развитие опорно-двигательного аппарата в онтогенезе	ОПК - 1
Биохимия человека	Общая биохимия: ферменты. Витамины. Гормоны. Обменные процессы: обмен веществ и энергии в живых организмах. Биологическое окисление. Обмен углеводов. Обмен белков.	ОПК - 1
Психолого-педагогические основы физической культуры и спорта	Психолого-педагогическая работа с чертами характера и акцентуированным поведением обучающихся. Эмоции и чувства. Психологические защиты обучаемых коллектива физической культуры. Репрезентативные системы обучаемых коллектива физической культуры. Методы активного социально-психологического обучения занимающихся в коллективе физической культуры.. Основы педагогики физической культуры: Проблемы и задачи педагогики физической культуры. Педагогика физической культуры и спорта как самостоятельная отрасль педагогических знаний. Основные дидактические подходы в педагогике физической культуры. Специфика деятельности и требования кличности специалиста в области физической культуры и спорта:	ОПК - 1

	Профессионально-педагогическая компетентность специалиста физической культуры и спорта. Воспитательный потенциал физкультурно-спортивной деятельности	
Гигиенические основы физкультурно-сопртивной деятельности	Социальное значение гигиенических мероприятий. Гигиена питания. Гигиенические требования к спортивным сооружениям. Гигиена физического воспитания детей и подростков. Особенности гигиенического обеспечения занятий физическими упражнениями лиц среднего и пожилого возраста (суточный режим, двигательная активность, питание, закаливание, восстановление). Гигиеническая характеристика основных форм занятий физическими упражнениями.	ПК-2
Теория и методика физической культуры и спорта	Основы теории и методики физической культуры: физическая культура и ее специфическое содержание. Средства физического воспитания. Эффекты и компоненты нагрузки. Методы физического воспитания. Принципы физического воспитания. Теоретико-методические основы обучения и воспитания в процессе физического воспитания: Теория и технология обучения двигательным действиям. Теория и технология развивающего воздействия на физические качества индивида. Воспитание силовых способностей. Воспитание скоростных способностей Воспитание скоростно-силовых способностей. Воспитание выносливости. Воспитание двигательно-координационных способностей. Развитие гибкости. Формирование правильной осанки и телосложения. Связь различных видов воспитания в процессе физического воспитания. Основы планирования и контроля процесса физического воспитания: формы построения занятий в физическом воспитании. Планирование и контроль в физическом воспитании	ОПК-1 ПК-4
Основы здорового образа жизни	Здоровый образ жизни (ЗОЖ) и его роль в сохранении здоровья населения. Современные аспекты организации занятий физической культурой. Принципы закаливания. Питание как фактор, формирующий здоровье. Личная гигиена и ее значение в сохранении здоровья населения. Роль гигиенического воспитания в формировании ЗОЖ.	ОПК-6
Психология здоровья	Основы психического здоровья: образ жизни и здоровье, самооценка и здоровье. Натура человека и здоровье: темперамент и здоровье. Инстинкты в жизни человека. Эмоции и здоровье. Основы психогигиены: ценности и здоровье. Психологические защиты и здоровье. Духовность и	ОПК-6

	здоровье	
Основы медицинских знаний	Первая доврачебная помощь. Помощь при травмах и повреждениях	ОПК-7
Спортивная метрология	Теоретические основы спортивной метрологии. Основы теории измерений. Прикладные аспекты методов статистической обработки и анализа материалов комплексного контроля и область их применения	ОПК-9
Теория и методика обучения базовым видам спорта	Гимнастическая терминология. Гимнастика в системе физического воспитания и спортивной деятельности. Основные средства гимнастики и методика обучения упражнениям. Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения. Прикладные упражнения. Акробатические упражнения. Методика обучения гимнастическим упражнениям. Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике.	ОПК-3
Теория и методика ушу	История зарождения и формирования ушу. Классификация современного ушу. Методические рекомендации по обучению ушу направления Чанцюань, Основные стойки ушу, Систематизация китайских боевых искусств, Организация китайского ушу на востоке и западе, Многообразие стилей китайского ушу, структура ушу, Классификация стилей ушу, Ба-Дуань-Цзинь (Восемь отрезков парчи), Внутренние стили китайского ушу, Факторы, обусловившие разнообразие боевых искусств Востока, Школы боевых искусств на дальнем Востоке, Преемственность традиции боевых искусств Востока	ОПК-7 ПК-1 ПК-4
Физкультурно-оздоровительные технологии	Древние и современные методы оздоровления: Философия оздоровления по системе Ниши. Система оздоровления по методу М. Норбекова. Холистический массаж. Гимнастика гермеса. Восточные методы психофизического совершенствования. Показания и противопоказания использования технологий. Общая характеристика японского массажа «юмейхо»	ОПК-7 ПК-1 ПК-4 ПК-5
Оздоровительная гимнастика цигун	Краткая характеристика основных оздоровительных технологий мира. Место цигун в оздоровительных технологиях. Базовые законы системы цигун. Концепция Инь-Ян Концепция У-син Понятие билогически активных точек и Дань тяней Понятие Юань	ОПК-7 ПК-1 ПК-4 ПК-5
Оздоровительная гимнастика с элементами хатха-йоги	Определение базовых понятий гимнастики с элементами хатха-йоги. Разминка. Суставная гимнастика. Асаны. Сознание, внимание и психологические аспекты практики. Дыхательные техники. Пранаяма - искусство дыхания. Понятие о релаксации. Релаксация (мышечная, психическая и	ОПК-7 ПК-1 ПК-4 ПК-5

