

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

Аннотация рабочей программы государственной итоговой аттестации

Основной профессиональной образовательной программы  
высшего образования

Направление подготовки  
49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) ОПОП:  
Физкультурно-оздоровительная деятельность

Квалификация: бакалавр

Форма обучения: очная / заочная

Санкт-Петербург, 2023

### **1. Цель государственной итоговой аттестации**

Целью государственной итоговой аттестации (далее ГИА) является определение соответствия результатов освоения обучающимися основной профессиональной образовательной программы высшего образования (далее – ОПОП) соответствующим требованиям федерального государственного образовательного стандарта по направлению подготовки (специальности) 49.03.01 Физическая культура, направленность (профиль) образовательной программы: Физкультурно-оздоровительная деятельность, установления уровня подготовки выпускника к выполнению профессиональных задач.

### **2. Задачи государственной итоговой аттестации:**

- проверка уровня сформированности компетенций, определенных образовательным стандартом и образовательной программой;
- принятие решения о присвоении квалификации (степени) по результатам государственной итоговой аттестации (ГИА) и выдаче документа об образовании и о квалификации;
- готовности к дальнейшему продолжению в магистратуре.

### **3. Формы проведения государственной итоговой аттестации:**

В соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура в Блок 3 «Государственная итоговая аттестация» входит:

- защита выпускной квалификационной работы, включая подготовку к процедуре защиты и процедуру защиты;
- подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена.

Аттестационные испытания, входящие в состав ГИА выпускников, полностью соответствует основной профессиональной образовательной программе высшего образования, которую он освоил за время обучения.

### **4. Структура и содержание государственной итоговой аттестации**

Объем ГИА – 9 зачетных единиц, 324 часа, в том числе:

- 6 зачетных единиц – для защиты выпускной квалификационной работы, включая подготовку к процедуре защиты и процедуру защиты\*;
- 3 зачетные единицы – для подготовки к сдаче и сдача государственного экзамена\*.

### **5. Типы профессиональной деятельности выпускников и соответствующие им задачи профессионально деятельности**

Предусматривается подготовка выпускников к решению задач профессиональной деятельности следующих типов: рекреационный, научно-исследовательский, педагогический.

### **6. Перечень компетенций, которыми должны овладеть обучающиеся в результате освоения образовательной программы**

6.1. В рамках проведения ГИА проверяется степень освоения выпускником следующих компетенций:

6.1.1. Универсальные компетенции, проверяемые в ходе государственной итоговой аттестации

<b>Наименование категории (группы) универсальных компетенций</b>	<b>Код и наименование универсальной компетенции выпускника</b>	<b>Форма проведения государственной итоговой аттестации</b>
Системное и критическое мышление	УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена Выполнение и защита выпускной квалификационной работы
Разработка и реализация проектов	УК-2. Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные	Подготовка к сдаче и сдача государственного

<b>Наименование категории (группы) универсальных компетенций</b>	<b>Код и наименование универсальной компетенции выпускника</b>	<b>Форма проведения государственной итоговой аттестации</b>
	способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	экзамена Выполнение и защита выпускной квалификационной работы
Командная работа и лидерство	УК-3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена Выполнение и защита выпускной квалификационной работы
Коммуникация	УК-4. Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена
Межкультурное взаимодействие	УК-5. Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена Выполнение и защита выпускной квалификационной работы
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена Выполнение и защита выпускной квалификационной работы
	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена
Безопасность жизнедеятельности	УК-8. Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена Выполнение и защита выпускной квалификационной работы
Экономическая культура, в том числе финансовая грамотность	УК-9. Способен принимать обоснованные экономические решения в различных областях жизнедеятельности	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы
Гражданская позиция	УК-10. Способен формировать нетерпимое отношение к проявлению экстремизма, терроризма, коррупционному поведению и противодействовать им в профессиональной деятельности	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы

6.1.2. Общепрофессиональные компетенции, проверяемые в ходе государственной итоговой аттестации

