

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Тульский государственный университет»

Утверждено решением Ученого совета
Тульского государственного университета
от «31» января 2023 г., протокол № 7



О.А. Кравченко

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА
основной профессиональной образовательной программы
высшего образования – программы магистратуры

по направлению подготовки

49.04.01 Физическая культура

с направленностью (профилем)

Физкультурно-оздоровительные технологии

Идентификационный номер образовательной программы: 490401-01-23

Тула 2023 год

1 Общие сведения об образовательной программе

1.1 Реализуемая в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Тульский государственный университет» (далее – университет) основная профессиональная образовательная программа высшего образования – программа магистратуры (далее – ОПОП ВО) по направлению подготовки 49.04.01 Физическая культура с направленностью (профилем) «Физкультурно-оздоровительные технологии» включает в себя общую характеристику ОПОП ВО, учебный план и календарный учебный график, рабочие программы дисциплин (модулей), практик, итоговой (государственной итоговой) аттестации, оценочные и методические материалы, а также иные компоненты, предусмотренные законодательством в сфере образования.

1.2 ОПОП ВО разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования – магистратура (далее – ФГОС ВО) по направлению подготовки 49.04.01 Физическая культура, утвержденным приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017г. №944.

1.3 Обучение по ОПОП ВО осуществляется в очной и заочной формах.

1.4 Срок получения образования устанавливается учебным планом (индивидуальным учебным планом).

1.5 Объем ОПОП ВО составляет 120 зачетных единиц.

1.6 Выпускнику, освоившему ОПОП ВО, присваивается квалификация «Магистр».

1.7 Образовательная деятельность по ОПОП ВО осуществляется на государственном языке Российской Федерации.

2 Цель и задачи ОПОП ВО

2.1 Целью ОПОП ВО является подготовка высококвалифицированных специалистов, обладающих компетенциями в области профессионального образования физической культуры и спорта, способного проектировать образовательную среду системы физического обучения и воспитания, умеющего применять и внедрять новейшие технологии физкультурного образования, ориентированного в смежных областях деятельности, готового к постоянному профессиональному росту, социальной и профессиональной мобильности.

2.2 Задачами ОПОП ВО являются обучение и подготовка специалистов в области Физической культуры владеющих навыками высокоэффективного использования инновационного уровня мышления, разработки и использования современных физкультурно-оздоровительных технологий и всеми необходимыми компетенциями для работы с контингентом людей различного возраста и уровня здоровья, приобщения населения к занятиям физической культурой, а также готовых к применению современных

информационных технологий в своей научно-исследовательской и рекреационной деятельности в области физической культуры.

3 Характеристика профессиональной деятельности выпускников, освоивших ОПОП ВО

3.1 Области профессиональной деятельности и (или) сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие ОПОП ВО, могут осуществлять профессиональную деятельность:

05 Физическая культура и спорт (в сфере физической культуры и массового спорта; в сфере подготовки спортивного резерва; в сфере управления в области физической культуры и спорта).

Выпускники могут осуществлять профессиональную деятельность в других областях профессиональной деятельности и (или) сферах профессиональной деятельности при условии соответствия уровня их образования и полученных компетенций требованиям к квалификации работника.

3.2 Выпускники, освоившие ОПОП ВО, готовы решать задачи профессиональной деятельности следующих типов:

- педагогический;
- научно-исследовательский.

3.3 Перечень основных задач и объектов (или областей знания) профессиональной деятельности выпускников, освоивших ОПОП ВО:

Область профессиональной деятельности (по Реестру Минтруда)	Типы задач профессиональной деятельности	Задачи профессиональной деятельности	Объекты профессиональной деятельности (или области знания)
05 Физическая культура и спорт	Педагогический	Разработка и реализация образовательных программ высшего образования в области физической культуры и спорта	Лица, вовлеченные в деятельность в сфере физической культуры и спорта, и потенциальные потребители физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг; Процессы формирования мировоззренческих, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на сохранение и укрепление здоровья, ведения здорового образа жизни, оптимизации психофизического состояния человека, освоения им разнообразных двигательных умений и навыков, и связанных с ними знаний, развития двигательных способностей и высокой работоспособности
	Научно-исследовательский	Планирование и выполнение прикладных работ теоретического и экспериментального характера по разрешению проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта	

4 Планируемые результаты освоения ОПОП ВО

4.1 Универсальные компетенции выпускника, подлежащие формированию в результате освоения ОПОП ВО, и индикаторы их достижения:

Наименование категории (группы) универсальных компетенций	Код и наименование универсальной компетенции	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции
Системное и критическое мышление	УК-1. Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий.	УК-1.1. Знает принципы поиска, отбора и обобщения информации.
		УК-1.2. Умеет критически анализировать проблемные ситуации и вырабатывать стратегию действий.
		УК-1.3. Владеет методами критического анализа и системного подхода для решения поставленных задач.
Разработка и реализация проектов	УК-2. Способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла.	УК-2.1. Знает этапы жизненного цикла проекта; виды ресурсов и ограничений для решения проектных задач; необходимые для осуществления проектной деятельности правовые нормы и принципы управления проектами.
		УК-2.2. Умеет планировать проектную деятельность, управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла, учитывая имеющиеся ресурсы, ограничения и действующие правовые нормы.
		УК-2.3. Владеет методами управления проектом на всех этапах его жизненного цикла, исходя из имеющихся ресурсов и ограничений, в том числе правовых.
Командная работа и лидерство	УК-3. Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели.	УК-3.1. Знает стадии формирования проектной команды, способы поддержания баланса интересов участников команды.
		УК-3.2. Умеет разрабатывать командную стратегию для достижения поставленной цели.
		УК-3.3. Владеет методами организации и управления коллективом.
Коммуникация	УК-4. Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия.	УК-4.1. Знает закономерности, принципы и правила современных коммуникативных технологий для осуществления профессионального взаимодействия, в том числе на иностранном языке.
		УК-4.2. Умеет готовить материалы по результатам академической и профессиональной деятельности для представления на мероприятиях различного уровня.

Наименование категории (группы) универсальных компетенций	Код и наименование универсальной компетенции	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции
		УК-4.3. Владеет навыками межличностного профессионального общения, в том числе на иностранном языке, с применением современных коммуникативных технологий
Межкультурное взаимодействие	УК-5. Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия.	<p>УК-5.1. Знает особенности межкультурной коммуникации в условиях современного поликультурного пространства.</p> <p>УК-5.2. Умеет осуществлять коммуникацию с представителями иных национальностей и конфессий в процессе межкультурного взаимодействия.</p> <p>УК-5.3. Владеет навыками эффективного межкультурного взаимодействия при решении профессиональных задач.</p>
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-6. Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки.	<p>УК-6.1. Знает основные принципы саморазвития и самоорганизации; особенности профессионального и личностного развития.</p> <p>УК-6.2. Умеет решать задачи собственного личностного и профессионального развития; определять и реализовывать приоритеты совершенствования собственной деятельности; применять методики самооценки и самоконтроля.</p> <p>УК-6.3. Владеет навыками определения приоритетов личностного роста и способами совершенствования собственной деятельности.</p>