	ментальная). Оздоровительные комплексы с элементами хатха-йоги.	
Тайские методы оздоровления	Аспекты и принципы восточных видов массажа. Современные аспекты телесно-ориентированных технологий. Философские аспекты восточных комплексных телесно-ориентированных технологий .Современные аспекты тайского массажа. Общепедагогические принципы в восточных видах массажа. Методы физического воспитания в системе восточного тайского массажа. Технические принципы построения восточного тайского массажа. Особенности исполнения и индивидуальный подход. Последовательность проведения массажа, временные характеристики. Противопоказания	ПК-1 ПК-4
Восстановительные методы в физкультурно-оздоровительной деятельности	Теоретические основы восстановительных методов и определение основных понятий. Классификация основных методов восстанов-ления в физкультурно-оздоровительной работе. Дыхательные методы. Методы телесного воздей-ствия для восстановления психофизического и функционального состояния организма восста-новления и их особенности. Гигиенические требования к проведению восстановительных методов	ПК-1
Основы диетологии	Базовое питание человека. Процессы питания и пищеварение. Диеты и их разновидности. Потребность организма в белке и энергии. Использование углеводов, липидов, минеральных веществ, витаминов. Особенности питания и использования БАД на разных этапах жизни. Питание и его оценка. Особенности питания и использования БАД для оздоровления организма	ОПК-6
Организация физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий	Общие положения о физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятиях. Организация и методика подготовки массовых спортивно-художественных представлений. Организация физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий	ПК-3
Спортивно-оздоровительный мониторинг	Понятие о спортивно-оздоровительном мониторинге: организация, цели, задачи. Влияние на состояние здоровья циклических физических упражнений. Задачи психического состояния здоровья. Мониторинг соматического состояния здоровья.	ОПК-9

3 Результаты освоения дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки

№ п/п	Наименование учебных дисциплин	Освоенные компетенции	Должен знать	Должен уметь	Практический опыт
1	Анатомия человека	ОПК-1	– анатомо-морфологические особенности человека, а именно: строение костной ткани, классификацию и функцию костей; строение, классификацию и функцию суставов; строение отделов скелета и отдельных костей; виды соединения костей скелета, строение отдельных суставов; функцию скелетных мышц, начало и место прикрепления мышц; особенности кровоснабжения отдельных органов и систем; круги кровообращения; отделы нервной системы и особенности их строения; строение и функцию органов чувств и желез внутренней секреции; – характер влияния физкультурно-оздоровительной деятельности на организм человека с учетом пола и возраста	– находить на поверхности тела человека проекции основных анатомических образований опорно-двигательного аппарата, внутренних органов, сердца, сосудов и нервов; – оценивать функциональное состояние отдельных систем организма у лиц, занимающихся физической культурой	– навыками анатомического анализа положений и движений тела спортсмена и деятельности систем, обеспечивающих эти движения.

2	Возрастная физиология	ОПК-1	– возрастные особенности строения, функции и медико-биологические особенности организма, занимающихся физической культурой; – санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физиологии движений; психологические и возрастные особенности занимающихся с установкой на восстановление;	– определять функциональное состояние, физическое развитие и уровень подготовленности занимающихся в различные периоды возрастного развития; – различать основные принципы регуляции физиологических функций; – разрабатывать программы конкретных физкультурно-оздоровительных занятий; реализовывать программы оздоровительной тренировки для различных контингентов занимающихся, включая в себя вопросы питания, технологии управления массой тела, регуляцию психического состояния, учитывая морфофункциональные, психологические и возрастные особенности занимающихся с установкой на восстановление; – оценивать физические способности и функциональное состояние обучающихся, адекватно	– современными методиками по определению антропометрических, физических и психологических параметров индивида

				выбирать средства и методы двигательной деятельности для коррекции состояния занимающихся с учетом их индивидуальных особенностей; – подбирать необходимый методический материал при организации занятий, направленных на сохранение здоровья занимающихся, анализировать особенности контингента	
3	Биохимия человека	ОПК-1	– основы энергетических процессов, протекающих в организме (тканевое дыхание и окислительное фосфорилирование); – обмен углеводов, связанный с использованием их в качестве источников энергии для организма; – обмен липидов, связанный с использованием их в качестве источников энергии для организма; – обмен белков и аминокислот.	– использовать полученные знания для подбора наиболее эффективных средств и методов рационализации тренировочного процесса; – использовать полученные знания для правильного подбора и использования средств, ускоряющих восстановление после мышечной работы.	– химической и биохимической терминологией; – основными методами и рациональными приемами сбора, обработки и представления научной информации.
4	Психолого-педагогические основы физической культуры и спорта	ОПК-1	– классификации эмоций; классификации типов характера; – классификации	– использовать методы педагогической и психологической диагностики, изучать	– способами установления контактов и поддержания эффективного взаимодействия со всеми

