

Министерство спорта Российской Федерации

УТВЕРЖДЕНО

Председатель Федерального  
учебно-методического объединения  
в системе высшего образования  
по укрупненной группе специальностей  
и направлений подготовки  
49.00.00 Физическая культура и спорт

 С.П. Евсеев

«28» января 2022 года

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ  
ОРГАНИЗАЦИЯ СПОРТИВНО-МАССОВОЙ РАБОТЫ НА  
ПРЕДПРИЯТИЯХ, В УЧРЕЖДЕНИЯХ**

Санкт-Петербург, 2022

## Содержание

1. Общая характеристика дополнительной профессиональной программы повышения квалификации.....	3
1.1. Нормативная правовая база разработки дополнительной профессиональной программы повышения квалификации.....	3
1.2. Цель и задачи дополнительной профессиональной программы повышения квалификации.....	3
1.3. Требования к уровню подготовки поступающего на обучение, необходимые для освоения программы.....	4
1.4. Планируемые результаты обучения.....	5
1.5. Нормативная трудоемкость обучения.....	11
1.6. Документ, выдаваемый после завершения обучения.....	11
1.7. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы повышения квалификации.....	11
2. Содержание дополнительной профессиональной программы повышения квалификации.....	12
2.1. Календарный учебный график.....	12
2.2. Учебный план.....	13
2.3. Содержание разделов и последовательность прохождения учебного материала .....	15
3. Результаты освоения дополнительной профессиональной программы повышения квалификации.....	25
4. Оценка качества освоения дополнительной профессиональной программы повышения квалификации.....	29
4.1. Формы текущего контроля.....	29
4.2. Форма промежуточной аттестации.....	29
4.3. Форма итоговой аттестации.....	46
5. Кадровое обеспечение образовательного процесса.....	46
6. Разработчики дополнительной профессиональной программы повышения квалификации.....	46

## **1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ**

Программа ориентирована на развитие обобщенных трудовых функций: организационно-методическое обеспечение физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой подготовки на базе физкультурно-спортивных организаций, центров спортивной подготовки.

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

Нормативную правовую базу разработки дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Организация спортивно-массовой работы на предприятиях, в учреждениях» составляют:

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

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

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 15 ноября 2013 № 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»;

- Приказ Минтруда России от 08.09.2014 N 630н "Об утверждении профессионального стандарта "Инструктор-методист";

- Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (уровень бакалавриат), утвержденного, приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 7 августа 2014 г. № 935.

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

Цель программы: совершенствование профессиональных компетенций специалистов сферы физической культуры и спорта, характеризующихся:

- способностью реализации инструкторской и методической деятельности для рационального осуществления различными организациями, коллективами, отдельными физическими лицами деятельности по физической подготовке и физическому развитию, физическому воспитанию населения;

Необходимых для выполнения следующих видов деятельности в рамках имеющейся квалификации:

Обобщенные трудовые функции		Трудовая функция	
код	наименование	наименование	код
В	Физическая подготовка и обучение детей физической культуре в соответствии с программой и методиками физического воспитания	Проведение физкультурно-оздоровительной работы с обучающимися, занимающимися во время занятий физической культурой в спортивном сооружении и на его территории	В/05.5
С	Проведение физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации и обеспечение безопасности в спортивном сооружении и на его территории	Организация и проведение физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации	С/01.5

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

К освоению дополнительной профессиональной программы повышения квалификации допускаются: лица, имеющие высшее (высшее профессиональное), среднее специальное профильное образование; лица, получающие высшее образование. Наличие указанного образования должно подтверждаться документом государственного или установленного образца.

#### 1.4. Планируемые результаты обучения

Виды деятельности	Трудовая функция (код)	Трудовые действия	Компетенции	Знания	Умения
Организационно-методическая деятельность в области физической культуры и спорта	В/05.5	Проведение физкультурно-оздоровительной работы с обучающимися, занимающимися во время занятий физической культурой в спортивном сооружении и на его территории	ПК-2. Способен разработать содержание занятий на основе психолого-педагогических, медико-биологических, гигиенических, организационно-управленческих, нормативно-правовых знаний для занимающихся разного пола и возраста;	<ul style="list-style-type: none"> <li>- об изменениях в организме занимающихся при физических нагрузках;</li> <li>- механизмы применения основных нормативно-правовых актов;</li> <li>- нормативно-правовое обеспечение в области физической культуры и спорта;</li> <li>- профессиональный стандарт «Инструктор-методист», трудовые функции, требования к знаниям, умениям и навыкам инструктора по спорту;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- определять антропометрические показатели, оценивать их с учетом возраста и пола обучающихся, отслеживать динамику изменений этих показателей;</li> <li>- использовать знания о причинах утомления при физической нагрузке различной направленности для выбора наиболее эффективных средств и методов, продлевающих работоспособность занимающегося;</li> <li>- использовать в профессиональной практике положения российских и международных документов, нормативно-правовых актов, рекомендательных документов;</li> <li>- с позиций правовых норм анализировать конкретные ситуации, возникающие в повседневной практике инструктора по спорту;</li> <li>подбирать средства и методы физической культуры для различных возрастных групп населения, учитывая их уровень физической подготовленности;</li> <li>- составлять комплекс упражнений для занимающихся разного возраста, пола, уровня физической подготовленности</li> </ul>
			ПК-7. Способен проводить спортивные, физкультурно-оздоровительные	<ul style="list-style-type: none"> <li>- возрастные особенности физкультурно-спортивной деятельности;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- организовать спортивно массовую деятельность, учитывая возрастные особенности коллектива. Составить план</li> </ul>

			мероприятия, взаимодействовать и организовывать работу с волонтерами	- основы волонтерского движения	мероприятий, график физкультурных занятий в рабочее и вне рабочее время. Разработать систему корпоративных мероприятий. Составить план ресурсного обеспечения физкультурно-спортивных мероприятий. Мотивировать занимающихся к спортивно массовой и физкультурной деятельности. Обеспечивать технику безопасности занятий
			ПК-8. Способен применять средства, методы физической культуры в профессиональной деятельности	- цели, задачи, основные компоненты в сфере физической культуры и спорта; - современные технологии, средства и методы физической культуры и спорта; - педагогические средства управления величиной и направленностью тренировочной нагрузки, планирование физкультурно-спортивной работы, восстановительные мероприятия; - средства физической культуры для лиц первого зрелого возраста (атлетическая гимнастика, аэробика, оздоровительный бег, оздоровительная гимнастика	- отбирать наиболее эффективные методики физического воспитания, соответствующие целям подготовки занимающихся, в том числе старшего возраста; - подбирать методику проведения занятия по физической культуре с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей, интересов обучающихся, занимающихся
			ПК-11. Способен	- разновидности	- пользоваться спортивным инвентарем

			использовать оборудование, инвентарь, измерительный инструментарий при решении профессиональных задач	тренажеров, используемых на открытых спортивных площадках. Классификация тренажеров	
С/01.5	Организация и проведение физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации	и	ПК-2. Способен разработать содержание занятий на основе психолого-педагогических, медико-биологических, гигиенических, организационно-управленческих, нормативно-правовых знаний для занимающихся разного пола и возраста;	- механизмы применения основных нормативно-правовых актов; - нормативно-правовое обеспечение в области физической культуры и спорта; - профессиональный стандарт «Инструктор-методист», трудовые функции, требования к знаниям, умениям и навыкам инструктора по спорту;	- профессиональной практике положения российских и международных документов, нормативно-правовых актов, рекомендательных документов; - с позиций правовых норм анализировать конкретные ситуации, возникающие в повседневной практике инструктора по спорту; подбирать средства и методы физической культуры для различных возрастных групп населения, учитывая их уровень физической подготовленности; - составлять расписание занятий, физкультурно-спортивных мероприятий
			ПК-3. Способен осуществлять консультирование, по вопросам повышения физической подготовленности населения различных возрастных групп	- цели и задачи тренировочных занятий во внерабочее время. Комплексы упражнений по аквафитнесу, атлетической гимнастике, пилатесу, стретчингу для активного отдыха и восстановления средствами физической культуры; - оздоровительная гимнастика для инвалидов, технология составления комплексов	- проводить занятия по оздоровительной гимнастике (аквафитнес, атлетическая гимнастика, пилатес, аэробика, стретчинг), скандинавской ходьбе; - проводить индивидуальные занятия инвалидами при нарушениях зрения, слуха, нарушениях опорно-двигательного аппарата; - консультировать по вопросам повышения двигательной активности, контролировать физическое состояние сотрудников совместно с медицинским работником

				упражнений, учитывая характер заболевания. Правила техники безопасности работы с инвалидами в тренажерном зале, бассейне;-	
			ПК-5. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую помощь	- признаки и принципы оказания неотложной медицинской помощи при: внезапной остановке сердца, клинической и биологической смерти; потери сознания; утоплении; электротравме; ожогах; артериальном и венозном кровотечении; ранах и их осложнениях; переломах костей верхних и нижних конечностей, позвоночника и малого таза; травматическом шоке; ушибах, кровотечениях из носовых пазух; - основополагающие принципы здорового образа жизни;	- провести фитнес тест перед началом занятий. Контролировать самочувствие с помощью фитнес- браслетов, ЧСС, АД, тестов с физической нагрузкой. Своевременно выявлять угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов. Пользоваться спортивным инвентарем. Оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности последних



			<p>ПК-6. Способен организовывать активный отдых занимающихся разного пола, возраста и уровня физической подготовленности</p>	<p>- методика гимнастики на рабочем месте для 4 групп труда, классификацию групп профессий, средства оздоровительной гимнастики для обеспечения активного долголетия. Средства активного отдыха на рабочем месте. Упражнения для глаз как средства активного отдыха. Упражнения для снятия тонического напряжения мышц туловища, рук и ног, мышц плечевого пояса. Средства физической культуры в профилактике профессиональных заболеваний, учитывая характер труда;</p> <p>- целевое назначение физкультурной минутки, физкультурной паузы, вводной гимнастики, физкультурной микропаузы, их содержание</p>	<p>- составить комплексы упражнений гимнастики на рабочем для четырех групп труда, согласно классификации групп труда;</p> <p>- провести игры/конкурсы, игры эстафеты, соревнования внутри коллектива, учебной группы, организации</p>
			<p>ПК-12. Способен применять знания по здоровому образу жизни в профессиональной деятельности, мотивировать к</p>	<p>- средства оценки физического состояния организма;</p>	<p>- оценить уровень двигательной активности и уровень физической подготовленности занимающихся;</p> <p>- оценивать показатели ЧСС, АД в покое и после физической нагрузки;</p> <p>- составить занятие для активного отдыха,</p>

			регулярным занятиям физической культурой, стимулировать к саморазвитию занимающихся.		учитывая возраст, пол, уровень двигательной активности.
			ПК-13. Способен оперативно контролировать самочувствие занимающихся; предотвращать переутомление, особенно старшей возрастной группы; проводить исходное тестирование перед началом занятий	<ul style="list-style-type: none"> <li>- физиологическая норма шагов в сутки, современные средства контроля (мобильные приложения, фитнес браслеты) двигательной активности;</li> <li>- средства активного отдыха на рабочем месте, учебе;</li> <li>- средства физической культуры для лиц первого зрелого возраста (атлетическая гимнастика, аэробика, оздоровительный бег, оздоровительная гимнастика</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- прививать занимающимся гигиенические навыки осознанного соблюдения правил здорового образа жизни;</li> <li>- подсчитать пульс и частоту дыхания, измерить АД и оценить уровень артериального давления;</li> <li>- провести фитнес тест перед началом занятий. Контролировать самочувствие с помощью фитнес- браслетов, ЧСС, АД, тестов с физической нагрузкой. Своевременно выявлять угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов. Пользоваться спортивным инвентарем. Оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности последних</li> </ul>

### **1.5. Нормативная трудоемкость обучения**

Трудоемкость обучения составляет 148 часов, включая все виды аудиторной и внеаудиторной (самостоятельной) учебной работы слушателя. Общий срок обучения – 4 недели.

