

**Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина»**

Институт дополнительного образования и профессиональной переподготовки

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по образованию
ФГБОУ ВО «Тамбовский государственный
университет имени Г.Р. Державина»

Я.Ю. Радиокова
« 24 » _____ 2024г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКИ
«ИНСТРУКТОР ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ»**

Вид профессиональной деятельности: Организационно-методическая деятельность в области физической культуры и спорта

Документ: диплом о профессиональной переподготовке с присвоением квалификации «Инструктор физкультурно-оздоровительных технологий»

Объем: 432 часа / 12 зачетных единиц

Тамбов 2024

Составители (разработчики):

Попов Р.Ю., к.п.н., доцент кафедры теории и методики физической культуры ФГБОУ ВО «Тамбовский государственный университет имени Г.Р.Державина»;

Эксперт: Крюков Владимир Юрьевич, директор МБУДО ДЮСШ единоборств №3

Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры теории и методики физической культуры факультета здоровьесбережения, спорта и активного долголетия ФГБОУ ВО «Тамбовский государственный университет имени Г.Р.Державина»

Протокол № 12 от «05» августа 2024 года.

I. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. Нормативные правовые основания разработки программы

Нормативную правовую основу разработки программы составляют:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Постановление Правительства Российской Федерации от 22 января 2013 г. № 23 «О Правилах разработки, утверждения и применения профессиональных стандартов»;
3. Приказ Минтруда России от 12 апреля 2013 г. № 148н «Об утверждении уровней квалификаций в целях разработки проектов профессиональных стандартов»;
4. Приказ Минобрнауки России от 1 июля 2013 г. № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;
5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 15 января 2013 г. N 10 г. Москва «О федеральных государственных требованиях к минимуму содержания дополнительных профессиональных образовательных программ профессиональной переподготовки и повышения квалификации педагогических работников, а также к уровню профессиональной переподготовки педагогических работников».

Программа разработана с учетом профессионального стандарта 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта», утв. приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 21.04.2022 № 237н.

1.2. Требования к слушателям: высшее образование.

1.3. Формы освоения программы: очная / с применением дистанционных технологий

1.4. Цель и планируемые результаты обучения

Цель: расширение профессиональных компетенций в сфере организации и проведения мероприятий (занятий) по физкультурно-спортивному воспитанию и подготовке по оздоровительным видам физической культуры детей и взрослых.

Характеристика профессиональной деятельности выпускника

Выпускник готовится к выполнению следующих видов деятельности: Организация и реализация инструкторско-методической деятельности в области физической подготовки, физического развития, физического воспитания и спортивной подготовки физических лиц (далее - занимающихся). Сопровождение занимающихся при проведении мероприятий и занятий по физической подготовке и физическому развитию. Проведение с различными возрастными группами населения занятий по оздоровительным программам физического воспитания, Управление процессами методического обеспечения физкультурно-спортивной деятельности с помощью средств физической культуры, спортивной подготовки, осуществление спортивно-оздоровительного мониторинга. Осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики. Осуществлять научные исследования в области физической культуры и спорта, основываясь на современной методологии с использованием современных методов сбора и обработки данных.

Планируемые результаты обучения

Выпускник должен обладать профессиональными компетенциями, соответствующими видам деятельности (ВД) по соответствующему профессиональному стандарту (ПС): 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и

