

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Замурий Нина Владимировна
Должность: Заместитель директора по учебно-спортивной и воспитательной работе
Дата подписания: 08.09.2025 14:11:57
Уникальный программный ключ:
d51a610db724b206c742aed9124f082f100683a8

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное учреждение
профессиональная образовательная организация
«Государственное училище (техникум) олимпийского резерва по хоккею»
(ФГБУ ПОО «ГУОР по хоккею»)

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Крошева Елена Александровна
Должность: Директор
Дата подписания: 08.09.2025 17:06:46
Уникальный программный ключ:
1348aac0090e1316137299b0a9d85059b88b4e32

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по учебно-спортивной
и воспитательной работе

Н.В.Замурий

08.09.2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ФГБУ ПОО «ГУОР по
хоккею»

Е.А. Крошева

08.09.2025 г.

**АДАптированная программа профессионального обучения
по должности служащего
«Инструктор по спорту»**

Квалификация: инструктор по спорту

г. Ярославль, 2025 г.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. Цель реализации программы

Целью реализации программы является формирование профессиональных компетенций, обеспечивающих организацию и реализацию инструкторско-методической деятельности в области физической подготовки, физического развития, физического воспитания физических лиц и получение слушателями квалификации по должности служащего 23168 «Инструктор по спорту».

По результатам профессионального обучения и успешной сдачи квалификационного экзамена слушателю присваивается квалификация «Инструктор по спорту», что подтверждается документом о квалификации (свидетельством о профессии рабочего, должности служащего).

1.2. Планируемые результаты обучения

Основные виды деятельности	Код и наименование компетенции	Показатели освоения компетенции
ВД 1 Проведение с занимающимися занятиями, мероприятий по физической подготовке	ПК 1 Проводить с занимающимися занятия, мероприятия по физической подготовке	Навыки: <ul style="list-style-type: none">- подбора программ, планов занятия, мероприятия по физической подготовке для развития физических качеств, способностей с учетом вида деятельности, социально-демографических и половозрастных характеристик занимающихся;- проведения с занимающимися занятия, мероприятия по физической подготовке;- консультирования занимающихся по выбору форм и видов самостоятельных занятий по физической подготовке, видов активного отдыха с учетом интересов, вида деятельности, уровня развития физических качеств, способностей занимающихся
		Умения: <ul style="list-style-type: none">- разъяснять занимающимся общие и частные факторы риска травмирования и ухудшения физического состояния при занятиях физической подготовкой, нормы этичного поведения занимающихся;- формировать у занимающихся заинтересованность и мотивированность в развитии физических качеств, способностей;- подбирать и применять специальные комплексы упражнений для развития физических качеств, способностей занимающихся с учетом вида их деятельности, социально-демографических и половозрастных характеристик;- применять методику проведения занятий по подготовке к выполнению нормативов

		<p>испытаний (тестов) для различных категорий населения;</p> <ul style="list-style-type: none"> - демонстрировать занимающимся техники выполнения упражнений в соответствии с программой, планом занятия по физической подготовке; - пояснять занимающимся структуру занятия, мероприятия по физической подготовке; - разъяснять занимающимся особенности дозирования физической нагрузки для улучшения физических качеств, способностей с минимизацией рисков травмирования; - информировать занимающихся о противопоказаниях к проведению занятия, мероприятия; - использовать контрольно-измерительные приборы и спортивный инвентарь; - контролировать соблюдение занимающимися правил безопасного выполнения упражнений, правил использования спортивного инвентаря. <p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики проведения занятий, мероприятий по физической подготовке для развития физических качеств, способностей с учетом вида деятельности, социально-демографических и половозрастных характеристик занимающихся; - физкультурно-оздоровительные технологии развития физических качеств, способностей человека; - методы контроля при занятиях по физической подготовке; - структура занятия по физической подготовке и элементы физической нагрузки; - показания и противопоказания к занятиям по физической подготовке; - программа, план специально организованных физических упражнений для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы; - программа, план физической подготовки занимающихся к военной службе; - состав и содержание испытаний (тестов) для различных категорий населения; - методика подготовки к выполнению нормативов испытаний (тестов) для
--	--	---

		<p>различных категорий населения;</p> <ul style="list-style-type: none"> - нормативы и требования для выполнения населением условий получения знаков отличия (золотого, серебряного, бронзового) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне"; - общие принципы компоновки и комбинации физических упражнений для занятий по физической подготовке; - виды занятий по физической подготовке для лиц пожилого возраста.
<p>ВД 2 Проведение с занимающимися занятиями по виду спорта без цели их участия в официальных спортивных соревнованиях</p>	<p>ПК 2 Проводить с занимающимися занятиями по виду спорта (плавание) без цели их участия в официальных спортивных соревнованиях</p>	<p>Навыки:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обучения занимающихся правилам вида спорта (плавание), рациональному и безопасному использованию спортивного оборудования, инвентаря и экипировки; - обучения занимающихся владению навыками и техникой по виду спорта (плавание) с характеристикой двигательного действия и названия упражнения; - выявления ошибок в технике выполнения занимающимся двигательного действия по виду спорта (плавание) и их разъяснение занимающемуся; - консультирования занимающихся по базовым принципам самостоятельной организации занятий по виду спорта (плавание) <p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать соответствующие плану занятия по виду спорта спортивное оборудование, инвентарь; - пояснять структуру занятия по виду спорта и особенности дозирования нагрузки; - рационально и безопасно сочетать различные комплексы упражнений, соответствующие подготовке по виду спорта; - демонстрировать занимающимся рациональные и безопасные техники выполнения упражнений по виду спорта; - использовать контрольно-измерительные приборы и спортивный инвентарь; - использовать систему классифицирующих показателей для оценки физической подготовленности занимающихся; - использовать техники и методы страховки и само страховки;