			репрезентативных систем; теоретических основ работы с юмором в физкультурной деятельности; – классификации психологических защит; – принципы диагностики и интерпретации результатов психологического тестирования; – методы психологического воздействия на собеседника, методов активного социально-психологического обучения; – историю развития педагогической мысли, актуальные дидактические технологии, методы педагогического контроля и контроля качества обучения; – способы взаимодействия педагога с различными субъектами образовательного процесса; – цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры.	коллектив и индивидуальные особенности воспитанников; – корректировать черты характера и определять направление психологической работы с акцентуированным поведением обучающихся; – критически оценивать и корректировать собственную профессиональную деятельность в зависимости от полученных результатов; – осуществлять диагностику и интерпретацию на основе психологического тестирования; осуществлять выбор наиболее подходящих техник регуляции состояний; – диагностировать основной тип характера и тип репрезентативный системы методом наблюдения, калибровки; – эффективно взаимодействовать со всеми субъектами образовательного процесса; применять конструктивные методы психологического воздействия на партнера; – подбирать	субъектами образовательного процесса в сфере физической культуры в условиях поликультурной среды; – конкретными методиками психолого-педагогической диагностики; владение техниками коррекции черт характера воспитанников; – приемами эффективного общения; – некоторыми техниками регуляции состояний обучающихся, саморегуляции. – аспектами самосовершенствования на основе научного представления о здоровом образе жизни. – различными средствами коммуникации в профессионально деятельности; способами установления контактов и поддержания взаимодействия с субъектами деятельности в сфере физической

				соответствующие формы активного социально-психологического обучения в процессе физкультурно-оздоровительной деятельности. – использовать в профессиональной деятельности актуальные приемы обучения и воспитания, разнообразные формы занятий с учетом возрастных, морфофункциональных и психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и спортивной подготовленности;	культуры и спорта в условиях поликультурной среды; способами совершенствования профессиональных знаний и умений путем использования возможностей информационной среды учреждения, области, региона, страны.
5	Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности	ОПК-1	- основные положения общей гигиены и гигиены физической культуры и спорта; - санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта; - гигиенические требования к устройству основных спортивно-оздоровительных сооружений и оборудования; - гигиеническое обеспечение	- формулировать конкретные задачи гигиены физической культуры и спорта в физическом воспитании различных групп населения; - оценивать с гигиенических позиций условия в местах проведения занятий физической культуры, тренировок и соревнований; - давать гигиеническую оценку питания заниимающихся физической	- методами оценки общих гигиенических требований к спортивной одежде и обуви, к спортивному инвентарю, оборудованию и напольным покрытиям. -методами гигиенического нормирования физических нагрузок при занятиях физической культурой.

			физического воспитания детей и подростков; - гигиеническое обеспечение занятий оздоровительной физической культуры; - требования личной гигиены; - гигиенические требования к использованию факторов внешней среды; - основы закаливания; - основы рационального питания.	культурой разного возраста; - проводить оздоровительные мероприятия с учетом гигиенических требований	
6	Основы медицинских знаний	ОПК-7	– нормы параметров функционального состояния человека; – показания к проведению сердечно – легочной реанимации; – признаки травматического шока, переломов костей, вывихов, различных степеней термических поражений организма, утоплений, отравлений, неотложных состояний; – факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; - специфику спортивной	– оценивать функциональное состояние организма и отмечать патологические отклонения; – оказывать первую доврачебную помощь пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий; – использовать накопленные знания для навыков соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма;	– методами оценки функционального состояния человека и применять их в практической деятельности; – практическими навыками оказания первой доврачебной помощи пострадавшим. – методикой сердечно-легочной реанимации.

			травмы		
7	Теория и методика физической культуры	ОПК-1 ПК-4	– социальную сущность, структуру и функции физической культуры; – цели и задачи функционирования системы физической культуры; – общие принципы формирования физической культуры личности; – основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры; – особенности содержания, методики подбора и использования физических упражнений и других средств при решении педагогических задач; – методику обучения двигательным действиям, развития физических и других способностей и воспитания личности в процессе занятий физическими упражнениями; – формы построения занятий в различных видах физической культуры; – организационные основы занятий физическими	– приобщать людей различного возраста к широкому кругу физкультурно-образовательных знаний и формировать у них эмоционально-положительное отношение к занятиям физической культурой; – формулировать образовательные, воспитательные, оздоровительные, спортивные, реабилитационные, рекреационные задачи и подбирать соответствующие средства и методы их решения, дозировать и регулировать физическую нагрузку; – организовывать учебно-воспитательный процесс и своевременно вносить в него соответствующие коррективы;	– способами нормирования и контроля тренировочных и оздоровительных нагрузок в избранном виде физкультурно-спортивной деятельности; – способами совершенствования профессиональных знаний и умений путем использования возможностей информационной среды учреждения, региона, области, страны; – методами и средствами сбора, обобщения и использования информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта; – владеть методикой проведения разнообразных занятий в сфере физической культуры с различными контингентами населения.

