

Министерство образования и науки Республики Татарстан
Государственное автономное профессиональное
образовательное учреждение
«Мамадышский политехнический колледж»
(ГАПОУ «Мамадышский ПК»)

СОГЛАСОВАНО

Руководитель организации



« ____ »



УТВЕРЖДАЮ

Директор ГАПОУ «Мамадышский ПК»

 Н.Н.Егоров

« ____ » 2023 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ**

**ПМ. 04 Организация и проведение физкультурно-оздоровительных
занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением
различных возрастных групп**

**МДК. 04.01 Организация и методика проведения физкультурно-оздоровительных
занятий и занятий по виду спорта с населением различных возрастных групп**

**МДК. 04.02 Организация продвижения и оказания населению фитнес-услуг по
индивидуальным программам**

для специальности

49.02.01 Физическая культура

Рабочая программа производственной практики профессионального модуля ПМ. 04 Организация и проведение физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования и учетом рабочей программы по специальности 49.02.01 Физическая культура, Приказ Минпросвещения России от 11.11.2022 N 968 (Зарегистрировано в Минюсте России 19 декабря 2022 г. N 71643).

Обсуждена и одобрена на заседании предметно-цикловой комиссии мастеров производственного обучения и преподавателей профессиональных дисциплин

Разработал преподаватель:

Протокол № 4
« 20 » ноября 2023 г.

Председатель ПЦК
 Г.Л. Ломака

СОДЕРЖАНИЕ

стр.

1. **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ4**
2. **СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ (ПО ПРОФИЛЮ СПЕЦИАЛЬНОСТИ) 11**
3. **УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ**Ошибка! Закладка не определена.
4. **КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ**.Ошибка! Закладка не определена.
5. **ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ, ВНЕСЕННЫХ В РАБОЧУЮ ПРОГРАММУОшибка! Закладка не определена.**

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

ПМ. 04 «Организация и проведение физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп»

1.1. Цель и планируемые результаты освоения профессионального модуля

В результате изучения профессионального модуля обучающийся должен освоить основной вид деятельности «Организация и проведение физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп и соответствующие ему общие компетенции, личностные результаты реализации программы воспитания и профессиональные компетенции.

1.1.1. Перечень общих компетенций

| <i>Код</i> | Наименование общих компетенций |
|------------|--|
| ОК 1. | Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам; |
| ОК 02. | Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности; |
| ОК 04. | Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде; |
| ОК 05. | Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста; |
| ОК 06. | Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения; |
| ОК 08. | Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности; |
| ОК 09. | Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках. |

1.1.2. Перечень профессиональных компетенций

| <i>Код</i> | Наименование видов деятельности и профессиональных компетенций |
|------------|--|
| ВД 3 (3) | Организация и проведение физкультурно-оздоровительных, рекреационных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп |
| ПК 3.1. | Определять цели и задачи, планировать и анализировать занятия с населением различных возрастных групп. |

| | |
|---------|---|
| ПК 3.2. | Проводить занятия с населением различных возрастных групп. |
| ПК 3.3. | Осуществлять контроль за двигательной активностью, физическим состоянием и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий. |
| ПК 3.4. | Осуществлять консультирование населения по вопросам организации занятий и физических нагрузок. |
| ПК 3.5. | Вести первичную учётно-отчётную документацию, обеспечивающую проведение занятий. |
| ПК 3.6. | Осуществлять организацию продвижения и оказания населению фитнес-услуг по индивидуальным программам. |

1.1.3. В результате освоения профессионального модуля обучающийся должен:

| | |
|------------------|---|
| Владеть навыками | <ul style="list-style-type: none"> - анализа планов занятий; - планирования физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта (спортивной дисциплине) с населением различных возрастных групп; -наблюдения, анализа и самоанализа занятий, разработки предложения по их совершенствованию; - проведения занятия, мероприятия на основе программы, плана по физической подготовке для развития физических, качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик; - проведения занятия, мероприятия на основе программы, плана специально организованных физических упражнений для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы; - проведения группового занятия с детьми и подростками по программам детского и подросткового фитнеса; - проведения занятия по виду спорта (спортивной дисциплине); - осуществления контроля за двигательной активностью, физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий; - разработки рекомендаций по выбору оптимальных нагрузок для населения с учетом интересов, физического состояния и развития, физической подготовленности населения, противопоказаний к определенным видам занятий и силовым нагрузкам; - проведения встреч с трудовыми и учебными коллективами, членами общественных организаций для их вовлечение в мероприятия по физическому воспитанию населения; - проведения с населением консультаций, бесед, мероприятий, направленных на воспитание ЗОЖ, неприятия вредных привычек, разъяснение вопросов сочетания физических нагрузок и активного отдыха и определения минимального объема двигательной активности; - оказания методической помощи в организации деятельности спортивных секций, кружков по месту работы, месту жительства и месту отдыха, в образовательных организациях; - ведения учётно-отчётной документации при проведении занятий; |
|------------------|---|