Наименование категории (группы) общепрофессиональных компетенций	Код и наименование общепрофессиональной компетенции выпускника	Форма проведения государственной итоговой аттестации
Планирование	ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы
Спортивный отбор	ОПК-2. Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена
Обучение и развитие	ОПК-3. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена
	ОПК-4. Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена
Воспитание	ОПК-5. Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена
	ОПК-6. Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена
Обеспечение безопасности	ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы
Профилактика допинга	ОПК-8. Способен проводить работу по предотвращению применения допинга	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы
Контроль и анализ	ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена Подготовка к процедуре

<b>Наименование категории (группы) общепрофессиональных компетенций</b>	<b>Код и наименование общепрофессиональной компетенции выпускника</b>	<b>Форма проведения государственной итоговой аттестации</b>
	развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся	защиты и защита выпускной квалификационной работы
Профессиональное взаимодействие	ОПК-10. Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы
Научные исследования	ОПК-11. Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы
Правовые основы профессиональной деятельности	ОПК-12. Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы
Организационно-методическое обеспечение	ОПК-13. Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы
	ОПК-14. Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы
Материально-техническое обеспечение	ОПК-15. Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы
Информационно-коммуникационные технологии для профессиональной деятельности	ОПК-16. Способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы

### 6.1.3. Профессиональные компетенции выпускников, проверяемые в ходе государственной итоговой аттестации

<b>Код и наименование профессиональной компетенции</b>	<b>Код и наименование индикатора достижения профессиональной компетенции</b>	<b>Форма проведения государственной итоговой аттестации</b>
ПК-1. ПК-1 Способен планировать и проводить индивидуальные и групповые занятия с использованием современных фитнес-	ПК-1.1. Знает: - Требования национальных стандартов Российской Федерации по фитнес-услугам - Показания и противопоказания к занятиям фитнесом на основе различных видов физической активности -Критерии физического состояния и	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной

Код и наименование профессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения профессиональной компетенции	Форма проведения государственной итоговой аттестации
<p>технологий различной направленности с учетом пола, возраста, состояния здоровья и индивидуальных особенностей занимающихся</p>	<p>подготовленности занимающихся для занятий с применением различных фитнес-технологий</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Планирование групповых и индивидуальных занятий в фитнесе, принципы и методы работы с аудиторией</li> <li>- особенности выбора упражнений и дозирования нагрузки в занятиях с применением различных фитнес-технологий с учетом индивидуальных особенностей занимающихся</li> <li>- Способы установления психологического контакта с занимающимися, правила и нормы делового общения</li> <li>- Показания и противопоказания к различным видам занятий с применением фитнес-технологий</li> <li>- Правила эксплуатации спортивного оборудования, инвентаря и экипировки для занятий в воде, в зале и на свежем воздухе</li> <li>- Характеристику упражнений с позиции мышечного баланса, нервно-мышечного взаимодействия, повышения силы и выносливости</li> <li>- Особенности занятий фитнесом с детьми и взрослыми</li> </ul> <p>ПК-1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Оказывать фитнес-услуги в соответствии с требованиями национальных стандартов Российской Федерации по фитнес-услугам</li> <li>- Использовать систему классифицирующих показателей для оценки физической подготовленности занимающихся</li> <li>- Выбирать вид программы фитнес-тренировок, соответствующий рекреативной, развивающей, поддерживающей направленности занятия</li> <li>- Адаптировать содержание программы занятий различными видами фитнеса в соответствии с половозрастными характеристиками, уровнем физического состояния и физической подготовленностью занимающихся</li> <li>- Планировать содержание физкультурно-оздоровительных занятий, сочетать различные комплексы упражнений</li> <li>- Подбирать темп, ритм музыкального сопровождения с учетом особенностей конкретного направления фитнес-тренировок и удобства выполнения движений занимающимися</li> <li>- Устанавливать психологический контакт с занимающимися при оказании фитнес-услуг</li> <li>- Использовать и разъяснять правила использования инвентаря и оборудования для занятий по различным фитнес-программам</li> <li>- Демонстрировать способы рациональной техники двигательных действий при выполнении упражнений в различных фитнес программах</li> <li>- Определять рациональность двигательных</li> </ul>	<p>работы</p>

