

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Национальный государственный Университет  
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,  
Санкт-Петербург»

## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

Физическая подготовка в компьютерном спорте

(продолжительность 16 часов)

Рекомендована и утверждена на заседании  
совета ИДО

«9» мая 2021 г., протокол № 1


Директор ИДО  Р.Н. Апойко

Рекомендована решением  
Учебно-методического совета

«11» мая 2021 г., протокол № 2

Авторы-разработчики:

К.п.н., старший преподаватель

Космина Е.А. 

Санкт-Петербург  
2021

## **1. Общая характеристика дополнительной профессиональной программы повышения квалификации**

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Физическая подготовка в компьютерном спорте» направлена на обновление теоретических и практических навыков тренеров по компьютерному спорту.

Программа предполагает изучение теоретической части: основы планирования, понятия, виды подготовки киберспортсмена, принципы построения тренировочного занятия, развитие основных физических качеств, подбор оптимальной физической нагрузки, с учетом индивидуальных особенностей, обоснование необходимости включения физической подготовки в тренировку киберспортсменов. Практическая часть включает в себя два мастер класса, по общей и специальной физической подготовке киберспортсменов.

### **1.1 Нормативная правовая база разработки дополнительной профессиональной программы повышения квалификации**

Нормативную правовую базу разработки дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Физическая подготовка в компьютерном спорте» составляют:

– Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ;

– Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 1 июля 2013 года №499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;

– Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 15 ноября 2013 года №1244 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 1 июля 2013 года №499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;

### **1.2 Цель и задачи дополнительной профессиональной программы повышения квалификации**

Реализация программы повышения квалификации «Физическая подготовка в компьютерном спорте» направлена на совершенствование и формирование новых компетенций, необходимых для профессиональной деятельности, и повышение профессионального уровня в рамках имеющейся квалификации.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых слушатели, освоившие программу курсов повышения квалификации, могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере научных исследований);

В рамках освоения программы повышения квалификации слушатели могут готовиться к решению задач профессиональной деятельности следующих типов:

- педагогический;

Целью освоения программы является овладение слушателями системой научно-практических знаний, умений и компетенций в сфере физической культуры и спорта и реализация их в своей профессиональной деятельности. А также обновления теоретических и практических знаний тренеров и преподавателей, в связи с повышением требований к уровню их квалификации и необходимостью освоения современных методов решения профессиональных задач.

Объектами профессиональной деятельности слушателя являются занимающиеся компьютерным спортом, вне зависимости от пола и возраста.

Область профессиональной деятельности	Тип задачи профессиональной деятельности	Задачи профессиональной деятельности	Объекты профессиональной деятельности
01 Образование и наука	Педагогический	Общая и специальная физическая подготовка в компьютерном спорте.	Занимающиеся компьютерным спортом, разработка тренировочных программ по общей и специальной физической подготовке в компьютерном спорте.

Программа повышения квалификации «Физическая подготовка в компьютерном спорте» направлена на решение потребностей рынка труда, анализ опыта профессиональной деятельности специалистов в данной области.

### **1.3 Требования к уровню подготовки поступающего на обучение, необходимые для освоения программы**

Обучающиеся или выпускники средних специальных или высших учебных заведений.  
Возможные наименования должностей, профессий:

Тренер;

Тренер-преподаватель;

Педагог дополнительного образования;

### **1.3 Планируемые результаты обучения**

В результате освоения программы повышения квалификации «Физическая подготовка в компьютерном спорте» слушатель должен овладеть следующими профессиональными компетенциями:

**ПК-1.** Способен осуществлять научно-методическое и учебно-методическое обеспечение реализации тренировочных программ по общей и специальной физической подготовке, занимающихся компьютерным спортом. Способен провести занятие по общей и специальной физической подготовке, занимающихся компьютерным спортом.