4.2 **Общепрофессиональные компетенции выпускника, подлежащие формированию в результате освоения ОПОП ВО, и индикаторы их достижения:**

Наименование категории (группы) общепрофессиональных компетенций	Код и наименование общепрофессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения общепрофессиональной компетенции
Планирование	ОПК-1 Способен планировать деятельность организации в области физической культуры и массового спорта	<p>ОПК-1.1 Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - стратегический менеджмент в физической культуре и спорте, - проектную деятельность в физической культуре и спорте, - технологию проведения маркетинговых исследований в физической культуре и спорте, маркетинг отношений с общественными и государственными органами, технологию работ по привлечению спонсоров; - порядок составления и согласования планов деятельности по обеспечению и сопровождению развития физической культуры и спорта <p>ОПК-1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать календарные планы с использованием методов сетевого планирования; - разрабатывать проекты в области физической культуры и спорта, образования и науки, - разрабатывать системы показателей оценки деятельности, в том числе ключевых показателей достижения целей деятельности по организационному, ресурсному, методическому, информационному, научному сопровождению развития физической культуры и спорта; - ставить цели и задачи научных исследований по разрешению проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта; - выбирать наиболее эффективные методы исследования, в том числе из смежных областей знаний; - разрабатывать новые технологии решения задач, в том числе инновационные - анализировать финансово-хозяйственные планы, программы мероприятий и их сметы на предмет реалистичности, соответствия нормативным требованиям, требованиям достижения целевых показателей, современному уровню теоретических представлений в области физической культуры и спорта

Наименование категории (группы) общепрофессиональных компетенций	Код и наименование общепрофессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения общепрофессиональной компетенции
		<p>ОПК-1.3. Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения анализа внутренней и внешней среды физкультурно-спортивной и/или образовательной организации; - разработки стратегических планов развития и программ проведения физкультурных, спортивных, массовых мероприятий, тренировочных и развлекательных мероприятий физкультурно-спортивной и/или образовательной организации
Обучение и развитие	ОПК-2 Способен реализовывать программы и комплексные мероприятия образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности с использованием средств, методов и приемов видов спорта	<p>ОПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - целевое воздействие оздоровительных систем и физкультурно-оздоровительных технологий, проблемы питания и здоровья, технологии модернизации оздоровительных программ, методические особенности применения в зависимости от целевой аудитории; - структуру, содержание, специфические особенности педагогического процесса в высшем образовании в области физической культуры и спорта <p>ОПК-2.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выявлять и обосновывать достоинства и недостатки различных методик, в том числе инновационных; - объяснять вопросы организации и внедрения новейших методических подходов в области физической культуры и спорта; - определять наиболее эффективные способы использования персонала по направлениям деятельности в процессе проведения массовых физкультурно-спортивных мероприятий; - определять наиболее эффективные способы использования материальных ресурсов; - организовывать деятельность обучающихся в рамках освоения дисциплины (модуля) по программам профессионального образования с учетом возрастных особенностей, стадий профессионального развития; - осуществлять контроль учебной деятельности по программам профессионального образования.

Наименование категории (группы) общепрофессиональных компетенций	Код и наименование общепрофессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения общепрофессиональной компетенции
		<p>ОПК-2.3. Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разработки комплексных долгосрочных программ с использованием физкультурно-оздоровительных технологий для определенной целевой аудитории; - использования оздоровительных систем и технологий в различных вариантах учебных занятий; - проведения различных видов учебных занятий по дисциплинам (модулям), в рамках реализации программ профессионального образования
Воспитание	ОПК-3 Способен формировать воспитательную среду при осуществлении физкультурно-спортивной деятельности	<p>ОПК-3.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - нормативные документы в сфере молодежной политики, воспитания, этических норм в спорте; - социокультурный потенциал физической культуры и спорта; - передовой опыт работы педагогов и других специалистов в области воспитания, лучшие проекты и программы в области воспитания. <p>ОПК-3.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - создавать на занятиях проблемно-ориентированную образовательную среду; - оценивать воспитательный потенциал мероприятий образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности; - проводить мероприятия, направленные на укрепление и сплочение трудового коллектива. <p>ОПК-3.3. Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализа реализации воспитательного потенциала мероприятий образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности и подготовки предложений по совершенствованию воспитательной работы; - проведения различных видов учебных занятий по дисциплинам (модулям), в рамках реализации программ профессионального образования.

Наименование категории (группы) общепрофессиональных компетенций	Код и наименование общепрофессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения общепрофессиональной компетенции
	ОПК-4 Способен формировать общественное мнение о физической культуре как части общей культуры и факторе обеспечения здоровья, осуществлять пропаганду нравственных ценностей физической культуры и спорта, идей олимпизма, просветительно-образовательную и агитационную работу	<p>ОПК-4.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - систему научного знания о физической культуре и спорте, ее структуре, междисциплинарную интеграцию комплекса наук, изучающих физическую культуру и спорт: естественнонаучных, психолого-педагогических, социально-гуманитарных; - особенности осуществления пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта, борьбы с противоправным влиянием на результаты спортивных соревнований; - историю, место оздоровительных систем и технологий в культурно-историческом наследии человечества, их целевое назначение, средства и методы объяснения; - принципы здоровой жизненной и профессиональной философии, основные научные школы, направления, концепции, источники знания и приемы работы с ними; - особенности осуществления пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта, борьбы с противоправным влиянием на результаты спортивных соревнований. <p>ОПК-4.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализировать новые подходы и методические решения в области пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта; - объяснять значение физической культуры как части общей культуры и фактора обеспечения здоровья, нравственные ценности физической культуры и спорта, идеи олимпизма устно и письменно для различных целевых аудиторий специалистов и неспециалистов; - грамотно объяснять и демонстрировать учебный материал, подчеркивать сильные и слабые стороны оздоровительных систем, создавать на занятиях проблемно ориентированную образовательную среду, побуждать занимающихся к самостоятельному выполнению заданий с целью укрепления своего организма

Наименование категории (группы) общепрофессиональных компетенций	Код и наименование общепрофессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения общепрофессиональной компетенции
		<p>ОПК-4.3. Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения теоретических занятий по теме значения физической культуры как части общей культуры и фактора обеспечения здоровья, нравственных ценностей физической культуры и спорта, идей олимпизма в рамках реализации программ профессионального образования; - владения методами и технологиями в области пропаганды физической культуры и спорта
Контроль и анализ	ОПК-5 Способен обосновывать повышение эффективности деятельности в области физической культуры и массового спорта на основе проведения мониторинга и анализа собранной информации	<p>ОПК-5.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - целевые показатели развития физической культуры и спорта; - показатели статистических форм наблюдения в области ФКиС, образования и науки; - методы, методики и стандарты управления качеством
		<p>ОПК-5.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формулировать требования к качеству результатов работы; - разрабатывать системы показателей оценки деятельности, в том числе ключевых показателей эффективности; - определять показатели и критерии оценки профессиональной подготовленности в области ФКиС

