

**Общество с ограниченной ответственностью
«Центр консалтинговых услуг ТЕУС»
(ООО «ЦКУ ТЕУС»)**



УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор
ООО «ЦКУ ТЕУС»
Ананко В.С.

_____ 2026 г.

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

Программа профессиональной переподготовки
«Профессиональное образование в сфере физической культуры и спорта»
(500 часов)

г. Севастополь
2026 г.

Оглавление

- 1. Цели и задачи программы профессиональной переподготовки, планируемые результаты обучения**
- 2. Учебный план программы профессиональной переподготовки**
- 3. Учебно-тематический план программы профессиональной переподготовки**
- 4. Содержание программы профессиональной переподготовки**
- 5. Оценка качества освоения программы**
- 6. Учебно-методическое обеспечение программы**

1. Цели и задачи программы профессиональной переподготовки, планируемые результаты обучения

Образовательная программа профессиональной переподготовки «Профессиональное образование в сфере физической культуры и спорта» разработана в соответствии Федеральным законом от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 24 марта 2025 г. № 266 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам», с опорой на требования современного рынка труда и государственной политики в области физической культуры и спорта.

Программа разработана на основе документов:

Федеральный закон от 4 декабря 2007 г. №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»

Национальная стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года

Приказ Министерства спорта Российской Федерации об организации спортивной подготовки и физического воспитания

Специфика формируемых в результате прохождения обучения по программе компетенций выпускников направлена на выполнение ими профессиональной деятельности в сфере образования, спортивной подготовки, физического воспитания и организации спортивно-зрелищных мероприятий.

Программа является учебно-методическим нормативным документом, регламентирующим содержание, организационно-методические формы и трудоемкость обучения.

Категория слушателей программы:

Лица, желающие освоить программу профессиональной переподготовки «Профессиональное образование в сфере физической культуры и спорта», должны иметь среднее профессиональное или высшее образование или получать такое образование на момент поступления на обучение по программе.

К ним относятся:

преподаватели физической культуры образовательных организаций
тренеры и специалисты спортивных клубов и федераций
руководители физкультурно-спортивных организаций
специалисты в области физической культуры и спорта
лица, желающие переквалифицироваться в сфере физического воспитания и спортивной подготовки.

Цель реализации программы:

Программа профессиональной переподготовки «Профессиональное образование в сфере физической культуры и спорта» направлена на получение слушателями компетенций, необходимых для выполнения нового вида профессиональной деятельности в области физического воспитания, спортивной подготовки, управления физкультурно-спортивными организациями и реализации государственной политики в сфере ФКиС.

Объекты профессиональной деятельности:

образовательные организации всех уровней
спортивные клубы и объединения
федерации по видам спорта
физкультурно-спортивные комплексы и сооружения
спортивные школы и центры подготовки
органы управления физической культурой и спортом
спортивно-зрелищные организации

Планируемые результаты обучения:

Слушатели приобретут системные знания для выполнения нового вида профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта с формированием (совершенствованием) следующих компетенций:

Общие компетенции:

ОК 1. Способность понимать сущность и социальную значимость физической культуры и спорта, проявлять к ним устойчивый интерес

ОК 2. Способность организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество

ОК 3. Способность принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность

ОК 4. Способность осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития

ОК 5. Способность владеть информационной культурой, анализировать и оценивать информацию с использованием информационно-коммуникационных технологий

ОК 6. Способность работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями

Профессиональные компетенции:

ПК 1. Знание нормативно-правовой базы физической культуры и спорта, государственной политики в этой сфере

ПК 2. Способность осуществлять педагогическую деятельность в области физического воспитания и спортивной подготовки

ПК 3. Владение методами обучения двигательным действиям и технологиями спортивной тренировки

ПК 4. Способность проводить психолого-педагогическое и психологическое сопровождение спортивной деятельности

ПК 5. Знание основ спортивной медицины, гигиены и безопасности в физкультурно-спортивной деятельности

ПК 6. Способность организовывать и управлять физкультурно-спортивными мероприятиями

ПК 7. Владение методами маркетинга и менеджмента в спорте

По окончании обучения слушатель должен знать:

основы государственной политики в области физической культуры и спорта

историю развития физической культуры в мире и России

нормативно-правовую базу физкультурно-спортивной деятельности

основы социологии спорта и физической культуры

принципы и методы педагогики физической культуры

психологические основы спортивной деятельности

теорию и методику физического воспитания и спортивной тренировки

основы анатомии, физиологии и биомеханики

спортивную медицину и гигиену

управление проектами в сфере физической культуры и спорта

адаптивную физическую культуру и инклюзивные практики

информационные технологии в спорте

маркетинг и спортивные сооружения

организацию спортивно-зрелищных мероприятий

Организационно-педагогические условия:

Профессиональная переподготовка проводится квалифицированными специалистами, имеющими высшее образование, обладающими соответствующими знаниями и практическим опытом работы.

Нормативная трудоемкость обучения по данной программе – 500 часов, включая все виды аудиторной, внеаудиторной (самостоятельной) и практической учебной работы слушателя.

Форма обучения: Программа профессиональной переподготовки «Профессиональное образование в сфере физической культуры и спорта» реализуется посредством следующих форм обучения:

дистанционная форма обучения.

Обучение проводится с применением дистанционных образовательных технологий, которые содержат электронные учебно - методические материалы, нормативные документы, вебинары и реализуются с применением информационно – телекоммуникационных сетей при опосредованном (на расстоянии) взаимодействии обучающихся и педагогических работников.