			упражнениями; – особенности направленного использования многообразных форм физической культуры в разные периоды жизни человека; – проблемы внедрения физической культуры в жизнь различных контингентов населения и перспективы её дальнейшего развития. цель, задачи, основные направления двигательной рекреации с различными группами населения		
8	Спортивная метрология	ОПК-9	- методы определния точности измерений; - основы теории оценок и норм; - виды спортивного контроля	- определить функционального состояние, физическое развитие и уровень подготовленности занимающихся в различные периоды возрастного развития; - и нтерпетировать основные методы статической обработки данных исследования	- основными методами статистической обработки полученных данных в ходе исследования
9	Основы здорового образа жизни	ОПК-6	– подходы к формированию ЗОЖ; – средства самостоятельного,	– использовать средства самостоятельного, методически правильного	– средствами самостоятельного, методически правильного

			методически правильного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья, к достижению должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, формированию навыков ЗОЖ; – основные составляющие ЗОЖ; – основные факторы и условия, обеспечивающие укрепления здоровья; – рациональную организацию режима жизнедеятельности;	использования методов физического воспитания и укрепления здоровья и физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, – использовать оздоровительные мероприятия для формирования и укрепления собственного здоровья; – рационально строить свой образ жизни;	использования методов физического воспитания и укрепления здоровья, и должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, – методиками диагностирования состояния здоровья; – умениями оздоровительной работы с конкретной системой организма человека.
10	Психология здоровья	ОПК-6	- как использовать средства физической культуры для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста; - основы формирования осознанного отношения	- формировать осознанное отношение различных групп населения к физкультурно-оздоровительной деятельности; - подбирать средства и методы для реализации здорового образа жизни	- технологией формирования осознанного отношения различных групп населения к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентации и установки ведения здорового образа жизни;

			различных групп населения к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентаций и установки здорового образа жизни; - подходы к пропаганде и обучению навыкам здорового образа жизни; - основные факторы, обеспечивающие качество психического здоровья		- методиками регуляции состояния и поведения
11	Теория и методика обучения базовым видам спорта	ОПК-7	- значение и виды гимнастики, как базового вида спорта. - терминологию гимнастики, средства и возможности их применения в физкультурно-оздоровительной деятельности. - основы обучения гимнастическим упражнениям, способы рационального размещения занимающихся для выполнения гимнастических упражнений, основы техники ходьбы.	- применять методы организации учебной деятельности на занятиях по гимнастике. Показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в гимнастике. Использовать средства гимнастики для формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств. Пользоваться на занятиях спортивным инвентарем и контрольно-измерительными приборами. Организовывать (строить, перестраивать, размещать, перемещать и т.п.) группу	- методами, средствами, методическими приемами при проведении занятий по гимнастике.

				занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения любых гимнастических упражнений. Оценивать качество выполнения упражнений.	
12	Теория и методика ушу	ОПК-7 ПК-1 ПК-4	– понятийный аппарат курса; – основы организации самостоятельных занятий ушу; – средства и методы занятий ушу; –правила соревнований и методику судейства в ушу.	– выполнять и анализировать технические приёмы в избранном виде спорта; – составлять комплексы упражнений для развития физических качеств, для обучения элементам техники, совершенствования элементов техники ушу. – проводить разминку, комплексы упражнений для занятий ушу	– разнообразными средствами и методами для развития общих и специальных физических качеств занимающихся ушу; – методикой обучения техническим приёмам ушу, методикой предупреждения, выявления и исправления ошибок в технике. – методикой судейства и его организацией при проведении соревнований по ушу; – методами самоконтроля.
13	Физкультурно-оздоровительные технологии	ОПК-7 ПК-1 ПК-4 ПК-5	— понятийный аппарат курса; — общую характеристику каждого метода телесно-ориентированных технологий, принципы работы и специфические	— проводить практические приемы физкультурно-оздоровительных технологий; — проводить сочетание различных методов телесного воздействия с	– современными технологиями физкультурно-оздоровительной деятельности; – способами

			особенности приемов; — основы, содержание, структуру в телесных практиках; — противопоказания, терапевтический эффект и технику выполнения массажа; — медико-биологические и психические факторы в избранном виде физкультурно-оздоровительной деятельности.	учетом индивидуальных и личностных особенностей занимающихся; — организовывать индивидуальные и групповые занятия по телесно-ориентированным технологиям с соблюдением методических, педагогических и психологических принципов; — учитывать в педагогическом взаимодействии возрастные особенности занимающихся, общие и специфические закономерности и особенности развития личности.	пропаганды важности ведения здорового образа жизни в целях сохранения здоровья и долголетия; – методикой объяснения техники выполнения приемов, с учетом противопоказаний к практике и индивидуальных особенностей; – знаниями теории выполнения массажа, терапевтического эффекта и воздействия на психофизиологическое состояние пациента; – способами ориентации в медико-педагогичеких и гигиенических источниках информации (журналах, сайтах, образовательных порталах); – способами предупреждения утраты здоровья, девиантного поведения и правонарушений. –

14	Оздоровительная гимнастика цигун	ОПК -7 ПК-1 ПК-4 ПК-5	- понятийный аппарат курса; - средства и методы цигун; - противопоказания, терапевтический эффект и технику выполнения упражнений цигун. - способы применения цигун в физическом воспитании, спортивной тренировке и оздоровительной физической культуре; - медико-биологические и психические факторы в физкультурно-оздоровительной деятельности; - ценностные основы профессиональной деятельности в области цигун - технику выполнения физических упражнений, принципы исполнения упражнений цигун в разные возрастные периоды с учетом групп здоровья и индивидуальных особенностей. –	- использовать средства и методы цигун в физическом воспитании, спортивной тренировке и оздоровительной физической культуре; - правильно и своевременно объяснить занимающимся противопоказания, терапевтический эффект и технику выполнения оздоровительных упражнений цигун;	- современными технологиями физкультурно-оздоровительной деятельности; - способами пропаганды важности ведения здорового образа жизни в целях сохранения здоровья и долголетия; упражнений цигун - методикой объяснения техники выполнения упражнений цигун , с учетом противопоказаний к практике и индивидуальных особенностей; - знаниями теории выполнения подготовительных и основных упражнений; их терапевтического эффекта и воздействия на психофизиологическое состояние практикующего; – техникой выполнения, осуществлять индивидуальный показ отдельных упражнений;