спорта Утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 21.04.2022 № 237н

Профессиональные компетенции	Знания	Умения	Практический опыт (владение)
1	2	3	4
ПК-1 Способность применять измерительные приборы с целью контроля двигательной деятельности занимающихся, корректировки техники выполнения упражнений и рациональной организации двигательного режима	Знает и понимает: основные принципы контроля, диагностики, дозирования физической нагрузки, оценивания качества реализуемых физкультурно-оздоровительных мероприятий.	Умеет (способен продемонстрировать): использовать современные методики и технологии дозирования физической нагрузки, оценивания качества реализуемых физкультурно-оздоровительных мероприятий по физической подготовке с учетом вида деятельности и половозрастных характеристик занимающихся	Владеет: практическими навыками применения современных методик и технологий физкультурно-оздоровительных мероприятий по физической подготовке с учетом вида деятельности и половозрастных характеристик занимающихся.
ПК-2 Способность осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативно-правовыми актами в сфере физкультурного образования.	Знает основные нормативные документы, регламентирующие, деятельность в области оздоровительной физической культуры и спорта; законодательство о правах ребенка, трудовое законодательство; конвенцию о правах ребенка, нормы и договоры в области прав ребенка и образования детей.	Умеет (способен продемонстрировать): использовать в профессиональной деятельности необходимые нормативно-правовые акты действующие в сфере оздоровительной физической культуры.	Владеет: навыками осуществления профессиональной деятельности в рамках соответствующего законодательства в сфере физкультурного образования.
ПК-3 способность к овладению элементарными технологиями тестирования, диагностики и восстановления, а также повышения тренировочной и	Знает и понимает: основы методологии научных исследований в области физкультурно-спортивной деятельности.	Умеет (способен продемонстрировать): проводить исследования по определению эффективности средств и методов, используемых в	Владеет: навыками применения элементарных технологий тестирования, диагностики и восстановления в оздоровительной

соревновательной результативности в массовых видах спорта.		физкультурно- спортивной деятельности.	физической культуре и массовых видах спорта.
---	--	--	---

1.5. Трудоемкость программы 432 часа / 12 зачетных единиц

II. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование учебных курсов, дисциплин (модулей)	Формы промежуточной аттестации	Обязательные учебные занятия		Самостоятельная работа обучающегося	Всего (час.)
			Всего (час.)	в т.ч. лабораторные и практические занятия (час.)		
1	2	3	4	5	6	7
1.	Модуль 1. Здоровьеформирующие технологии в образовательной среде	Зачёт	36	18	36	72
1.1.	Физическая культура как часть общей культуры человека		12	6	12	24
1.2.	Естественно-средовой фактор как средство физической культуры: его влияние на функциональные системы организма		12	6	12	24
1.3.	Физическое развитие человека.		12	6	12	24
2.	Модуль 2. Основы правильного питания	Зачёт	34	18	36	70
2.1.	Феномен питания - баланс.		12	6	12	24
2.2.	Витамины – катализаторы и микроэлементы. Сущность и назначение витаминов в организме.		10	6	12	22
2.3.	Сахар: вкусно и вредно		12	6	12	24
3.	Модуль 3. Двигательный режим		36	18	36	72
3.1.	Адаптация		12	6	12	24
3.2.	История возникновения и специфика фитнеса как вида двигательной деятельности в физической культуре и спорте		12	6	12	24
3.3.	Физиологические основы построения нагрузок в фитнесе		12	6	12	24
4.	Модуль 4. Федеральное законодательство в сфере физической	Зачет	36	18	36	72

	культуры и спорта. Законодательство в сфере физической культуры и спорта субъектов Российской Федерации.					
4.1.	Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» как основа отраслевого законодательства в сфере физической культуры и спорта, его структура и основное содержание.		12	6	12	24
4.2.	Правовое регулирование профессиональной трудовой деятельности преподавателя физической культуры в системе образования Российской Федерации.		12	6	12	24
4.3.	Коммерческие и некоммерческие предприятия как юридические лица. Специфика правового оформления и приобретения статуса юридического лица.		12	6	12	24
5.	Модуль 5. Основные задачи научно-исследовательской деятельности в физкультурном образовании.		36	18	36	72
5.1.	Разработка перспективных направлений научных исследований, а также тематических планов научных работ.		12	6	12	24
5.2.	Определение общей принципиальной последовательности исследовательских процедур. Определение основных компонентов методики исследования.		12	6	12	24

5.3.	Учебная, научно-исследовательская деятельность в процессе профессиональной подготовки специалистов по оздоровительной физической культуре и спорту.		12	6	12	24
6.	Модуль 6. Научное познание как особый вид познавательной деятельности. Планирование научно-исследовательской работы.	Зачет	36	18	36	72
6.1.	Научное познание и его специфика. Определение и аргументация этапности обучения двигательным действиям согласно теории деятельности.		12	6	12	24
6.2.	Научные исследования в области физической культуры и спорта.		12	6	12	24
6.3.	Методы логической систематизации: группировка, классификация; методы математической статистики.		8	6	12	20
	Итоговая аттестация		2			2
Всего по программе:			216	108	216	432

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Требования к квалификации педагогических кадров, представителей предприятий и организаций, обеспечивающих реализацию образовательного процесса.