		<ul style="list-style-type: none"> - использовать методы демонстрации, выполнения команд и комментариев, корректировки действий занимающихся; - инструктировать занимающихся перед проведением занятия по виду спорта; - разъяснять основы техники безопасного выполнения комплексов упражнений, гигиенических аспектов занятий видом спорта; - контролировать соблюдение занимающимися правил техники безопасного использования спортивного оборудования, инвентаря и экипировки; <p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы техники и методики обучения в виде спорта плавание; - срочная и долговременная реакция организма человека на физическую нагрузку, адаптационные механизмы; - показания и противопоказания к занятиям по виду спорта; - система классифицирующих показателей для оценки физической подготовленности занимающихся к выполнению программы занятия; - методы контроля и самоконтроля при занятиях по виду спорта; - правила вида спорта; - комплексы общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для освоения элементов и формирования простых целостных двигательных действий, применяемые в программах спортивной подготовки по виду спорта; - правила безопасного выполнения упражнений на занятиях по виду спорта.
	<p>ПК 3 Проводить с занимающимися занятия по виду спорта (футбол) без цели их участия в официальных спортивных соревнованиях</p>	<p>Навыки:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обучения занимающихся правилам вида спорта (футбол), рациональному и безопасному использованию спортивного оборудования, инвентаря и экипировки; - обучения занимающихся владению навыками и техникой по виду спорта (футбол) с характеристикой двигательного действия и названия упражнения; - выявления ошибок в технике выполнения занимающимся двигательного действия по виду спорта (футбол) и их разъяснение занимающемуся; - консультирования занимающихся по базовым принципам самостоятельной

		<p>организации занятий по виду спорта (футбол)</p>
		<p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать соответствующие плану занятия по виду спорта спортивное оборудование, инвентарь; - пояснять структуру занятия по виду спорта и особенности дозирования нагрузки; - рационально и безопасно сочетать различные комплексы упражнений, соответствующие подготовке по виду спорта; - демонстрировать занимающимся рациональные и безопасные техники выполнения упражнений по виду спорта; - использовать контрольно-измерительные приборы и спортивный инвентарь; - использовать систему классифицирующих показателей для оценки физической подготовленности занимающихся; - использовать техники и методы страховки и самостраховки; - использовать методы демонстрации, выполнения команд и комментариев, корректировки действий занимающихся; - инструктировать занимающихся перед проведением занятия по виду спорта; - разъяснять основы техники безопасного выполнения комплексов упражнений, гигиенических аспектов занятий видом спорта; - контролировать соблюдение занимающимися правил техники безопасного использования спортивного оборудования, инвентаря и экипировки;
		<p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы техники и методики обучения в виде спорта (футбол); - срочная и долговременная реакция организма человека на физическую нагрузку, адаптационные механизмы; - показания и противопоказания к занятиям по виду спорта; - система классифицирующих показателей для оценки физической подготовленности занимающихся к выполнению программы занятия; - методы контроля и самоконтроля при занятиях по виду спорта;

		<ul style="list-style-type: none"> - правила вида спорта; - комплексы общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для освоения элементов и формирования простых целостных двигательных действий, применяемые в программах спортивной подготовки по виду спорта; - правила безопасного выполнения упражнений на занятиях по виду спорта.
--	--	--

1.3. Категория обучающихся

Программа направлена на профессиональное обучение лиц, имеющих основное общее образование, ранее не имевших профессии рабочего, должности служащего «Инструктор по спорту», осваивающих профессиональные образовательные программы СПО и ВПО по специальностям УГПС 49.00.00 Физическая культура.

Образование обучающихся инвалидностью, с ОВЗ организовано инклюзивно. Инклюзивное образование – это обеспечение равного доступа к образованию для всех обучающихся с учетом разнообразия особых образовательных потребностей и индивидуальных возможностей. Инклюзивное образование предполагает, что разнообразию потребностей обучающихся-инвалидов и лиц с ОВЗ должна соответствовать образовательная среда, наиболее благоприятная для них. Все обучающиеся должны быть с самого начала включены в образовательную и социальную жизнь образовательной организации.

1.4. Нормативно-правовые основания разработки программы

Нормативно-правовую основу разработки программы составляют:

1) Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2) Приказ Минпросвещения России от 14.07.2023 N 534 (ред. от 29.02.2024) "Об утверждении Перечня профессий рабочих, должностей служащих, по которым осуществляется профессиональное обучение";

3) Приказ Министерства просвещения РФ от 26 августа 2020 г. № 438 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным программам профессионального обучения»

4) Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 21 апреля 2022 г. N 237н "Об утверждении профессионального стандарта "Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта"

1.5. Трудоемкость обучения 160 ак.часов

1.6. Форма обучения – очная/ заочная

1.7. Итоговая аттестация: профессиональное обучение завершается итоговой аттестацией в форме квалификационного экзамена.