					их терапевтического эффекта и воздействия на психофизиологическое состояние практикующего.
15	Оздоровительная гимнастика с элементами хатха-йоги	ОПК-7 ПК-1 ПК-4 ПК-5	– понятийный аппарат курса; – общую характеристику метода хатха-йоги, принципы, методику работы и специфические особенности практических занятий; – основы, содержание, структуру оздоровительной гимнастики с элементами хатха-йоги; – противопоказания, терапевтический эффект и технику выполнения гимнастики; – медико-биологические и психические факторы в данной физкультурно-оздоровительной деятельности; – технику выполнения физических упражнений (асан) и терапевтического дыхания (пранаям), принципы исполнения	– проводить практические занятия оздоровительной гимнастики с элементами хатха-йоги; – проводить сочетание различных методов хатха-йоги (физических, дыхательных, релаксирующих) с учетом индивидуальных и личностных особенностей занимающихся; – организовывать индивидуальные и групповые занятия с соблюдением методических, педагогических и психологических принципов; – учитывать в педагогическом взаимодействии возрастные особенности занимающихся, общие и специфические закономерности и особенности развития личности; – правильно и своевременно	– современными технологиями физкультурно-оздоровительной деятельности; – способами пропаганды важности ведения здорового образа жизни в целях сохранения здоровья и долголетия; – методикой объяснения техники выполнения асан и пранаям, с учетом противопоказаний к практике и индивидуальных особенностей; – знаниями теории выполнения подготовительных и основных упражнений (асан), пранаям (терапевтического дыхания), правилами построения комплексов;

			терапевтических комплексов в разные возрастные периоды с учетом групп здоровья и индивидуальных особенностей.	объяснить занимающимся противопоказания, терапевтический эффект и технику выполнения комплексов упражнений хатха-йоги; – использовать подготовительные упражнения и вспомогательные приспособления с учетом индивидуальных особенностей занимающихся.	их терапевтического эффекта и воздействия на психофизиологическое состояние практикующего; – техникой выполнения, осуществлять индивидуальный показ отдельных упражнений (асан), дыхательных техник (пранаям), связок и исполнение целостного комплекса с учетом правил построения комплексов; их терапевтического эффекта и воздействия на психофизиологическое состояние практикующего; – способами предупреждения утраты здоровья, девиантного поведения и правонарушений.
16	Тайские методы оздоровления	ПК-1 ПК-4	– понятийный аппарат курса; – общую характеристику каждого метода оздоровительной	– проводить практические приемы оздоровительной физической культуры; – проводить сочетание	– современными технологиями оздоровительной физической культуры; – способами пропаганды важности ведения

			физической культуры, принципы работы и специфические особенности приемов; – основы, содержание, структуру в оздоровительной физической культуре; – противопоказания, терапевтический эффект и технику выполнения; – медико-биологические и психические факторы в оздоровительной физической культуре;	различных методов воздействия с учетом индивидуальных и личностных особенностей занимающихся; – организовывать индивидуальные и групповые занятия с соблюдением методических, педагогических и психологических принципов; – учитывать в педагогическом взаимодействии возрастные особенности занимающихся, общие и специфические закономерности и особенности развития личности.	здорового образа жизни в целях сохранения здоровья и долголетия; – методикой объяснения техники выполнения упражнений, с учетом противопоказаний и индивидуальных особенностей; – знаниями теории выполнения упражнений, терапевтического эффекта и воздействия на психофизиологическое состояние занимающихся; – способами ориентации в медико-педагогичеких и гигиенических источниках информации (журналах, сайтах, образовательных порталах); – способами предупреждения утраты здоровья, девиантного поведения и правонарушений.
17	Восстановительные методы в физкультурно-оздоровительной деятельности	ПК-1	— понятийный аппарат курса; — общую характеристику каждого восстановительного метода, принципы работы и	– проводить практические приемы йогического массажа «Глубинное касание», японского массажа «Буидо»;	— современными технологиями физкультурно-оздоровительной деятельности;

			специфические особенности приемов; — основы, содержание, структуру в телесных практиках; — противопоказания, терапевтический эффект и технику выполнения методов; — медико-биологические и психические факторы в избранном виде физкультурно-оздоровительной деятельности;	– проводить сочетание различных методов телесного воздействия с учетом индивидуальных и личностных особенностей занимающихся; – организовывать индивидуальные и групповые занятия по восстановительным методам с соблюдением методических, педагогических и психологических принципов; – учитывать в педагогическом взаимодействии возрастные особенности занимающихся, общие и специфические закономерности и особенности развития личности.	— способами пропаганды важности ведения здорового образа жизни в целях сохранения здоровья и долголетия; — методикой объяснения техники выполнения методов, с учетом противопоказаний к практике и индивидуальных особенностей; — знаниями теории выполнения техники, терапевтического эффекта и воздействия на психофизиологическое состояние занимающегося; — способами ориентации в медико-педагогичеких и гигиенических источниках информации (журналах, сайтах, образовательных порталах); — способами предупреждения утраты здоровья, девиантного поведения и правонарушений.