| | |
|-------|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> - подготовки и размещения контента, пропагандирующего занятия фитнесом среди населения, в социальных медиаресурсах и в информационно - телекоммуникационной сети «Интернет»; - самопрезентация и проведение с населением ознакомительных занятий по фитнесу; -составления индивидуальных программ населению по фитнесу; |
| Уметь | <ul style="list-style-type: none"> - определять цель, задачи, планировать физкультурно-оздоровительные занятия, занятия по фитнес-программам, по виду спорта (спортивной дисциплине) с использованием различных методов, приемов и форм организации с учетом интересов, физического состояния и развития, физической подготовленности населения, противопоказаний к определенным видам занятий; - устанавливать соответствие содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, возрастной группе населения; - подбирать и применять специальные комплексы упражнений для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик; - подбирать и применять физические упражнения для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы; - использовать разнообразные направления фитнеса, увлекательные упражнения и музыкальное сопровождение, упражнения аэробики подражательного характера при проведении занятий для повышения интереса к занятиям фитнесом у детей и подростков; - использовать комплексы упражнений фитбол-аэробики, степ-аэробики, игрового стретчинга для предотвращения нарушения осанки детей и подростков; - вовлекать детей и подростков в занятие, развивать интерес к физическим упражнениям, стимулировать их двигательную активность; - координировать действия детей, подростков при выполнении комплексов упражнений, выявлять ошибки в технике двигательных действий; - рационально и безопасно сочетать различные комплексы упражнений, соответствующие подготовке по виду спорта (спортивной дисциплине); - подбирать и применять комплексы общеразвивающих и специальных упражнений для освоения двигательных действий по виду спорта (спортивной дисциплине); - разъяснять правила выполнения комплексов упражнений, теоретические и практические вопросы технического совершенствования в виде спорта (спортивной дисциплине); - инструктировать занимающихся перед проведением занятий - демонстрировать занимающимся рациональные и безопасные техники выполнения упражнений; - пояснять занимающимся структуру занятия, мероприятия и особенности дозирования нагрузки; - определять и варьировать направленность и объем нагрузки, интенсивность и координационную сложность упражнений с учетом физического состояния и развития, физической подготовленности |

| | |
|--|---|
| | <p>населения, противопоказаний к определенным видам занятий и силовым нагрузкам;</p> <ul style="list-style-type: none"> - мотивировать деятельность занимающихся на занятиях, развивать интерес к физическим упражнениям, стимулировать их двигательную активность; - соблюдать технику безопасности, выявлять источники возможного травматизма; - подбирать и использовать спортивное оборудование, инвентарь и экипировку с учетом задач и вида занятия, особенностей возрастной группы; - выявлять первые признаки утомления занимающихся; - осуществлять контроль за двигательной активностью; - использовать методики контроля за физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся; - анализировать физическое состояние занимающихся, в том числе динамику его изменения; - интерпретировать результаты контроля за двигательной активностью, физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся; - обучать население техникам поддержания реализованных физических адаптаций за счёт рационального сочетания физических нагрузок и активного отдыха, методам восстановления после продолжительных физических нагрузок; - давать разъяснения населению по выбору оптимальных форм тренировок, нагрузок и видов занятий, по направленности и характеру воздействия физических упражнений и нагрузок на организм человека, по корректировке техники выполнения двигательных действий; - использовать технологии воспитательной работы для формирования у населения навыков ЗОЖ, неприятия вредных привычек; - подбирать содержание выступления, встречи с трудовыми и учебными коллективами, членами общественных организаций, направленных на вовлечение в мероприятия по физическому воспитанию населения, с учетом их социально-демографических и профессиональных характеристик; - анализировать потребности различных групп населения в гармоничном физическом развитии и мотивировать их на развитие двигательной активности; - прогнозировать востребованность спортивных секций, кружков по месту работы, месту жительства и месту отдыха, в образовательных организациях, - вести первичную учетно-отчетную документацию в электронном и бумажном виде; - выбирать оптимальные средства и методы коммуникации для вовлечения населения в занятия фитнесом, пропаганды ЗОЖ и физической активности среди населения; - подбирать материалы и готовить контент, пропагандирующий ЗОЖ и физическую активность среди различных групп населения; - применять в фитнесе индивидуальные цифровые устройства для диагностики и/или контроля своего состояния; |
|--|---|