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Учебный план

Индекс	Наименование	Всего	Объем образовательной программы в академических часах, по видам учебных занятий			
			Теоретические	Практические	Практика	Промежуточная аттестация
1	2	4	6	8	10	11
Общепрофессиональный цикл		48	40	8	0	0
УД.00	Учебные дисциплины					
УД.01	Основы анатомии человека	12	12	0	0	0
УД.02	Основы биомеханики двигательной деятельности	12	10	2	0	0
УД.03	Основы возрастной психологии и воспитания	12	10	2	0	0
УД.04	Основы теории физической культуры	12	10	2	0	0
П.00	Профессиональный цикл	94	42	32	12	6
ПМ.01	Проведение с занимающимися занятий, мероприятий по физической подготовке	26	12	8	4	2
ПМ.02	Проведение с занимающимися занятий по виду спорта без цели их участия в официальных спортивных соревнованиях (плавание)	34	16	12	4	2
ПМ.03	Проведение с занимающимися занятий по виду спорта без цели их участия в официальных спортивных соревнованиях (футбол)	34	16	12	4	2
Итоговая аттестация	Квалификационный экзамен	18				18
Итого:		160	86	38	12	24

3.	Биомеханика двигательных действий	4	3	1	-	
4.	Биомеханика двигательных качеств	4	3	1	-	
	ВСЕГО	12	10	2	-	зачет
УД 3 Основы психологии и воспитания						
1.	Психика и ее развитие	1	1	-	-	
2.	Деятельность	1	1	-	-	
3.	Познавательные психические процессы	2	2	-	-	
4.	Индивидуальные особенности личности	3	2	1	-	
5.	Теоретические основы воспитания	2	2	-	-	
6.	Содержание и организация воспитания	3	2	1	-	
	ВСЕГО	12	10	2	-	зачет
УД 4 Основы теории физической культуры						
1.	Средства и методы физического воспитания	2	2	-	-	
2.	Нагрузка и отдых в физическом воспитании	2	2	-	-	
3.	Основы теории обучения двигательным умениям и навыкам	4	3	1	-	
4.	Воспитание физических качеств	4	3	1	-	
	ВСЕГО	12	10	2	-	зачет
Модуль № 1 «Проведение с занимающимися занятий, мероприятий по физической подготовке»						
1.	Методика проведения занятий, мероприятий на основе программы, плана специально организованных физических упражнений для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы	3	2	1	-	
2.	Методика проведения занятий, мероприятий на основе программы, плана физической подготовки занимающихся к военной службе	4	2	2	-	

3.	Методика проведения занятий, мероприятий по физической подготовке занимающихся к выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне"	4	2	2	-	
4.	Особенности дозирования физической нагрузки для улучшения физических качеств, способностей	3	2	1	-	
5.	Контроль двигательной деятельности занимающихся и корректировка техники выполнения упражнений	3	2	1	-	
6.	Консультирование занимающихся по выбору форм и видов самостоятельных занятий по физической подготовке, видов активного отдыха с учетом интересов, вида деятельности, уровня развития физических качеств, способностей занимающихся	3	2	1	-	
7.	Практика	4			4	
8.	Экзамен	2				
9.	Итого по модулю 1:	26	12	8	4	2 (Экзамен)
Модуль № 2 Проведение с занимающимися занятий по виду спорта без цели их участия в официальных спортивных соревнованиях (плавание)						
1.	Правила вида спорта плавание	1	1	-	-	
2.	Техника двигательных действий по виду спорта (плавание)	4	4	-	-	
3.	Методика обучения занимающихся владению навыками и техникой по виду спорта (плавание)	6	2	4	-	
4.	Обучение занимающихся техникам и методам самоконтроля и самостраховки	4	2	2	-	

5.	Контроль выполнения занимающимися упражнений для овладения навыками и техникой по виду спорта (плавание)	3	1	2	-	
6.	Гигиенические аспекты занятий видом спорта (плавание), особенностей дозирования физической нагрузки	3	2	1	-	
7.	Контроль физического состояния занимающихся и переносимости физических нагрузок занимающимися на занятиях по плаванию	4	2	2	-	
8.	Консультирование занимающихся по базовым принципам самостоятельной организации занятий по виду спорта (плавание)	3	2	1	-	
9.	Практика	4			4	
10.	Экзамен	2				
Итого по модулю 2:		34	16	12	4	2 (Экзамен)
Модуль № 3 Проведение с занимающимися занятий по виду спорта без цели их участия в официальных спортивных соревнованиях (футбол)						
1.	Правила вида спорта футбол	1	1	-	-	
2.	Техника двигательных действий по виду спорта (футбол)	4	4	-	-	
3.	Методика обучения занимающихся владению навыками и техникой по виду спорта (футбол)	6	2	4	-	
4.	Обучение занимающихся техникам и методам самоконтроля и самостраховки	4	2	2	-	
5.	Контроль выполнения занимающимися упражнений для овладения навыками и техникой по виду спорта (футбол)	3	1	2	-	