18	Основы диетологии	ОПК-6	– теорию физкультурно-оздоровительной деятельности как основу ориентации в профессиональной деятельности –медико-биологические и психологические основы и технологии соответствующие виду профессиональной деятельности – санитарно-гигиенические основы диетологической деятельности в сфере физической культуры и спорта – основные типы биологически активных добавок (БАД), которые могут использоваться для коррекции питания в профессиональной деятельности;	– планировать различные диетологические технологии с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических, психолого-педагогических основ физкультурно-спортивной деятельности, климатических, региональных, национальных особенностей в целях совершенствования спортивной работоспособности, укрепления и поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся; – использовать различные макро - и микронутриенты пищи, биологически активные добавки (БАД) для коррекции профессионального рациона	– химической, биохимической, диетологической терминологией; – методами расчета энергетические затраты и составлять рационы питания с учетом принципов теории сбалансированного питания, специфики профессиональной деятельности; – медико-биологического контроля состояния занимающегося профессиональной деятельностью
19	Организация физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий	ПК-3	- истоки становления и этапы развития физкультурно-спортивных и зрелищных мероприятий; - основные нормативные документы, регламентирующие физкультурно-спортивную	- использовать в своей деятельности профессиональную лексику; - планировать и проводить массовые физкультурно-спортивные, зрелищные и досуговые мероприятия и соревнования по видам	- навыками совмещения физкультурно-оздорровительных и спортивно-массовых мероприятий; - навыками убеждения в необходимости применения

			деятельность; - особенности планирования и методики проведения спортивно-зрелищных мероприятий и соревнований среди различных групп населения.	спорта; - осуществлять методическое обеспечение по организации и проведению массовых физкультурно-спортивных, зрелищных и досуговых мероприятий; - оформлять сметно-финансовую и отчетную документации, обеспечивающие организацию и проведение спортивно-зрелищных мероприятий.	физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий как основного средства физической культуры
20	Спортивно-оздоровительный мониторинг	ОПК-9	- основные методы организации спортивно-оздоровительного мониторинга и его проведения - нормативные величины здоровья - основные принципы организации спортивно-оздоровительного мониторинга у лиц разного пола, возраста и состояния здоровья	- измерять основные морфофункциональные параметры состояния здоровья в покое и вразличных состояниях организма -анализировать полученную информацию и делать выводы о состоянии здоровья - прогнозировать динамику изменения состояния здоровья	- методами контроля и самоконтроля для оценки состояния здоровья при занятии физической культурой - навыками контроля за состоянием различных фунцкиональных систем организма в зависимости вида физической культуры, возратса и состояния здоровья - навыками анализа состояния здоровья при занятии физической культурой

4 Оценка качества освоения дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки

Контроль качества освоения ДПП ПП включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную аттестацию и итоговую аттестацию слушателей.

4.1 Текущая контроль успеваемости

Текущий контроль успеваемости слушателей проводится на протяжении обучения по всем дисциплинам учебного плана ДПП ПП (проверка усвоения учебного материала, контроль самостоятельной работы слушателей, тестирование).

Содержание материала контроля и форма его проведения определяется самостоятельно преподавателем, ответственным за реализацию учебной дисциплины с учетом особенностей контингента слушателей, уровня их знаний, содержания учебного материала, используемых образовательных технологий.

Текущий контроль успеваемости предназначен для проверки качества усвоения учебного материала, стимулирования познавательной активности и активизации самостоятельной работы слушателей.

Преподаватель, осуществляющий текущий контроль успеваемости, на первых занятиях доводит до сведения слушателей информацию о формах и условиях проведения текущего контроля успеваемости по дисциплине, знакомит слушателей с критериями оценивания.

Итоги текущего контроля успеваемости подводятся до начала промежуточной аттестации по дисциплине ДПП ПП.

4.2 Промежуточная аттестация

Промежуточная аттестация имеет целью определить степень достижения запланированных результатов обучения по каждой дисциплине за определенный период обучения и проводится обычно в форме экзаменов, зачетов.

Форма промежуточной аттестации устанавливается учебным планом ДПП ПП.

Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации слушателей по учебной дисциплине ДПП ПП входят в рабочую программу дисциплины.

Промежуточная аттестация может проводиться по результатам текущего контроля.

4.3 Итоговая аттестация

Итоговая аттестация слушателей представляет собой форму оценки степени и уровня освоения обучающимися ДПП ПП.

Итоговая аттестация является обязательной для слушателей, завершающих обучение по ДПП ПП.

Цель итоговой аттестации: установление соответствия уровня и качества подготовки слушателя, завершившего обучение по программе профессиональной переподготовки «Восточные оздоровительные технологии в системе физической культуры и спорта» требованиям профессионального стандарта «Инструктор-методист», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 08 сентября 2014 г. № 630н,, Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (уровень - бакалавриат), утвержденному приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 сентября 2017 г. № 940, а так же оценка готовности его к самостоятельной трудовой деятельности в области физической культуры и спорта.