Наименование категории (группы) общепрофессиональных компетенций	Код и наименование общепрофессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения общепрофессиональной компетенции
		<p>ОПК-5.3. Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения анализа организации подготовки и проведения научных конференций, конкурсов проектных и исследовательских работ, обучающихся и разработки предложений по повышению эффективности деятельности; - анализа результатов деятельности в области физической культуры и массового спорта, и разработки методических рекомендаций по совершенствованию; - контроля выполнения проектных, исследовательских работ обучающихся по программам профессионального образования, в том числе выпускных квалификационных работ; - проведения анализа предоставления физкультурно-оздоровительных услуг и разработки предложений по повышению эффективности деятельности.
Профессиональное взаимодействие	ОПК-6 Способен управлять взаимодействием заинтересованных сторон и обменом информацией в процессе деятельности в области физической культуры и массового спорта	<p>ОПК-6.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - электронные образовательные и информационные ресурсы, необходимые для организации учебно-профессиональной, исследовательской, проектной и иной деятельности обучающихся по программам ВО и (или) ДПП, написания выпускных квалификационных работ; - основы работы с компьютерными программами управления проектами; - технологии эффективного делового общения; - современные информационно-коммуникационные технологии

Наименование категории (группы) общепрофессиональных компетенций	Код и наименование общепрофессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения общепрофессиональной компетенции
		<p>ОПК-6.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать информационные технологии, в том числе средства подготовки и демонстрации презентаций, видеофильмов, иных образовательных ресурсов; - использовать информационно-коммуникационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, браузеры, специализированное программное обеспечение управления проектами; - выявлять мотивы и информационные потребности заинтересованных сторон; - разрабатывать формы подачи информации с учетом мотивов и интересов адресата; - проводить рабочие встречи, совещания, круглые столы с представителями «заказчика», организатора мероприятий, заинтересованных сторон; - использовать информационные технологии обмена информацией, в том числе в рамках совместных образовательных и научных проектов. <p>ОПК-6.3. Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определения форм подачи информации для заинтересованных сторон (публичные отчеты, декларации, пресс-релизы и тому подобное); - обеспечения процесса систематического обмена информацией, затрагивающего смежные сферы ответственности руководителей структурных подразделений; - руководства процессами размещения информации в периодических печатных и электронных средствах массовой информации, информационных агентствах» информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», в виде социальной наружной рекламы, информационных стендов, презентационных модулей, печатной, полиграфической и сувенирной продукции, фотопродукции, видеофильмов, аудиозаписей в сфере развития физической культуры и спорта на региональном (межрегиональном) уровне

Наименование категории (группы) общепрофессиональных компетенций	Код и наименование общепрофессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения общепрофессиональной компетенции
Научные исследования	ОПК-7 Способен обобщать и внедрять в практическую работу российский и зарубежный опыт по развитию физической культуры и массового спорта	<p>ОПК-7.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - междисциплинарную интеграцию комплекса наук, изучающих физическую культуру и спорт: естественно-научных, психолого-педагогических, социально-гуманитарных; - теорию и методологию совершенствования научных исследований в области физической культуры и спорта; - основной круг проблем, встречающихся в сфере профессиональной деятельности; - стратегии разрешения проблем в отрасли ФКиС; - процессы интеграции современных технологий в образовательный процесс и проектирование физкультурной деятельности <p>ОПК-7.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выделять научную проблему на основе анализа отечественной и зарубежной научной и научно-методической литературы, включая современные информационные технологии; - использовать актуальные средства, методы, технологии профессиональной деятельности для определения приоритетных видов профессиональной деятельности в ФКиС и использования их для решения задач сохранения и укрепления здоровья и повышения качества жизни населения; - обосновывать теоретические и практические вопросы совершенствования функционирования физической культуры в сферах образования, труда, досуга с теоретико-методологических позиций современной теории физической культуры; - разрабатывать практические рекомендации участникам и (или) «заказчикам» исследования, или рекомендации в отношении последующих векторов решения научной проблемы в сфере физической культуры и спорта

Наименование категории (группы) общепрофессиональных компетенций	Код и наименование общепрофессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения общепрофессиональной компетенции
		<p>ОПК-7.3. Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выявления актуальных современных проблем в науках о физической культуре и спорте и способов их решения; - публичной защиты результатов собственных исследований (работ), участия в научной дискуссии; - разработки практических рекомендаций по результатам собственных исследований
	<p>ОПК-8 Способен проводить научные исследования по разрешению проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта с использованием современных методов исследования, в том числе из смежных областей знаний</p>	<p>ОПК-8.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - особенности обеспечения условий для развития внутри и межрегиональных спортивных связей; - правила утверждения направлений научной, аналитической и методической работы, содержания исследовательских программ, тематик методических пособий, состава докладов для семинаров, конференций; - наиболее эффективные способы осуществления исследовательской и методической помощи физкультурно-спортивным организациям, выполнения исследовательских и консультационных проектов, осуществления внутри и межрегионального взаимодействия; - теоретические основы и технология научно-исследовательской деятельности, суть и логика проведения и проектирования научно-исследовательских работ в области физической культуры и спорта

Наименование категории (группы) общепрофессиональных компетенций	Код и наименование общепрофессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения общепрофессиональной компетенции
		<p>ОПК-8.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выбирать направления научной, аналитической и методической работы, содержания исследовательских программ, тематик методических пособий, состава докладов для семинаров, конференций; - проводить критический анализ научных, научно-методических и учебно-методических материалов для выделения научной проблемы; - разрабатывать программу научного исследования в сфере физической культуры и массового спорта и в случае необходимости ее корректировать; - обосновывать научное предположение и защищаемые положения; - разрабатывать собственный диагностический инструментарий для решения поставленных задач (анкета или план устного опроса, или модификация методики, схема/протокол наблюдения и др.)

Наименование категории (группы) общепрофессиональных компетенций	Код и наименование общепрофессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения общепрофессиональной компетенции
		<p>ОПК-8.3. Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения анализа особенности обеспечения условий для развития внутри и межрегиональных спортивных связей; - определения направлений научной, аналитической и методической работы, содержания исследовательских программ, тематик методических пособий, состава докладов для семинаров, конференций; - выполнения научно-исследовательской работы по разрешению проблемных ситуаций в сфере физического воспитания, оздоровительной физической культуры и массового спорта в соответствии с направленностью образовательной программы; - публичной защиты результатов собственных исследований, участия в научной дискуссии; - рецензирования проектных, исследовательских работ, обучающихся по программам профессионального образования, в том числе выпускных квалификационных работ; - оценки эффективности подготовки спортсменов с использованием современных информационных и компьютерных технологий, в том числе текстовых редакторов и электронных таблиц, в своей деятельности; - выполнения поиска информации, необходимой для решения проблемы осуществления тренировочного и соревновательного процесса