#### 1.4 Планируемые результаты обучения

Компетенция	Трудовые действия	Знания	Умения	Имеет опыт
<p>Приказ Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации (Минздравсоцразвития России) от 11 января 2011 г. N 1н г. Москва "Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел "Квалификационные характеристики должностей руководителей и специалистов высшего профессионального и дополнительного профессионального образования"</p> <p><b>ПК-1.</b> Способен осуществлять научно-методическое и учебно-методическое обеспечение реализации тренировочных программ по общей и специальной физической подготовке, занимающихся компьютерным спортом.</p>	<p>-Осуществляет планирование, организацию и контроль на занятии по общей и специальной физической подготовке занимающихся компьютерным спортом.</p> <p>-Организует, проводит занятия по общей и специальной физической подготовке занимающихся компьютерным спортом. Участвует в разработке тренировочной программы по общей и специальной физической подготовке занимающихся компьютерным спортом.</p>	<p>-Знает теорию и методику физической культуры и спорта;</p> <p>-Знает основные понятия по общей и специальной физической подготовке занимающихся компьютерным спортом.</p> <p>-Знает особенности построения и планирования занятия по общей и специальной физической подготовке занимающихся компьютерным спортом.</p> <p>-Знает принципы развития физических качеств.</p> <p>-Знает закономерности построения тренировочного процесса по общей и специальной физической подготовке занимающихся компьютерным спортом.</p>	<p>-Разрабатывать новые подходы и методические решения в области при планировании занятия по общей и специальной физической подготовке занимающихся компьютерным спортом.</p> <p>-Определять содержание программы в соответствии с поставленными целями и запланированными результатами;</p> <p>- Проводить занятия по общей и специальной физической подготовке занимающихся компьютерным спортом.</p> <p>-Определять основные ошибки при выполнении занятий по общей и специальной физической подготовке, занимающихся компьютерным спортом.</p>	<p>-Проведения занятия по общей и специальной физической подготовке занимающихся компьютерным спортом.</p>

## 1.5 Нормативная трудоемкость обучения

Трудоемкость обучения по данной программе 16 часов, включая все виды аудиторной и внеаудиторной (самостоятельной) учебной работы слушателя. Общий срок обучения – 2 дня.

## 1.6 Документ, выдаваемый после завершения обучения

К итоговой аттестации допускаются лица, выполнившие требования, предусмотренные курсом обучения по программе повышения квалификации и успешно прошедшие аттестационные испытания, предусмотренные учебным планом.

Лицам, успешно освоившим дополнительную профессиональную программу повышения квалификации «Физическая подготовка в компьютерном спорте» и прошедшим итоговую аттестацию, выдаются документы о квалификации – удостоверение о повышении квалификации установленного образца.

Лицам, не прошедшим итоговую аттестацию или получившим на итоговой аттестации оценку «неудовлетворительно», а также лицам, освоившим часть примерной программы повышения квалификации и (или) отчисленным из образовательной организации в ходе освоения примерной программы повышения квалификации, выдается справка об обучении или о периоде обучения.

## 1.7 Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы повышения квалификации

Образовательная деятельность слушателей по дополнительной профессиональной программе повышения квалификации «Физическая подготовка в компьютерном спорте» предусматривает следующие виды учебных занятий и учебных работ: лекции, практические занятия, деловые игры, тренинги, семинары по обмену опытом, консультации и другие виды учебных занятий и учебных работ, определенные учебным планом.

Реализация компетентного подхода должна предусматривать использование в образовательной деятельности образовательной организации активных и интерактивных форм проведения занятий (компьютерных симуляций, деловых и ролевых игр, разбор конкретных ситуаций, практикумов, практических тренингов) в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

Для всех видов аудиторных занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

Освоение примерной программы завершается итоговой аттестацией в форме квалификационного зачёта, включающего теоретические и практические знания и умения.

Оценка качества освоения примерной программы проводится в отношении соответствия результатов программы повышения квалификации заявленным целям и планируемым результатам обучения.

## 2 Содержание дополнительной профессиональной программы повышения квалификации

### 2.1 Календарный учебный график

Форма обучения	Аудиторных часов в день	Самостоятельная работа	Дней в неделю	Общая продолжительность
----------------	-------------------------	------------------------	---------------	-------------------------

				программы
Очная	4	4	2	Два дня

Учебные занятия проводятся согласно расписанию.