### **1.6. Документ, выдаваемый после завершения обучения**

Удостоверение о повышении квалификации установленного образца.

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

Реализация программы обеспечивается научно-педагогическими кадрами, имеющими, как правило, базовое образование, соответствующее профилю преподаваемой дисциплины, и систематически занимающимися научной и (или) научно-методической деятельностью.

Доля преподавателей, имеющих ученую степень и (или) ученое звание, в общем числе преподавателей, обеспечивающих образовательный процесс по данной программе, составляет не менее 70% преподавателей.

Реализация программы предполагает наличие:

– учебной аудитории для проведения лекционных, семинарских и практических занятий;

Оборудование и техническое оснащение учебной аудитории:

- компьютеризированное рабочее место для преподавателя;
- рабочие места для слушателей;
- мультимедийный проектор, экран;
- доступ слушателей к учебно-методической, нормативно-правовой и научной литературе: учебникам, книгам, журналам;
- демонстрационные комплекты учебно-наглядных пособий (таблицы, рисунки, схемы, слайды);
- технические средства обучения: компьютеры, оснащенные программными пакетами Excel for Windows, Word for Windows, PowerPoint с доступом к библиотечным и сетевым источникам информации; программное обеспечение общего и профессионального назначения.

Физкультурно-оздоровительный комплекс для проведения семинарских занятий, включающий в себя оборудованные спортивные и тренажерные залы, бассейн и другие помещения, необходимые для занятий.

## 2. СОДЕРЖАНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

### 2.1 Календарный учебный график

<b>Недели обучения</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>Итого часов</b>
<b>Форма обучения</b>					
Дистанционное обучение (лекционные и практические занятия)	28 ч Базовый раздел 4 ч Вариативный модуль	8 ч Вариативный модуль	10 ч Вариативный модуль	10 ч Вариативный модуль	60
Лекции (в режиме on-line)		8 ч Вариативный модуль			8
Практические занятия (очные)			16 ч Вариативный модуль		16
Консультации по СРС, (в режиме on-line)	4 ч Базовый раздел	16 ч Вариативный модуль	18 ч Вариативный модуль	20 ч Вариативный модуль 4 ч Подготовка к ИАР	62
Итоговая аттестация (в режиме on-line)				2 ч Защита ИАР	2
Итого в неделю	36	32	44	36	148

## 2.2 Учебный план

УТВЕРЖДАЮ

Проректор

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2022 года

### УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Дополнительной профессиональной программы повышения квалификации  
«Организация спортивно-массовой работы на предприятиях, в учреждениях»

№	Разделы программы	Общая трудоемкость часов, ч	Аудиторные занятия, ч	В том числе		Занятия с использованием ДООТ и ЭО		СРС, ч	Форма контроля
				Лекции, ч	Практические и семинарские занятия, ч	Лекции, ч	Практические и семинарские занятия, ч		
<b>Базовый раздел</b>									
1	<b>Основы организации спортивно-массовой работы</b>	<b>32</b>				<b>12</b>	<b>16</b>	<b>4</b>	<b>Текущий контроль</b>
1.1	Нормативно-правовые и организационно-управленческие основы физической культуры и спорта	12				4	6	2	
1.2	Организация и проведение спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий	12				4	6	2	
1.3	Агитационно-просветительская работа с сотрудниками на предприятиях, в учреждениях	8				4	4		
<b>Вариативный модуль</b>									
2	<b>Организация спортивно-массовой работы на предприятиях, в учреждениях</b>	<b>110</b>	<b>24</b>	<b>8</b>	<b>16</b>	<b>12</b>	<b>20</b>	<b>54</b>	<b>Текущий контроль</b>
2.1	Особенности организации физкультурно-оздоровительной работы с	22	6	2	4	2	4	10	

	сотрудниками на предприятиях, в учреждениях								
2.2	Оздоровительная гимнастика во внерабочее время	18	4	2	2	2	2	10	
2.3	Организация гимнастики на рабочем месте и активного отдыха в рабочее время	16	2		2	2	2	10	
2.4.	Современные физкультурно-оздоровительные технологии, применяемые на предприятиях, в учреждениях	20	4	2	2	2	4	10	
2.5	Организация работы с лицами с ограниченными возможностями здоровья	4	2		2	2			
2.6	Документирование физкультурно-спортивной деятельности на предприятиях, в учреждениях	16	4	2	2		4	8	
2.7	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	14	2		2	2	4	6	
	Подготовка ИАР	4						4	
<b>Итоговая аттестация</b>		<b>2</b>	<b>2</b>						<b>Защита ИАР</b>
<b>ИТОГО</b>		<b>148</b>	<b>26</b>	<b>8</b>	<b>16</b>	<b>24</b>	<b>36</b>	<b>62</b>	

СОГЛАСОВАНО

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## 2.3 Содержание разделов и последовательность прохождения учебного материала

### Раздел 1. Основы организации спортивно-массовой работы

Тема	Вид занятий, Кол-во, час	Рассматриваемые вопросы
1.1 Нормативно-правовые и организационно-управленческие основы физической культуры и спорта	Лекция (4 ч) ДО Практ. зан. (6 ч) ДО	Структура законодательства по физической культуре и спорту. Конституционные положения о развитии физической культуры и спорта. Федеральный закон РФ о «Физической культуре и спорте в РФ» - государственно-правовая база отраслевого управления. Роль закона «Об образовании» в развитии физической культуры и спорта. Законы субъектов Российской Федерации. «Положение о расследовании несчастных случаев на занятиях физической культурой», «Закон о защите прав потребителей». Единая Всероссийская спортивная классификация. Календарный план спортивно-массовых мероприятий. Система управления спортивно-массовой работы на предприятиях, в учреждениях, спортивных сооружениях и физкультурно-оздоровительных клубах, фитнес центрах. Гражданско-правовые отношения в сфере физической культуры и спорта, понятие и содержание трудового договора, общий порядок заключения, перевод на другую работу и др. Юридическая ответственность в области физической культуры и спорта за причинение вреда здоровью при проведении занятий физической культурой и спортом, спортивных соревнований и физкультурно-спортивных зрелищных мероприятий. Правила корпоративной культуры инструктора по спорту.
1.2 Организация и проведение спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий	Лекция (4 ч) ДО Практ. зан. (6 ч) ДО	Положение о спортивно-массовом или физкультурно-оздоровительном мероприятии. Смета расходов. Распоряжение по предприятию, учреждению по проведению мероприятия. План подготовки, оргкомитет. Разновидности корпоративных мероприятий. Виды спорта в спартакиаде. Спортивные мероприятия как средство рейтингования и стимулирования структурных подразделений предприятия.
1.3 Агитационно-просветительская работа с населением	Лекция (4 ч) ДО Практ. зан. (4 ч) ДО	Интернет-продвижение здорового образа жизни: сайты, блоги, группы в социальных сетях. Рекомендации по выбору стратегии для продвижения учреждения физической культуры и спорта. Работа со СМИ: телевидение, печать. Взаимодействие с журналистами. Сотрудничество с учреждениями, организациями и предприятиями: информационное обеспечение проведения физкультурно-оздоровительной и спортивной работы с персоналом. Пропаганда здорового образа жизни среди детей и подростков.

## Содержание самостоятельной работы слушателей по разделу

№ темы	Наименование самостоятельной работы слушателей	Трудоемкость в часах
1.1	Ознакомиться: Федеральный закон РФ о «Физической культуре и спорте в РФ»; Положение о расследовании несчастных случаев на занятиях физической культурой; Закон о защите прав потребителей	2
1.2	Изучить научно-методическую литературу по теме: - Организация физкультурно-массовой деятельности	2

### Раздел 2. Организация спортивно-массовой работы на предприятиях, в учреждениях

Тема	Вид занятий, Кол-во, час	Рассматриваемые вопросы
2.1 Особенности организации физкультурно-оздоровительной работы на предприятиях, в учреждениях	Лекция (2 ч) on-line Практ. зан. (4 ч) очное Лекция (2 ч) ДО Практ. зан. (4 ч) ДО	Требования ФГОС к инструктору-методисту. Виды и формы физкультурно-спортивной деятельности в рабочее и вне рабочее время. Должностные инструкции инструктора-методиста на предприятии, в учреждении. Федеральные, региональные, городские программы активного долголетия. Основы методики оздоровительной работы на предприятиях, в учреждениях. Мероприятия по развитию и поддержке физкультурно-оздоровительной работы на предприятиях, в учреждениях.
2 Оздоровительная гимнастика во вне рабочее время.	Лекция (2 ч) on-line Практ. зан. (2 ч) очное Лекция (2 ч) ДО Практ. зан. (2 ч) ДО	Оздоровительная гимнастика в организации физкультурных занятий во вне рабочее время. Преимущества занятий аквафитнесом, их лечебная и оздоровительная направленность, расход энергии в час. Оздоровительная аэробика для сотрудниц молодого и первого зрелого возраста, энергозатраты на занятиях по оздоровительной и степ-аэробике. Атлетическая гимнастика в восстановлении работоспособности сотрудников, повышении физического состояния. Пилатес и стретчинг как направления оздоровительной гимнастики, их преимущества, расход энергии. Скандинавская ходьба в обеспечении активного долголетия сотрудников. Оздоровительная гимнастика для инвалидов с нарушениями опорно-двигательного аппарата, зрения, слуха. Правила техники безопасности.