Наименование категории (группы) общепрофессиональных компетенций	Код и наименование общепрофессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения общепрофессиональной компетенции
Организационно-методическое обеспечение	ОПК-9 Способен осуществлять методическое сопровождение по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта	<p>ОПК-9.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - требования ФГОС, профессиональных стандартов и других квалификационных характеристик в области ФКиС; - требования к программам учебной дисциплины по образовательным программам профессионального образования; - требования к программам дополнительного образования детей в области ФКиС, программам спортивной подготовки; - требования лицензирования и аккредитации организации, осуществляющей деятельность в области ФКиС; - технологию переработки практического и теоретического материала в методический; - виды и методику разработки оценочных средств в рамках компетентного подхода и оценки квалификации
		<p>ОПК-9.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планировать результаты освоения программ в области ФКиС; - определять содержание программы в соответствии с поставленными целями и запланированными результатами; - разрабатывать оценочные средства и критерии оценивания результатов освоения программ; - разрабатывать методические и учебные материалы, в том числе учебники и пособия, включая электронные; - оценивать методические и учебные материалы на соответствие современным теоретическими методическим подходам к разработке и реализации образовательных программ; - использовать методики и нормативы определения трудоемкости работ; - составлять заключение по результатам экспертизы научно-методических и учебно-методических материалов в области ФКиС; - определять наиболее эффективные способы осуществления методической помощи физкультурно-спортивным организациям, выполнения консультационных проектов.

Наименование категории (группы) общепрофессиональных компетенций	Код и наименование общепрофессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения общепрофессиональной компетенции
		ОПК-9.3. Владеет навыками: - разработки учебно-методического обеспечения учебных дисциплин (модулей) по профессиональным образовательным программам в области физической культуры и спорта.

4.3 Профессиональные компетенции выпускника, подлежащие формированию в результате освоения ОПОП ВО, и индикаторы их достижения:

Код и наименование профессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения профессиональной компетенции
Профессиональные компетенции, определяемые самостоятельно разработчиками ОПОП ВО	
Тип задач профессиональной деятельности: педагогический	
<p>ПК-1 Способен проводить занятия с использованием комплексов общеразвивающих и специальных упражнений для повышения функциональных возможностей организма человека (профессиональный стандарт «Специалист по продвижению фитнес-услуг» (05.013), утвержденный приказом Минтруда России от 24 декабря 2020 г. №950н, В/02.6)</p>	<p>ПК-1.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - физиологию человека; - физиологические аспекты упражнений; - теорию и методику спортивной тренировки; - возрастные особенности человека; - противопоказания к занятиям физической культурой; - классификацию и состав физических упражнений по целевому и анатомическому принципу; - общие принципы компоновки и комбинации физических упражнений, сочетание физических упражнений с другими видами оздоровительных занятий; - оценочные показатели адаптации организма человека к разным уровням интенсивности аэробного, анаэробного, функционального тренинга; - методику проведения индивидуальных занятий для различного половозрастного состава населения; - методику силовых, интервальных, круговых, функциональных тренировок, тренировок для развития ловкости, равновесия, координации, гибкости, функционального тренинга; - причины и риски возникновения острых и хронических травм, методы предотвращения травмирования; - основы организации первой помощи.

Код и наименование профессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения профессиональной компетенции
	<p>ПК-1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять частоту, интенсивность, продолжительность нагрузки; - выявлять ошибки в технике выполнения элементов упражнений; - подбирать методы и средства коррекции ошибок в технике выполнения упражнений; - определять уровень индивидуального восприятия нагрузки; - варьировать интенсивность нагрузки при превышении у человека пределов допустимых норм показателей физического состояния; - демонстрировать выполнение упражнений; - применять величину нагрузки, частоту тренировочных занятий с учетом воздействия на мышечные группы человека согласно индивидуальной программе; - обучать техникам дыхания при исполнении упражнений; - вести мониторинг сердечного ритма человека на занятиях с высокой интенсивностью; - соблюдать принципы последовательности решения задач физического совершенствования и постепенной прогрессивной сверхнагрузки с учетом индивидуального образа жизни, возраста и физического развития человека; - производить замеры частоты сердечных сокращений, частоты дыхания, артериального давления и определять связи показателей замеров с различными видами физической нагрузки человека; - выявлять источники опасности и возможного травматизма во время занятий и выбирать алгоритмы действий по их устранению; - учитывать характер внешних обстоятельств и динамику потребностей человека при адаптации индивидуальных программ; - использовать методы позитивной мотивации. <p>ПК-1.3. Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения инструктажа по технике самостраховки и техникам безопасного выполнения упражнений с использованием тренажерных устройств, оборудования свободного веса и специализированного оборудования; - документирования процесса реализации индивидуальных программ с фиксацией показателей; - контроля соответствия занятий по индивидуальным программам нормам безопасности и эффективности для формирования ЗОЖ;

Код и наименование профессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения профессиональной компетенции
	<ul style="list-style-type: none"> - контроля пределов комфортного диапазона движений человека при проработке мышечных групп с целью предупреждения его превышения; - определения признаков переутомления или перетренированности человека.
<p>ПК-2 Способен демонстрировать выполнение упражнений по индивидуальным программам, в том числе с использованием тренажерных устройств, с пояснением анатомо-физиологических аспектов упражнений с точки зрения влияния на текущее состояние организма человека, полезности упражнения, возможных травм (профессиональный стандарт «Специалист по продвижению фитнес-услуг» (05.013), утвержденный приказом Минтруда России от 24 декабря 2020 г. №950н, В/02.6)</p>	<p>ПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - физиологию человека; - физиологические аспекты упражнений; - теорию и методику спортивной тренировки; - возрастные особенности человека; - противопоказания к занятиям физической культурой; - классификацию и состав физических упражнений по целевому и анатомическому принципу; - общие принципы компоновки и комбинации физических упражнений, сочетание физических упражнений с другими видами оздоровительных занятий; - оценочные показатели адаптации организма человека к разным уровням интенсивности аэробного, анаэробного, функционального тренинга; - методику проведения индивидуальных занятий для различного половозрастного состава населения; - виды тренажерных устройств и специализированного оборудования, их классификацию и принципы работы; - спортивное снаряжение, инвентарь и экипировку; - правила безопасного использования тренажерных устройств, специализированного оборудования и инвентаря; - методику силовых, интервальных, круговых, функциональных тренировок, тренировок для развития ловкости, равновесия, координации, гибкости, функционального тренинга; - причины и риски возникновения острых и хронических травм, методы предотвращения травмирования; - основы организации первой помощи. <p>ПК-2.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять частоту, интенсивность, продолжительность нагрузки по видам упражнений; - выявлять ошибки в технике выполнения элементов упражнений; - подбирать методы и средства коррекции ошибок в технике выполнения упражнений;