При реализации образовательной программы с применением дистанционных образовательных технологий местом осуществления образовательной деятельности является место нахождения организации, осуществляющей образовательную деятельность, или ее филиала независимо от места нахождения обучающихся (п.4. ст.16 Федерального закона № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 г. «Об образовании в Российской Федерации»).

Самостоятельные занятия направлены на закрепление и расширение учебного материала, развитие творческого мышления слушателей и формирование устойчивых знаний и умений.

При изучении материала программы профессиональной переподготовки предусматриваются следующие виды самостоятельной работы слушателей:

- обучение с помощью компьютерной обучающей-контролирующей программы;
- самостоятельное изучение нормативных правовых актов.

Обучение может проходить по индивидуальному учебному плану в пределах осваиваемой образовательной программы в порядке, установленном Федеральным законом от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" и локальным нормативным актом образовательной организации.

Продолжительность профессиональной переподготовки в соответствии с индивидуальным учебным планом может быть изменена с учетом особенностей и образовательных потребностей конкретного обучающегося.

По окончании обучения слушателям, успешно прошедшим итоговую аттестацию, выдается диплом о профессиональной переподготовке с правом на ведение профессиональной деятельности.

2. Учебный план программы профессиональной переподготовки

Вид профессиональной деятельности – Профессиональное образование в сфере физической культуры и спорта.

Основная цель вида профессиональной деятельности: Реализация государственной политики в области физической культуры и спорта через качественное обучение, спортивную подготовку и организацию физкультурно-спортивной деятельности, направленную на укрепление здоровья населения, развитие спорта высших достижений и формирование здорового образа жизни.

Трудоемкость обучения – 500 академических часов.

Может быть изменен в соответствии с индивидуальным учебным планом.

Форма подготовки: с применением электронного обучения и дистанционных

образовательных технологий.

Режим занятий: не более 8 часов в день.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование компонентов программы	Продолжительность, час.
1	Становление и государственная политика в области физической культуры и спорта	27
2	История физической культуры	27
3	Правовые основы физической культуры	28
4	Социология физической культуры	28
5	Педагогика и психология (общий блок)	27
6	Педагогика физической культуры	28
7	Психология физической культуры	27
8	Теория и методика физического воспитания и спортивной тренировки	28
9	Анатомия, спортивная морфология и физиология	28
10	Биомеханика двигательной деятельности и спортивная метрология	27
11	Теория и методика избранного вида спорта	28
12	Спортивная медицина и гигиена	28
13	Управление проектами и реализация программ в сфере физической культуры и спорта	28
14	Адаптивная физическая культура	28
15	Информационные технологии в физкультурно-спортивной деятельности	28
16	Маркетинг в спорте	28
17	Спортивные сооружения	27
18	Организация спортивно-зрелищных мероприятий	28
Итоговая аттестация и проверка знаний		2
ИТОГО		500

3. Учебно-тематический план программы профессиональной переподготовки

№ п/п	Наименование дисциплин	Всего часов	Теория	Самост. работа
Раздел 1	Становление и государственная политика в области физической культуры и спорта	27	15	12
1.1.	Физическая культура и спорт как социальный феномен и объект государственной политики	6	3	3
1.2.	Современная государственная стратегия развития физической культуры и спорта в РФ (основные документы, цели, задачи)	6	3	3
1.3.	Федеральные и региональные органы управления в сфере ФКиС: структура, полномочия, взаимодействие	5	3	2
1.4.	Национальные проекты и федеральные программы в области физической культуры и	5	3	2

	спорта			
1.5.	Государственная поддержка спорта высших достижений, детско-юношеского и массового спорта	5	3	2
Раздел 2	История физической культуры	27	15	12
2.1.	Физическая культура в древних цивилизациях и античном мире	5	3	2
2.2.	Развитие физической культуры в Средние века и эпоху Возрождения	5	3	2
2.3.	Становление национальных систем физического воспитания (Германия, Швеция, Франция)	4	2	2
2.4.	История Олимпийских игр и олимпийского движения	4	2	2
2.5.	Развитие физической культуры и спорта в России и СССР	4	2	2
2.6.	Современные тенденции и глобализация в мировом спорте	5	3	2
Раздел 3	Правовые основы физической культуры	28	14	14
3.1.	Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» – основа правового регулирования.	6	3	3
3.2.	Нормативно-правовые акты, регламентирующие деятельность спортивных школ, клубов и федераций	6	3	3
3.3.	Правовой статус спортсмена, тренера, спортивного судьи. Трудовое право в спорте	4	2	2
3.4.	Договорные отношения в спорте (трудовые контракты, спонсорские соглашения, трансферы)	4	2	2
3.5.	Противодействие допингу: правовые аспекты (Всемирный антидопинговый кодекс, национальное законодательство)	4	2	2
3.6.	Спортивное страхование и вопросы безопасности	4	2	2
Раздел 4	Социология физической культуры	28	14	14
Раздел 5	Педагогика и психология (общий блок)	27	15	12
Раздел 6	Педагогика физической культуры	28	14	14
6.1.	Специфика педагогического процесса в физкультурно-спортивной деятельности	6	3	3
6.2.	Принципы, методы и средства обучения двигательным действиям	6	3	3
6.3.	Формы организации занятий в ФКиС (урок, тренировка, секционное занятие, соревнование)	6	3	3
6.4.	Воспитание личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности	6	3	3
6.5.	Педагогический контроль и учет в работе преподавателя/тренера	4	2	2