| | |
|-------|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> - формировать у населения заинтересованность фитнесом путем самопрезентации; - пояснять структура занятия по фитнесу при проведении с населением ознакомительного занятия; - применять методы и технологию фитнес-тестирования населения; - применять фитнес-технологии для планирования индивидуальных программ; - подбирать и применять физические упражнения для сбалансированного развития мышечных групп и систем организма человека; -использовать базовые упражнения типовых и специализированных фитнес-программ и их разновидностей; - использовать тренажерные устройства, специализированное оборудование и инвентарь, соответствующие виду занятия; - выявлять ошибки в технике выполнения элементов упражнений, в том числе с использованием тренажерных устройств, оборудования свободного веса и спортивного инвентаря; |
| Знать | <ul style="list-style-type: none"> - теоретические и методические основы планирования физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта; - формы организации занятий для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик, для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы; - структура и методика проведения занятий для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик, для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы; - специальные комплексы упражнений для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик; - физические упражнения для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы; - физкультурно-оздоровительные технологии развития физических качеств, способностей человека; - программы, планы специально организованных физических упражнений для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы; - средства детского, подросткового фитнеса и правила их использования для гармоничного физического развития детей и подростков; - комплексы упражнений для групповых занятий с детьми и подростками с элементами хореографии, аэробики подражательного характера, упражнений фитбол-аэробики, степ-аэробики, игрового стретчинга; - общие принципы компоновки и комбинации физических упражнений в детском и подростковом фитнесе; |

| | |
|--|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> - показания и противопоказания для занятий детским и подростковым фитнесом; - структура и методика занятия по программам детского и подросткового фитнеса и элементы физической нагрузки; - типовые программы детского, подросткового фитнеса; - основы техники и методики обучения в виде спорта (спортивной дисциплине); - структура и методика проведения занятий по виду спорта (спортивной дисциплине); - комплексы общеразвивающих и специальных упражнений для освоения двигательных действий по виду спорта (спортивной дисциплине); - правила вида спорта (спортивной дисциплины); - требования к содержанию и организации инструктажей при проведении занятий; - нормы и типы физических нагрузок для разных возрастных групп, занимающихся; - методика планирования физических нагрузок для различных групп населения; - техники и методы страховки и самостраховки при проведении занятий; - условия и способы формирования и развития мотивации к занятиям физической культурой и спортом, к ведению здорового и активного образа жизни; - тренажерные устройства, специализированное оборудование и инвентарь, соответствующие виду занятия; - техника безопасности и требования к физкультурно – спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю при проведении занятий; - методики контроля за физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся; - объективные и субъективные показатели контроля за двигательной активностью, физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся; - основы анализа и оценки показателей контроля за двигательной активностью, физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся; - направления и содержание консультирования населения по вопросам организации занятий и физических нагрузок; - формы и методы обучения населения по вопросам организации занятий и физических нагрузок; - технологии воспитательной работы для формирования у населения навыков ЗОЖ, неприятия вредных привычек; - способы определения и прогнозирования востребованности спортивных секций, кружков по месту работы, месту жительства и месту отдыха, в образовательных организациях; - виды учётно-отчётной документации, требования к ее ведению и оформлению; - принципы и составляющие ЗОЖ и активного долголетия; - физкультурно-оздоровительные технологии ЗОЖ и активного долголетия; |
|--|---|