Задачи итоговой аттестации:

1 Установление уровня подготовки слушателя к выполнению профессиональных задач в соответствии с современными требованиями Российского законодательства в области физической культуры и спорта.

2 Подготовка слушателей, владеющих системой современных научных знаний о закономерностях процессов обучения и физического воспитания, формах и методах организации, планирования и управления физкультурно-оздоровительной работой с населением.

3 Расширение творческого потенциала инструктора с учетом современных подходов к вопросам реализации физкультурно-оздоровительной работы и обобщения современного опыта практической деятельности в области физической культуры и спорта.

4 Оценка способности слушателя внедрять в практику достижения отечественных и зарубежных специалистов, стимулировать к собственным инновационным разработкам, создание на этой основе предпосылок к дальнейшему совершенствованию профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта.

В рамках проведения итоговой аттестации проверяется степень освоения следующих компетенций:

Компетенции	Дисциплины
ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	Анатомия человека Возрастная физиология Биохимия человека Психолого-педагогические основы физической культуры и спорта Теория и методика физической культуры и спорта
ОПК-3. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке	Теория и методика обучения базовым видам спорта
ОПК-6. Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни	Основы здорового образа жизни Психология здоровья Основы диетологии
ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	Теория и методика обучения базовым видам спорта Основы медицинских знаний Физкультурно-оздоровительные технологии Теория и методика ушу Оздоровительная гимнастика цигун Оздоровительная гимнастика с элементами хатха-йоги

ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся	Спортивно-оздоровительный мониторинг Спортивная метрология
ПК-1. Способен проводить занятия оздоровительной физической культурой для различных возрастных групп по утвержденным программам в секциях, группах спортивной и оздоровительной направленности	Физкультурно-оздоровительные технологии Теория и методика ушу Оздоровительная гимнастика цигун Оздоровительная гимнастика с элементами хатха-йоги
ПК-2. Способен реализовывать программы физкультурно-оздоровительных занятий с учетом гигиенических и естественно-средовых факторов	Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности
ПК-3. Способен проводить спортивно-оздоровительную работу и спортивно-массовые мероприятия, организовывать досуговую деятельность и активный отдых в организациях различного типа	Организация физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий
ПК-4. Способен обучать технике выполнения упражнений, владеть профессиональной терминологией в области физической культуры и спорта	Теория и методика физической культуры и спорта Физкультурно-оздоровительные технологии Теория и методика ушу Оздоровительная гимнастика цигун Оздоровительная гимнастика с элементами хатха-йоги
ПК-5. Способен осуществлять консультирование по вопросам повышения физической подготовленности населения различных возрастных групп.	Физкультурно-оздоровительные технологии Оздоровительная гимнастика цигун Оздоровительная гимнастика с элементами хатха-йоги

Итоговая аттестация в соответствии с дополнительной профессиональной программой профессиональной переподготовки «Восточные оздоровительные технологии в системе физической культуры и спорта» включает в себя подготовку и защиту выпускной аттестационной работы.

Выпускная аттестационная работа рассматривается как завершающий этап освоения программы профессиональной переподготовки, подтверждающий уровень и качество подготовки слушателей по программе дополнительного профессионального образования профессиональной переподготовки. По итогам ее выполнения и защиты полученных результатов, оценивается способность слушателя на основе полученных знаний самостоятельно решать конкретные практические задачи в области нового вида профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта.

Выпускная аттестационная работа - это самостоятельное практико-ориентированное исследование слушателя, обучающегося по программе профессиональной переподготовки, это способ достижения дидактической цели через детальную разработку проблемы (технологию), которая должна завершиться вполне

реальным, осязаемым практическим результатом. Выпускная аттестационная работа предполагает выполнение совокупности приемов, действий слушателя в определенной последовательности для достижения поставленной задачи – решения проблемы, лично значимой для слушателя и оформленной в виде презентации.

Цель выпускной аттестационной работы слушателя – систематизация, закрепление, расширение и углубление теоретических знаний и практических умений самостоятельного анализа и обобщения накопленного опыта и применения в совокупности в выполнении профессиональных задач с требованиями обобщенных трудовых функций (код А) профессионального стандарта «Инструктор-методист».

5 Кадровое обеспечение образовательного процесса

Реализация ДПП ПП обеспечена научно-педагогическими кадрами, а также лицами, привлекаемыми к реализации ДПП ПП на условиях гражданско-правового договора, имеющими базовое образование соответствующее профилю преподаваемой дисциплины, и систематически занимающимися научной и научно-методической деятельностью.

Доля научно-педагогических работников, имеющих образование, соответствующее профилю преподаваемой дисциплины, в общем числе научно-педагогических работников, реализующих ДПП ПП, составляет не менее 70 процентов.

Доля научно-педагогических работников, имеющих ученую степень и ученое звание, в общем числе научно-педагогических работников, реализующих ДПП ПП, составляет не менее 50 процентов.

Доля работников из числа руководителей и работников организаций, деятельность которых связана с направленностью реализуемой программы в общем числе работников, реализующих ДПП ПП, составляет не менее 10 процентов.