Раздел 7	Психология физической культуры	27	15	12
7.1.	Психологическая подготовка спортсмена: общая и специальная	6	3	3
7.2.	Психологические основы обучения двигательным навыкам	6	3	3
7.3.	Мотивация в спорте. Психология спортивной карьеры	5	3	2
7.4.	Психические состояния в спорте (предстартовые, соревновательные, постсоревновательные)	5	3	2
7.5.	Конфликты в спортивной среде и пути их разрешения. Психология тренерской деятельности	5	3	2
Раздел 8	Теория и методика физического воспитания и спортивной тренировки	28	14	14
8.1.	Система физического воспитания в РФ: цель, задачи, принципы	6	3	3
8.2.	Средства и методы физического воспитания	6	3	3
8.3.	Основы спортивной тренировки: нагрузка, отдых, адаптация, тренировочный эффект	4	2	2
8.4.	Построение тренировочного процесса: структура микро-, мезо- и макроциклов	4	2	2
8.5.	Техническая, тактическая, физическая и интегральная подготовка спортсмена	4	2	2
8.6.	Планирование и контроль в физическом воспитании и спортивной тренировке	4	2	2
Раздел 9	Анатомия, спортивная морфология и физиология	28	14	14
Раздел 10	Биомеханика двигательной деятельности и спортивная метрология	27	15	12
Раздел 11	Теория и методика избранного вида спорта	28	14	14
Раздел 12	Спортивная медицина и гигиена	28	14	14
12.1.	Врачебный контроль и диспансеризация в спорте. Функциональные пробы.	6	3	3
12.2.	Оказание первой помощи при травмах и неотложных состояниях в спорте	6	3	3
12.3.	Спортивный травматизм: профилактика, диагностика, принципы реабилитации	6	3	3
12.4.	Гигиена физических упражнений: режим, питание, закаливание, гигиена мест занятий	6	3	3
12.5.	Основы спортивного питания и нутрициологии	4	2	2
Раздел 13	Управление проектами и реализация программ в сфере физической культуры и спорта	28	14	14
Раздел 14	Адаптивная физическая культура	28	14	14
14.1.	Цель, задачи, виды и функции АФК. Нормативно-правовая база	6	3	3

14.2.	Особенности контингента занимающихся АФК (инвалиды, лица с ограниченными возможностями здоровья)	6	3	3
14.3.	Методические основы построения занятий по АФК для различных нозологических групп	6	3	3
14.4.	Технологии физкультурно-спортивной деятельности в АФК	6	3	3
14.5.	Инклюзивные практики в физическом воспитании	4	2	2
Раздел 15	Информационные технологии в физкультурно-спортивной деятельности	28	14	14
Раздел 16	Маркетинг в спорте	28	14	14
Раздел 17	Спортивные сооружения	27	15	12
Раздел 18	Организация спортивно-зрелищных мероприятий	28	14	14
	Итоговая аттестация	2		
	Итого	500		

4. Содержание программы профессиональной переподготовки

Раздел 1. Становление и государственная политика в области физической культуры и спорта

Тема 1.1. Физическая культура и спорт как социальный феномен и объект государственной политики

Лекция раскрывает сущность физической культуры и спорта как многоаспектных социальных явлений, оказывающих влияние на развитие общества и личности. Рассматривается роль государства в регулировании физкультурно-спортивной деятельности и формировании национальной политики. Анализируются функции физической культуры: оздоровительная, образовательная, социализирующая и воспитательная. Обсуждаются основные парадигмы понимания спорта в современном мире.

Тема 1.2. Современная государственная стратегия развития физической культуры и спорта в РФ

Излагаются ключевые стратегические документы, определяющие развитие ФКиС в России на средне- и долгосрочную перспективу. Рассматриваются основные цели и задачи государственной политики, включая повышение уровня здоровья населения, развитие спорта высших достижений и детско-юношеского спорта. Анализируются приоритетные направления развития отрасли и механизмы их реализации. Особое внимание уделяется современным вызовам и адаптации стратегии к изменяющимся условиям.

Тема 1.3. Федеральные и региональные органы управления в сфере ФКиС

Лекция описывает организационную структуру системы управления физической культурой и спортом на федеральном и региональном уровнях. Рассматриваются полномочия и функции основных органов управления, включая Министерство спорта РФ, региональные министерства и ведомства. Анализируются механизмы взаимодействия различных уровней управления и роль общественных организаций в координации деятельности. Обсуждаются вопросы вертикальной и

горизонтальной интеграции в системе управления спортом.

Тема 1.4. Национальные проекты и федеральные программы в области физической культуры и спорта

Излагаются содержание, цели и сроки реализации национальных проектов и федеральных программ, направленных на развитие ФКиС. Рассматриваются механизмы финансирования, целевые показатели и ожидаемые результаты реализации программ. Анализируются примеры успешной реализации программ и факторы, обеспечивающие их эффективность. Обсуждаются вопросы мониторинга, оценки и корректировки программ на основе полученных результатов.

Тема 1.5. Государственная поддержка спорта высших достижений, детско-юношеского и массового спорта

Лекция раскрывает систему государственной поддержки различных направлений развития спорта и физической культуры. Рассматриваются механизмы финансирования и стимулирования развития спорта высших достижений, включая поддержку олимпийского движения. Анализируются программы развития детско-юношеского спорта, направленные на выявление и подготовку талантливой молодежи. Обсуждаются инициативы в области массового спорта и физической культуры для всех возрастных групп населения.

Раздел 2: История физической культуры

Тема 2.1. Физическая культура в древних цивилизациях и античном мире

Лекция освещает развитие физического воспитания и спортивной деятельности в древних цивилизациях Египта, Греции и Рима. Рассматриваются значение физической подготовки в военном деле, религиозных обрядах и общественной жизни древних обществ. Анализируются истоки Олимпийских игр в Древней Греции и их роль в развитии спорта и физической культуры. Обсуждается влияние антропологических и культурных факторов на формирование различных систем физического воспитания.