<p>2.3 Организация гимнастики на рабочем месте и активного отдыха в рабочее время.</p>	<p>Практ. зан. (2 ч) очное Лекция (2 ч) ДО Практ. зан. (2 ч) ДО</p>	<p>Организация оздоровительной гимнастики на рабочем месте. Методика гимнастики на рабочем месте для 4 групп труда. Классификация групп профессий. Средства оздоровительной гимнастики для обеспечения активного долголетия. Средства активного отдыха на рабочем месте. Упражнения для глаз как средства активного отдыха. Упражнения для снятия тонического напряжения мышц рук и плечевого пояса, туловища и ног. Средства физической культуры в профилактике профессиональных заболеваний, учитывая характер труда. Мобильные приложения в контроле питания, двигательной активности, сна, артериального давления. Мобильные приложения с физическими упражнениями.</p>
<p>2.4 Современные физкультурно-оздоровительные технологии, применяемые на предприятиях, в учреждениях</p>	<p>Лекция (2 ч) on-line Практ. зан. (2 ч) очное Лекция (2 ч) ДО Практ. зан. (4 ч) ДО</p>	<p>Методические основы современных физкультурно-оздоровительных технологий. Сущность и структура физкультурно-оздоровительной деятельности. Формы оздоровительных физических упражнений (группа - развивающие: тренировка самостоятельная; группа - подготовительно-стимулирующие: утренняя зарядка, зарядка до работы; группа - восстановительные: прогулки, физкультпаузы и физкультминутки). Фитнес-программы и их классификация.</p>
<p>2.5 Организация работы с лицами с ограниченными возможностями здоровья</p>	<p>Практ. зан. (2 ч) очное Лекция (2 ч) ДО</p>	<p>Разработка и реализация планов мероприятий для воспитанников с ограниченными возможностями здоровья с целью их адаптации, социализации и оздоровления. Особенности проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с участием лиц с ограниченными возможностями. Специфика организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми и подростками с расстройствами аутистического спектра. Обеспечение доступности зданий и сооружений для маломобильных групп населения.</p>
<p>2.6. Документирование физкультурно-спортивной деятельности на предприятиях, в учреждениях</p>	<p>Лекция (2 ч) on-line Практ. зан. (2 ч) очное Практ. зан. (4 ч) ДО</p>	<p>Документационное обеспечение управленческой деятельности. Классификация документации, номенклатура дел, формирование дел, хранение. Электронный документооборот (регистрация на соревнования, ведение электронного журнала, регистрация достижений спортсменов).</p>
<p>2.7 Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</p>	<p>Практ. зан. (2 ч) очное Лекция (2 ч) ДО Практ. зан. (4 ч) ДО</p>	<p>Основные понятия здорового образа жизни. Факторы, определяющие здоровье и болезнь. Медико-биологические показатели состояния здоровья. Вредные привычки и их влияние на организм человека. Понятие физического состояния человека, средства его оценки. Современные средства контроля двигательной активности человека. Показатели нормы ЧСС, АД в покое для лиц разного возраста, формула определения индекса массы тела.</p>

		Понятие о рациональном режиме дня. Режим дня и его физиологическое знание, организация сна, смена видов деятельности, чередование труда и отдыха. Биоритмы, их происхождение и значение в жизни человека. Профилактика переутомления человека. Правильное питание как фактор здорового образа жизни. «Пирамида здорового питания». Роль пищевых привычек в статусе здоровья. Расход энергии на различные виды двигательной активности. Энергетический баланс.
--	--	---

### Содержание самостоятельной работы слушателей по разделу

№ темы	Наименование самостоятельной работы слушателей	Трудоем-ность в часах
2.1	Ознакомиться: приказ Министерства здравоохранения РФ от 1 марта 2016 г. № 134н «О Порядке организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».	10
2.2	Изучить научно-методическую литературу по теме: Гимнастика на рабочем месте для первой, второй, третьей и четвертой группы труда	10
2.3	Ознакомиться: Методика составления комплексов упражнений в различных видах производственной гимнастики и определение их места в течение рабочего дня	10
2.4	Ознакомиться: Особенности организации современных физкультурно-оздоровительных технологий на предприятиях, в учреждениях	10
2.6	Ознакомиться: Организационно-распорядительные и справочно-информационные документы, - Составление и оформление документов в ФСО; - Систематизация документов в ФСО. Документооборот.	8
2.7	Ознакомиться: Закон РФ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»	6

### Формы и методы контроля знаний слушателя по разделу

#### Список рекомендуемой литературы и других информационных ресурсов

Основная литература:

1. Алексеев, С.В. Правовые основы профессиональной деятельности в спорте: учебник [Электронный ресурс] : учеб. - Электрон.дан. - Москва, 2017. - 672 с. - Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/97544>

2. Демин, Ю. М. Делопроизводство. Документационный менеджмент [Электронный ресурс]: учебное пособие. – М.: Директ-Медиа, 2014. - 205 с. – Режим доступа: <http://www.knigafund.ru/books/182366>

3. Куняев, Н.Н. Документоведение [Электронный ресурс] / Н.Н. Куняев, Д.Н. Уралов, А.Г. Фабричных; под общ. ред. Н.Н. Куняева. – М.: Логос, 2012. – Режим доступа: <http://www.knigafund.ru/books/173570/read>

4. Мелехин, А.В. Правовое регулирование физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебник для бакалавриата и магистратуры / А.В. Мелехин. - М.: Издательство Юрайт, 2015. - 479 с. - Режим доступа: [https://aldebaran.ru/author/vladimirovich\\_melyohin\\_aleksandr/kniga\\_pravovoe\\_regulirovanie\\_fizicheskoy\\_kult/](https://aldebaran.ru/author/vladimirovich_melyohin_aleksandr/kniga_pravovoe_regulirovanie_fizicheskoy_kult/)

5. Предпринимательство: учебник для студентов вузов / Под. ред. В.Я.Горфинкеля, Г.Б.Поляка. 5-е изд., перераб. и доп. М. Юнити-Дана 2015 г. 687 с. <http://www.knigafund.ru/books/197910/read#page1>

6. Нормативное правовое обеспечение сферы физической культуры и спорта в Российской Федерации: реализация стратегии развития отрасли [Текст] : документы и материалы (2011-2014 годы) / Н.В. Паршикова, П.А. Виноградов // под общей ред. В.Л. Мутко; Министерство спорта Российской Федерации. – М.: Советский спорт, 2014 г. – 1592 с. - Текст: непосредственный

7. Общая физическая подготовка. Знать и уметь [Текст] : учебное пособие / Ю.Г. Гришина. – изд. 2-е. – Ростов н/Д : Феникс, 2012. – 249 с.: ил. - Текст: непосредственный

8. Теория и методика физической культуры и спорта [Текст] : учебник / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов; под ред. Ж.К. Холодова. – 10-е изд., испр. – М.: Академия, 2012. - 480 с. - Текст: непосредственный

Дополнительная литература:

1. Балаян С.Е. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Электронный ресурс]: методические указания к выполнению лабораторных работ/ Балаян С.Е.— Электрон. текстовые данные.— Набережные Челны: Набережночелнинский государственный педагогический университет, 2014.— 80 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/49923.html>.

2. Галкин В.В. Экономика и управление физической культурой и спортом: Учебное пособие для вузов. - Ростов-н/Д.: Феникс, 2006. - 448 с.

3. Горелов А.А. Физкультурно-оздоровительные технологии: научное издание / А.А. Горелов, А.В. Лотоненко. – М.: Еврошкола, 2011. – 306с.

4. Иванова С. В., Манжелей И. В., Физкультурно-спортивная работа с населением: средовой подход. Монография. Тюмень, 2015. 244 с

5. Изаак С.И. Мониторинг физического развития и физической подготовленности: теория и практика (монография)/ С.И.Изаак. – М.: Советский спорт, 2005. – 196с.

6. Кувшинов Ю.А. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов, обучающихся по направлению подготовки 050400.62 «Психолого-педагогическое образование», профилю «Психология и социальная педагогика»/ Кувшинов Ю.А.— Электрон. текстовые данные. - Кемерово: Кемеровский государственный институт культуры, 2013. - 183 с. Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/55248.html>.

7. Крутик, Александр Борисович. Экономика и предпринимательство в социально-культурном сервисе и туризме : учебное пособие / А. Б. Крутик, М. В. Решетова. - М : Академия, 2010. - 224 с.

8. Кузнецов, И. Н. Документационное обеспечение управления и делопроизводство: учебник / И. Н. Кузнецов. - М : Юрайт, 2012. – 576 с.

9. Лукичева Л.И. Управление организацией, учебное пособие по специальности «Менеджмент организации» М.: Омега-Л, 2008.

10. Макеева, В.С. Теория и методика физической рекреации [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов высших учебных заведений / В.С. Макеева, В.В. Бойко. – Электрон. текстовые данные. – М.: Советский спорт, 2014. – 152 с. – 978-5-9718-

0710-0. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/40818.html>

11. Менхин, Ю.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика / Ю.В. Менхин, А.В. Менхин. – Ростов н/Дону: Феникс, 2002. – 384с.

12. Новокрепцов, В.В. Взаимодействие сторон в управлении региональной системы физической культуры и спорта (монография) /Новокрепцов В.В. - Ижевск, ИжГТУ, 2006. – 380с.

13. Петрунина, С.В., Рогов А.А., Денисевич А.Н., Кирюхина И.А., Хабарова С.М. Основы производственной гимнастики: методические рекомендации. – Пенза: ПГУ, 2015. –53с.

14. Починкин А. В. Менеджмент в сфере физической культуры и спорта: учебное пособие.- М.: ЛитагентСпорт8adb3cf-e880-11e6-9b47-0cc47a5203ba, 2016 Режим доступа: <https://www.libfox.ru/657732-aleksandr-pochinkin-menedzhment-v-sfere-fizicheskoy-kultury-i-sporta-uchebnoe-posobie.html>.

15. Соковня-Семенова, И.И. Основы здорового образа жизни и первая медицинская помощь [Текст] / И.И. Соковня-Семенова. Учеб.пособие: Для студ.пед.учеб.заведений. - 2-еизд., стереотип. - М.: Издательский центр «Академия». 2014. - 218с.

16. Степанова, О.Н. Маркетинг в физкультурно-спортивной деятельности [Текст] : учебное пособие / О. Н. Степанова. - М. : Советский спорт, 2008. - 1 эл. опт. диск (CD-DV) : ил.

17. Степанова, О.Н. Маркетинг и маркетинговые коммуникации в деятельности физкультурно-спортивных организаций. В 2 частях. Часть 2 [Электронный ресурс]: учебное пособие. / О. Н. Степанова. – М.: Прометей (Московский Государственный Педагогический Университет), 2012. - Режим доступа: [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=64267](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=64267)

18. Производственная гимнастика с учетом факторов трудового процесса: методическое пособие / Т.Н. Шутова, К.Э. Столяр, Л. Б. Андрющенко, А.Ю. Лукичева, Д.Г. Степыко, С.Ю. Витько, Д.С. Александров. – Москва: ФГБОУ ВО «РЭУ им. Г. В. Плеханова», 2018. – 236 с.

19. Производственная физическая культура. Учебно-метод. пособие для студентов ИФК, слушателей ФПК, инструкторов по производственной гимнастике и специалистов физической культуры и спорта / Под ред. Голубевой Г.Н. – Набережные Челны: КамГИФК, 2003. –97с.

20. Пузырь, Ю. П. Управление физическим воспитанием в образовательных учреждениях на основе мониторинга физического состояния : автореф. дис. канд. пед. наук / Ю. П. Пузырь. – М., 2006. – 23 с.

21. Рекреационные компетенции в профессиональной подготовке бакалавров физической культуры: учебное пособие / Т.Н. Шутова, Е.О. Рыбакова, М.А. Возисова, А.В. Шаравьева. – Москва: ФГБОУ ВО «РЭУ им. Г.В. Плеханова», 2018. – 184 с.

22. Селуянов, В.Н. Технология оздоровительной физической культуры / В.Н. Селуянов. – 2-е изд. – М.: ТВТ Дивизин, 2009 – 192 с.

23. Толковый словарь спортивных терминов [Текст] / под ред. Ф.П. Сулова, С.М. Вайцеховского. – М.: Физкультура и спорт, 1993. – 352 с.