Код и наименование профессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения профессиональной компетенции
	<ul style="list-style-type: none"> - определять уровень индивидуального восприятия нагрузки; - варьировать интенсивность нагрузки при превышении у человека пределов допустимых норм показателей физического состояния; - демонстрировать выполнение упражнений; - применять величину нагрузки, частоту тренировочных занятий с учетом воздействия на мышечные группы человека согласно индивидуальной программе; - обучать техникам дыхания при исполнении упражнений; - вести мониторинг сердечного ритма человека на занятиях с высокой интенсивностью; - соблюдать принципы последовательности решения задач физического совершенствования и постепенной прогрессивной сверхнагрузки с учетом индивидуального образа жизни, возраста и физического развития человека; - производить замеры частоты сердечных сокращений, частоты дыхания, артериального давления и определять связи показателей замеров с различными видами физической нагрузки человека; - выявлять источники опасности и возможного травматизма во время занятий и выбирать алгоритмы действий по их устранению; - учитывать характер внешних обстоятельств и динамику потребностей человека при адаптации индивидуальных программ; - использовать методы позитивной мотивации. <p>ПК-2.3. Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения инструктажа по технике самостраховки и техникам безопасного выполнения упражнений с использованием тренажерных устройств, оборудования свободного веса и специализированного оборудования; - документирования процесса реализации индивидуальных программ с фиксацией показателей; - контроля соответствия занятий по индивидуальным программам нормам безопасности и эффективности для формирования ЗОЖ; - контроля пределов комфортного диапазона движений человека при проработке мышечных групп с целью предупреждения его превышения; - определения признаков переутомления или перетренированности человека.
ПК-3 Способен составлять индивиду-	ПК-3.1. Знает:

Код и наименование профессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения профессиональной компетенции
<p>альные программы, в том числе с разработкой частоты, интенсивности, продолжительности, вида и структуры занятий, включая использование фитнес-технологий (профессиональный стандарт «Специалист по продвижению фитнес-услуг» (05.013), утвержденный приказом Минтруда России от 24 декабря 2020 г. №950н, В/01.6)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - физиологию человека; - теорию и методiku спортивной тренировки; - возрастные особенности человека; - противопоказания к занятиям физической культурой; - функциональную анатомию человека; - факторы риска занятий фитнесом и стандартные методики их выявления; - методiku фитнес-тестирования и технологии интерпретации его результатов; - классификацию и состав физических упражнений по целевому и анатомическому принципу; - общие принципы компоновки и комбинации физических упражнений и сочетания физических упражнений с другими видами оздоровительных занятий; - оценочные показатели адаптации организма человека к разным уровням интенсивности аэробного, анаэробного, функционального тренинга; - методы и принципы планирования индивидуальных программ; - методики силовых, интервальных, круговых, функциональных тренировок, тренировок для развития ловкости, равновесия, координации, гибкости, функционального тренинга.
	<p>ПК-3.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выявлять факторы мотивации для постановки достижимых целей личноcтно ориентированной двигательной активности человека; - использовать и интерпретировать данные о возрасте, вредных привычках, образе жизни, исходной физической активности для оценки факторов риска занимающихся; - применять методы и технологию фитнес-тестирования населения; - применять фитнес-технологии для планирования индивидуальных программ; - анализировать целевую направленность, специфику задач и применять средства аэробного, анаэробного, функционального тренинга; - использовать принцип регламентации нагрузок и адекватности их применения; - дозировать физическую нагрузку и применять методы ее последовательного изменения по фазам тренировок; - подбирать физические упражнения для сбалансированного развития мышечных групп и систем организма;

Код и наименование профессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения профессиональной компетенции
	<ul style="list-style-type: none"> - учитывать обстоятельства обратимости (снижения) результатов при планировании индивидуальных тренировок; - планировать занятия на основе баланса результативности занятий и их безопасности для занимающихся. <p>ПК-3.3. Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - контроля медицинского допуска к занятиям фитнесом; - проведения анкетирования для выявления индивидуальных потребностей в области физического развития и факторов мотивации лично ориентированной двигательной активности; - определения факторов риска на основе данных о возрасте, вредных привычках, образе жизни, исходной физической активности занимающихся; - определения достижимых и измеримых целей и планирования результатов индивидуальных программ; - подбора и дозировки упражнений на основе оценки уровня риска и данных предварительного фитнес-тестирования; - составления индивидуальных программ, в том числе с разработкой частоты, интенсивности, продолжительности, вида и структуры занятий, включая использование фитнес-технологий и принципа периодизации по фазам тренировок; - разработки программ для самостоятельных занятий; - планирования индивидуальных программ с применением принципа периодизации по фазам фитнес-тренировок.
<p>ПК-4 Способен использовать приборы объективного контроля, технические средства и устройства, средства измерений, разработанные для оценки различных сторон подготовленности занимающихся, реакций организма на тренировочные и соревновательные нагрузки, эффективности тренировочного процесса, учета адаптационных перестроек функций организма (профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель» (05.012), утвержденный приказом Минтруда России от 24 декабря 2020 г. №952н, В/01.7)</p>	<p>ПК-4.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила вида спорта, нормы, требования и условия их выполнения; федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта; общероссийские антидопинговые правила, утвержденные федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями; методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние; - основы биомеханики движений человека и кинезиологии; - положения, правила и регламенты проведения

Код и наименование профессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения профессиональной компетенции
	<p>международных спортивных соревнований, принятые международными федерациями по видам спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - принципы и закономерности, обеспечивающие реализацию целей тренировочного процесса, в том числе положение теории и методики физической культуры, теории спорта, педагогики физической культуры и спорта, психологии физической культуры и спорта, теории и методики избранного вида спорта, теории и методики обучения базовым видам спорта, биомеханики двигательной деятельности; - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях их проведения; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию тренировочных занятий; - технологии педагогической диагностики и коррекции негативных состояний, снятия стрессов у занимающихся. <p>ПК-4.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечивать выполнение индивидуальных и групповых планов тренировок; - поддерживать высокий уровень спортивной мотивации; - выявлять своевременно угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство, оперативно реагировать на нестандартные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности. <p>ПК-4.3. Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения тренировок, соответствующих специфике соревновательной деятельности вида спорта, спортивной дисциплине, с целью развития всех сторон подготовленности; - определения и установки режима тренировочного процесса.
<p>ПК-5 Способен использовать тренажеры, оборудование, комплексы по функциональной подготовке, диагностике и реабилитации (профессиональный стандарт «Тренер» (05.003), утвержденный приказом Минтруда России от 28 марта 2019 г. №191н, Н/03.7)</p>	<p>ПК-5.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - виды тренажерных устройств и специализированного оборудования, их классификацию и принципы работы; - спортивное снаряжение, инвентарь и экипировку; - правила безопасного использования тренажерных устройств, специализированного оборудования и инвентаря. <p>ПК-5.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать тренажеры и спортивное оборудо-