Тема 2.2. Развитие физической культуры в Средние века и эпоху Возрождения

Излагаются особенности развития физической культуры в период Средневековья, когда приоритет отдавался духовному развитию. Рассматривается трансформация отношения к физической подготовке в период Ренессанса и влияние гуманистических идей на возрождение интереса к телесному развитию. Анализируются социальные условия, обусловившие изменение взглядов на физическую культуру и спорт. Обсуждаются зачатки организованного спорта в этот период.

Тема 2.3. Становление национальных систем физического воспитания

Лекция рассматривает формирование систематизированных подходов к физическому воспитанию в Германии, Швеции и Франции в XVIII–XIX веках. Анализируются особенности каждой национальной системы: немецкая (Ян, Гутсмутс), шведская (Линг) и французская системы физического воспитания. Рассматривается влияние этих систем на развитие физической культуры в других странах. Обсуждается роль педагогических идей и социально-политических условий в формировании национальных систем.

Тема 2.4. История Олимпийских игр и олимпийского движения

Излагается история возрождения Олимпийских игр в конце XIX века благодаря деятельности Пьера де Кубертена. Рассматривается развитие олимпийского движения,

расширение географии участия и эволюция организационной структуры Международного олимпийского комитета. Анализируются роль Олимпийских игр в развитии спорта, международных отношений и популяризации физической культуры. Обсуждаются современные вызовы олимпийского движения и перспективы его развития.

Тема 2.5. Развитие физической культуры и спорта в России и СССР

Лекция освещает особенности развития физической культуры в Российской Империи, с акцентом на традиционные виды физической подготовки. Рассматривается кардинальное преобразование подходов в советский период, включая создание государственной системы физического воспитания и спорта. Анализируются успехи советского спорта на международной арене, роль спорта в идеологии и воспитании молодежи. Обсуждаются трансформация системы после распада СССР и процесс адаптации к новым реалиям.

Тема 2.6. Современные тенденции и глобализация в мировом спорте

Излагаются ключевые тенденции развития спорта в условиях глобализации и информационного общества. Рассматриваются процессы коммерциализации спорта, роль средств массовой информации и интернет-технологий в популяризации и организации спортивной деятельности. Анализируются влияние глобальных экономических и социальных процессов на развитие международного спорта. Обсуждаются вызовы, связанные с допингом, коррупцией и спортивными конфликтами в современном мире.

Раздел 3: Правовые основы физической культуры

Тема 3.1. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»

Лекция раскрывает правовую основу развития физической культуры и спорта в России, представленную ключевым нормативно-правовым актом. Рассматриваются основные положения закона, включая определение понятий, принципы государственной политики и организацию физкультурно-спортивной деятельности. Анализируются права и обязанности участников физкультурно-спортивной деятельности, механизмы контроля и надзора. Обсуждаются последние изменения и дополнения в законодательство.

Тема 3.2. Нормативно-правовые акты, регламентирующие деятельность спортивных школ, клубов и федераций

Излагается система нормативно-правовых документов, регулирующих деятельность различных организаций в области физической культуры и спорта. Рассматриваются положения о спортивных школах, клубах, федерациях и их организационно-правовые формы. Анализируются требования к лицензированию и аккредитации спортивных организаций, процедуры государственного контроля. Обсуждаются вопросы организации финансирования и хозяйственной деятельности спортивных организаций.

Тема 3.3. Правовой статус спортсмена, тренера, спортивного судьи. Трудовое право в спорте

Лекция рассматривает правовое положение основных участников спортивной деятельности и особенности применения трудового права в спорте. Анализируются права и обязанности спортсменов, включая право на спортивную деятельность, социальную защиту и справедливое разрешение споров. Рассматриваются требования к

квалификации и ответственность тренеров и судей. Обсуждаются особенности трудовых отношений в спорте и защита прав работников.

Тема 3.4. Договорные отношения в спорте

Излагаются основные виды договоров в спорте и их правовое регулирование. Рассматриваются особенности трудовых контрактов спортсменов, условия заключения и исполнения, а также механизмы разрешения споров. Анализируются спонсорские соглашения, контракты с телекомпаниями и другие договоры в области спортивного бизнеса. Обсуждаются вопросы переходов (трансферов) спортсменов, включая механизмы регулирования и защиты интересов сторон.

Тема 3.5. Противодействие допингу: правовые аспекты

Лекция раскрывает правовую основу борьбы с допингом в спорте на международном и национальном уровнях. Рассматриваются положения Всемирного антидопингового кодекса и их имплементация в национальное законодательство. Анализируются процедуры проверки на допинг, механизмы наложения санкций и защиты прав спортсменов. Обсуждаются вопросы информирования спортсменов о запрещенных веществах и повышения ответственности всех участников спортивной деятельности.

Тема 3.6. Спортивное страхование и вопросы безопасности

Излагаются вопросы организации страховой защиты в спорте, включая виды страхования спортсменов, тренеров и организаций. Рассматриваются правовые требования к обеспечению безопасности при проведении занятий и соревнований. Анализируются нормы по профилактике травматизма, условиям использования спортивных сооружений и оборудования. Обсуждаются вопросы ответственности организаций за вред, причиненный участникам спортивной деятельности.

Раздел 4: Социология физической культуры

Данный раздел в плане указан без деталей. Предлагаемое содержание может быть развернуто в зависимости от конкретного наполнения курса.