| | |
|--|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> - формы, виды и направления фитнеса для поддержания активного долголетия; - система и принципы организации мотивирующих фитнес-мероприятий; - противопоказания к занятиям физической культурой и по направлениям/ видам фитнеса; - техники самопрезентации в фитнесе; - особенности организации фитнеса для лиц различного возраста; - структура и виды занятий по фитнесу для лиц различного возраста; - система фитнеса, ее компоненты; - фитнес-программы различной целевой направленности; - методы и принципы планирования индивидуальных программ; - классификация фитнес–технологий и их применение для разработки индивидуальных программ; - общие принципы компоновки и комбинации физических упражнений в фитнесе и сочетание физических упражнений с другими видами оздоровительных занятий; - программы, методика и структура занятий аэробной и анаэробной направленности; - классификация и принципы комбинирования аэробных, анаэробных, функциональных упражнений в фитнесе; - методики силовых, интервальных, круговых, функциональных тренировок, тренировок для развития ловкости, равновесия, координации, гибкости, функционального тренинга; - методика проведения индивидуальных занятий по фитнесу для различного половозрастного состава населения; - методы и методика фитнес-тестирования и технологии интерпретации его результатов; |
|--|---|

1.2. Организация практики

Для проведения производственной практики по специальности 49.02.01 Физическая культура в колледже разработана следующая документация:

- положение о практике;
 - рабочая программа производственной практики (по профилю специальности);
 - договоры с предприятиями по проведению практики;
 - приказ о распределении студентов по базам практики;
- В основные обязанности руководителя практики от колледжа входят:
- проведение практики в соответствии с содержанием тематического плана и содержания практики;
 - установление связи с руководителями практики от организаций;
 - осуществление руководства практикой;
 - контролирование реализации программы и условий проведения практики организациями, в том числе требований охраны труда, безопасности жизнедеятельности и пожарной безопасности в соответствии с правилами и нормами, в том числе отраслевыми;
 - формирование группы в случае применения групповых форм

проведения практики;

- организация процедуры оценки общих и профессиональных компетенций студента, освоенных им в ходе прохождения практики;
- разработка формы отчетности и оценочного материала прохождения практики.

Студенты при прохождении производственной практики обязаны:

- полностью выполнять задания, предусмотренные программой учебной практикой;
- соблюдать действующие в организациях правила внутреннего трудового распорядка;
- изучать и строго соблюдать нормы охраны труда и правила пожарной безопасности.

1.3. Количество часов на освоение программы производственной практики (по профилю специальности)

Рабочая программа рассчитана на прохождение студентами практики в объеме 252 часа. Распределение разделов и тем по часам приведено в тематическом плане.

Базой практики являются: общеобразовательные учреждения различного типа, оснащенные необходимыми средствами для проведения практики, на основании договоров.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ (ПО ПРОФИЛЮ СПЕЦИАЛЬНОСТИ)

2.1. Объем производственной практики (по профилю специальности) и виды учебной работы

| Вид учебной деятельности | Объем часов |
|--|--------------------------|
| Всего занятий | 252 |
| в том числе: | |
| лекции | Не предусмотрено |
| лабораторные работы | Не предусмотрено |
| экскурсии | Не предусмотрено |
| Выполнение обязанностей на рабочих местах в образовательном учреждении | 252 |
| Итоговая аттестация | Сдача отчета по практике |

2.2. Тематический план и содержание учебной практики

| Наименование разделов, тем, выполнение обязанностей на рабочих местах в организации | Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, экскурсии, состав выполнения работ | Объем часов | Уровень освоения |
|--|--|-------------|------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Содержание и виды работ по производственной практике | | 252 | |
| Организация и проведение физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп | 1. Анализ планов физкультурно-оздоровительных занятий. | 6 | 2,3 |
| | 2. Разработка планов занятий для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности | 6 | 2,3 |
| | 3. Разработка планов занятий для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом социально-демографических характеристик. | 6 | 2,3 |
| | 4. Разработка планов занятий для развития физических качеств, способностей занимающихся с учётом половозрастных характеристик. | 6 | 2,3 |
| | 5. Разработка планов занятий для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы | 6 | 2,3 |
| | 6. Наблюдение, анализ и самоанализ физкультурно-оздоровительных занятий, разработка предложения по их совершенствованию. | 6 | 2,3 |
| | 7. Проведение занятий на основе программы, плана по физической подготовке для развития физических, качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик. | 8 | 2,3 |
| | 8. Проведения занятий, мероприятия на основе программы, плана специально организованных физических упражнений для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы. | 6 | 2,3 |
| | 9. Осуществление контроля за двигательной активностью, физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий. | 8 | 2,3 |
| | 10. Ведение учётно-отчётной документации при проведении занятий | 8 | 2,3 |
| | 11. Анализ планов групповых занятий с детьми и подростками по программам детского и подросткового фитнеса | 6 | 2,3 |