24. Физическая культура. Фитнес: учебное пособие / Т.Н. Шутова, Д.В. Выприков, О.В. Везеницын, И.М. Бодров, Г.С. Крылова, Д.А. Кокорев, А.Г. Буров, О.В. Мамонова, Д.М. Гаджиев. – М.: Российский экономический университет имени Г. В. Плеханова, 2017. - 132 с. <https://elibrary.ru/item.asp?id=32754666>

25. Физическая культура: учеб. пособие для бакалавров / С.И. Бочкарева, Т.П. Высоцкая, Н.Е. Копылова, О.П. Кокоулина; под ред. А.Г. Ростеванова. -М.: Российский экономический университет имени Г.В. Плеханова, 2017. -236с. <https://elibrary.ru/item.asp?id=28854241>

26. Физическая рекреация в высших учебных заведениях [Электронный ресурс]:

учебно-методическое пособие / В. А. Никишкин [и др.]. – Электрон. текстовые данные. – М.: Московский государственный строительный университет, Ай Пи Эр Медиа, ЭБС АСВ, 2015. – 330 с. – 978-5-7264-1065-4. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/35346.html>.

27. Филиппов, С. С. Документационное обеспечение управленческой деятельности в физкультурных организациях : учебное пособие / С.С. Филиппов. – М. : Советский спорт, 2009. – 164 с.

Нормативно-правовая документация:

Законодательные акты Российской Федерации:

– Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 № 329-ФЗ;

– Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2014 № 273-ФЗ (ред. от 04.06.2014 № 145-ФЗ);

– Федеральный закон «Об общественных объединениях» от 19 мая 1995 года № 82-ФЗ (ред. от 21.07.2014 № 236-ФЗ);

– Федеральный закон «Об ответственности за нарушение порядка предоставления государственной статистической отчетности» от 13.05.1992 № 2761-1 ФЗ;

– Федеральный закон «Об общих принципах организации законодательных (представительных) и исполнительных органов государственной власти субъектов Российской Федерации» от 6.10.1999 г. № 184-ФЗ;

– Федеральный закон «Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации» от 6.10.2003 года № 131-ФЗ.

Подзаконные правовые акты:

– Распоряжение Правительства Российской Федерации от 7 августа 2009 г. №1101-р «Об утверждении Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года»;

– Постановление Правительства Российской Федерации «О внесении изменений в государственную программу Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта» от 16 сентября 2014 г. № 821;

Нормативно-правовые акты Министерства спорта Российской Федерации:

– Приказ от 23 июня 2014 г. № 498 «О внесении изменений в Базовый (отраслевой) перечень государственных услуг (работ), оказываемых (выполняемых) федеральными государственными учреждениями в сфере физической культуры и спорта, утвержденный приказом Минспорттуризма России от 25 октября 2010 г. № 1127»;

– Приказ от 25 августа 2014 г. №726 «О внесении изменений в ведомственный перечень государственных услуг (работ), оказываемых (выполняемых) находящимися в ведении Министерства спорта Российской Федерации федеральными государственными учреждениями в качестве основных видов деятельности, утвержденный Приказом Минспорта России от 14 октября 2013 г. № 801»;

Нормативно-правовые акты Министерства образования и науки Российской Федерации:

– Приказ от 28 июля 2014 г. № 839 «Об утверждении Порядка приема на обучение по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры на 2015/16 учебный год».

Нормативно-правовые акты иных министерств и ведомств Российской Федерации:

– Приказ Министерства здравоохранения РФ от 1 марта 2016 г. № 134н «О Порядке организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского

физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

– Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 16 июня 2014 г. № 375н «О внесении изменений в Типовой перечень ежегодно реализуемых работодателем мероприятий по улучшению условий и охраны труда и снижению уровней профессиональных рисков»;

– Приказ Федеральной службы государственной статистики от 27.03.2019 № 172 «Об утверждении формы федерального статистического наблюдения с указаниями по ее заполнению для организации Министерством спорта Российской Федерации федерального статистического наблюдения в сфере физической культуры и спорта».

- Приказ Минтруда России от 08.09.2014 N 630н "Об утверждении профессионального стандарта "Инструктор-методист" (Зарегистрировано в Минюсте России 26.09.2014 N 34135).

- ГОСТ Р 52024-2003 Услуги физкультурно-оздоровительные и спортивные. Общие требования.

Ресурсы удаленного доступа (INTERNET):

1. Библиотека международной спортивной информации [Электронный ресурс]. – 2016. – Режим доступа : <http://bmsi.ru>

2. Министерство спорта Российской Федерации [Электронный ресурс]. – 2020. – Режим доступа : <http://minsport.gov.ru>

3. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [Электронный ресурс]. – 2020. – Режим доступа : <http://minobrnauki.gov.ru>

4. Министерство просвещения Российской Федерации [Электронный ресурс]. – 2020. – режим доступа: <http://edu.gov.ru>

5. Сайт Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) [Электронный ресурс]. – 2020. Режим доступа : <http://www.gto.ru>

6. Национальная информационная сеть «Спортивная Россия» [Электронный ресурс]. – 2016. Режим доступа : <http://infosport.ru>

7. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка [Электронный ресурс] : журнал. – 2016. Режим доступа : <http://teoriya.ru>

8. Советский спорт [Электронный ресурс] : журнал. – 2016. Режим доступа : <http://www.sovsportizdat.ru>

9. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. – 2016. Режим доступа : <http://uwgl.ru>

10. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации [Электронный ресурс]. – 2016. Режим доступа : <http://docs.cntd.ru>

### 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

п/п	Наименование учебных разделов, тем	Освоенные/усовершенствованные компетенции	Должен знать	Должен уметь	Должен иметь практический опыт
1	<b>Основы организации спортивно-массовой работы</b>				
1.1	Нормативно-правовые и организационно- управленческие основы физической культуры и спорта	ПК-2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- механизмы применения основных нормативно-правовых актов;</li> <li>- нормативно-правовое обеспечение в области физической культуры и спорта;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать в профессиональной практике положения российских и международных документов, нормативно-правовых актов, рекомендательных документов;</li> <li>- с позиций правовых норм анализировать конкретные ситуации, возникающие в повседневной практике инструктора по спорту;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- применение правовых знаний в текущей профессиональной деятельности;</li> </ul>
1.2	Организация и проведение спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий.	ПК-7, ПК-11	<ul style="list-style-type: none"> <li>- возрастные особенности физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- разновидности тренажеров, используемых на открытых спортивных площадках. Классификация тренажеров</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- организовать спортивно массовую деятельность, учитывая возрастные особенности коллектива. Мотивировать занимающихся к спортивно массовой и физкультурной деятельности. Обеспечивать технику безопасности занятий;</li> <li>- пользоваться спортивным</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- организовать спортивно-массовую деятельность, учитывая возрастные особенности коллектива.</li> <li>- составить план мероприятий, график физкультурных занятий в рабочее и вне рабочее время;</li> </ul>

				инвентарем	- составить план ресурсного обеспечения физкультурно-спортивных мероприятий; - мотивировать занимающихся к спортивно-массовой и физкультурной деятельности.
1.3	Агитационно-просветительская работа с сотрудниками на предприятиях, в учреждениях	ПК-6, ПК-7	- продвижение здорового образа жизни через сайты, блоги, группы в социальных сетях; - возрастные особенности физкультурно-спортивной деятельности; - основы волонтерского движения	- организовать спортивно-массовую деятельность, учитывая возрастные особенности населения; - составить план мероприятий, график физкультурных занятий; - составить план ресурсного обеспечения физкультурно-спортивных мероприятий; - мотивировать занимающихся к спортивно-массовой и физкультурной деятельности.	- составление плана мероприятий, графика физкультурных занятий; - составление плана ресурсного обеспечения физкультурно-спортивных мероприятий
2	<b>Организация спортивно- массовой работы на предприятиях, в учреждениях</b>				



2.1	Особенности организации физкультурно-оздоровительной работы с сотрудниками на предприятиях, в учреждениях	ПК-3, ПК-6, ПК-7	- организация спортивно-массовой деятельности, учитывая возрастные особенности населения;	<ul style="list-style-type: none"> <li>- составить комплексы упражнений гимнастики на рабочем для четырех групп труда, согласно классификации групп труда;</li> <li>- провести игры/конкурсы, игры эстафеты, соревнования внутри коллектива, учебной группы, организации;</li> <li>- составить план мероприятий, график физкультурных занятий в рабочее и вне рабочее время.</li> <li>- составить план ресурсного обеспечения физкультурно-спортивных мероприятий.</li> <li>- мотивировать занимающихся к спортивно массовой и физкультурной деятельности</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- составление планов и отчетов о проведенных мероприятиях;</li> <li>- организация спортивно массовой деятельности, учитывая возрастные особенности населения.</li> </ul>
2.2	Оздоровительная гимнастика во вне рабочее время.	ПК-3, ПК-6.		<ul style="list-style-type: none"> <li>- провести игры/конкурсы, игры эстафеты, соревнования внутри коллектива, учебной группы, организации;</li> <li>- проводить занятия по оздоровительной гимнастике (аквафитнес, атлетическая гимнастика,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- навыки дозирования физической нагрузки, упражнениями для коррекции определенных мышечных групп, средствами самомассажа, комплексами</li> </ul>

				<p>пилатес, аэробика, стретчинг), скандинавской ходьбе;</p> <p>- консультировать по вопросам повышения двигательной активности, контролировать физическое состояние сотрудников совместно с медицинским работником</p>	<p>упражнений в водной среде, особенно для лиц зрелого и старшего возраста</p>
2.3	<p>Организация гимнастики на рабочем месте и активного отдыха в рабочее время.</p>	ПК-6, ПК-8	<p>- особенности составления комплексов упражнений гимнастики на рабочем месте для четырех групп труда, согласно классификации групп труда;</p> <p>- средства физической культуры для лиц первого зрелого возраста (атлетическая гимнастика, аэробика, оздоровительный бег, оздоровительная гимнастика</p>	<p>- составить комплексы упражнений гимнастики на рабочем месте для четырех групп труда, согласно классификации групп труда;</p> <p>- провести игры/конкурсы, игры эстафеты, соревнования внутри коллектива, учебной группы, организации</p>	<p>- дозирование физической нагрузки на рабочем месте, упражнениями для коррекции определенных мышечных групп, средствами самомассажа;</p> <p>- проведение физкультурной паузы и физкультурной минутки, учитывая характер профессиональной деятельности.</p>
2.4	<p>Современные физкультурно-оздоровительные технологии, применяемые на предприятиях, в учреждениях</p>	ПК-8	<p>- методы привлечения сотрудников к физкультурно-оздоровительным занятиям и тренировкам;</p>	<p>- отбирать наиболее эффективные методики физического воспитания, соответствующие целям подготовки занимающихся, в том числе старшего</p>	<p>- подбирать методику проведения занятия по физической культуре с учетом возраста, подготовленности,</p>