6.	Гигиенические аспекты занятий видом спорта (футбол), особенностей дозирования физической нагрузки	3	2	1	-	
7.	Контроль физического состояния занимающихся и переносимости физических нагрузок занимающимися на занятиях по футболу	4	2	2	-	
8.	Консультирование занимающихся по базовым принципам самостоятельной организации занятий по виду спорта (футбол)	3	2	1	-	
9.	Практика	4			4	
10.	Экзамен	2				
	Итого по модулю 3:	34	16	12	4	2 (Экзамен)
	Итоговая аттестация	18	0	0	0	18 (Квалиф.экзамен)
	Всего:	160	86	38	12	24

2.4. Рабочие программы модулей (дисциплин)

Наименование модулей (дисциплин)	Содержание обучения (по темам в дидактических единицах), наименование и тематика практики, рекомендуемая литература
УД 1 Анатомия человека	
Тема 1.1. Понятие об органе и системах органов	Части тела человека. Оси и плоскости тела человека. Анатомическая номенклатура. Определение органа. Системы органов.
Тема 1.2. Опорно-двигательный аппарат человека	Скелет туловища. Мышцы туловища. Аппарат движения верхних и нижних конечностей (мышц).

Тема 1.3. Общая характеристика нервной системы	Классификация нервной системы. Общие принципы строения нервной системы. Спиной и головной мозг. Органы чувств.
Тема 1.4. Общая характеристика сердечно-сосудистой системы	Строение сердечно-сосудистой системы.
Тема 1.5. Пищеварительная система	Строение пищеварительной системы.
Тема 1.6. Дыхательная система	Анатомия органов дыхания .
Перечень учебных изданий	<p>1. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии): Учебник для институтов физической культуры.- Изд. 16-е /Под ред. Б.А. Никитюка, А.А. Гладышевой, Ф.В. Судзиловского.-М.: Спорт, 2022.- 624 с.</p> <p>2. Замараев, В. А. Анатомия для студентов физкультурных колледжей : учебник и практикум для среднего профессионального образования / В. А. Замараев, Е. З. Година, Д. Б. Никитюк. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 416 с.</p> <p>3. Иваницкий М. Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии): учебник / М. Ф. Иваницкий. — 14-е изд. — Москва: Спорт-Человек, 2018. — 624 с.</p> <p>4. Кабанов, Н. А. Анатомия человека: учебник для среднего профессионального образования / Н. А. Кабанов. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 464 с.</p>
УД 2 Основы биомеханики двигательной деятельности	
Тема 2.1. Биомеханические характеристики тела человека и его движений	Особенности механического движения человека. Кинематические характеристики: пространственно-временные, временные и пространственные. Динамические, силовые и энергетические характеристики.
Тема 2.2. Строение и функции биомеханической системы	Биокинематические цепи: звенья, парацепи, степени свободы и связи. Звенья тела как рычаги и маятники. Условия равновесия и ускорения костных рычагов. Механические свойства мышц. Механика, энергетика и мощность мышечного сокращения.
Тема 2.3. Биомеханика двигательных действий	Биомеханика статических положений тела. Геометрия масс тела. Общий центр масс, центр объема, центр поверхности тела. Силы в движении человека. Внешние силы: сила тяжести, вес, сила упругости, сила реакции опоры, сила трения. Биомеханика динамических положений тела. Внутренние силы. Превращение энергии в двигательных действиях.
Практическое занятие 1	Определение положения общего центра массы тела.

Тема 2.4. Биомеханика двигательных качеств	Понятие о двигательных качествах. Биомеханическая характеристика силовых, скоростных качеств. Биомеханическая характеристика двигательного-координационного качества (ловкости), выносливости. Биомеханическая характеристика гибкости.
Практическое занятие 2	Оценка развития двигательных качеств.
Перечень учебных изданий	Германов, Г. Н. Основы биомеханики: двигательные способности и физические качества (разделы теории физической культуры): учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 224 с. Стеблецов, Е. А. Основы биомеханики : учебник для среднего профессионального образования / Е. А. Стеблецов, И. И. Болдырев ; под общей редакцией Е. А. Стеблецова. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 159 с.
УД 3 Основы психологии и воспитания	
Тема 3.1. Психика и ее развитие	Понятие о психике. Общее представление о формах поведения: инстинкт, научение, навык, интеллект. Физиологические основы психики человека.
Тема 3.2. Деятельность	Основные понятия психологической теории деятельности. Макроструктура деятельности. Соотношение внешней и внутренней деятельности. Освоение деятельности.
Тема 3.3. Познавательные психические процессы	Понятие об ощущениях, функции ощущений. Понятие о восприятии, свойства восприятия. Понятие о внимании, функции внимания. Определение и общая характеристика памяти. Понятие о воображении, функции воображения. Понятие о мышлении как высшей форме познавательной деятельности.
Тема 3.4. Индивидуальные особенности личности	Человек как субъект, личность и индивидуальность. Эмоционально-волевая сфера личности. Темперамент. Характер. Способности.
Практическое занятие 3	Решение психологических задач.
Тема 3.5. Теоретические основы воспитания	Сущность процесса воспитания. Закономерности воспитания. Принципы воспитания. Структура процесса воспитания.