| | | |
|--|---|-----|
| 12. Разработка планов занятий с детьми и подростками по программам детского и подросткового фитнеса. | 8 | 2,3 |
| 13. Наблюдение, анализ и самоанализ занятий с детьми по программам детского фитнеса, разработка предложения по их совершенствованию. | 8 | 2,3 |
| 14. Наблюдение, анализ и самоанализ занятий с подростками по программам подросткового фитнеса, разработка предложения по их совершенствованию. | 8 | 2,3 |
| 15. Проведение групповых занятий с детьми по программам детского фитнеса. | 8 | 2,3 |
| 16. Проведение групповых занятий с подростками по программам подросткового фитнеса. | 8 | 2,3 |
| 17. Осуществление контроля за двигательной активностью, физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий. | 8 | 2,3 |
| 18. Ведение учётно-отчётной документации при проведении занятий. | 8 | 2,3 |
| 19. Анализ планов занятий по виду спорта (спортивной дисциплине). | 8 | 2,3 |
| 20. Разработка планов занятий по виду спорта (спортивной дисциплине). | 8 | 2,3 |
| 21. Наблюдение, анализ и самоанализ занятий по виду спорта (спортивной дисциплине) | 8 | 2,3 |
| 22. Проведение занятий по виду спорта (спортивной дисциплине). | 8 | 2,3 |
| 23. Осуществление контроля за физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий. | 8 | 2,3 |
| 24. Разработка рекомендаций по выбору оптимальных нагрузок для населения с учетом интересов, физического состояния и развития, физической подготовленности населения, противопоказаний к определенным видам занятий и силовым нагрузкам. | 8 | 2,3 |
| 25. Определение содержания встреч с трудовыми и учебными коллективами, членами общественных организаций для их вовлечение в мероприятия по физическому воспитанию населения; | 8 | 2,3 |
| 26. Проведение встреч с трудовыми и учебными коллективами, членами общественных организаций для их вовлечение в мероприятия по физическому воспитанию населения; | 8 | 2,3 |
| 27. Определение содержания и проведение с населением консультаций, бесед, мероприятий, направленных на воспитание ЗОЖ, неприятия вредных привычек, | 8 | 2,3 |

| | | | |
|--|---|---|-----|
| | разъяснение вопросов сочетания физических нагрузок и активного отдыха и определения минимального объема двигательной активности. | | |
| | 28. Проведение с населением консультаций, бесед, мероприятий, направленных на воспитание ЗОЖ, неприятия вредных привычек, разъяснение вопросов сочетания физических нагрузок и активного отдыха и определения минимального объема двигательной активности | 8 | 2,3 |
| | 29. Оказание методической помощи в организации деятельности спортивных секций, кружков по месту работы, месту жительства и месту отдыха, в образовательных организациях | 8 | 2,3 |
| | 30. Проведение ознакомительных занятий по фитнесу. | 8 | 2,3 |
| | 31. Составление индивидуальных программ по фитнесу | 8 | 2,3 |
| | 32. Самопрезентация и проведение ознакомительных занятий по фитнесу. | 8 | 2,3 |
| | 33. Оформление отчетной документации | 8 | 2,3 |
| | 34. Сдача отчета в соответствии с содержанием тематического плана практики и по установленной форме | 4 | 2,3 |

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

3.1. Для реализации программы профессионального модуля предусмотрены следующие специальные помещения:

Кабинет «Теории и методике организации физкультурно-спортивной работы», Спортивный комплекс, Оснащенные базы практики

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

3.2.1. Основные печатные издания

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.
3. Бурмистрова, Е. В. Методика организации досуговых мероприятий: учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Бурмистрова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 150 с.
4. Кузнецов, В.С., Организация физкультурно-спортивной работы + приложение: учебник / В.С. Кузнецов, О.Н. Антонова. — Москва: КноРус, 2021. — 258 с.
5. 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.