Реализация программы обеспечивается сотрудниками университета, а также лицами, привлекаемыми к реализации программы на условиях договора гражданско-правового характера. Доля научно-педагогических работников, имеющих образование, соответствующее профилю программы повышения квалификации, в общем числе научно-педагогических работников, реализующих программу, должна составлять не менее 50 процентов. Доля научно-педагогических из числа руководителей и работников организаций, деятельность которых связана с направленностью (реализуемой программы (имеющих стаж работы в данной профессиональной области не менее 3 лет) в общем числе работников, реализующих программу повышения квалификации не менее 10 процентов.

Требования к материально-техническим условиям

Реализация программы требует наличия аудиторий по количеству рабочих подгрупп (при необходимости) или учебная аудитория с возможностью группировки рабочих мест (при наличии очной части):

Наименование аудиторий, кабинетов аудиторий, кабинетов, лабораторий	Вид занятий	Наименование оборудования, программного обеспечения
1	2	3
Учебная аудитория с возможностью группировки рабочих мест	Лекции, практические занятия	Компьютер, мультимедийный проектор, экран, доска, флип-чарт
Учебная аудитория для групповой работы	Практические занятия	Компьютер, флип-чарт

Обучение по программе может проводиться в компьютерных классах, объединенных в локальную компьютерную сеть, с возможностью работы с мультимедиа, выходом в Интернет и доступа к учебному серверу.

Слушатели программы повышения квалификации обеспечиваются свободным доступом к источникам информации.

Требования к информационным и учебно-методическим условиям

В процессе чтения лекций преподаватель должен формировать у слушателей системное представление об изучаемой дисциплине, формировать профессиональные интересы.

В лекциях необходимо использовать внутри – и междисциплинарные логические связи. При проведении практических занятий используется методика семинара – обсуждения существующих точек зрения на проблему и пути ее решения.

В процессе обучения используются следующие учебно-методические материалы:

- рекомендуемая основная и дополнительная литература для организации самостоятельной работы слушателей;
- электронные версии федеральных законов, учебников и методических рекомендаций для подготовки к практическим занятиям;

Перечень используемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основная литература

1. Гаврилов, Д.Н. Технология мониторинга физического состояния детей и молодежи: Методические рекомендации / Д.Н. Гаврилов, А.Г. Комков, А.В. Малинин. СПб, 2002. – 24с.
2. Карпман, В.Л. Тестирование в спортивной медицине / В.Л. Карпман, З.Б. Белоцерковский, И.А. Гудков. - М.: Физкультура и спорт, 1988. - 208 с.
3. 1. Алексеев С. В. Правовые основы профессиональной деятельности в спорте : учебник. - Изд. 2-е, испр. и доп. - Москва: Спорт, 2017. - 668 с. - Текст : электронный // ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [сайт]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471212>
4. 2. Алексеев С.В. Спортивное право России : правовые основы физической культуры и спорта : учебник. - 2-е изд., стер.. - Москва: ЮНИТИ, Закон и право, 2007. - 669 с.
5. 3. Попков В. Н. Эмпирическое исследование в физической культуре и спорте: (Методология. Опрос. Наблюдение. Эксперимент) : учебное пособие. - Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2011. - 290 с. - Текст : электронный // ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [сайт]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277331>
6. 4. Усков, В. А. Методология исследования психологической и педагогической деятельности в спорте : учебно-методическое пособие. - Весь срок охраны авторского права; Методология исследования психологической и педагогической деятель. - Москва: Московский городской педагогический университет, 2010. - 192 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/26523.html>