			- средства физической культуры (атлетическая гимнастика, аэробика, оздоровительный бег, оздоровительная гимнастика)	возраста; - подбирать методику проведения занятия по физической культуре с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей, интересов занимающихся	индивидуальных и психофизических особенностей, интересов занимающихся
2.5	Организация работы с лицами с ограниченными возможностями здоровья	ПК-3	- оздоровительная гимнастика для инвалидов, технология составления комплексов упражнений, учитывая характер заболевания. - правила техники безопасности работы с инвалидами в тренажерном зале, бассейне;	- владеть средствами контроля самочувствия и обеспечения правил безопасности на оздоровительных занятиях, навыками оказания первой помощи при травмах и переутомлении; - проводить индивидуальные занятия с инвалидами при нарушениях зрения, слуха, нарушениях опорно-двигательного аппарата; - консультировать по вопросам повышения двигательной активности, контролировать физическое состояние сотрудников совместно с медицинским работником	- проведение индивидуальных занятий с инвалидами при нарушениях зрения, слуха, нарушениях опорно-двигательного аппарата;
2.6	Документирование физкультурно-спортивной деятельности на	ПК-2, ПК-8	- документационное обеспечение	- классификация документации,	- умение работать в электронном

	предприятиях, в учреждениях		управленческой деятельности.. Электронный документооборот (регистрация на соревнования, ведение электронного журнала, регистрация достижений спортсменов).	номенклатура дел, формирование дел, хранение	документообороте (регистрация на соревнования, ведение электронного журнала, регистрация достижений)
2.7	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	ПК-2, ПК-12, ПК-13	- основные понятия здорового образа жизни; - медико-биологические показатели состояния здоровья; - понятие физического состояния человека, средства его оценки.	- определять антропометрические показатели, оценивать их с учетом возраста и пола обучающихся, отслеживать динамику изменений этих показателей; - использовать знания о причинах утомления при физической нагрузке различной направленности для выбора наиболее эффективных средств и методов, продлевающих работоспособность занимающегося; - оценить уровень двигательной активности и уровень физической подготовленности занимающихся	- методами оценки и наблюдения за состоянием физического и психического здоровья занимающихся, в том числе методами анализа групповых показателей здоровья; - методами и приемами профилактики нарушения осанки, зрения, переутомления, стресса; - формирование установки на здоровый образ жизни

## 4. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

### 4.1. Формы текущего контроля

Текущий контроль проводится преподавателями, осуществляющими учебный процесс по программе, на практических занятиях и в дистанционном формате в форме:

– экспертной оценки слушателя в процессе проведения физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы на предприятии и в учреждениях работы с литературными источниками;

– проверки и оценки выполненных практических заданий, предусмотренных программой повышения квалификации – «Организация спортивно-массовой работы на предприятиях, в учреждениях»;

– проверка теоретических знаний посредством проведения устного опроса и письменного тестирования на семинарских и практических занятиях.

Практическая работа включает в себя выполнение слушателем комплексного задания, проверяющего группу связанных профессиональных компетенций. Задание для проверки овладения профессиональными компетенциями представляет собой фрагмент профессиональной деятельности. Задание может выполняться в реальной или моделируемой производственной среде.

Проверка теоретических знаний позволяет оценить уровень знаний, освоенный в результате обучения по программе.

Методы проведения текущей аттестации: групповая и индивидуальная работа со слушателями программы, анализ ошибок и повторная сдача письменных тестов и текущих практических работ.

### 4.2. Форма промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация проводится для оценки качества освоения материала вариативных модулей по итогам итогового тестирования в форме зачета. До начала тестирования слушатель должен знать цель тестирования, количество заданий и время выполнения теста. Максимальное время выполнения тестирования: 45 мин.

#### Тестовые задания

##### ВАРИАНТ № 1.

№	Вопрос и варианты ответов
1	2
1.	<b>Жизненный цикл физкультурно-спортивной услуги – это:</b> а) интервал времени, в течение которого физкультурно-спортивная услуга способна приносить прибыль; б) промежуток времени, в котором спрос на физкультурно-спортивную услугу проходит все возможные фазы и возвращается к исходной точке; в) интервал времени от момента приобретения до момента прекращения срока действия абонемента (клубной карты, контракта с физкультурно-спортивной организацией, срока обучения в спортивной школе и т.п.); г) промежуток времени от разработки замысла физкультурно-спортивной услуги до окончания ее востребованности на рынке и снятия с производства.
2.	<b>Устное представление услуги (пакета физкультурно-спортивных услуг) в ходе беседы с одним или несколькими потенциальными покупателями с целью совершения продажи или получения согласия на покупку – это...:</b> а) реклама;

№	Вопрос и варианты ответов
1	2
	б) лоббирование; в) личная продажа; г) связи с общественностью (public relations).
3.	<b>Побуждение государственных чиновников к действиям в интересах физкультурно-спортивных организаций и их клиентуры – это....:</b> а) брендинг; б) агитация; в) паблисити (publicity); г) лоббирование.
4.	<b>Физкультурно-спортивная организация это:</b> а) одна из организационно-правовых форм физкультурно-спортивного объединения, созданная на основе членства в целях совместной деятельности по проведению физкультурно-оздоровительной и спортивной работы и достижения своих уставных целей. б) одна из организационно-правовых форм физкультурно-спортивного объединения, выполняющая в системе управления три устойчивые функции: целевую, социально-интегративную, иерархическую; в) одна из организационно-правовых форм физкультурно-спортивного объединения, созданная в целях совместной деятельности по выполнению в системе управления трех функций: целевой, социально-интегративной, контрольной.
5.	<b>Свод правил, регулирующих организацию и порядок деятельности в какой-либо определённой сфере отношений или какого-либо государственного органа, предприятия, учреждения – это....:</b> а) устав; б) коллективный договор; в) учредительный договор; г) трудовой договор.
6.	<b>Документооборот – это:</b> а) зафиксированная на материальном носителе информация с реквизитами, позволяющими ее идентифицировать; б) запись информации на различных носителях по установленным правилам; в) движение документов в организации с момента их создания или получения до завершения исполнения или отправления; г) отрасль деятельности, обеспечивающая документирование и организацию работы с официальными документами.
7.	<b>Нагрузка носящая длительный характер с низкой или средней интенсивностью, это....:</b> а) аэробная нагрузка; б) анаэробная нагрузка; в) интервальная нагрузка; г) нет правильного ответа.
8.	<b>Директивный адресный документ, который содержит анализ состояния решаемой с помощью программы проблемы, комплекс плановых заданий и организационных, методических, социально-экономических и иных мероприятий по их достижению называется...?:</b> а) бизнес-план; б) комплексная целевая программа; в) законопроект; г) акт внедрения.

№	Вопрос и варианты ответов
1	2
9.	<p><b>Самостоятельная, осуществляемая на свой страх и риск деятельность, направленная на систематическое получение прибыли от пользования имуществом, продажи товаров, выполнения работ или оказания услуг лицами, зарегистрированными в этом качестве в установленном законом порядке называется:</b></p> <p>а) финансовый менеджмент;  б) предпринимательская деятельность;  в) маркетинг.</p>
10.	<p><b>Профессиональный спорт это...:</b></p> <p>а) сфера социально-культурной деятельности как совокупность видов спорта, сложившаяся в форме соревнований и специальной практики подготовки человека к ним;  б) часть спорта, направленная на организацию и проведение спортивных соревнований, за участие в которых и подготовку к которым в качестве своей основной деятельности спортсмены получают вознаграждение от организаторов таких соревнований и (или) заработную плату;  в) часть спорта, направленная на достижение спортсменами высоких спортивных результатов на официальных всероссийских спортивных соревнованиях и официальных международных спортивных соревнованиях;  г) нет правильного ответа .</p>
11.	<p><b>Часть спорта, направленная на физическое воспитание и физическое развитие граждан посредством проведения организованных и (или) самостоятельных занятий, а также участия в физкультурных мероприятиях и массовых спортивных мероприятиях:</b></p> <p>а) массовый спорт;  б) любительский спорт;  в) профессиональный спорт;  г) коммерческий спорт.</p>
12.	<p><b>К физкультурно-спортивным услугам относятся:</b></p> <p>а) спортивные болельщики, спортивные зрелища, программно-методические продукты;  б) спонсоры, спортивные зрелища, организационные формы занятий физической культуры и спортом;  в) программно-методические продукты, спортивные зрелища, организационные формы занятий ФиС;  г) нет правильного ответа..</p>
13.	<p><b>Состояние бодрствования, характеризующееся пониженной психофизиологической активностью, которое ощущается либо во всем организме, либо в любой его системе называется:</b></p> <p>а) гипноз;  б) релаксация;  в) медитация;  г) все варианты правильные.</p>
14.	<p><b>Рекламно-пропагандистские физкультурно-спортивные мероприятия обычно проводят в форме:</b></p> <p>а) блиц-турниров;  б) рекламных шествий;  в) презентаций спортивных «звезд», тренеров, оборудования и экипировки;  г) спортивных соревнований.</p>
15.	<p><b>Какой источник финансирования подготовки и проведения соревнования</b></p>

№	Вопрос и варианты ответов
1	2
	<p><b>основан на выделении льгот на прибыль налогоплательщику?:</b></p> <p>а) государственный;  б) общественно-государственный;  в) государственно-коммерческий;  г) частно-коммерческий.</p>
16.	<p><b>Состязание среди спортсменов или команд спортсменов по различным видам спорта (спортивным дисциплинам) в целях выявления лучшего участника состязания, проводимое по утвержденному его организатором положению (регламенту) называется...:</b></p> <p>а) спортивное соревнование;  б) спортивное мероприятие;  в) официальное физкультурное мероприятие и спортивное мероприятие;  г) физкультурно-спортивное мероприятие..</p>
17.	<p><b>Укажите, какое из перечисленных утверждений является верным:</b></p> <p>а) физическая культура и спорт относятся к непроектной (социальной) сфере;  б) физическая культура и спорт официально признаны самостоятельной отраслью народного хозяйства;  в) физическая культура и спорт являются составной частью отрасли «Здравоохранение, физическая культура и социальное обеспечение»;  г) физическая культура и спорт относятся к сфере социально-культурных услуг.</p>
18.	<p><b>Какие соревнования называются открытыми:</b></p> <p>а) цель которых – демонстрация вида спорта и возможностей спортсменов, увеличение круга почитателей;  б) соревнования со свободным допуском всех желающих;  в) соревнования с большим количеством участников;  г) все ответы правильные.</p>
19.	<p><b>Физические упражнения это::</b></p> <p>а) двигательные действия, с помощью которых решаются образовательные задачи и задачи физического развития;  б) двигательные действия, с помощью которых решаются воспитательные задачи и задачи физического развития;  в) двигательные действия, с помощью которых решаются образовательные и воспитательные задачи;  г) двигательные действия, с помощью которых решаются образовательные, воспитательные задачи и задачи физического развития.</p>
20.	<p><b>Система проведения спортивных соревнований, включающая последовательность встреч каждого участника (команды) со всеми остальными называется...:</b></p> <p>а) «смешанная»;  б) «круговая»;  в) «с выбыванием»;  г) олимпийская.</p>
21.	<p><b>Музыкальное вещание на производстве, сопровождающее трудовой процесс и имеющее своей целью повышение работоспособности и снижение утомляемости работников называется:</b></p> <p>а) функциональная музыка;  б) музыкотерапия;  в) рецептивная музыкотерапия;  г) функциональная музыкотерапия.</p>



№	Вопрос и варианты ответов
1	2
22.	<b>Какая из функций спортивного соревнования обеспечивает возможность удовлетворения эстетических потребностей человека?:</b> а) рекреативная; б) гедонистическая; в) коммуникативная; г) рекламно-пропагандистская.
23.	<b>Жизненный цикл физкультурно-спортивной услуги – это:</b> а) интервал времени, в течение которого физкультурно-спортивная услуга способна приносить прибыль; б) промежуток времени, в котором спрос на физкультурно-спортивную услугу проходит все возможные фазы и возвращается к исходной точке; в) интервал времени от момента приобретения до момента прекращения срока действия абонеента (клубной карты, контракта с физкультурно-спортивной организацией, срока обучения в спортивной школе и т.п.); г) промежуток времени от разработки замысла физкультурно-спортивной услуги до окончания ее востребованности на рынке и снятия с производства.
24.	<b>Организационно-распорядительные документы – это:</b> а) вид документа, в котором фиксируют решение административных и организационных вопросов; б) бумага, фотопленка, электронные носители и т.д.; в) комплексы документации и системы работы с ними по функциям управления; г) сведения (сообщения, данные) независимо от формы их представления.
25.	<b>Кратковременные физические упражнения, длительностью 1,5-2 минуты, целью которых является предупреждение утомления и восстановление умственной работоспособности, называются...:</b> а) физкультминутки; б) спортивные развлечения; в) физкультурный досуг; физкультурный праздник.