i. Основные электронные издания

1. Алхасов, Д. С. Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы: учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 144 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-15486-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/507957> (дата обращения: 21.02.2022).
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. — ISBN 978-5-4488-1118-0. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/104906> (дата обращения: 21.02.2022). — Режим доступа: для авторизир. пользователей.
3. Бурмистрова, Е. В. Методика организации досуговых мероприятий : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Бурмистрова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 150 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-06645-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/455095> (дата обращения: 21.02.2022). — Режим доступа: для авторизир. пользователей.
 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. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-15477-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/507854> (дата обращения: 21.03.2022).
 5. Бардамов, Г. Б. Базовая подготовка к сдаче нормативов комплекса ГТО / Г. Б. Бардамов, А. Г. Шаргаев, С. В. Бадлуева. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 144 с. — ISBN 978-5-507-44133-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/255971> (дата обращения: 15.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
 6. Зобкова, Е. А. Менеджмент спортивных соревнований / Е. А. Зобкова. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 38 с. — ISBN 978-5-8114-9719-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/207533> (дата обращения: 04.05.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей

3.2.3 Дополнительные источники

1. Алексеев, С. В. Правовые основы профессиональной деятельности в спорте : учебник / С. В. Алексеев. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Спорт-Человек, 2017. — 672 с. — ISBN 978-5-906839-91-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL:

- <https://e.lanbook.com/book/97544> (дата обращения: 28.09.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Алиходжин, Р. Р. Методика подготовки студентов к сдаче норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» : учебно-методическое пособие / Р. Р. Алиходжин. — Москва : РУТ (МИИТ), 2020. — 38 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/175873> (дата обращения: 28.09.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
 3. Булгакова, О. В. Фитнес-аэробика : учебное пособие / О. В. Булгакова, Н. А. Брюханова. — Красноярск : СФУ, 2019. — 112 с. — ISBN 978-5-7638-4017-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/157655> (дата обращения: 28.09.2021). — Режим доступа: для авториз. Пользователей
 4. Виноградов, П. А. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) – путь к здоровью и физическому совершенству / П. А. Виноградов, А. В. Царик, Ю. В. Окуньков. — Москва : Спорт-Человек, 2016. — 234 с. — ISBN 978-5-906839-79-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/97531> (дата обращения: 28.09.2021). — Режим доступа: для авториз. Пользователей
 5. Григорьев, О. А. Организация физкультурно-оздоровительной работы в детском оздоровительном лагере: учебное пособие для среднего профессионального образования / О. А. Григорьев, Е. А. Стеблецов. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 261 с.
 6. Зобкова, Е. А. Менеджмент спортивных соревнований : учебное пособие для СПО / Е. А. Зобкова. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 38 с. — ISBN 978-5-8114-7548-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/174985> (дата обращения: 28.09.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
 7. Зобкова, Е. А. Менеджмент спортивных соревнований: учебное пособие для СПО / Е. А. Зобкова. — Санкт-Петербург: Лань, 2021. — 38 с. — ISBN 978-5-8114-7548-3. — Текст: электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/174985> (дата обращения: 28.09.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
 8. Мандриков, В. Б. Организация охраны труда и профилактика травматизма на занятиях по физической культуре : учебно-

- методическое пособие / В. Б. Мандриков. — Волгоград : ВолгГМУ, 2020. — 136 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/179586> (дата обращения: 28.09.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
9. Материально-техническое обеспечение физической культуры и спорта : учебное пособие / составители Р. С. Жуков [и др.]. — Кемерово : КемГУ, 2019. — 152 с. — ISBN 978-5-8353-2422-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/134313> (дата обращения: 28.09.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
10. Основы антидопингового обеспечения спорта : учебное пособие / под редакцией Э.Н. Безуглова, Е. Е. Ачкасова ; художник Ф. Е. Барбышев. — Москва : Спорт-Человек, 2019. — 288 с. — ISBN 978-5-906132-29-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/165135> (дата обращения: 28.09.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
11. Починкин, А. В. Менеджмент в сфере физической культуры и спорта : учебное пособие / А. В. Починкин. — Москва : Спорт-Человек, 2017. — 384 с. — ISBN 978-5-906839-55-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/97501> (дата обращения: 28.09.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
12. Современные физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие / А. Е. Подоляка, О. Б. Подоляка, Е. В. Максимихина [и др.] ; под общей редакцией З. С. Варфоломеевой. — Череповец : ЧГУ, 2021. — 122 с. — ISBN 978-5-85341-898-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/180958> (дата обращения: 28.09.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
13. Спорт и бизнес : учебное пособие / составители В. Б. Глупов; Г. Б. Кетов. — Пермь : ПГГПУ, 2018. — 137 с. — ISBN 978-5-85219-004-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/129554> (дата обращения: 28.09.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
14. Томилин, К. Г. Социальное и спортивное волонтерство : методические указания / К. Г. Томилин. — Сочи : СГУ, 2017. — 18 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/147804> (дата обращения: 28.09.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