Код и наименование профессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения профессиональной компетенции	Форма проведения государственной итоговой аттестации
	<p>действий занимающихся и исполнения ими элементов упражнений в различных фитнес программах</p> <p>ПК-1.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Подготовки плана проведения занятий с населением, занимающимся фитнесом (далее - занимающиеся) с учетом пола, возраста и состояния здоровья,</li> <li>- Подбора и проверки готовности спортивного инвентаря, оборудования для проведения занятия на основе плавания на акватории</li> <li>- Контроля технического состояния помещения и оборудования при проведении занятий по различным направлениям фитнеса</li> <li>- Проверки отсутствия противопоказаний у занимающихся лица к занятиям фитнесом</li> <li>- Разработки и составления комплексов упражнений различной направленности</li> <li>- Инструктирования занимающихся по правилам безопасного поведения в бассейне, зале и на свежем воздухе</li> <li>- Обучения занимающихся правилам использования экипировки, спортивного инвентаря и оборудования для занятий различными видами фитнеса</li> <li>- Контроля за техникой исполнения упражнений в занятиях по фитнесу различной направленности</li> <li>- Консультирования занимающихся с учетом возраста и состояния здоровья по вопросам подготовки и проведения физкультурно-оздоровительных занятий различной направленности</li> </ul>	
<p>ПК-2. Способен осуществлять мониторинг процесса и результатов физкультурно-оздоровительной деятельности занимающихся</p>	<p>ПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Методы контроля и самоконтроля при занятиях фитнесом</li> <li>- Назначение и порядок использования контрольно-измерительных приборов и аппаратуры</li> <li>- Систему тестов для оценки физического состояния в покое, динамического тестирования в фитнесе, техники интерпретации результатов тестирования в фитнесе</li> <li>- Нормы физических нагрузок лиц различного возраста при проведении физкультурно-оздоровительного занятия;</li> <li>- Порядок организации и проведения тестирования по их выполнению;</li> <li>- Состав и содержание испытаний (тестов) для различных категорий населения;</li> <li>- Правила техники безопасности при выполнении – участниками тестирования испытаний (тестов);</li> <li>- Методы оценки результативности физкультурно-оздоровительной деятельности;</li> <li>- Методы сбора, статистической обработки и анализа информации;</li> <li>- Формы и методы статистического учета результатов физкультурно-оздоровительной деятельности;</li> </ul>	<p>Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы</p>

Код и наименование профессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения профессиональной компетенции	Форма проведения государственной итоговой аттестации
	<p>- Основные характеристики, методы диагностики занимающихся различными видами физкультурно-оздоровительной деятельности</p> <p>-Характеристики и возможности применения различных форм, методов и средств контроля и оценивания освоения дополнительных общеобразовательных программ (с учетом их направленности);</p> <p>-Средства (способы) определения динамики подготовленности занимающихся различными видами физкультурно-оздоровительной деятельности</p> <p>-Методы подбора из существующих и (или) создания оценочных средств, позволяющих оценить индивидуальные образовательные достижения обучающихся в избранной области деятельности</p> <p><b>ПК-2.2. Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Контролировать физическое и психическое состояние занимающихся фитнесом</li> <li>- Пользоваться контрольно-измерительными приборами и аппаратурой, электронными и техническими устройствами</li> <li>- Составлять аналитические отчеты, записки, справки и обзоры по результатам обработки данных;</li> <li>- Определять рациональную методику проведения мониторинга, определять контрольные показатели для мониторинга занимающихся;</li> <li>-Систематизировать, обрабатывать статистическими методами и анализировать показатели подготовленности занимающихся различными видами физкультурно-оздоровительной деятельности</li> <li>- Проводить педагогическое наблюдение, использовать различные методы, средства и приемы текущего контроля и обратной связи, в том числе оценки деятельности и поведения обучающихся на занятиях;</li> <li>- использовать методы контроля для оценки качества предоставляемых услуг при соблюдении условий безопасности и интересов потребителей физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг.</li> </ul> <p><b>ПК-2.3. Имеет опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Разработки алгоритма проведения испытаний (тестов);</li> <li>-Проведения контрольных измерений и тестов с целью определения эффективности занятий различными видами физкультурно-оздоровительной деятельности</li> <li>- Определения набора контрольных показателей для мониторинга влияния физкультурно-оздоровительной деятельности на занимающихся;</li> <li>-Статистической обработки и анализа полученных значений контрольных показателей подготовленности и функционального состояния</li> </ul>	