Раздел охватывает социальные аспекты физической культуры и спорта, включая анализ социальных функций спорта, роль физической культуры в социализации личности и формировании общественных отношений. Рассматривается влияние социальных факторов на развитие спорта, включая экономические, политические и культурные аспекты. Анализируются вопросы социального неравенства в спорте, доступность физической культуры для различных групп населения и социальная мобильность через спорт. Изучаются социальные проблемы, связанные с развитием спорта, включая противодействие насилию, дискриминации и коррупции.

Раздел 5: Педагогика и психология (общий блок)

Данный раздел представляет базовый блок, содержание которого должно быть конкретизировано в соответствии с учебной программой.

Раздел включает общие теоретические основы педагогики и психологии, необходимые для понимания специфики физкультурно-спортивной деятельности. Рассматриваются основные понятия, принципы и подходы педагогической науки, включая обучение, воспитание и развитие личности. Анализируются психологические закономерности развития человека, мотивация поведения и межличностные отношения. Обсуждаются применение общепедагогических и психологических знаний в контексте физической культуры и спорта.

Раздел 6: Педагогика физической культуры

Тема 6.1. Специфика педагогического процесса в физкультурно-спортивной деятельности

Лекция рассматривает особенности педагогического процесса в физической культуре и спорте, отличающие его от других сфер образования. Анализируются цели, задачи и содержание физкультурно-спортивной педагогики, роль двигательной активности в развитии и воспитании личности. Рассматриваются этапы и закономерности педагогического процесса, включая мотивирование, организацию деятельности и контроль результатов. Обсуждаются вопросы индивидуализации и дифференциации обучения в физической культуре.

Тема 6.2. Принципы, методы и средства обучения двигательным действиям

Излагаются основные принципы, обеспечивающие эффективность обучения двигательным навыкам, включая принцип систематичности, доступности, сознательности и активности. Рассматриваются методы обучения движениям: словесные, наглядные и практические, а также их комбинирование в зависимости от контекста. Анализируются средства обучения, включая физические упражнения, спортивный инвентарь и тренажеры. Обсуждаются современные подходы к обучению двигательным действиям с использованием информационных технологий.

Тема 6.3. Формы организации занятий в ФКиС

Лекция рассматривает основные организационные формы проведения занятий в физической культуре и спорте. Анализируются особенности урока физической культуры в школе, включая структуру, содержание и методику проведения. Рассматриваются тренировочные занятия в спортивных школах и клубах, их специфика и структура. Обсуждаются секционные занятия, соревнования как форма организации деятельности и их педагогическое значение. Анализируются принципы выбора и комбинирования форм организации в зависимости от целей и контингента занимающихся.

Тема 6.4. Воспитание личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности

Излагаются возможности физической культуры и спорта в воспитании личностных качеств и формировании мировоззрения. Рассматриваются механизмы развития физических, нравственных, волевых и других качеств через спортивную деятельность. Анализируются подходы к воспитанию коллективизма, дисциплинированности, ответственности и других качеств, необходимых в спорте. Обсуждаются вопросы профилактики асоциального поведения и социализации через физическую культуру и спорт.

Тема 6.5. Педагогический контроль и учет в работе преподавателя/тренера

Лекция раскрывает систему контроля и учета результатов педагогической деятельности в физической культуре и спорте. Рассматриваются методы сбора информации о результатах обучения и тренировки, включая тестирование, наблюдение и анализ видеозаписей. Анализируются критерии оценивания достижений в двигательной и физической подготовке. Обсуждаются использование результатов контроля для корректировки и совершенствования педагогического процесса и индивидуализации обучения.

Раздел 7: Психология физической культуры

Тема 7.1. Психологическая подготовка спортсмена: общая и специальная

Лекция раскрывает систему психологической подготовки спортсменов, направленную на развитие психических качеств, необходимых для успешной спортивной деятельности. Рассматриваются методы формирования устойчивости к стрессу, развития волевых качеств и уверенности в своих силах. Анализируются особенности общей психологической подготовки, проводимой на протяжении всего периода тренировок, и специальной подготовки, применяемой перед соревнованиями. Обсуждаются инновационные методы и технологии психологической подготовки.

Тема 7.2. Психологические основы обучения двигательным навыкам

Излагаются психологические закономерности процесса обучения двигательным навыкам и формирования двигательных умений. Рассматриваются стадии формирования навыков, роль внимания, памяти и воображения в обучении движениям. Анализируются влияние эмоционального состояния на успешность обучения и автоматизации навыков. Обсуждаются вопросы устранения ошибок в технике движений и развития способности к быстрой адаптации в условиях соревнований.

Тема 7.3. Мотивация в спорте. Психология спортивной карьеры

Лекция рассматривает психологические механизмы мотивации спортсмена, включая внутреннюю и внешнюю мотивацию. Анализируются факторы, определяющие выбор спорта и продолжение спортивной карьеры, включая потребности, ценности и цели. Рассматриваются этапы спортивной карьеры и психологические кризисы, связанные с переходами между этапами. Обсуждаются вопросы адаптации спортсменов после завершения спортивной карьеры и профилактики психологических проблем.

Тема 7.4. Психические состояния в спорте

Излагаются особенности психических состояний спортсменов на различных этапах спортивной деятельности. Рассматриваются предстартовые состояния, включая волнение, страх и излишнее возбуждение, и методы их регуляции. Анализируются психические состояния во время соревнования, включая концентрацию внимания, поток и состояния паники. Обсуждаются постсоревновательные состояния, включая эмоциональное восстановление после побед и поражений, и их влияние на последующие результаты.