#### ВАРИАНТ № 2.

№	Вопрос и варианты ответов
1	2
1.	<b>Какое из перечисленных утверждений является неверным:</b> а) единственным объектом маркетинга в отрасли «Физическая культура и спорт» являются физкультурно-спортивные услуги 2015-2016 гг.; б) объектами маркетинга в отрасли «Физическая культура и спорт» являются спортивные товары, физкультурные организации, спортивные команды, соревнования и события, новые виды спорта и активного отдыха 2018 г.; в) объектами маркетинга в сфере физической культуры и спорта выступают физкультурно-спортивные услуги, спортивные товары, физкультурно-спортивные организации и сооружения, персоналии, спортивные команды и лиги, территории, идеи, спортивные соревнования и события, виды физической активности и спорта; г) сфера физической культуры и спорта – более чем на 70% сфера услуг.
2.	<b>Какие из перечисленных средств маркетинговых коммуникаций относятся к категории личностных видов коммуникативного воздействия?:</b> а) дни открытых дверей, экскурсии на спортивные сооружения, персональные продажи физкультурно-спортивных услуг, агитация; б) показательные выступления известных спортсменов, спортивные соревнования, праздники, шоу;

№	Вопрос и варианты ответов
1	2
	<p>в) скидки с цены, оформление клубных карт (абонементов, разовых билетов), интерьер и планировка спортивных сооружений, форменная одежда продавцов и исполнителей физкультурно-спортивных услуг;</p> <p>г) реклама, пропаганда, брендинг.</p>
3.	<p><b>Свод правил, регулирующих организацию и порядок деятельности в какой-либо определённой сфере отношений или какого-либо государственного органа, предприятия, учреждения – это...:</b></p> <p>а) устав;</p> <p>б) коллективный договор;</p> <p>в) учредительный договор;</p> <p>г) трудовой договор..</p>
4.	<p><b>Состязание среди спортсменов или команд спортсменов по различным видам спорта (спортивным дисциплинам) в целях выявления лучшего участника состязания, проводимое по утвержденному его организатором положению (регламенту) называется...:</b></p> <p>г) спортивное соревнование;</p> <p>д) спортивное мероприятие;</p> <p>е) официальное физкультурное мероприятие и спортивное мероприятие;</p> <p>ж) физкультурно-спортивное мероприятие..</p>
5.	<p><b>Заранее приобретенное или полученное право пользования в течение фиксированного срока услугами, благами, право посещать отдельные виды организаций (бассейны, фитнес-клубы, спортивно-зрелищные мероприятия, спортивные секции) – это:</b></p> <p>а) билет;</p> <p>б) пропуск;</p> <p>в) абонемент;</p> <p>г) все ответы правильные.</p>
6.	<p><b>Концепция совершенствования деятельности физкультурно-спортивной организации уделяет особое внимание:</b></p> <p>а) развитию маркетинговых коммуникаций;</p> <p>б) наращиванию масштабов производства и снижению себестоимости процесса оказания физкультурно-спортивных услуг;</p> <p>в) формированию позитивного имиджа физкультурно-спортивной организации и предлагаемых ею услуг;</p> <p>г) соблюдению норм общественной жизни, этики деловой активности;</p>
7.	<p><b>Естественное для человека угасание двигательных умений и навыков, снижение уровня функционального состояния и физической подготовленности после прекращения регулярных занятий физическими упражнениями отражает такое специфическое свойство физкультурно-спортивных услуг, как:</b></p> <p>а) нематериальность и неосвязаемость;</p> <p>б) неотделимость от субъектов, оказывающих их;</p> <p>в) непостоянство качества;</p> <p>г) несохраняемость.</p>
8.	<p><b>Административное делопроизводство – это:</b></p> <p>а) организационно-техническая система, которая включает документирование и документационное обеспечение управленческой деятельности и порядок составления и оформления служебной документации;</p> <p>б) работа с информацией, доступ к которой ограничен;</p> <p>в) все операции, связанные со служебной документацией, сосредоточены в одном</p>

№	Вопрос и варианты ответов
1	2
	<p>месте;</p> <p>г) операции с документами рассредоточены по структурным подразделениям, которые самостоятельно ведут все виды работ с документами.</p>
9.	<p><b>Директивный адресный документ, который содержит анализ состояния решаемой с помощью программы проблемы, комплекс плановых заданий и организационных, методических, социально-экономических и иных мероприятий по их достижению называется...?:</b></p> <p>а) бизнес-план;</p> <p>б) комплексная целевая программа;</p> <p>в) законопроект;</p> <p>г) акт внедрения</p>
10.	<p><b>Совокупность людей, объединенных для достижения цели на основе принципов разделения труда и иерархической структуры, называется:</b></p> <p>а) коллектив;</p> <p>б) организация;</p> <p>в) компания;</p> <p>г) учреждение;</p>
11.	<p><b>Что <u>не</u> является разделами календарного плана физкультурно-спортивной организации:</b></p> <p>а) рекламно-пропагандистские мероприятия.</p> <p>б) соревнования по видам спорта.</p> <p>в) комплексные физкультурно-спортивные мероприятия.</p> <p>г) физкультурно-оздоровительные мероприятия.</p>
12.	<p><b>Какие виды аэробики существуют?:</b></p> <p>а) памп;</p> <p>б) джасесайз;</p> <p>в) слайд;</p> <p>г) все вышеперечисленные.</p>
13.	<p><b>Обязательный элемент официального документа (название и адрес, подписи ответственных лиц и т. д). – это...:</b></p> <p>а) атрибут документа;</p> <p><b>б)реквизит документа;</b></p> <p>в) оттиск печати;</p> <p>а) нет правильного ответа.</p>
14.	<p><b>Наука о приспособлении рабочих мест, предметах и объектах труда, для наиболее безопасного и эффективного труда работника, исходя из физических и психических особенностей человеческого организма называется:</b></p> <p>а) эргономика;</p> <p>б) офисный дизайн;</p> <p>в) физиогномика;</p> <p>г) нет правильного ответа.</p>
15.	<p><b>Микроцикл – это...:</b></p> <p>а) целостный этап тренировочного процесса, включающий законченный ряд микроциклов суммарной длительностью приблизительно месяц;</p> <p>б) большой тренировочный цикл типа полугодового (в отдельных случаях 3-4 месяца), годового, многолетнего (например, четырехгодичного), связанный с развитием, стабилизацией и временной утратой спортивной формы и включающий законченный ряд периодов, этапов, мезоциклов;</p> <p>в) совокупность нескольких последовательных тренировочных занятий, которые составляют относительно законченный фрагмент тренировочного процесса,</p>

№	Вопрос и варианты ответов
1	2
	<p>обеспечивающий оптимальное сочетание следовых тренировочных эффектов для решения задач данного этапа подготовки;</p> <p>г) этап тренировочного процесса, включающий законченный ряд макроциклов суммарной длительностью приблизительно месяц.</p>
16.	<p><b>Нормативно-правовое оформление всего хода проведения соревнования возлагается на:</b></p> <p>а) заместителя главного судьи по кадрам;</p> <p>б) главного судью;</p> <p>в) главного секретаря;</p> <p>г) старшего судью</p>
17.	<p><b>Бизнес-план это...:</b></p> <p>а) нормативный адресный документ, содержащий исчерпывающий комплекс взаимосвязанных заданий, осуществление которых обеспечивает эффективное осуществление поставленных организацией целей в установленные сроки;</p> <p>б) документ, в котором дается комплексное описание основных аспектов планируемого будущего спортивной организации, анализируются возникающие при достижении цели проблемы и определяются финансовые ресурсы, необходимые для их решения;</p> <p>в) нормативный акт, принимаемый коллегиально правлением спортивного клуба, коллегией спорт комитета, президиумом спортивной федерации или совета ДФСО;</p> <p>г) документ, содержащий комплекс взаимосвязанных этапов.</p>
18.	<p><b>Какая из функций спортивного соревнования обеспечивает возможность удовлетворения эстетических потребностей человека?:</b></p> <p>а) рекреативная;</p> <p>б) гедонистическая;</p> <p>в) коммуникативная;</p> <p>г) рекламно-пропагандистская.</p>
19.	<p><b>Укажите, какое из перечисленных утверждений является неверным:</b></p> <p>а) физкультурно-спортивные услуги подлежат обязательной сертификации;</p> <p>б) физкультурно-спортивные услуги не подлежат обязательной сертификации;</p> <p>в) физкультурно-спортивные услуги подлежат добровольной сертификации;</p> <p>г) физкультурно-спортивные услуги подлежат самостоятельной сертификации.</p>
20.	<p><b>Документ, регламентирующий производственные полномочия и обязанности работника называется:</b></p> <p>а) должностная инструкция;</p> <p>б) акт о выполненных работах;</p> <p>в) трудовой договор;</p> <p>г) положение.</p>
21.	<p><b>Жизненный цикл физкультурно-спортивной услуги – это:</b></p> <p>а) интервал времени, в течение которого физкультурно-спортивная услуга способна приносить прибыль;</p> <p>б) промежуток времени, в котором спрос на физкультурно-спортивную услугу проходит все возможные фазы и возвращается к исходной точке;</p> <p>в) интервал времени от момента приобретения до момента прекращения срока действия абонемента (клубной карты, контракта с физкультурно-спортивной организацией, срока обучения в спортивной школе и т.п.);</p> <p>г) промежуток времени от разработки замысла физкультурно-спортивной услуги до окончания ее востребованности на рынке и снятия с производства.</p>
22.	<p><b>Эффективная форма активного отдыха, повышающая интерес к занятиям, закрепляющая двигательные умения и навыки, развивающая двигательные</b></p>