Код и наименование профессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения профессиональной компетенции
	<p>дование в процессе тренировок;</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать комплексы по функциональной подготовке, диагностике и реабилитации в процессе тренировок; - контролировать процесс работы со спортивными тренажерами и оборудованием. <p>ПК-5.3. Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализа эффективности использования спортивных тренажеров в процессе подготовки спортсменов; - применения в процессе тренировок оборудования и комплексов по функциональной подготовке, диагностике и реабилитации.
<p>ПК-6 Способен контролировать соблюдение антидопинговых правил (профессиональный стандарт «Тренер» (05.003), утвержденный приказом Минтруда России от 28 марта 2019 г. №191н, Н/02.7)</p>	<p>ПК-6.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - нормативные правовые акты в области физической культуры и спорта; - антидопинговые правила; - национальный план борьбы с допингом в спорте; - российское и международное антидопинговое законодательство, методы противодействия допингу; - основные виды нарушений антидопинговых правил и их последствия, включая санкционные, юридические и репутационные риски. <p>ПК-6.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планировать и контролировать реализацию мероприятий по медико-биологическому, научно-методическому обеспечению, антидопинговому сопровождению подготовки спортсменов; - создавать условия непримиримости к использованию допинга спортсменами, тренерским составом спортивной команды. <p>ПК-6.3. Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - контроля мероприятий медико-биологического, научно-методического обеспечения, антидопингового сопровождения подготовки спортсменов; - контроля соблюдения спортсменами и тренерским составом спортивной команды антидопинговых правил.
<p>ПК-7 Способен обеспечивать безопасность занимающихся при проведении занятий и тренировок (профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель» (05.012), утвержденный приказом Минтруда России от 24 декабря 2020 г. №952н, В/01.7)</p>	<p>ПК-7.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила вида спорта, нормы, требования и условия их выполнения; федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта; общероссийские антидопинговые правила, утвержденные федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговые правила, утвер-

Код и наименование профессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения профессиональной компетенции
	<p>жденные международными антидопинговыми организациями; методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние;</p> <ul style="list-style-type: none"> - принципы и закономерности, обеспечивающие реализацию целей тренировочного процесса, в том числе положение теории и методики физической культуры, теории спорта, педагогики физической культуры и спорта, психологии физической культуры и спорта, теории и методики избранного вида спорта, теории и методики обучения базовым видам спорта, биомеханики двигательной деятельности; - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях их проведения; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию тренировочных занятий. <p>ПК-7.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выявлять своевременно угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности. <p>ПК-7.3. Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечения безопасности занимающихся; - определения и установки режима тренировочного процесса.
Тип задач профессиональной деятельности: научно-исследовательский	
<p>ПК-8 Способен оценивать эффективность новейших методик осуществления тренировочного и соревновательного процесса и перспектив их использования в условиях конкретной физкультурно-спортивной или образовательной организации (профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель» (05.012), утвержденный приказом Минтруда России от 24 декабря 2020 г. №952н, В/03.7)</p>	<p>ПК-8.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила вида спорта, нормы, требования и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта; федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта; общероссийские антидопинговые правила, утвержденные федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями; методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние; - объем индивидуальной спортивной подготовки;

Код и наименование профессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения профессиональной компетенции
	<p>- специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий;</p> <p>- технологии педагогической диагностики и коррекции негативных состояний, снятия стрессов.</p> <p>ПК-8.2. Умеет:</p> <p>- выявлять и обосновывать достоинства и недостатки методики осуществления тренировочного и соревновательного процесса, а также его применимость в условиях конкретной физкультурно-спортивной или образовательной организации.</p> <p>ПК-8.3. Владеет навыками:</p> <p>- изучения передового опыта осуществления тренировочного и соревновательного процесса;</p> <p>- внедрения новейших методик в практику тренировочного и соревновательного процесса в конкретных физкультурно-спортивных или образовательных организациях.</p>
<p>ПК-9 Способен разрабатывать методические и учебные материалы для внедрения новейших методик в практику тренировочного и соревновательного процесса в конкретных физкультурно-спортивных или образовательных организациях (профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель» (05.012), утвержденный приказом Минтруда России от 24 декабря 2020 г. №952н, В/03.7)</p>	<p>ПК-9.1. Знает:</p> <p>- правила вида спорта, нормы, требования и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта; федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта; общероссийские антидопинговые правила, утвержденные федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями; методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние;</p> <p>- методы научного исследования;</p> <p>- порядок составления и оформления научной работы, научной статьи;</p> <p>- нормативные правовые акты, регламентирующие работу со служебной документацией.</p> <p>ПК-9.2. Умеет:</p> <p>- собирать информацию из различных источников;</p> <p>- разъяснять все существенные вопросы внедрения методики в устном выступлении или в методических материалах.</p> <p>ПК-9.3. Владеет навыками:</p> <p>- изучения передового опыта осуществления тренировочного и соревновательного процесса;</p> <p>- внедрения новейших методик в практику тре-</p>

Код и наименование профессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения профессиональной компетенции
	нировочного и соревновательного процесса в конкретных физкультурно-спортивных или образовательных организациях.
<p>ПК-10 Способен к поиску информации, необходимой для осуществления тренировочного и соревновательного процесса (профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель» (05.012), утвержденный приказом Минтруда России от 24 декабря 2020 г. №952н, В/04.7)</p>	<p>ПК-10.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила вида спорта, нормы, требования и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта; федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта; общероссийские антидопинговые правила, утвержденные федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями; методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние; - положения, правила и регламенты проведения международных спортивных соревнований, принятые международными федерациями по видам спорта; - Устав Олимпийского комитета России; - принципы и закономерности, обеспечивающие реализацию целей тренировочного процесса со спортсменами, в том числе положения теории и методики физической культуры, теории спорта, педагогики физической культуры и спорта, возрастной психологии, психологии физической культуры и спорта, теории и методики избранного вида спорта, теории и методики обучения базовым видам спорта, анатомии человека, биомеханики двигательной деятельности, спортивной метрологии, биохимии человека, спортивной биохимии, физиологии человека, спортивной физиологии, гигиенических основ физкультурно-спортивной деятельности, спортивной нутрициологии, спортивной морфологии; анатомо-морфологические, физиологические, психологические и гендерные особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта, методика контроля и оценки антропометрических, физиологических, психологических параметров человека; правила видов спорта и требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с Всероссийской классификацией; нормативные правовые акты, регулирующие вид профессиональной деятельности.

Код и наименование профессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения профессиональной компетенции
	<p>ПК-10.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять анализ тренировочного и соревновательного процесса и выявлять причины его неэффективности; - собирать информацию о тренировочном и соревновательном процессе из различных источников.
	<p>ПК-10.3. Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определения причины возникновения проблемы в осуществлении тренировочного и соревновательного процесса; - поиска необходимой информации; - предложения решения проблемы и обоснование на основе собранных данных либо собственного опыта.
<p>ПК-11 Способен подбирать и дозировать упражнения на основе оценки уровня риска и данных предварительного тестирования занимающихся (профессиональный стандарт «Специалист по продвижению фитнес-услуг» (05.013), утвержденный приказом Минтруда России от 24 декабря 2020 г. №950н, В/01.6)</p>	<p>ПК-11.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - физиологию человека; - возрастные особенности человека; - противопоказания к занятиям физической культурой; - функциональную анатомию человека; - факторы риска занятий фитнесом и стандартные методики их выявления; - методику фитнес-тестирования и технологии интерпретации его результатов; - классификацию и состав физических упражнений по целевому и анатомическому принципу; - общие принципы компоновки и комбинации физических упражнений и сочетания физических упражнений с другими видами оздоровительных занятий; - оценочные показатели адаптации организма человека к разным уровням интенсивности аэробного, анаэробного, функционального тренинга.
	<p>ПК-11.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять методы и технологию фитнес-тестирования занимающихся; - применять фитнес-технологии для планирования индивидуальных программ; - анализировать целевую направленность, специфику задач и применять средства аэробного, анаэробного, функционального тренинга; - использовать принцип регламентации нагрузок и адекватности их применения; - дозировать физическую нагрузку и применять методы ее последовательного изменения по фазам тренировок; - подбирать физические упражнения для сба-