Дополнительная литература

1. Алексеев С.В. Правовые основы профессиональной деятельности в спорте : учебник. - [2-е изд., испр. и доп.]. - Москва: Спорт, 2017. - 660, [6] с.
2. Антонюк С.Д. Правовые основы ФК и С : [УМК по спец.: "Физическая культура и спорт"]. - Тамбов: [Изд-во ТГУ], 2009. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM).
3. Бугорский В. П. Организация туристской индустрии. Правовые основы : Учебное пособие Для СПО. - Москва: Юрайт, 2021. - 165 с. - Текст : электронный // ЭБС «ЮРАЙТ» [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/471593>
4. Кириллова, Т.Г. Физиологические методы исследования возрастных особенностей организма : Уч.-методич. пособие к практич. занятиям для студентов направления «Физическая культура» / Т.Г. Кириллова Л.Н., Ботова. – Казань: Изд-во НФ ФГБОУ ВПО «Поволжская ГАФКСИТ», 2012. – 70 с. с ил.
5. Комков, А.Г. Система социально-педагогического мониторинга физической активности и здоровья подрастающего поколения: Методические рекомендации / А.Г. Комков. СПб, 2002. – 24 с.

Иные источники

1. <http://elibrary.ru/defaultx.asp> - сайт научной электронной библиотеки
2. <http://www.sport.iatp.org.ua> — Здоровье, физкультура, спорт.
3. <http://www.recipe.ru/docs/nd/period.php?category=13&type=20> - Нормативные документы, сайт НИИ физиологии детей и подростков.
4. Наиболее известные и популярные системы для поиска информации:
5. Яндекс – <http://www.yandex.ru/>
6. Google – <http://www.google.ru/>
7. Mail.ru – <http://mail.ru/>
8. Rambler – <http://www.rambler.ru/>
9. Апорт – <http://www.aport.ru/>
10. Порталы в сети Интернет в помощь поиска научных статей:

11. <http://teoriya.ru/> – Научный портал «Теория.Ру»;
12. <http://www.bmsi.ru/> – Библиотека Международной Спортивной Информации; •
<http://www.libsport.ru/> – Российская Спортивная Энциклопедия.
13. <http://www.zdobr.ru/> – Информационный портал «Здоровый образ жизни».

Программное обеспечение:

Операционные системы: ОС «Альт Образование», Microsoft Windows 10, Microsoft Windows 8, Microsoft Windows XP, Microsoft Windows Server.

Прикладное и специальное ПО

LibreOffice, Microsoft Office Professional, ABBY FineReader Corporate Edition

Информационные справочные системы:

1. Электронная библиотека ТГУ. – URL: <https://elibrary.tsutmb.ru/>
2. Электронный каталог Фундаментальной библиотеки ТГУ. – URL: <http://biblio.tsutmb.ru/elektronnyj-katalog/>
3. Университетская библиотека онлайн: электронно-библиотечная система. – URL: <http://www.biblioclub.ru>
4. КнигаФонд : электронно-библиотечная система.- URL: <http://knigafund.ru>
5. Консультант студента. Гуманитарные науки: электронно-библиотечная система.- URL: <http://www.studentlibrary.ru>
6. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU . – URL: <http://elibrary.ru>
7. Российская государственная библиотека. - URL: www.rsl.ru
8. Российская национальная библиотека. URL: www.nlr.ru
9. Президентская библиотека имени Б.Н. Ельцина- URL: <http://www.prilib.ru>
11. Электронная библиотека РФФИ. - URL: www.rfbr.ru/rffi/ru/library

Общие требования к организации образовательного процесса

Образовательный процесс осуществляется в соответствии с настоящей программой в соответствии с локальными нормативными актами образовательной организации. Продолжительность занятий устанавливается локальным нормативным актом образовательной организации. Занятия начинаются не ранее 9.00 часов утра и заканчиваются не позднее 21.00 часов.