№ п/п	Наименование дисциплины	Фамилия, имя, отчество преподавателя	Ученая степень, ученое звание	Основное место работы, должность
1	Анатомия человека	Борисова Татьяна Викторовна	Кандидат педагогических наук, доцент	ФГБОУ ВО «УралГУФК», кафедра анатомии, доцент
2	Возрастная физиология	Петрожак Ольга Леонидовна	Кандидат биологических наук, доцент	ФГАОУ «ЮУрГУ (НИУ)» кафедра физического воспитания и здоровья, доцент
3	Биохимия человека	Заварухина Светлана Александровна	Кандидат биологических наук, доцент	ФГБОУ ВО «УралГУФК», кафедра биохимии, доцент
4	Психолого-педагогические основы физической культуры и спорта	Карлышев Владимир Михайлович	Кандидат педагогических наук, профессор	ФГБОУ ВО «УралГУФК», кафедра безопасности жизнедеятельности, профессор
5	Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности	Макунина Ольга Александровна	Кандидат биологических наук, доцент	ФГБОУ ВО «УралГУФК», кафедра физиологии, доцент

№ п/п	Наименование дисциплины	Фамилия, имя, отчество преподавателя	Ученая степень, ученое звание	Основное место работы, должность
6	Основы медицинских знаний	Латюшин Ян Витальевич	Доктор биологических наук, доцент	ФГБОУ ВО «УралГУФК», кафедра анатомии, заведующий кафедрой
7	Теория и методика физической культуры	Новоселова Ольга Анатольевна	Кандидат педагогических наук, доцент	ФГБОУ ВО «УралГУФК», кафедра теории физической культуры и биомеханики, доцент
8	Основы здорового образа жизни	Карлышев Владимир Михайлович	Кандидат педагогических наук, профессор	ФГБОУ ВО «УралГУФК», кафедра безопасности жизнедеятельности, профессор
9	Психология здоровья	Карлышев Владимир Михайлович	Кандидат педагогических наук, профессор	ФГБОУ ВО «УралГУФК», кафедра безопасности жизнедеятельности, профессор
10	Спортивная метрология	Пушкарев Евгений Дмитриевич	Кандидат биологических наук, доцент	ФГБОУ ВО «УралГУФК», кафедра теории физической культуры и биомеханики, доцент
11	Теория и методика обучения базовым видам спорта	Песина Ольга Николаевна	Кандидат педагогических наук, доцент	ФГБОУ ВО «УралГУФК», кафедра теории и методики гимнастики и водных видов спорта, доцент
12	Теория и методика ушу	Кастальский Олег Олегович	Кандидат педагогических наук, доцент	ФГБОУ ВО «УралГУФК», кафедра теории и методики оздоровительных технологий и физической культуры востока, доцент
13	Физкультурно-оздоровительные технологии	Миронова Валентина Михайловна	Кандидат педагогических наук, доцент	ФГБОУ ВО «УралГУФК», кафедра теории и методики оздоровительных технологий и физической культуры востока, заведующий кафедрой
14	Оздоровительная гимнастика цигун	Яблонских Анна Михайловна	нет	ФГБОУ ВО «УралГУФК», аспирант

№ п/п	Наименование дисциплины	Фамилия, имя, отчество преподавателя	Ученая степень, ученое звание	Основное место работы, должность
15	Оздоровительная гимнастика с элементами хатха-йоги	Воловая Татьяна Альбертовна	Кандидат педагогических наук	ФГБОУ ВО «УралГУФК», кафедра теории и методики оздоровительных технологий и физической культуры востока, доцент
16	Тайские методы оздоровления	Самоделкина Надежда Дмитриевна	Кандидат педагогических наук, доцент	ФГБОУ ВО «УралГУФК», кафедра теории и методики оздоровительных технологий и физической культуры востока, доцент
17	Восстановительные методы в физкультурно-оздоровительной деятельности	Миронова Валентина Михайловна	Кандидат педагогических наук, доцент	ФГБОУ ВО «УралГУФК», кафедра теории и методики оздоровительных технологий и физической культуры востока, заведующий кафедрой
18	Основы диетологии	Заварухина Светлана Александровна	Кандидат биологических наук, доцент	ФГБОУ ВО «УралГУФК», кафедра биохимии, доцент
19	Организация физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий	Ботнер Валентина Яковлевна	Доцент	ФГБОУ ВО «УралГУФК», кафедра управления физической культурой, доцент
20	Спортивно-оздоровительный мониторинг	Макунина Ольга Александровна	Кандидат биологических наук, доцент	ФГБОУ ВО «УралГУФК», кафедра физиологии, доцент

6 Разработчики дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки

кандидат педагогических наук, доцент
Миронова Валентина Михайловна

Дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки «Восточные оздоровительные технологии в системе физической культуры и спорта» рассмотрена и одобрена на заседании кафедры теории и методики оздоровительных технологий и физической культуры Востока протокол № 10 от «16» июня 2021 г.

Заведующий кафедрой теории и методики
оздоровительных технологий и физической культуры Востока
кандидат педагогических наук, доцент
Миронова Валентина Михайловна

Дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки «Восточные оздоровительные технологии в системе физической культуры и спорта» рассмотрена на заседании методического совета ФГБОУ ВО «УралГУФК» и рекомендована к реализации в МРЦПК и ППК ФГБОУ ВО «УралГУФК» решением от «16» июня 2021 г. протокол № 10

Председатель методического совета,
проректор по учебно-воспитательной работе,
кандидат биологических наук, доцент
Окишор Александр Васильевич