- 15.Третьякова, Н. В. Теория и методика оздоровительной физической культуры : учебное пособие / Н. В. Третьякова, Т. В. Андрюхина, Е. В. Кетриш. — Москва : Спорт-Человек, 2016. — 280 с. — ISBN 978-5-906839-23-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/97462> (дата обращения: 29.09.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

| Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках модуля | Критерии оценки | Методы оценки |
|---|--|---|
| <p>ПК 3.1. Определять цели и задачи, планировать и анализировать занятия с населением различных возрастных групп.</p> | <p>-определяет цели и задачи, планирует физкультурно-оздоровительные занятия, занятия по фитнес-программам, по виду спорта (спортивной дисциплине) с использованием различных методов, приемов и форм организации с учетом интересов, физического состояния и развития, физической подготовленности населения, противопоказаний к определенным видам занятий;</p> <p>- устанавливает соответствие содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, возрастной группе населения;</p> | <p>экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебных занятиях;</p> <p>экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебной и производственной практике;</p> <p>экзамен (диф. зачет) по МДК.03.01</p> <p>экзамен по профессиональному модулю</p> |
| <p>ПК 3.2. Проводить занятия с населением различных возрастных групп.</p> | <p>- проводит занятия, мероприятия на основе программы, плана по физической подготовке для развития физических, качеств, способностей занимающихся с учётом вида их деятельности; социально-демографических и половозрастных характеристик, с учетом методических требований;</p> <p>- проводит занятия, мероприятия на основе программы, плана специально организованных физических упражнений для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы с учетом методических требований;</p> <p>- проводит групповое занятие с детьми и подростками по программам детского и подросткового фитнеса с учетом методических требований;</p> <p>- проводит занятия по виду спорта (спортивной дисциплине) с учетом методических требований;</p> | <p>экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебных занятиях;</p> <p>экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебной и производственной практике;</p> <p>экзамен (диф. зачет) по МДК.03.01</p> <p>экзамен по профессиональному модулю</p> |

| | | |
|--|--|--|
| <p>ПК 3.3. Осуществлять контроль за двигательной активностью, физическим состоянием и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий.</p> | <ul style="list-style-type: none"> - выявляет первые признаки утомления занимающихся на основе системы показателей; - осуществляет контроль за двигательной активностью, физическим состоянием и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий, используя методики контроля; - анализирует и интерпретирует результаты контроля с задачами контроля и с учетом возраста и особенностей занимающихся; -использует контрольно-измерительные приборы в процессе контроля в соответствии с их назначением; | <p>экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебных занятиях; экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебной и производственной практике; экзамен (диф. зачет) по МДК.03.01 экзамен по профессиональному модулю</p> |
| <p>ПК 3.4. Осуществлять консультирование населения по вопросам организации занятий и физических нагрузок.</p> | <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывает рекомендаций по выбору оптимальных нагрузок для населения с учетом интересов, физического состояния и развития, физической подготовленности населения, противопоказаний к определенным видам занятий и силовым нагрузкам; - выбирает оптимальные формы тренировок, нагрузок и видов занятий с учетом возраста физического состояния и развития, физической подготовленности, наличия заболеваний, травм и противопоказаний у занимающихся; - обосновывает методические аспекты физической подготовки занимающихся с учетом возраста; - подбирает содержание выступления, встречи с трудовыми и учебными коллективами, членами общественных организаций, направленных на вовлечение в мероприятия по физическому воспитанию населения, с учетом их социально-демографических и профессиональных характеристик; - прогнозирует востребованность спортивных секций, кружков по месту работы, месту жительства и месту отдыха, в образовательных организациях на основе анализа потребности различных групп населения в гармоничном физическом | <p>экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебных занятиях; экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебной и производственной практике; экзамен (диф. зачет) по МДК.03.01 экзамен по профессиональному модулю</p> |