<p>Тема 3.6. Содержание и организация воспитания</p>	<p>Цель и задачи воспитания. Содержание воспитания. Средства воспитания. Методы воспитания. Формы организации воспитания. Оценка уровня воспитанности детей.</p>
<p>Практическое занятие 4</p>	<p>Использование средств и методов воспитания через решение педагогических задач.</p>
<p>Перечень учебных изданий</p>	<p>1. Немов, Р. С. Общая психология в 3 т. Том II в 4 кн. Книга 1. Ощущения и восприятие : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Р. С. Немов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 302 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10265-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/517648 (дата обращения: 21.12.2022).</p> <p>2. Немов, Р. С. Общая психология в 3 т. Том II в 4 кн. Книга 2. Внимание и память : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Р. С. Немов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 261 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10268-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/517650 (дата обращения: 21.12.2022).</p> <p>3. Немов, Р. С. Общая психология в 3 т. Том II в 4 кн. Книга 3. Воображение и мышление : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Р. С. Немов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 224 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10269-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/517651 (дата обращения: 21.12.2022).</p> <p>4. Макарова, И. В. Общая психология : учебное пособие для среднего профессионального образования / И. В. Макарова. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 185 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-00903-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/490034 (дата обращения: 12.08.2022).</p> <p>5. Педагогика: учебник и практикум для среднего профессионального образования / Л. С. Подымова [и др.]; под общей редакцией Л. С. Подымовой, В. А. Слостенина. — 2-е изд.,</p>

	перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 246 с. Сквородкина И.З. Педагогика: учеб. для студ. учреждений сред. проф. образования / Сквородкина, С.А. Герасимов. - М.: Издательский центр «Академия», 2019. – 640 с.
УД 4 Основы теории физической культуры	
Тема 4.1. Средства и методы физического воспитания	Классификация средств физического воспитания. Физические упражнения как основное средство физического воспитания: классификация, форма и содержание, техника физического упражнения и её основные характеристики. Классификация методов физического воспитания. Метод строго регламентированного упражнения как основной специфический метод: его применение для решения задач физического воспитания. Игровой и соревновательный методы физического воспитания: их применение для решения задач физического воспитания. Общепедагогические методы физического воспитания: характеристика и использование в процессе физического воспитания.
Тема 4.2. Нагрузка и отдых в физическом воспитании	Понятие о нагрузке в физическом воспитании. Внешняя и внутренняя стороны нагрузки, параметры нагрузки. Отдых в физическом воспитании. Типы интервалов отдыха между занятиями и в системе занятий.
Тема 4.3. Основы теории обучения двигательным умениям и навыкам	Двигательные умения и навыки как предмет обучения в физическом воспитании Поэтапная структура обучения сложным двигательным действиям: характеристика и содержание этапов.
Практическое занятие 5	Планирование поэтапного обучения конкретному двигательному действию
Тема 4.4. Воспитание физических качеств	Понятие о физических качествах и способностях. Силовые способности и методика их воспитания. Скоростные способности и методика их воспитания. Координационные способности и методика их воспитания. Выносливость и методика её воспитания. Гибкость и методика её воспитания.
Практическое занятие 6	Методическая разработка воспитания физических качеств.
Перечень учебных изданий	1. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры: учебник и практикум для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 191 с.

	2. Кузнецов, В.С. Теория и история физической культуры + Приложение: дополнительные материалы: учебник / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. — Москва : КноРус, 2020. — 448 с.
Модуль № 1 «Проведение с занимающимися занятий, мероприятий по физической подготовке»	
Тема 1.1. Методика проведения занятий, мероприятий на основе программы, плана специально организованных физических упражнений для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы	Методики проведения занятий, мероприятий с учетом вида деятельности, социально-демографических и половозрастных характеристик занимающихся. Физкультурно-оздоровительные технологии развития физических качеств, способностей человека. Программа, план специально организованных физических упражнений для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы.
Практическое занятие 1	Проведение фрагментов занятий, мероприятий на основе программы, плана специально организованных физических упражнений для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы
Тема 1.2. Методика проведения занятий, мероприятий на основе программы, плана физической подготовки занимающихся к военной службе	Общие принципы компоновки и комбинации физических упражнений для занятий по физической подготовке. Программа, план физической подготовки занимающихся к военной службе.
Практическое занятие 2	Проведение фрагментов занятий, мероприятий на основе программы, плана физической подготовки занимающихся к военной службе
Тема 1.3. Методика проведения занятий, мероприятий по физической подготовке занимающихся к выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне"	Состав и содержание испытаний (тестов) для различных категорий населения. Методика подготовки к выполнению нормативов испытаний (тестов) для различных категорий населения. Нормативы и требования для выполнения населением условий получения знаков отличия (золотого, серебряного, бронзового) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне". Виды занятий по физической подготовке для лиц пожилого возраста. Правила эксплуатации спортивного оборудования и инвентаря.
Практическое занятие 3	Проведение фрагментов занятий, мероприятий по физической подготовке занимающихся к выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне"