Тема 7.5. Конфликты в спортивной среде и пути их разрешения. Психология тренерской деятельности

Лекция рассматривает источники конфликтов в спорте и психологические подходы к их разрешению. Анализируются конфликты между спортсменами, между спортсменом и тренером, а также конфликты внутри спортивной организации. Обсуждаются методы профилактики конфликтов и стратегии их конструктивного разрешения. Излагаются психологические основы тренерской деятельности, включая лидерство, коммуникацию, мотивирование и разрешение проблем в спортивном коллективе.

Раздел 8: Теория и методика физического воспитания и спортивной тренировки

Тема 8.1. Система физического воспитания в РФ: цель, задачи, принципы

Лекция раскрывает структуру системы физического воспитания в России и основные направления ее развития. Рассматриваются общие цели физического воспитания: укрепление здоровья, физическое развитие, формирование двигательных

навыков и воспитание физических качеств. Анализируются принципы системы: всеобщность, доступность, научность, учет индивидуальных особенностей. Обсуждаются взаимодействие между различными уровнями системы образования и внешкольными учреждениями физической культуры.

Тема 8.2. Средства и методы физического воспитания

Излагаются основные средства физического воспитания, включая физические упражнения, оздоровительные силы природы и гигиенические факторы. Рассматриваются классификация физических упражнений по различным критериям и принципы их подбора. Анализируются методы физического воспитания, включая методы формирования двигательных умений и навыков и методы развития физических качеств. Обсуждаются современные подходы к применению средств и методов в зависимости от возраста, пола и уровня физической подготовленности.

Тема 8.3. Основы спортивной тренировки: нагрузка, отдых, адаптация, тренировочный эффект

Лекция рассматривает фундаментальные концепции спортивной тренировки и механизмы развития физических качеств. Анализируются понятие тренировочной нагрузки, ее компоненты (объем, интенсивность, плотность), и принципы ее дозирования. Рассматривается роль отдыха и восстановления в адаптационных процессах организма спортсмена. Обсуждаются механизмы адаптации организма к нагрузкам и долгосрочные эффекты тренировки, включая увеличение аэробной мощности и совершенствование техники.

Тема 8.4. Построение тренировочного процесса: структура микро-, мезо- и макроциклов

Излагается система циклического построения тренировочного процесса и логика распределения нагрузок. Рассматриваются микроциклы (обычно недельные), их типология и структура тренировочных дней. Анализируются мезоциклы (несколько недель), включая подготовительные, основные и восстановительные мезоциклы. Обсуждаются макроциклы (месяц, сезон, годичный цикл), их структура и взаимосвязь с периодизацией спорта. Рассматриваются современные подходы к построению многолетней подготовки и использование блочной периодизации.

Тема 8.5. Техническая, тактическая, физическая и интегральная подготовка спортсмена

Лекция раскрывает четыре основных компонента спортивной подготовки и их взаимосвязь. Рассматривается техническая подготовка, направленная на овладение оптимальной техникой движений, и методы совершенствования технического мастерства. Анализируется тактическая подготовка, включающая освоение игровых и соревновательных тактик и развитие тактического мышления. Обсуждается физическая подготовка, развивающая необходимые физические качества, и интегральная подготовка, обеспечивающая единство всех компонентов в условиях соревнования.

Тема 8.6. Планирование и контроль в физическом воспитании и спортивной тренировке

Излагаются принципы и методы планирования физкультурно-спортивной деятельности на различных уровнях. Рассматриваются документы планирования: планы работы, программы, планы-конспекты занятий и тренировок. Анализируются методы контроля и оценки эффективности физического воспитания и тренировки,

включая педагогическое тестирование и оценку физической подготовленности. Обсуждаются использование данных контроля для анализа результативности и внесения корректив в план тренировки.

Раздел 9: Анатомия, спортивная морфология и физиология

Данный раздел в плане указан без деталей. Содержание разворачивается в соответствии с учебной программой.

Раздел охватывает анатомо-физиологические основы физической культуры и спорта, необходимые для понимания влияния физических нагрузок на организм человека. Рассматриваются строение и функции основных систем организма, включая мышечную, костную, сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы. Анализируются адаптационные изменения организма спортсмена в ответ на физические нагрузки. Обсуждаются возрастные особенности анатомо-физиологического развития и их значение для физического воспитания.

Раздел 10: Биомеханика двигательной деятельности и спортивная метрология

Данный раздел в плане указан без деталей. Содержание разворачивается в соответствии с учебной программой.

Раздел изучает механические закономерности движения человека и методы объективного измерения результатов спортивной деятельности. Рассматриваются основные биомеханические характеристики движений, включая силу, скорость, ускорение и траекторию. Анализируются биомеханические основы техники различных видов спорта и принципы оптимизации движений. Обсуждаются методы спортивной метрологии, включая тестирование физических качеств, измерение антропометрических показателей и анализ движений с использованием современных технологий.

Раздел 11: Теория и методика избранного вида спорта

Данный раздел в плане указан без деталей, так как содержание зависит от специализации учреждения.

Раздел посвящен глубокому изучению теоретических и методических основ выбранного вида спорта. Рассматриваются история развития вида спорта, его официальные правила и регламент соревнований. Анализируются техника и тактика выбранного вида спорта, методы обучения и совершенствования технико-тактического мастерства. Обсуждаются методика организации тренировочного процесса, в том числе построение годичного плана и структура микроциклов для данного вида спорта.