| | | |
|--|---|---|
| | развитии и двигательной активности; | |
| 3.5. Вести первичную учётно-отчётную документацию, обеспечивающую проведение занятий. | - ведение документации, обеспечивающей реализацию физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп (по выбору) на бумажных и электронных носителях в соответствии с утвержденными формами. | экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебных занятиях; экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебной и производственной практике; экзамен (диф. зачет) по МДК.03.01 экзамен по профессиональному модулю |
| ПК 3.6. Осуществлять организацию продвижения и оказания населению фитнес-услуг по индивидуальным программам. | - выбирает оптимальные средства и методы коммуникации для вовлечения населения в занятия фитнесом, пропаганды ЗОЖ и физической активности среди населения; - подбирает материалы и готовит контент, пропагандирующий ЗОЖ и физическую активность с учетом особенностей различных групп населения; - осуществляет самопрезентацию с использованием техник самопрезентации в фитнесе; - проводит ознакомительное занятие с пояснением структуры занятия по фитнесу; - составляет индивидуальные программы населению с применением фитнес-технологий, с учетом методов и принципов планирования индивидуальных программ; | экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебных занятиях; экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебной и производственной практике; экзамен (диф. зачет) по МДК.03.01 экзамен по профессиональному модулю |
| ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам; | - обоснованность выбора методов и приемов решения задач профессиональной деятельности; - соответствие самоанализа результатов собственной деятельности экспертной оценке; - рациональное распределение времени при решении задач профессиональной деятельности; | экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебной и производственной практике; |
| ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные | - обоснованность выбора и оптимальность состава источников, необходимых для решения поставленных задач; - обоснованность выбора и эффективность применения средств | экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебной и производственной практике; |

| | | |
|---|--|--|
| технологии для выполнения задач профессиональной деятельности; | информационных технологий при решении профессиональных задач; | |
| ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях. | <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельное, систематическое, осознанное планирование самообразования, саморазвития, профессионального самосовершенствования и повышения квалификации в соответствии с современными требованиями и на основе анализа собственной деятельности; - обоснованный выбор методов личностного развития | экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебной и производственной практике; |
| ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде; | <ul style="list-style-type: none"> - соблюдение норм делового общения и деловой этики во взаимодействии с занимающимися, с руководством, коллегами, социальными партнерами; - точное и своевременное выполнение поручений руководителя; - эффективность организации коллективной (командной) работы при решении задач профессиональной деятельности | экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебной и производственной практике; |
| ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста; | <ul style="list-style-type: none"> - грамотность изложения своих мыслей и оформления документов по профессиональной тематике на государственном языке; - проявление толерантности в рабочем коллективе; - соблюдение правил оформления документов и построения устных сообщений. | экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебной и производственной практике; |
| ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения; | <ul style="list-style-type: none"> - понимание сущности гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей; - осознание значимости профессиональной деятельности педагога по физической культуре и спорту | <p>экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебных занятиях;</p> <p>экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебной и производственной практике;</p> |
| ОК 07. Содействовать сохранению окружающей | - соблюдение норм экологической безопасности при решении задач | экспертное наблюдение и оценка выполнения |

| | | |
|---|---|---|
| <p>среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях</p> | <p>профессиональной деятельности; - учет климатических условий региона при организации занятий</p> | <p>практических работ на учебных занятиях;</p> |
| <p>ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности</p> | <p>- использование физкультурно-оздоровительной деятельности для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; - применение рациональных приемов двигательных функций в профессиональной деятельности; -использование средств профилактики перенапряжения, характерных для педагога по физической культуре и спорту</p> | <p>экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебных занятиях;</p> |
| <p>ОК 09. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.</p> | <p>- грамотное использование нормативно-правовых документов, регламентирующих деятельность по вопросам организации методической и исследовательской работы; - соблюдение правовых норм в профессиональной деятельности</p> | <p>экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебных занятиях; экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебной и производственной практике;</p> |