Тема 1.4. Особенности дозирования физической нагрузки для улучшения физических качеств, способностей	Структура занятия по физической подготовке и элементы физической нагрузки. Понятие «нагрузка». Принципы дозирования физической нагрузки.
Практическое занятие 4	Определение физической нагрузки для улучшения физических качеств, способностей.
Тема 1.5. Контроль двигательной деятельности занимающихся и корректировка техники выполнения упражнений	Техники выполнения упражнений. Техники и методы страховки при занятиях по физической подготовке. Методы контроля двигательной деятельности занимающихся.
Практическое занятие 5	Осуществление контроля за соблюдением занимающимися правил безопасного выполнения упражнений, правил использования спортивного инвентаря
Тема 1.6. Консультирование занимающихся по выбору форм и видов самостоятельных занятий по физической подготовке, видов активного отдыха с учетом интересов, вида деятельности, уровня развития физических качеств, способностей занимающихся	Показания и противопоказания к занятиям по физической подготовке. Общие и частные факторы риска травмирования и ухудшения физического состояния при занятиях физической подготовкой, нормы этичного поведения занимающихся. Формы и виды самостоятельных занятий по физической подготовке, видов активного отдыха с учетом интересов, вида деятельности, уровня развития физических качеств, способностей занимающихся
Практическое занятие 6	Консультирование занимающихся по выбору форм и видов самостоятельных занятий по физической подготовке, видов активного отдыха с учетом интересов, вида деятельности, уровня развития физических качеств, способностей занимающихся.
Практика	Проведение занятий, мероприятий на основе программы, плана специально организованных физических упражнений для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы. Проведение занятий, мероприятий на основе программы, плана физической подготовки занимающихся к военной службе.. Проведение занятий, мероприятий по физической подготовке занимающихся к выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне"
Перечень учебных изданий	1. Алхасов, Д. С. Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы: учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 144 с. 2. Боярская, Л. А. Методика и организация физкультурно-оздоровительной работы: учебное пособие для СПО / Л. А. Боярская; под редакцией В. Н. Люберцева. — 2-е изд. — Саратов : Профобразование, 2021. — 113 с.

	<p>3. Кузнецов, В.С., Организация физкультурно-спортивной работы + приложение: учебник / В.С. Кузнецов, О.Н. Антонова. — Москва: КноРус, 2021. — 258 с.</p> <p>4. Пономарев, А. К. Организационно-методическое обеспечение и реализация всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в системе физического воспитания: учебник для вузов / А. К. Пономарев, С. Н. Амелин. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 164 с.</p>
Модуль № 2 Проведение с занимающимися занятий по виду спорта без цели их участия в официальных спортивных соревнованиях (плавание)	
Тема 1.1. Правила вида спорта плавание	Правила вида спорта плавание
Тема 1.2. Техника двигательных действий по виду спорта (плавание)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Техника плавания кролем на груди. 2. Техника плавания кролем на спине. 3. Техника плавания брассом . 4. Техника плавания баттерфляем. 5. Техника поворотов в спортивном плавании. 6. Техника стартов в спортивном плавании.
Тема 1.3. Методика обучения занимающихся владению навыками и техникой по виду спорта (плавание)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Подготовительные упражнения по освоению с водой. 2. Упражнения для изучения техники плавания кролем на груди. 3. Упражнения для изучения техники плавания брассом. 4. Упражнения для изучения техники плавания баттерфляем. 5. Упражнения, применяемые для изучения поворотов. 6. Упражнения для изучения стартов с тумбочки, стартов из воды.
Практическое занятие 1	Освоение методики обучение спортивным способам плавания.
Тема 1.4. Обучение занимающихся техникам и методам самоконтроля и самостраховки	<p>Самоконтроль, показатели самоконтроля.</p> <p>Методы контроля и самоконтроля при занятиях по виду спорта.</p> <p>Техники и методы страховки и самостраховки.</p>
Практическое занятие 2	Освоение техник и методов самоконтроля и самостраховки.
Тема 1.5. Контроль выполнения занимающимися упражнений для овладения навыками и техникой по виду спорта (плавание)	<p>Правила безопасного выполнения упражнений на занятиях по виду спорта.</p> <p>Методы контроля выполнения занимающимися упражнений для овладения навыками и техникой по виду спорта плавание.</p>
Практическое занятие 3	Осуществление контроля выполнения занимающимися упражнений для овладения навыками и техникой по виду спорта плавание.

Тема 1.6. Гигиенические аспекты занятий видом спорта (плавание), особенностей дозирования физической нагрузки	Гигиенические требования и нормы, предъявляемые к занятиям по плаванию. Понятие «нагрузка». Особенности дозирования физической нагрузки на занятиях по плаванию.
Практическое занятие 4	Разъяснение гигиенических аспектов занятий видом спорта, особенностей дозирования физической нагрузки
Тема 1.7. Контроль физического состояния занимающихся и переносимости физических нагрузок занимающимися на занятиях по плаванию	Система классифицирующих показателей для оценки физической подготовленности занимающихся к выполнению программы занятия.
Практическое занятие 5	Осуществление контроля физического состояния занимающихся и переносимости физических нагрузок занимающимися на занятиях по плаванию
Тема 1.8. Консультирование занимающихся по базовым принципам самостоятельной организации занятий по виду спорта (плавание)	Базовые принципы самостоятельной организации занятий по виду спорта (плавание)
Практическое занятие 6	Разъяснение базовых принципов самостоятельной организации занятий по виду спорта (плавание)
Практика	Проведение с занимающимися занятий по виду спорта плавание
Перечень учебных изданий	1. Базовые и новые физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой тренировки : учебное пособие / М.В. Еремин, А.Л. Волобуев, И.В. Кутын [и др.] ; под ред. А.Г. Горшкова. — Москва : КноРус, 2021. — 339 с. 2. Плавание с методикой преподавания: учебник для среднего профессионального образования / Н. Ж. Булгакова [и др.]; под общей редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 344 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08846-5. — Текст: электронный
Модуль № 3 Проведение с занимающимися занятий по виду спорта без цели их участия в официальных спортивных соревнованиях (футбол)	
Тема 1.1. Правила вида спорта футбол	Правила вида спорта футбол
Тема 1.2. Техника двигательных действий по виду спорта (футбол)	1) удар; 2) игра головой; 3) прием мяча; 4) ведение мяча;