Код и наименование профессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения профессиональной компетенции
	<p>лансированного развития мышечных групп и систем организма;</p> <ul style="list-style-type: none"> - учитывать обстоятельства обратимости (снижения) результатов при планировании индивидуальных тренировок; - планировать занятия на основе баланса результативности занятий и их безопасности для занимающихся. <p>ПК-11.3. Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - контроля медицинского допуска к занятиям фитнесом; - проведения анкетирования для выявления индивидуальных потребностей в области физического развития и факторов мотивации лично ориентированной двигательной активности; - определения факторов риска на основе данных о возрасте, вредных привычках, образе жизни, исходной физической активности занимающихся; - определения достижимых и измеримых целей и планирования результатов индивидуальных программ; - разработки программ для самостоятельных занятий; - планирования индивидуальных программ с применением принципа периодизации по фазам фитнес-тренировок.
<p>ПК-12 Способен использовать информационные технологии (профессиональный стандарт «Тренер» (05.003), утвержденный приказом Минтруда России от 28 марта 2019 г. №191н, Н/03.7)</p>	<p>ПК-12.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - информационные технологии; - передовые научно-методические разработки.
	<p>ПК-12.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - работать с текстовыми редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами.
	<p>ПК-12.3. Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применения информационных технологий.

5 Карта формирования компетенций

Связи между планируемыми результатами освоения ОПОП ВО (компетенциями выпускника), формирующими их отдельными элементами ОПОП ВО (дисциплинами (модулями), практиками и т.п.) и индикаторами достижения компетенций устанавливаются нижеприведенной картой формирования компетенций.

Наименование элемента ОПОП ВО в соответствии с учебным планом	Коды компетенций, формируемых элементом ОПОП ВО	Коды индикаторов достижения компетенций, формируемых элементом ОПОП ВО
Блок 1. Дисциплины (модули)		

Наименование элемента ОПОП ВО в соответствии с учебным планом	Коды компетенций, формируемых элементом ОПОП ВО	Коды индикаторов достижения компетенций, формируемых элементом ОПОП ВО
Обязательная часть ОПОП ВО		
Иностранный язык в профессиональной деятельности	УК-4	УК-4.1., УК-4.2, УК-4.3
Разработка, реализация и управление проектами	УК-1, УК-2, УК-3	УК-1.1., УК-1.2, УК-1.3, УК-2.1., УК-2.2, УК-2.3, УК-3.1., УК-3.2, УК-3.3
Философско-методологические основания системного и критического мышления	УК-1	УК-1.1., УК-1.2, УК-1.3
Межкультурное взаимодействие, коммуникация и саморазвитие в профессиональной деятельности	УК-4, УК-5, УК-6	УК-4.1., УК-4.2, УК-4.3, УК-5.1., УК-5.2, УК-5.3, УК-6.1., УК-6.2, УК-6.3
История и методология науки о физической культуре	ОПК-3, ОПК-4	ОПК-3.1, ОПК-3.2, ОПК-3.3, ОПК-4.1, ОПК-4.2, ОПК-4.3
Современные проблемы науки о физической культуре и спорте	ОПК-5, ОПК-6	ОПК-5.1, ОПК-5.2, ОПК-5.3, ОПК-6.1, ОПК-6.2, ОПК-6.3
Оздоровительные технологии в физической культуре и спорте	ОПК-2, ОПК-5	ОПК-2.1, ОПК-2.2, ОПК-2.3, ОПК-5.1, ОПК-5.2, ОПК-5.3
Современные методы исследований в науках о физической культуре и спорте	ОПК-7, ОПК-8	ОПК-7.1, ОПК-7.2, ОПК-7.3, ОПК-8.1, ОПК-8.2, ОПК-8.3
Методология и технологии построения и управления спортивной тренировки	ОПК-1, ОПК-3, ОПК-9	ОПК-1.1, ОПК-1.2, ОПК-1.3, ОПК-3.1, ОПК-3.2, ОПК-3.3, ОПК-9.1, ОПК-9.2, ОПК-9.3
Часть ОПОП ВО, формируемая участниками образовательных отношений		
Средства восстановления физической работоспособности	ПК-3, ПК-6, ПК-8	ПК-3.1. ПК-3.2, ПК-3.3, ПК-6.1. ПК-6.2, ПК-6.3, ПК-8.1. ПК-8.2, ПК-8.3
Основы рациональной организации жизнедеятельности	ПК-3, ПК-6, ПК-8	ПК-3.1. ПК-3.2, ПК-3.3, ПК-6.1. ПК-6.2, ПК-6.3, ПК-8.1. ПК-8.2, ПК-8.3
Персональный фитнес-тренинг	ПК-2, ПК-5	ПК-2.1. ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-5.1. ПК-5.2, ПК-5.3
Тренажеры и технические устройства в физической культуре и спорте	ПК-2, ПК-5	ПК-2.1. ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-5.1. ПК-5.2, ПК-5.3
Основы и частные методики восстановления	ПК-8, ПК-11	ПК-8.1. ПК-8.2, ПК-8.3, ПК-11.1. ПК-11.2, ПК-11.3
Основы восстановительных практик	ПК-8, ПК-11	ПК-8.1. ПК-8.2, ПК-8.3, ПК-11.1. ПК-11.2, ПК-11.3
Компьютерные и информационные технологии в науке и образовании	ПК-10, ПК-12	ПК-10.1. ПК-10.2, ПК-10.3, ПК-12.1. ПК-12.2, ПК-12.3
Основы анализа данных в физической культуре и спорте	ПК-10, ПК-12	ПК-10.1. ПК-10.2, ПК-10.3, ПК-12.1. ПК-12.2, ПК-12.3