№	Вопрос и варианты ответов
1	2
	<p><b>качества называется...:</b></p> <p>а) физкультминутки;  б) спортивные развлечения;  в) физкультурный досуг;  г) физкультурный праздник.</p>
23.	<p><b>Какие виды двигательной активности относятся к циклическим?:</b></p> <p>а) метание;  б) спортивные игры;  в) единоборства;  г) езда на велосипеде.</p>
24.	<p><b>Централизованная форма делопроизводства – это:</b></p> <p>а) организационно-техническая система, которая включает документирование и документационное обеспечение управленческой деятельности и порядок составления и оформления служебной документации;  б) работа с информацией, доступ к которой ограничен;  в) все операции, связанные со служебной документацией, сосредоточены в одном месте;  г) операции с документами рассредоточены по структурным подразделениям, которые самостоятельно ведут все виды работ с документами.</p>
25.	<p><b>Какой источник финансирования подготовки и проведения соревнования основан на выделении льгот на прибыль налогоплательщику?:</b></p> <p>а) государственный;  б) общественно-государственный;  в) государственно-коммерческий;  г) частно-коммерческий.</p>

### ВАРИАНТ № 3.

№	Вопрос и варианты ответов
1	2
1.	<p><b>В зависимости от типа рекламной аргументации специалисты различают следующие виды рекламы:</b></p> <p>а) товарную и престижную.  б) рациональную и эмоциональную.  в) прямую и косвенную.  г) селективную и массовую..</p>
2.	<p><b>Сокращение длительности единицы услуги (занятия, сеанса, урока), увеличение одновременного количества занимающихся, удешевление материально-технических параметров услуги без изменения цены – это...:</b></p> <p>а) приемы скрытого повышения цен;  б) приемы ценовой дискриминации;  в) способы возмещения расходов физкультурно-спортивной организации;  г) виды наценок на услуги физкультурно-спортивных организаций.</p>
3.	<p><b>Персональные трудовые, правовые взаимоотношения спортивной организации или команды, с одной стороны, и спортсмена-профессионала, с другой, регулируются...:</b></p> <p>а) Трудовым договором (Контрактом);  б) Федеральным законом о «ФиС в РФ»;  в) Федеральным законом «О профессиональных союзах, их правах и гарантиях деятельности»;  г) нет правильного ответа.</p>

№	Вопрос и варианты ответов
1	2
4.	<p><b>Укажите, какое из перечисленных утверждений является верным:</b></p> <p>а) физическая культура и спорт относятся к непроемственной (социальной) сфере;</p> <p>б) физическая культура и спорт официально признаны самостоятельной отраслью народного хозяйства;</p> <p>в) физическая культура и спорт являются составной частью отрасли «Здравоохранение, физическая культура и социальное обеспечение»;</p> <p>г) физическая культура и спорт относятся к сфере социально-культурных услуг.</p>
5.	<p><b>Анкетирование, интервьюирование, наблюдение (в том числе с использованием записывающих устройств), анамнез, антропометрия, соматоскопия, педагогическое тестирование – это методы, присущие этапу...:</b></p> <p>а) определения приоритетов в отношении признаков сегментации и критериев оценки выделенных сегментов;</p> <p>б) определения характеристик фактических и потенциальных клиентов, выявления их потребностей, возможностей, запросов и пожеланий в отношении услуг, предлагаемых спортивной организацией;</p> <p>в) разработки профилей групп потребителей</p> <p>г) оценки перспектив конкурентной борьбы за избранные рыночные сегменты.</p>
6.	<p><b>Какой вид двигательной активности вызывает наибольшее увеличение частоты сердечных сокращений за короткое время?:</b></p> <p>а) бег на длинные дистанции;</p> <p>б) лыжный спорт;</p> <p>в) плавание;</p> <p>г) бег на короткие дистанции.</p>
7.	<p><b>Каким принципом руководствуются при составлении календарного плана спортивных соревнований?:</b></p> <p>а) комплексности;</p> <p>б) иерархичности;</p> <p>в) экономической эффективности;</p> <p>г) перспективности.</p>
8.	<p><b>Разновидность физической тренировки, когда специальные гимнастические упражнения, элементы бега скачков и подскоков, выполняются под музыку, связанные с повышенным использованием кислорода называется...:</b></p> <p>а) фитнесом;</p> <p>б) аэробикой;</p> <p>в) физкультурой;</p> <p>г) все варианты правильные.</p>
9.	<p><b>Документ, регламентирующий производственные полномочия и обязанности работника называется:</b></p> <p>а) должностная инструкция;</p> <p>б) акт о выполненных работах;</p> <p>в) трудовой договор;</p> <p>г) положение.</p>
10.	<p><b>Устное представление услуги (пакета физкультурно-спортивных услуг) в ходе беседы с одним или несколькими потенциальными покупателями с целью совершения продажи или получения согласия на покупку – это...:</b></p> <p>а) реклама;</p> <p>б) лоббирование;</p> <p>в) личная продажа;</p> <p>г) связи с общественностью (publicrelations).</p>

№	Вопрос и варианты ответов
1	2
11.	<p><b>Плановый финансовый документ, представляющий собой вычисление расходов и доходов на осуществление какой-либо деятельности, называется:</b></p> <p>а) смета;  б) накладная;  в) товарный чек;  г) счет-фактура.</p>
12.	<p><b>Понятие "здоровый образ жизни" относится к ...:</b></p> <p>а) обычному хорошему поведению человека;  б) ежедневному поведению человека, позволяющему выполнять ему профессиональные навыки;  <b>в) устойчивому стереотипу поведения, способствующему сохранению и укреплению здоровья индивидуума;</b>  г) поведению человека, позволяющему выжить ему в экстремальных условиях.</p>
13.	<p><b>Перечень должностных наименований и общее количество постоянных должностей в организации с указанием ее структурных подразделений, а также должностных окладов по штатной должности – это:</b></p> <p>а) тарифно-квалификационная характеристика;  б) штатное расписание;  в) табель о рангах;  г) трудовой контракт.</p>
14.	<p><b>К основным разделам календарного плана спортивных соревнований относятся:</b></p> <p>а) Положение о соревновании, календарь, смета;  б) Физкультурно-оздоровительные мероприятия, комплексные мероприятия, соревнования по видам спорта;  в) Регламент проведения спортивных соревнований, правила соревнований, смета соревнований;  г) Положение о соревновании, календарь, смета, сценарий соревнования.</p>
15.	<p><b>Формулировка миссии физкультурно-спортивной организации должна (укажите, какое из приведенных утверждений является неверным)...:</b></p> <p>а) отражать позицию физкультурно-спортивной организации по отношению к внешней среде (физкультурному движению, потенциальным и реальным клиентам, конкурентам, обществу, государству и др.);  б) содержать задачи ее физкультурно-спортивной и рыночной деятельности;  в) отражать и демонстрировать уровень культуры и рабочей атмосферы организации;  г) отражать уровень претензий физкультурно-спортивной организации на предполагаемый размер рыночной доли и прибыли.</p>
16.	<p><b>Договорное соглашение, по которому спортивная организация предоставляет другой организации коммерческие права на использование ее торговой марки или зарегистрированного символа, а также терминологии продукции для розничной торговли в обмен на определенный процент доходов от продажи называется...:</b></p> <p>а) спонсирование;  б) лицензирование;  в) франшиза;  а) франчайзинг.</p>
17.	<p><b>Аттестация работников – это ...:</b></p> <p>а) оценка результатов работы и факторов, определяющих степень достижения этих результатов;</p>

№	Вопрос и варианты ответов
1	2
	<p>б) процесс оценки эффективности выполнения сотрудниками своих должностных обязанностей и результативности их деятельности, т.е. установление соответствия работника занимаемой должности;</p> <p>в) формирование комиссии с привлечением непосредственного руководителя испытуемого сотрудника, специалистов вышестоящего, равного и нижестоящего уровней иерархии.</p>
18.	<p><b>Массовые ФСМ в зависимости от их направленности делятся на ...</b></p> <p>а) рекламно-пропагандистские; учебно-тренировочные; собственно-спортивные;</p> <p>б) физкультурно-оздоровительные; комплексные, собственно-спортивные;</p> <p>в) личные, командные, лично-командные;</p> <p>г) все вышеназванные варианты правильные.</p>
19.	<p><b>Обязательный элемент официального документа (название и адрес, подписи ответственных лиц и т. д). – это...:</b></p> <p>г) атрибут документа;</p> <p>д) реквизит документа;</p> <p>е) оттиск печати;</p> <p>ж) нет правильного ответа.</p>
20.	<p><b>Мезоцикл – это...:</b></p> <p>а) большой тренировочный цикл типа полугодового (в отдельных случаях 3-4 месяца), годового, многолетнего (например, четырехгодичного), связанный с развитием, стабилизацией и временной утратой спортивной формы и включающий законченный ряд периодов, этапов, мезоциклов;</p> <p>б) целостный этап тренировочного процесса, включающий законченный ряд микроциклов суммарной длительностью приблизительно месяц;</p> <p>в) совокупность нескольких последовательных тренировочных занятий, которые составляют относительно законченный фрагмент тренировочного процесса, обеспечивающий оптимальное сочетание следовых тренировочных эффектов для решения задач данного этапа подготовки;</p> <p>г) этап тренировочного процесса, включающий законченный ряд макроциклов суммарной длительностью приблизительно месяц.</p>
21.	<p><b>Часть спорта, направленная на организацию и проведение спортивных соревнований, за участие в которых и подготовку к которым в качестве своей основной деятельности спортсмены получают вознаграждение от организаторов таких соревнований и (или) заработную плату:</b></p> <p>а) массовый спорт;</p> <p>б) любительский спорт;</p> <p>в) профессиональный спорт;</p> <p>г) нет правильного ответа.</p>
22.	<p><b>Какие из перечисленных средств маркетинговых коммуникаций относятся к категории личностных видов коммуникативного воздействия?:</b></p> <p>а) дни открытых дверей, экскурсии на спортивные сооружения, персональные продажи физкультурно-спортивных услуг, агитация;</p> <p>б) показательные выступления известных спортсменов, спортивные соревнования, праздники, шоу;</p> <p>в) скидки с цены, оформление клубных карт (абонементов, разовых билетов), интерьер и планировка спортивных сооружений, форменная одежда продавцов и исполнителей физкультурно-спортивных услуг;</p> <p>г) реклама, пропаганда, брендинг.</p>
23.	<p><b>К формам физического воспитания относятся:</b></p> <p>а) физкультурные занятия;</p>



№	Вопрос и варианты ответов
1	2
	б) физкультурно-оздоровительные мероприятия; в) физкультурные праздники; г) все относится.
24.	<b>Эффективная форма активного отдыха, повышающая интерес к занятиям, закрепляющая двигательные умения и навыки, развивающая двигательные качества называется...:</b> а) физкультминутки; б) физкультурный досуг; в) спортивные развлечения; г) физкультурный праздник.
25.	<b>Состязательно-игровая деятельность, участники которой с учетом их возраста, пола и подготовленности, имеют примерно равные возможности добиваться победы в доступных им упражнениях, называется:</b> а) спортивное соревнование; б) физкультурно-спортивное мероприятие; в) рекламно-пропагандистское мероприятие; г) физкультурно-массовое мероприятие.

