

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СЕВАСТОПОЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

СОГЛАСОВАНО:

Директор
Института дополнительного
профессионального образования

М.Н. Большакова
25 января 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Проректор по образовательной
деятельности
ФГАОУ ВО «Севастопольский
государственный университет»

В.Р. Душко
2024 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПОВЫШЕНИЕ КВАЛИФИКАЦИИ

«ИНДИВИДУАЛИЗИРОВАННЫЕ МЕТОДЫ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ:
ПИТАНИЕ, ТРЕНИРОВКИ, РЕГУЛИРОВАНИЕ СТРЕССА»

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. НОРМАТИВНАЯ БАЗА ПРОГРАММЫ

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Индивидуализированные методы здоровьесбережения: питание, тренировки, регулирование стресса» разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ;

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам» от 01.07.2013 № 499;

- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации «О направлении методических рекомендаций» от 10.02.2015 г. № 05-308 (вместе с Методическими рекомендациями по разработке основных профессиональных образовательных программ и дополнительных профессиональных программ с учетом соответствующих профессиональных стандартов», утв. 22.01.2015 г. № ДЛ-1/05вн).

Образовательный стандарт:

- Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура» от 19 сентября 2017 г. № 940;

Профессиональные стандарты:

Приказ Минтруда России от 27 апреля 2023 №353н «Об утверждении профессионального стандарта 05.017 «Специалист по фитнесу (фитнес-тренер)»;

Приказ Минтруда России от 21 апреля 2022 №237н «Об утверждении профессионального стандарта 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта».

- Квалификационный справочник по должностям, профессиям: «Квалификационные характеристики должностей работников в сфере образования, приказ Минздравсоцразвития РФ от 26.08.2010 N 761н; «Квалификационные характеристики должностей работников в области физической культуры и спорта», приказ Минздравсоцразвития РФ от 15.08.2011 N 916н.

1.2. ЦЕЛЬ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Целью реализации программы повышения квалификации является совершенствование компетенций, необходимых для профессиональной деятельности, и повышение профессионального уровня при организации и проведении физкультурно-оздоровительных занятий в рамках имеющейся квалификации.

1.3. ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ПОСТУПАЮЩЕГО НА ОБУЧЕНИЕ

К освоению дополнительной профессиональной программы допускаются: лица, имеющие среднее профессиональное и (или) высшее образование; лица, получающие среднее профессиональное и (или) высшее образование.

1.4. ТРУДОЕМКОСТЬ ОБУЧЕНИЯ

Нормативная трудоемкость обучения по данной программе 16 академических часа, включая все виды аудиторной и внеаудиторной (самостоятельной) учебной работы слушателя.

1.5. ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

Форма обучения: очно-заочная с применением дистанционных образовательных технологий (асинхронное дистанционное обучение).

1.6. РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ

Учебная нагрузка – 16 часов в неделю, включая все виды аудиторной и внеаудиторной (самостоятельной) учебной работы слушателя.

1.7. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

Программа повышения квалификации направлена на качественное изменение профессиональных компетенций в рамках имеющейся квалификации в результате обучения.

Имеющаяся квалификация (требования к слушателям): лица, имеющие среднее профессиональное и (или) высшее образование; лица, получающие среднее профессиональное и (или) высшее образование.

Виды деятельности	Проф. компетенции	Практический опыт	Умения	Знания
ВД 1 Рекреационный	ПК-1: Способен применять средства и методы двигательной рекреации для коррекции	Владеет: - навыками подбора средств и методов двигательной рекреации для коррекции	Умеет: - ориентировать виды своей профессиональной деятельности на пропаганду здорового	Знает: - вопросы индивидуализации занятий; - анатомо-физиологические

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

по дополнительной профессиональной программе
повышения квалификации

**«Индивидуализированные методы здоровьесбережения: питание,
тренировки, регулирование стресса»**

Программа соответствует квалификационным требованиям -
Федеральный государственный образовательный стандарт высшего
образования - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая
культура» от 19 сентября 2017 г. № 940;

Профессиональные стандарты:

Приказ Минтруда России от 27 апреля 2023 №353н «Об утверждении
профессионального стандарта 05.017 «Специалист по фитнесу (фитнес-
тренер)»;

Приказ Минтруда России от 21 апреля 2022 №237н «Об утверждении
профессионального стандарта 05.005 «Специалист по инструкторской и
методической работе в области физической культуры и спорта».

Форма обучения – очно-заочная с применением дистанционных
образовательных технологий (асинхронное дистанционное обучение).

Срок обучения (количество часов) – 16.

Режим занятий – 16 часов в неделю.

Категория слушателей – лица, имеющие или получающие среднее
профессиональное и (или) высшее образование.

№ п/п	Наименование разделов, дисциплин (модулей)	Кол-во часов (з.е.)							СР	Форма аттеста ции
		Всего	Аудиторные			Дистанционные				
			ЛК	ЛБ	ПР	ЛК	ЛБ	ПР		
1	Консультирование населения по вопросам питания и режима дня с использованием современных цифровых технологий	14	-	-	-	8	-	2	4	Зачет
	Итоговая аттестация	2	-	-	-	-	-	2	-	Зачет
	Итого	16	-	-	-	8	-	4	4	

5. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК ПРОГРАММЫ

В качестве примера:

Период обучения (дни, недели)*	Наименование раздела, модуля
1 неделя	Модуль 1 Консультирование населения по вопросам питания и режима дня с использованием современных цифровых технологий
2 неделя	Итоговая аттестация
*Точный порядок реализации разделов, модулей (дисциплин) обучения определяется в расписании занятий.	

6. СОСТАВИТЕЛИ ПРОГРАММЫ

Бутыч Наталья Сергеевна, доцент кафедры «Физвоспитание и спорт» ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет», кандидат педагогических наук, нутрициолог.