Код и наименование профессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения профессиональной компетенции	Форма проведения государственной итоговой аттестации
	занимающихся физкультурно-оздоровительной деятельностью, формирования выводов по результатам анализа.	
ПК-3. Способен организовывать и проводить массовые физкультурно-оздоровительные, досуговые мероприятия и активный отдых с детьми и взрослыми в различных условиях внешней среды	<p>ПК-3.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- теоретические основы организации массового спорта;</li> <li>- содержание и основные положения тестирования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (Комплекс ГТО);</li> <li>- особенности организации и проведения занятий фитнесом в различных условиях внешней среды</li> <li>- Типовые и авторские методики и технологии организации спортивно-зрелищных мероприятий</li> <li>- Методики разработки мероприятий, направленных на воспитание здорового образа жизни, неприятие вредных привычек и отказ от применения допинга для населения, лучшие практики и стандарты в этой области</li> <li>- Основы маркетинга спортивно-зрелищных мероприятий;</li> <li>- задачи физической культуры и спорта по месту работы населения, основы корпоративного спорта;</li> <li>- место и назначение физкультурно-оздоровительных технологий для разного контингента занимающихся;</li> <li>-методику проведения физкультурно-оздоровительных (спортивно-массовых) мероприятий;</li> <li>- функции, виды и принципы спортивных мероприятий;</li> <li>- документы, регламентирующие проведение спортивных соревнований и спортивно-массовых мероприятий;</li> <li>- методы контроля для оценки качества физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг</li> </ul> <p>ПК-3.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разрабатывать программу организации досуговой деятельности и активного отдыха по месту жительства, месту у работы, месту отдыха населения с учетом особенностей контингента и средовых условий;</li> <li>- определять цели, задачи и содержание физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с учетом особенностей и интересов занимающихся;</li> <li>- разрабатывать программу проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий;</li> <li>- Планировать, организовывать и проводить спортивно-зрелищные мероприятия с учетом возрастных особенностей зрителей, участников</li> <li>- использовать различные модели организации, формы и методы проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых занятий с</li> </ul>	<p>Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена</p> <p>Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы</p>

Код и наименование профессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения профессиональной компетенции	Форма проведения государственной итоговой аттестации
	<p>населением;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разрабатывать программу проведения физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия с учетом его целей и задач;</li> <li>- организовывать работу по реализации основных положений ВФСК «Готов к труду и обороне» (Комплекс ГТО) среди населения по месту жительства;</li> <li>- составлять основные документы для планирования и учёта физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы с населением</li> </ul> <p>Определять материально-техническое и финансовое обеспечение проведения спортивно-зрелищного мероприятия</p> <p>Формировать алгоритмы взаимодействия участников спортивно-зрелищного мероприятия с ответственными лицами административных, контрольных и надзорных органов для эффективной организации мероприятия</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять место и специфику применения средств физкультурно-оздоровительных технологий в структуре образовательного и тренировочного процессов с разным контингентом занимающихся</li> </ul> <p>ПК-3.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- составления программы и проведения физкультурно-оздоровительных, досуговых и спортивно-массовых мероприятий в физкультурно-спортивной организации;</li> <li>- обеспечения безопасности для жизни, здоровья и имущества потребителей и окружающей среды при оказании физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг</li> <li>- разработки программ обеспечения физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы с населением;</li> <li>-организации и проведения физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы с населением;</li> <li>- проведения тестирования физической подготовленности по нормативам ВФСК «Готов к труду и обороне» в физкультурно-спортивных организациях различного типа по месту жительства</li> <li>- Выявления целей и задач, основных параметров и условий подготовки и проведения спортивно-зрелищного мероприятия</li> <li>- Разработки требований к месту проведения спортивно-зрелищного мероприятия, перечню спортивных сооружений, спортивному инвентарю и оборудованию, технологическому оборудованию, в том числе системам светового и аудиовизуального сопровождения в соответствии с санитарно-эпидемиологическими нормами, правилами пожарной и экологической безопасности</li> <li>- Подбора современных технических средств, сценических и цифровых технологий для проведения</li> </ul>	