Наименование элемента ОПОП ВО в соответствии с учебным планом	Коды компетенций, формируемых элементом ОПОП ВО	Коды индикаторов достижения компетенций, формируемых элементом ОПОП ВО
Управление массой тела	ПК-3, ПК-6	ПК-3.1. ПК-3.2, ПК-3.3, ПК-6.1. ПК-6.2, ПК-6.3
Основы педагогического мастерства специалиста в сфере физкультурно-оздоровительных технологий	ПК-1, ПК-7	ПК-1.1. ПК-1.2, ПК-1.3, ПК-7.1. ПК-7.2, ПК-7.3
Немедикаментозные методики оздоровления	ПК-6, ПК-11	ПК-6.1. ПК-6.2, ПК-6.3, ПК-11.1. ПК-11.2, ПК-11.3
Организационно-методические основы рекреативной деятельности	ПК-8, ПК-9	ПК-8.1. ПК-8.2, ПК-8.3, ПК-9.1. ПК-9.2, ПК-9.3
Современные методики массажа в системе физической реабилитации	ПК-4, ПК-5	ПК-4.1. ПК-4.2, ПК-4.3, ПК-5.1. ПК-5.2, ПК-5.3
Биодинамические основы адаптации человека к мышечной нагрузке	ПК-4, ПК-5	ПК-4.1. ПК-4.2, ПК-4.3, ПК-5.1. ПК-5.2, ПК-5.3
Блок 2. Практика		
Обязательная часть ОПОП ВО		
Учебная практика (научно-исследовательская работа (получение первичных навыков научно-исследовательской работы)) (1 семестр)	ОПК-5	ОПК-5.1, ОПК-5.2, ОПК-5.3
Учебная практика (научно-исследовательская работа (получение первичных навыков научно-исследовательской работы)) (2 семестр)	ОПК-5	ОПК-5.1, ОПК-5.2, ОПК-5.3
Учебная практика (ознакомительная практика)	ОПК-3, ОПК-4, ОПК-6	ОПК-3.1, ОПК-3.2, ОПК-3.3, ОПК-4.1, ОПК-4.2, ОПК-4.3, ОПК-6.1, ОПК-6.2, ОПК-6.3
Часть ОПОП ВО, формируемая участниками образовательных отношений		
Производственная практика (научно-исследовательская работа) (3 семестр)	ПК-8, ПК-10, ПК-12	ПК-8.1, ПК-8.2, ПК-8.3, ПК-10.1, ПК-10.2, ПК-10.3, ПК-12.1, ПК-12.2, ПК-12.3,
Производственная практика (научно-исследовательская работа) (4 семестр)	ПК-9, ПК-10, ПК-12	ПК-9.1, ПК-9.2, ПК-9.3, ПК-10.1, ПК-10.2, ПК-10.3, ПК-12.1, ПК-12.2, ПК-12.3,
Производственная практика (научно-педагогическая практика) (2 семестр)	ПК-4, ПК-5, ПК-11	ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3, ПК-5.1, ПК-5.2, ПК-5.3, ПК-11.1, ПК-11.2, ПК-11.3
Производственная практика (научно-педагогическая практика) (3 семестр)	ПК-4, ПК-5, ПК-11	ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3, ПК-5.1, ПК-5.2, ПК-5.3, ПК-11.1, ПК-11.2, ПК-11.3
Производственная практика (профессионально-ориентированная практика)	ПК-1, ПК-2, ПК-6	ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-6.1, ПК-6.2, ПК-6.3
Производственная практика (преддипломная практика)	ПК-3, ПК-7, ПК-11	ПК-3.1, ПК-3.2, ПК-3.3, ПК-7.1, ПК-7.2, ПК-7.3,

Наименование элемента ОПОП ВО в соответствии с учебным планом	Коды компетенций, формируемых элементом ОПОП ВО	Коды индикаторов достижения компетенций, формируемых элементом ОПОП ВО
		ПК-11.1, ПК-11.2, ПК-11.3
Блок 3. Государственная итоговая аттестация		
Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	УК-1, УК- 2, УК-3, УК-4, УК-5, УК-6, ОПК-1, ОПК-2, ОПК-3, ОПК-4, ОПК-5, ОПК-6, ОПК-7, ОПК-8, ОПК-9, ПК-1, ПК-2, ПК-3, ПК-4, ПК-5, ПК-6, ПК-7, ПК-8, ПК-9, ПК-10, ПК-11, ПК-12	УК-1.1, УК-1.2, УК-1.3, УК-2.1, УК-2.2, УК-2.3, УК-3.1, УК-3.2, УК-3.3, УК-4.1, УК-4.2, УК-4.3, УК-5.1, УК-5.2, УК-5.3, УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3, ОПК-1.1, ОПК-1.2, ОПК-1.3, ОПК-2.1, ОПК-2.2, ОПК-2.3, ОПК-3.1, ОПК-3.2, ОПК-3.3, ОПК-4.1, ОПК-4.2, ОПК-4.3, ОПК-5.1, ОПК-5.2, ОПК-5.3, ОПК-6.1, ОПК-6.2, ОПК-6.3, ОПК-7.1, ОПК-7.2, ОПК-7.3, ОПК-8.1, ОПК-8.2, ОПК-8.3, ОПК-9.1, ОПК-9.2, ОПК-9.3, ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-3.1, ПК-3.2, ПК-3.3, ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3, ПК-5.1, ПК-5.2, ПК-5.3, ПК-6.1, ПК-6.2, ПК-6.3, ПК-7.1, ПК-7.2, ПК-7.3, ПК-8.1, ПК-8.2, ПК-8.3, ПК-9.1, ПК-9.2, ПК-9.3, ПК-10.1, ПК-10.2, ПК-10.3, ПК-11.1, ПК-11.2, ПК-11.3, ПК-12.1, ПК-12.2, ПК-12.3
Факультативные дисциплины (модули)		
Методология научных исследований	УК-1	УК-1.1, УК-1.2, УК-1.3
Менеджмент командной работы	УК-3	УК-3.1., УК-3.2, УК-3.3.

6 Сведения о кадровых условиях реализации ОПОП ВО

Кадровые условия реализации ОПОП ВО отвечают требованиям соответствующего ФГОС ВО.

7 Коллектив разработчиков ОПОП ВО

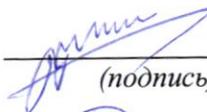
Научно-педагогические работники университета

Архипова С.А., зав. кафедрой ФОТ,
к.п.н., доцент
(ФИО, должность, ученая степень, ученое звание)



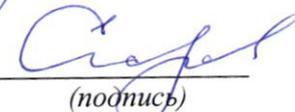
(подпись)

Миронов Д.Л., к.п.н., доцент
(ФИО, должность, ученая степень, ученое звание)



(подпись)

Егоров В.Н., к.п.н., доцент
(ФИО, должность, ученая степень, ученое звание)



(подпись)

Представители профильных организаций (предприятий)

Новиков И.В., специализированная детско-
юношеская спортивная школа олимпийского
резерва по легкой атлетике, директор
(ФИО, наименование организации (предприятия), должность)



(подпись, печать)

Грызлов Д.А., государственное учреждение
Тульской области «Областная спортивная
школа олимпийского резерва»,
директор
(ФИО, наименование организации (предприятия), должность)



(подпись, печать)

8 Лист согласования

Общая характеристика ОПОП ВО согласована с дирекцией Института педагогики, физической культуры, спорта и туризма:

Директор ИПФКСТ

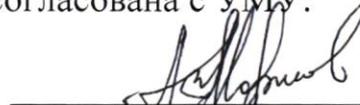


С.А. Архипова

Подпись

Общая характеристика ОПОП ВО согласована с УМУ:

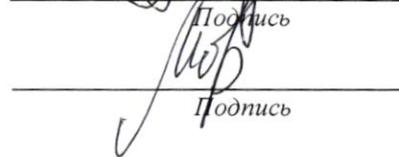
Начальник УМУ



А.В. Моржов

Подпись

И.о. начальника ОСУП УМУ



С.В. Моржова

Подпись