	5) обводка и финты телом; 6) отбор мяча; 7) вбрасывание мяча.
Тема 1.3. Методика обучения занимающихся владению навыками и техникой по виду спорта (футбол)	Методика обучения технике удара; игры головой; приема мяча; ведения мяча; обводки и финтам телом; отбору мяча; вбрасыванию мяча
Практическое занятие 1	Освоение методики обучение технике удара; игры головой; приема мяча; ведения мяча; обводки и финтам телом; отбору мяча; вбрасыванию мяча.
Тема 1.4. Обучение занимающихся техникам и методам самоконтроля и самостраховки	Самоконтроль, показатели самоконтроля. Методы контроля и самоконтроля при занятиях по виду спорта. Техники и методы страховки и самостраховки.
Практическое занятие 2	Освоение техник и методов самоконтроля и самостраховки.
Тема 1.5. Контроль выполнения занимающимися упражнений для овладения навыками и техникой по виду спорта (футбол)	Правила безопасного выполнения упражнений на занятиях по виду спорта. Методы контроля выполнения занимающимися упражнений для овладения навыками и техникой по виду спорта футбол.
Практическое занятие 3	Осуществление контроля выполнения занимающимися упражнений для овладения навыками и техникой по виду спорта футбол.
Тема 1.6. Гигиенические аспекты занятий видом спорта (футбол), особенностей дозирования физической нагрузки	Гигиенические требования и нормы, предъявляемые к занятиям по футболу. Особенности дозирования физической нагрузки на занятиях по футболу.
Практическое занятие 4	Разъяснение гигиенических аспектов занятий видом спорта, особенностей дозирования физической нагрузки.
Тема 1.7. Контроль физического состояния занимающихся и переносимости физических нагрузок занимающимися на занятиях по футболу	Система классифицирующих показателей для оценки физической подготовленности занимающихся к выполнению программы занятия.
Практическое занятие 5	Осуществление контроля физического состояния занимающихся и переносимости физических нагрузок занимающимися на занятиях по футболу.
Тема 1.8. Консультирование занимающихся по базовым принципам самостоятельной организации занятий по виду спорта (футбол)	Базовые принципы самостоятельной организации занятий по виду спорта (футбол)

Практическое занятие 6	Разъяснение базовых принципов самостоятельной организации занятий по виду спорта (футбол)
Практика	Проведение с занимающимися занятий по виду спорта футбол
Перечень учебных изданий	<p>1. Алхасов, Д. С. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания: спортивные игры : учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 317 с.</p> <p>2. Губа, В. П. Теория и методика спортивных игр: учебник / В. П. Губа ; под редакцией А. А. Алексеева ; художник К. А. Тихонова. — Москва: Спорт-Человек, 2020. — 720 с.</p> <p>3. Поливаев, А. Г. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности. Соревнования по игровым видам спорта : учебное пособие для среднего профессионального образования / А. Г. Поливаев. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 103 с.</p> <p>4. Спортивные игры: правила, тактика, техника: учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 322 с.</p>

3. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

31.1. Специальные помещения должны представлять собой учебные аудитории для проведения занятий всех видов, предусмотренных программой профессионального обучения, в том числе групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы,

Перечень специальных помещений

Кабинеты:

- педагогики и психологии;
- анатомии и физиологии человека;
- теории и истории физической культуры;
- методического обеспечения организации физкультурно-спортивной деятельности.

Спортивный комплекс

универсальный спортивный зал, оснащенный спортивным инвентарём и оборудованием, обеспечивающим достижение результатов освоения программы профессионального обучения;

оборудованные открытые спортивные площадки, обеспечивающие достижение результатов освоения программы профессионального обучения;

плавательный бассейн, оснащенный спортивным инвентарём и оборудованием, обеспечивающим достижение результатов освоения программы профессионального обучения.

Залы:

- библиотека, читальный зал с выходом в интернет

3.1.2. Материально-техническое оснащение кабинетов, лабораторий и баз практики по специальности.

Образовательная организация, реализующая программу **профессионального обучения**, должна располагать материально-технической базой, обеспечивающей проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, практической работы, предусмотренных учебным планом и соответствующей действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам в разрезе выбранных траекторий.