#### ВАРИАНТ № 4.

№	Вопрос и варианты ответов
1	2
1.	<b>Телемаркетинг представляет собой вид персональных продаж физкультурно-спортивных услуг с использованием:</b> а) средств телевидения и радиовещания; б) телефонных средств связи; в) средств прямой (почтовой, курьерской, факсовой) рассылки рекламно-информационных материалов; г) выставочно-ярмарочной деятельности.
2.	<b>К PR-мероприятиям можно отнести:</b> а) рассылку деловых писем организациям-заказчикам, участие представителей спортивной организации в выставках, конференциях, бизнес-семинарах и съездах, организацию посещения физкультурно-спортивной организации представителями СМИ; б) рекламно-агитационные командировки в образовательные учреждения, входящий и исходящий телемаркетинг, прием и добывание заказов физкультурно-спортивных услуг; в) предоставление скидок, вручение рекламных сувениров постоянным клиентам и представителям организаций-заказчиков, «замораживание» действия абонементов и клубных карт; г) выстраивание арендных отношений с организациями-заказчиками.
3.	<b>Кратковременные физические упражнения, длительностью 1,5-2 минуты, целью которых является предупреждение утомления и восстановление умственной работоспособности, называются...:</b> г) физкультминутки; д) спортивные развлечения; е) физкультурный досуг; ж) физкультурный праздник.
4.	<b>Населенная территория, в пределах которой осуществляется местное самоуправление, имеется муниципальная собственность, местный бюджет и выборные органы называется:</b>

№	Вопрос и варианты ответов
1	2
	а) муниципальное образование; б) муниципальная собственность; а) муниципальное задание; в) нет правильного ответа.
5.	<b>Нормативно-правовое оформление всего хода проведения соревнования возлагается на:</b> а) заместителя главного судьи по кадрам; б) главного судью; <b>в) главного секретаря;</b> г) старшего судью
6.	<b>К числу направлений public relations не относится:</b> а) установление контактов и долговременных взаимовыгодных отношений с представителями СМИ, деловых кругов, властных структур, финансовых институтов и общественности; б) деятельность по добыванию и приему заказов физкультурно-спортивных услуг; в) формирование корпоративной культуры, разработка фирменного стиля физкультурно-спортивной организации; г) организация системы имиджмейкинга первых лиц физкультурно-спортивной организации.
7.	<b>Какая из систем соревнования основана на принципе последовательных встреч каждого участника со всеми остальными:</b> а) олимпийская; б) круговая; в) система прямого определения мест участников; г) смешенная.
8.	<b>Эффективная форма активного отдыха, повышающая интерес к занятиям, закрепляющая двигательные умения и навыки, развивающая двигательные качества называется...:</b> а) физкультминутки; <b>б) физкультурный досуг;</b> в) спортивные развлечения; г) физкультурный праздник.
9.	<b>Процесс проектирования предложения физкультурно-спортивных услуг в маркетинге начинается:</b> а) с разработки замысла услуги (пакета услуг); б) с моделирования процесса занятий избранным видом физической активности и спорта; в) с подбора исполнителей услуг; г) с разработки системы обслуживания посетителей спортивной организации.
10.	<b>Плановый финансовый документ, представляющий собой вычисление расходов и доходов на осуществление какой-либо деятельности, называется:</b> а) смета; б) накладная; в) товарный чек; г) счет-фактура.
11.	<b>Договорное соглашение, по которому спортивная организация предоставляет другой организации коммерческие права на использование ее торговой марки или зарегистрированного символа, а также терминологии продукции для розничной торговли в обмен на определенный процент доходов от</b>

№	Вопрос и варианты ответов
1	2
	<p><b>продажи называется...:</b></p> <p>а) спонсирование;  <b>б) лицензирование;</b>  в) франшиза;  г) франчайзинг.</p>
12.	<p><b>К основным разделам календарного плана спортивных соревнований относятся:</b></p> <p>а) Положение о соревновании, календарь, смета;  б) Физкультурно-оздоровительные мероприятия, комплексные мероприятия, соревнования по видам спорта;  в) Регламент проведения спортивных соревнований, правила соревнований, смета соревнований;  г) Положение о соревновании, календарь, смета, сценарий соревнования.</p>
13.	<p><b>Соревнования, цель которых – выполнение соответствующих спортивных нормативов для присвоения разрядов, званий или допуска к состязаниям более крупного масштаба называются:</b></p> <p>а) отборочными;  б) квалификационными;  в) тренировочными;  г) контрольными.</p>
14.	<p><b>Директивный адресный документ, который содержит анализ состояния решаемой с помощью программы проблемы, комплекс плановых заданий и организационных, методических, социально-экономических и иных мероприятий по их достижению называется...?:</b></p> <p>а) бизнес-план;  б) комплексная целевая программа;  в) законопроект;  г) акт внедрения.</p>
15.	<p><b>Музыкальное вещание на производстве, сопровождающее трудовой процесс и имеющее своей целью повышение работоспособности и снижение утомляемости работников называется:</b></p> <p>а) функциональная музыка;  б) музыкотерапия;  в) рецептивная музыкотерапия;  г) функциональная музыкотерапия.</p>
16.	<p><b>Естественное для человека угасание двигательных умений и навыков, снижение уровня функционального состояния и физической подготовленности после прекращения регулярных занятий физическими упражнениями отражает такое специфическое свойство физкультурно-спортивных услуг, как:</b></p> <p>а) нематериальность и неосвязаемость;  б) неотделимость от субъектов, оказывающих их;  в) непостоянство качества;  г) несохраняемость.</p>
17.	<p><b>Заранее приобретенное или полученное право пользования в течение фиксированного срока услугами, благами, право посещать отдельные виды организаций (бассейны, фитнес-клубы, спортивно-зрелищные мероприятия, спортивные секции) – это:</b></p> <p>а) билет;  б) пропуск;</p>

№	Вопрос и варианты ответов
1	2
	в) абонемент; г) все ответы правильные.
18.	<b>Умственное действие, направленное на приведение психики человека в состояние углубленной сосредоточенности:</b> а) самовнушение; б) релаксация; в) медитация; г) аутотренинг.
19.	<b>Оценка деятельности кадров является объективной, когда деятельность оценивают:</b> а) коллектив и потребители; б) коллектив и администрация; в) коллектив, администрация и потребители; г) администрация и потребители.
20.	<b>Макроцикл – это...:</b> а) целостный этап тренировочного процесса, включающий законченный ряд микроциклов суммарной длительностью приблизительно месяц; б) совокупность нескольких последовательных тренировочных занятий, которые составляют относительно законченный фрагмент тренировочного процесса, обеспечивающий оптимальное сочетание следовых тренировочных эффектов для решения задач данного этапа подготовки; в) большой тренировочный цикл типа полугодового (в отдельных случаях 3-4 месяца), годового, многолетнего (например, четырехгодичного), связанный с развитием, стабилизацией и временной утратой спортивной формы и включающий законченный ряд периодов, этапов, мезоциклов; г) этап тренировочного процесса, включающий законченный ряд мезоциклов суммарной длительностью приблизительно месяц.
21.	<b>Содействие установлению взаимопонимания и доброжелательности между СМИ и спортивными организациями в целях создания или укрепления необходимого имиджа личности (спортсмена, тренера и т.д.), спортивного клуба, команды, оздоровительного центра, спортивного сооружения маркетинг трактует как:</b> а) пресс-конференция; б) брендинг; в) паблик рилэйшнз; г) панельная дискуссия.
22.	<b>Смешанная форма крупного и мелкого предпринимательства, при которой крупные корпорации, «родительские» компании заключают договор с мелкими фирмами, «дочерними» компаниями, бизнесменами на право, привилегию действовать от их (крупных компаний) имени называется:</b> а) франчайзинг; б) мерчандайзинг; в) лизинг; г) фандрайзинг.
23.	<b>Сокращение длительности единицы услуги (занятия, сеанса, урока), увеличение единовременного количества занимающихся, удешевление материально-технических параметров услуги без изменения цены – это...:</b> а) приемы скрытого повышения цен; б) приемы ценовой дискриминации; в) способы возмещения расходов физкультурно-спортивной организации;

№	Вопрос и варианты ответов
1	2
	г) виды наценок на услуги физкультурно-спортивных организаций.
24.	<b>Часть спорта, направленная на физическое воспитание и физическое развитие граждан посредством проведения организованных и (или) самостоятельных занятий, а также участия в физкультурных мероприятиях и массовых спортивных мероприятиях:</b> а) массовый спорт; б) любительский спорт; в) профессиональный спорт; г) коммерческий спорт.
25.	<b>Что <u>не</u> является разделами календарного плана физкультурно-спортивной организации:</b> а) рекламно-пропагандистские мероприятия. б) соревнования по видам спорта. в) комплексные физкультурно-спортивные мероприятия. г) физкультурно-оздоровительные мероприятия.

**Ключ к тестовым заданиям:**

№ вопроса	Правильные ответы			
	вариант № 1	вариант № 2	вариант № 3	вариант № 4
1.	г)	б)	б)	б)
2.	г)	а)	а)	а)
3.	г)	а)	а)	г)
4.	а)	г)	б)	а)
5.	а)	в)	б)	в)
6.	в)	б)	г)	б)
7.	а)	г)	б)	б)
8.	б)	а)	б)	б)
9.	б)	б)	а)	а)
10.	б)	б)	в)	а)
11.	а)	а)	а)	б)
12.	в)	г)	в)	б)
13.	б)	б)	б)	б)
14.	а)	а)	б)	б)
15.	в)	в)	г)	а)
16.	а)	б)	б)	г)
17.	б)	б)	б)	в)
18.	б)	б)	а)	в)
19.	г)	а)	д)	в)
20.	б)	а)	б)	в)
21.	а)	г)	в)	в)
22.	б)	в)	а)	а)
23.	г)	г)	г)	а)
24.	а)	в)	б)	а)
25.	а)	в)	б)	а)

**Критерии оценки:**

Показатели оценки	«Зачет»	«Незачет»
Количество правильных ответов	21 ответ и больше (70%)	20 ответов и меньше (69%)

#### **4.3 Форма итоговой аттестации**

Итоговая аттестация проводится в форме защиты проекта. Проект представляет собой презентацию и доклад, объемом 5 минут.

Содержание работы включает краткий отчет слушателя о применении полученных в ходе обучения знаний в профессиональной деятельности. Слайды могут содержать подтверждающие деятельность фото- и видеоматериалы, разработанную документацию и т.д.

Защита итоговых аттестационных работ проводится в on-line режиме. Оценивается представленный материал в виде презентации, доклад, ответы на вопросы. Окончательная оценка выставляется членами итоговой аттестационной комиссии коллегиально по шкале:

- неудовлетворительно
- удовлетворительно
- хорошо
- отлично

#### **5. КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

К реализации программы должны быть привлечены не менее 2 специалистов-практиков, имеющих опыт профессиональной деятельности в сфере, соответствующей тематике программы, не менее 1 года в последние 5 лет. Опыт профессиональной деятельности специалистов-практиков должен быть подтвержден характеристикой работодателя с указанием результатов деятельности.

№п/п	Наименование раздела	Фамилия, имя, отчество преподавателя	Ученая степень, ученое звание	Основное место работы, должность

#### **6. РАЗРАБОТЧИКИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ**

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма», Институт дополнительного образования, Министерство спорта Нижегородской области.