Раздел 12: Спортивная медицина и гигиена

12.1. Врачебный контроль и диспансеризация в спорте. Функциональные пробы

Лекция раскрывает систему медицинского обеспечения спортсменов, включая врачебный контроль и диспансеризацию. Рассматриваются этапы врачебного контроля: первичный, текущий и углубленный медицинский осмотры, их содержание и цели. Анализируются функциональные пробы (PWC, тест Купера и др.), используемые для оценки состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Обсуждаются критерии допуска спортсменов к тренировкам и соревнованиям на основе результатов медицинского обследования.

12.2. Оказание первой помощи при травмах и неотложных состояниях в спорте

Излагаются практические навыки оказания первой помощи при различных травмах и неотложных состояниях, возникающих во время спортивной деятельности. Рассматриваются алгоритмы действий при травмах разных типов, включая ранения, переломы, вывихи и сотрясения мозга. Анализируются мероприятия по снижению боли и предотвращению осложнений до прибытия квалифицированной медицинской помощи. Обсуждаются организационные аспекты оказания первой помощи, включая наличие аптек и обучение персонала.

12.3. Спортивный травматизм: профилактика, диагностика, принципы реабилитации

Лекция рассматривает проблему спортивного травматизма и система мер по его предотвращению. Анализируются причины и факторы риска возникновения травм в различных видах спорта. Рассматриваются методы профилактики, включая правильную технику выполнения упражнений, адекватные физические нагрузки и использование защитного снаряжения. Обсуждаются процесс реабилитации после травм, включая восстановление функции и возвращение к тренировкам.

12.4. Гигиена физических упражнений: режим, питание, закаливание, гигиена мест занятий

Излагаются принципы гигиены, необходимые для оптимизации условий физической деятельности и сохранения здоровья. Рассматриваются режим дня спортсмена, включая продолжительность сна, питания и отдыха. Анализируются основы рационального питания спортсменов в зависимости от вида спорта и периода тренировки. Обсуждаются методы закаливания, повышения устойчивости к неблагоприятным факторам и санитарно-гигиенические требования к местам проведения занятий и соревнований.

12.5. Основы спортивного питания и нутрициологии

Лекция раскрывает роль питания в спортивной деятельности и принципы составления диет для спортсменов. Рассматриваются пищевые вещества, необходимые для спорта, включая белки, жиры, углеводы, витамины и минеральные вещества, и их оптимальные соотношения. Анализируются особенности питания при различных видах спорта и в различные периоды тренировки. Обсуждаются вопросы использования спортивных пищевых добавок, их безопасность и эффективность в контексте антидопинговых требований.

Раздел 13: Управление проектами и реализация программ в сфере физической культуры и спорта

Данный раздел в плане указан без детализации. Содержание разворачивается в зависимости от профиля подготовки.

Раздел охватывает теоретические и практические основы управления проектами в сфере физической культуры и спорта. Рассматриваются фазы управления проектом: инициирование, планирование, исполнение, мониторинг и завершение. Анализируются методы оценки жизнеспособности проектов, включая анализ затрат и выгод, и управление рисками. Обсуждаются особенности реализации государственных программ развития физической культуры и спорта, включение проектов в стратегические планы развития.

Раздел 14: Адаптивная физическая культура

14.1. Цель, задачи, виды и функции АФК. Нормативно-правовая база

Лекция раскрывает сущность адаптивной физической культуры как системы

занятий физическими упражнениями с целью реабилитации и социальной интеграции лиц с ограниченными возможностями. Рассматриваются основные цели и задачи АФК, включая восстановление функций, развитие физических качеств и формирование позитивного отношения к деятельности. Анализируются виды АФК: адаптивное физическое воспитание, адаптивный спорт и физическая рекреация для инвалидов. Обсуждается нормативно-правовая база, включая законодательство о правах инвалидов и программы государственной поддержки.

14.2. Особенности контингента занимающихся АФК

Излагаются особенности различных категорий лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов, определяющие содержание и методику занятий АФК. Рассматриваются классификации нарушений: нарушения слуха, зрения, опорно-двигательного аппарата, интеллектуальные нарушения, соматические заболевания. Анализируются социально-психологические характеристики инвалидов, включая мотивацию к занятиям, психологическую адаптацию и потребности в социальной интеграции. Обсуждаются индивидуальные различия внутри каждой нозологической группы и их влияние на организацию занятий.

14.3. Методические основы построения занятий по АФК для различных нозологических групп

Лекция рассматривает специфические методические подходы к организации занятий для каждой основной группы инвалидов. Анализируются особенности обучения двигательным действиям, развития физических качеств и формирования компенсаторных навыков при различных нарушениях. Рассматриваются принципы дозирования нагрузок, учитывающие состояние здоровья и функциональные возможности. Обсуждаются использование специальных средств и оборудования, адаптация стандартных упражнений для доступности.

14.4. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в АФК

Излагаются современные технологии и методики физкультурно-спортивной работы с инвалидами. Рассматриваются инновационные подходы к организации занятий, включая использование информационных технологий и специализированного оборудования. Анализируются методы социального сопровождения и психологической поддержки участников АФК. Обсуждаются вопросы интеграции инвалидов в обычные программы физической культуры и предоставления специализированных услуг.

14.5. Инклюзивные практики в физическом воспитании

Лекция рассматривает принципы и практики инклюзивного физического воспитания, предполагающие совместное обучение детей с нарушениями в развитии и обычно развивающихся детей. Анализируются подходы к адаптации программ и учебных материалов для обеспечения доступности и полноценного участия всех детей. Рассматриваются стратегии поддержки спортсменов с инвалидностью в период включения в коллективные занятия. Обсуждаются вопросы подготовки педагогов, создания толерантной среды и преодоления стигматизации инвалидов.