Код и наименование профессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения профессиональной компетенции	Форма проведения государственной итоговой аттестации
	<p>спортивно-зрелищного мероприятия</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Разработки плана материального обеспечения и бюджета спортивно-зрелищного мероприятия</li> <li>- Организации подготовки физкультурно-оздоровительных, досуговых мероприятия и активного отдыха людей</li> <li>- Проведения спортивно-зрелищного мероприятия</li> <li>- Контроля и анализа результатов проведения спортивно-зрелищного мероприятия</li> <li>- Подготовки отчета о проведении спортивно-зрелищного мероприятия</li> </ul>	
<p>ПК-4. Способен использовать общеукрепляющие и оздоровительные мероприятия по поддержанию здоровья, включая технологии управления массой тела, рационального питания и регуляции психического состояния</p>	<p>ПК-4.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Законодательство Российской Федерации в сфере формирования требований, правил и стандартов в области антидопинга</li> <li>-Противопоказания к применению и последствия приема биологически активных добавок и спортивного питания</li> <li>Принципы рационального питания, борьбы со стрессом</li> <li>Методику составления комплексов упражнений для оптимизации осанки, для повышения работоспособности, для коррекции фигуры</li> <li>Концепция управления здоровым образом жизни из</li> <li>Мотивационные техники ведения здорового и активного образа жизни</li> <li>- общие требования ГОСТа РФ 52024-2003 «Услуги физкультурно-оздоровительные и спортивные. Общие требования»;</li> <li>- факторы и причины заболеваний, функциональных нарушений, травматизма в процессе профессиональной деятельности;</li> <li>- медико-биологические, психологические и гигиенические средства восстановления (рациональное питание, аутогенная тренировка, психотехнические упражнения, физические факторы (гидропроцедуры, массаж, физиотерапия), фармакологические недопинговые препараты;</li> <li>- физиологические механизмы действия массажа на организм;</li> <li>- системы массажа;</li> <li>- виды массажа;</li> <li>- физиологическое действие и технологические параметры основных приемов массажа;</li> <li>- методику самомассажа;</li> <li>- принципы действия, физиологическое влияние на организм видов аппаратного массажа.</li> <li>-Аспекты влияния пищи (питания) и ее компонентов на жизнь и здоровье человека, активно занимающегося физической культурой и спортом</li> </ul> <p>ПК-4.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Рассчитывать энергозатраты, разрабатывать и обосновывать предложения по совершенствованию режима питания, режима труда и отдыха занимающихся</li> <li>- оценить исходный уровень физического развития и</li> </ul>	<p>Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена</p> <p>Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы</p>

Код и наименование профессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения профессиональной компетенции	Форма проведения государственной итоговой аттестации
	<p>физической подготовленности занимающихся физической культурой и спортом;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выбирать адекватные методы коррекции физического состояния на основе морфофункциональных особенностей;</li> <li>- анализировать и корректировать массу тела, психическое и физическое состояние занимающихся физической культурой и спортом;</li> <li>- составлять и анализировать суточный и недельный рационы питания в соответствии с потребностями занимающихся;</li> <li>- применять психологические рекомендации по оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации у занимающихся физкультурно-оздоровительной деятельностью;</li> <li>- проводить приемы массажа в сочетаниях на отдельных участках тела;</li> <li>- проводить сеансы спортивного массажа;</li> <li>- проводить сеанс самомассажа;</li> <li>- разрабатывать и проводить методики аппаратного массажа;</li> <li>- разрабатывать и проводить сочетанные методики ручного и аппаратного массажа.</li> <li>- формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих</li> </ul> <p>ПК-4.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Методической помощи занимающимся по общим вопросам энергозатрат и антидопингу</li> <li>- подготовки рекомендаций по питанию, закаливанию, режиму сна в соответствии с задачами физкультурно-оздоровительной программы;</li> <li>- владения методами оценки физического развития и физической подготовленности занимающихся физической культурой и спортом;</li> <li>- проведения классического массажа на различных участках тела;</li> <li>- проведения различных видов спортивного массажа;</li> <li>- проведения аппаратного массажа;</li> <li>- проведения самомассажа</li> </ul>	