Наименование специализированных аудиторий, кабинетов, лабораторий	Вид занятий	Наименование оборудования, программного обеспечения
Аудитории: - педагогики и психологии; - анатомии и физиологии человека; - теории и истории физической культуры; - методического обеспечения организации физкультурно-спортивной деятельности;	лекции, практические занятия	компьютер, мультимедийный проектор, экран, доска
Универсальный спортивный зал	практические занятия	спортивный инвентарь и оборудование, обеспечивающее достижение результатов освоения образовательной программы
Открытая спортивная площадка	практические занятия	спортивный инвентарь и оборудование, обеспечивающее

		достижение результатов освоения образовательной программы
Плавательный бассейн	практические занятия	спортивный инвентарь и оборудование, обеспечивающее достижение результатов освоения образовательной программы

3.1.2. Особенности материально-технического обеспечения для обучающихся из числа лиц с ОВЗ или инвалидностью

Сведения о материально-техническом обеспечении для обучающихся из числа лиц с ОВЗ или инвалидностью:

1. В ФГБУ ПОО «ГУОР по хоккею» создана безбарьерная среда с учетом потребностей следующих категорий инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья: с нарушениями зрения, с нарушениями слуха, с нарушениями опорно-двигательного аппарата, включающая доступность прилегающей территории, входных путей, путей перемещения внутри зданий; наличие оборудованных санитарно-гигиенических помещений; в учебных аудиториях, оборудован читальный зал в библиотеке, спортивный комплекс.

2. Лицам с ОВЗ или инвалидностью предоставляются бесплатно специальные оборудование, а также услуги ассистентов, сурдопереводчиков.

3. При организации образовательного процесса обеспечивается:

1) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:

- наличие альтернативной версии официального сайта ФГБУ ПОО «ГУОР по хоккею» в сети "Интернет" для слабовидящих;

- размещение в доступных для обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими, местах и в адаптированной форме (с учетом их особых потребностей) справочной информации о расписании учебных занятий, содержании адаптированной ООП (ОПОП) или иная информация, выполненная крупным шрифтом в электронном формате);

- двери, специализированные помещения для инвалидов обозначены специальными знаками и указателями и оборудованы специальными доводчиками.

- присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;

- обеспечение доступа обучающегося, являющегося слепым и использующего собаку-проводника, к зданию ФГБУ ПОО «ГУОР по хоккею» и внутри него;

2) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- наличие справочной информации о расписании учебных занятий в визуальной форме (на сайте ФГБУ ПОО «ГУОР по хоккею»).

3) для лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата, обеспечена возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, столовые, туалетные и другие необходимые для образовательного процесса помещения ФГБУ ПОО «ГУОР по хоккею», а также пребывания в указанных помещениях (наличие пандусов, поручней, расширенных дверных проемов, лифтов, локальное понижение стоек-барьеров; наличие других приспособлений).

4. Обучение лиц с нарушениями слуха предполагает использование мультимедийных средств и других технических средств (например, диктофонов) для приема-передачи учебной информации в доступных формах. Для слабовидящих обучающихся в учебных аудиториях предусмотрена возможность просмотра удаленных объектов (например, слайда на экране) при помощи мультимедийного оборудования. Обучение лиц с нарушениями зрения предполагает использование технических средств для приема - передачи учебной информации в доступных формах. Для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата в учебных аудиториях предусмотрено выделенное место с возможностью беспрепятственного к нему доступа на инвалидной коляске.

3.2. Кадровое обеспечение программы профессионального обучения. Требования к квалификации педагогических кадров.

Реализация программы профессионального обучения обеспечивается педагогическими работниками организации, а также лицами, привлекаемыми к реализации программы профессионального обучения на условиях гражданско-правового договора, в том числе из числа руководителей и работников организаций, направление деятельности которых соответствует области профессиональной деятельности 05 Физическая культура и спорт и имеющими стаж работы в данной профессиональной области не менее трех лет.

Квалификация педагогических работников организации должна отвечать квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках и (или) профессиональных стандартах (при наличии).

4. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Оценка качества освоения программы осуществляется в форме промежуточной и итоговой аттестации обучающихся.

Формой проведения промежуточной аттестации слушателей является зачет по учебным дисциплинам и экзамен по завершению каждого модуля. Зачет и экзамен могут междисциплинарными.

Оценка качества освоения программы осуществляется итоговой аттестационной комиссией в виде квалификационного экзамена.

Профессиональное обучение завершается итоговой аттестацией в форме квалификационного экзамена.

Квалификационный экзамен проводится для определения соответствия полученных знаний, умений и навыков программе профессионального обучения и установления на этой основе лицам, прошедшим профессиональное обучение, квалификации по должности служащего 23168 «Инструктор по спорту».

Квалификационный экзамен включает в себя практическую квалификационную работу и проверку теоретических знаний в пределах квалификационных требований, указанных в профессиональном стандарте по соответствующей должности служащих. К проведению квалификационного экзамена привлекаются представители работодателей, их объединений.

Задания, выносимые на практическую квалификационную работу, разрабатываются на основе требований к результатам освоения программы профессионального обучения, а также квалификационных требований, заявленных организациями, работодателями, заинтересованными в подготовке кадров соответствующей квалификации.

Практическая квалификационная работа проводится с использованием оценочных материалов, включающих в себя конкретные комплекты оценочной документации, варианты заданий и критерии оценивания, разрабатываемых организацией.

Комплект оценочной документации включает комплекс требований для проведения практической квалификационной работы, перечень оборудования и оснащения, расходных материалов, средств обучения и воспитания, а также варианты заданий.

Задание практической квалификационной работы предполагает самостоятельную подготовку (написание) проекта, демонстрирующего уровень знаний лица, осваивающего программу, в рамках выбранной темы, а также форсированность его профессиональных умений и навыков

Вопросы теоретической части направлены на проверку теоретических знаний в пределах квалификационных требований, указанных в профессиональном стандарте по соответствующей должности служащих.