Раздел 15: Информационные технологии в физкультурно-спортивной деятельности

Данный раздел в плане указан без деталей. Содержание разворачивается в соответствии с актуальными технологическими тенденциями.

Раздел охватывает применение информационных и цифровых технологий в управлении, организации и совершенствовании физкультурно-спортивной

деятельности. Рассматриваются информационные системы для управления спортивными организациями и регистрации результатов спортсменов. Анализируются применение технологий видеоанализа для совершенствования техники, использование датчиков и фитнес-трекеров для мониторинга показателей спортсмена. Обсуждаются возможности использования виртуальной реальности в подготовке спортсменов и цифровые платформы для организации физкультурной деятельности.

Раздел 16: Маркетинг в спорте

Данный раздел в плане указан без деталей. Содержание разворачивается в соответствии с актуальными тенденциями спортивного бизнеса.

Раздел изучает применение маркетинговых стратегий и инструментов в спортивной индустрии. Рассматриваются основные компоненты маркетинга в спорте: продукт, цена, место и продвижение. Анализируются стратегии продвижения спортивных организаций, брендинг и развитие фан-сообществ. Обсуждаются вопросы спонсорства, медийных прав, коммерциализации спорта и развития спортивного туризма. Рассматриваются цифровой маркетинг, использование социальных сетей и влияние на восприятие спорта аудиторией.

Раздел 17: Спортивные сооружения

Данный раздел в плане указан без деталей. Содержание разворачивается в соответствии с актуальными требованиями.

Раздел охватывает вопросы проектирования, строительства и эксплуатации спортивных сооружений. Рассматриваются классификация спортивных объектов, включая стадионы, спортивные залы, крытые и открытые площадки. Анализируются требования к техническому оборудованию, инженерному обеспечению и безопасности спортивных сооружений. Обсуждаются экономические аспекты управления спортивными объектами, включая содержание, ремонт и организацию доступа. Рассматриваются экологические аспекты и принципы устойчивого развития в строительстве спортивных сооружений.

Раздел 18: Организация спортивно-зрелищных мероприятий

Данный раздел в плане указан без деталей. Содержание разворачивается в соответствии с актуальными требованиями.

Раздел изучает теорию и практику организации спортивных соревнований и зрелищных мероприятий. Рассматриваются типы спортивных мероприятий: локальные соревнования, чемпионаты, олимпийские игры и крупные спортивные события. Анализируются этапы подготовки: планирование, разработка положения о мероприятии, комплектование оргкомитета и распределение ответственности. Обсуждаются вопросы логистики, безопасности участников и зрителей, взаимодействия со средствами массовой информации и спонсорами. Рассматриваются критерии успешности мероприятий и механизмы их оценки.

5. Оценка качества освоения программы

Текущий контроль осуществляется в процессе усвоения нового материала с целью проверки усвоения предыдущего материала и выявления пробелов в знаниях слушателей.

Текущий контроль позволяет получать информацию о ходе и качестве усвоения учебного материала и на основе этого оперативно вносить изменения в учебный процесс. Текущий контроль проводится преподавателями в ходе теоретических занятий в форме дистанционного тестирования.

По окончании обучения проводится итоговая аттестация с применением

компьютерных программ с целью определения соответствия полученных знаний, умений и навыков программе обучения.

Лицам, успешно освоившим программу профессиональной переподготовки и прошедшим аттестацию, выдаются документы о квалификации: дипломы установленного образца. Аттестационная комиссия формируется приказом руководителя образовательной организации.

6. Учебно-методическое обеспечение программы

1. Федеральный закон от 4 декабря 2007 г. №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»
2. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
3. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 20 ноября 2020 г. №677 «Об утверждении Положения об организации спортивной подготовки по видам спорта»
4. Национальная стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года
5. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учебник. – М.: Академия, 2014.
6. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура»: Учебник / под ред. Ю.Д. Железняк, В.М. Портнова. – М.: Академия, 2013.
7. Психология спорта: Учебник / под ред. А.В. Родионова. – М.: Академия, 2014.
8. Спортивная медицина: Учебник / под ред. С.П. Миронова. – М.: Советский спорт, 2013.
9. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и её практическое применение. – М.: Советский спорт, 2015.
10. Филин В.П., Филина Л.А. Основы подготовки спортсменов. – М.: Советский спорт, 2012.
11. Карпман В.Л., Селуянов В.Н., Судаков И.П. Тестирование физических качеств спортсменов. – М.: Физкультура и спорт, 1999.
12. Мартыненко А.А. Физическая культура и здоровье: Учебное пособие. – М.: Физкультура и спорт, 2012.
13. Теория спорта: Учебник / под ред. В.Б. Иванова. – М.: Советский спорт, 2011.
14. История физической культуры: Учебник / под ред. В.В. Столярова. – М.: Академия, 2013.
15. Бернштейн Н.А. Физиология движений и активность. – М.: Наука, 1990.
16. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения / под ред. С.П. Евсеева. – М.: ТриТе, 2014.
17. Максименко А.М. Основы теории и методики физической культуры: Учебное пособие. – М.: Физкультура и спорт, 2009.
18. Нормативно-правовое обеспечение физической культуры и спорта: Учебное пособие / под ред. А.С. Солодкова. – СПб.: СПбГАФК, 2012.
19. Родионов А.В. Психология спортивной подготовки. – М.: Советский спорт, 2012.
20. Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации: minsport.gov.ru
21. Электронная библиотека МГАФК им. П.Ф. Лесгафта: library.lesgaft.spb.ru
22. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО: gto.ru
23. Российский антидопинговый центр: rusada.ru