

**АННОТАЦИЯ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ
дополнительного профессионального образования**

Тренер по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту

Профессиональная переподготовка	Срок реализации: 252 часа
Возможные наименования должностей, профессий	Тренер по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту по общей физической подготовке Тренер по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту по функциональной подготовке Тренер по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту по направлению подготовки (в соответствии с федеральным стандартом спортивной подготовки по виду адаптивного спорта)

Цель – коррекция отклонений в состоянии здоровья, компенсация ограничений жизнедеятельности инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, проходящих спортивную подготовку, спортсменов-инвалидов (далее - занимающихся) посредством их физической реабилитации, развития и поддержания спортивного потенциала для достижения высоких спортивных результатов.

В результате освоения программы слушатель должен:

Трудовая функция	Знать	Уметь
1. Разработка планов и структуры тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающегося на период реабилитационных мероприятий	Теория и организация адаптивной физической культуры. Биомеханика двигательной деятельности. Гигиена физической культуры и спорта. Методики адаптивной физической культуры. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре. Виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке. Комплексы упражнений по общей и специальной физической подготовке в адаптивной физической культуре и спорте. Методики обучения технике выполнения комплексов упражнений по общей физической и специальной подготовке в виде адаптивного спорта. Правила эксплуатации спортивных сооружений, специализированного	Вести отчетную документацию по планированию тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающегося. Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи. Планировать содержание занятия по общей физической и специальной подготовке с учетом требований федерального стандарта спортивной подготовки, уровня подготовленности занимающегося, особенностей его физического состояния, характеристики типичных нарушений функций организма. Подбирать средства и методы тренировки в соответствии с программой спортивной подготовки, половозрастными и индивидуальными особенностями занимающихся.

	<p>оборудования и спортивного инвентаря, технических средств реабилитации инвалида. Особенности построения процесса спортивной подготовки в виде адаптивного спорта. Порядок составления и ведения документации по планированию занятий по общей физической и специальной подготовке. Правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи. Содержание спортивной тренировки в виде адаптивного спорта. Нормы обеспечения специализированным спортивным инвентарем и оборудованием при организации тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке в виде адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин). Правила вида адаптивного спорта. Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду адаптивного спорта.</p>	<p>Варьировать продолжительность тренировочной нагрузки, периодами отдыха между отдельными упражнениями, выявлять первые признаки напряжения, усталости занимающегося. Определять задачи общей физической и специальной подготовки исходя из целей и задач программы спортивной подготовки занимающегося. Анализировать условия, возможности достижения занимающимся результата тренировочного занятия по общей физической и специальной подготовке, подбирать средства достижения занимающимся контрольных показателей тренировочного занятия по общей физической и специальной подготовке.</p>
<p>2. Проведение с занимающимися тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке</p>	<p>Гигиенические основы физического воспитания. Биомеханика двигательной деятельности. Основы общей патологии. Основы здорового образа жизни. Теория и организация адаптивной физической культуры. Этические и деонтологические нормы, правила взаимодействия с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья. Техники общения с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья, методы общения с лицами, имеющими поражения отдельных органов чувств. Комплексы общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для повышения уровня общефизической подготовки.</p>	<p>Использовать этические и деонтологические нормы в процессе коммуникации с занимающимися. Контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения занятия по общей физической и специальной подготовке, определять первые признаки напряжения и утомления. Использовать специализированное спортивное оборудование, инвентарь, контрольно-измерительные приборы для занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся. Выявлять опасности внешней среды для занимающегося и определять алгоритмы их предупреждения. Выявлять неисправности</p>

	<p>Методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в виде адаптивного спорта. Методика адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам. Анатомия человека. Правила техники безопасности при проведении тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся. Особенности построения процесса спортивной подготовки в избранном виде адаптивного спорта. Порядок ведения отчетной документации по проведению занятия по общей физической и специальной подготовке занимающихся. Правила использования специализированного спортивного оборудования и инвентаря, технических средств реабилитации. Приемы, способы страховки и самостраховки. Комплексы упражнений по общей физической и специальной подготовке. Методики проведения контрольных испытаний (тестов) для оценки общей физической и специальной подготовки занимающихся в избранном виде адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин). Правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи. Содержание спортивной тренировки в виде адаптивного спорта. Основы организации первой помощи.</p>	<p>специализированного спортивного оборудования и инвентаря, технических средств реабилитации. Организовывать первую помощь, применять средства огнезащиты, средства индивидуальной защиты. Использовать методы фиксации результатов занимающихся при проведении занятия по общей физической и специальной подготовке. Вести отчетность по проведению занятия по общей физической и специальной подготовке занимающихся. Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи. Разъяснять техники выполнения комплексов упражнений по общей физической и специальной подготовке, правила техники безопасности при выполнении упражнений с использованием техник общения с инвалидами, лицами, имеющими ограниченные возможности здоровья различных нозологических групп. Демонстрировать тактические приемы и способы рациональной техники двигательных действий при выполнении комплексов упражнений специальной подготовки в избранном виде адаптивного спорта, формулировать двигательную задачу с наглядным объяснением.</p>
<p>3. Измерение и оценка общей физической, функциональной и специальной подготовленности занимающихся в процессе реабилитационных мероприятий в циклах тренировки</p>	<p>Физиология человека. Биомеханика двигательной деятельности в виде адаптивного спорта. Анатомия человека. Медицинские основы адаптивной физической культуры и спорта, основы общей патологии. Морфо-анатомические особенности строения</p>	<p>Проводить коммуникации с занимающимися с учетом нравственных и деонтологических норм. Подбирать показатели и системы тестов для определения уровня общей физической, функциональной и специальной подготовленности</p>

	<p>организма человека с той или иной патологией на разных этапах онтогенеза, влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса, методы контроля морфофункционального статуса. Методы сбора, систематизации и обработки результатов тестирования уровня физической, функциональной и специальной подготовленности занимающегося. Техники общения с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья, методы общения с лицами, имеющими поражения отдельных органов чувств. Нормативы функциональной и специальной подготовленности занимающихся в виде адаптивного спорта. Нормативы испытаний (тестов) всероссийского физкультурно-спортивного комплекса. Особенности построения процесса спортивной подготовки в избранном виде адаптивного спорта. Порядок составления документации по измерению и оценке физической, функциональной и специальной подготовленности занимающегося. Назначение и особенности использования специализированного спортивного оборудования и инвентаря, контрольно-измерительных приборов и средств измерений при проведении тестирования уровня физической и функциональной подготовленности занимающегося. Правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи. Содержание и техники комплексного контроля уровня физической и функциональной подготовленности занимающихся, способы их</p>	<p>занимающихся с учетом физического состояния занимающегося, особенностей патологии. Использовать специализированное спортивное оборудование, инвентарь, контрольно-измерительные приборы и средства измерений для определения уровня физической, функциональной и специальной подготовленности занимающегося. Вести отчетную документацию по фиксации результатов измерения и оценке общей физической, функциональной и специальной подготовленности занимающихся. Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи. Использовать техники оценки подготовленности занимающихся, соответствующие нормативам испытаний (тестов) всероссийского физкультурно-спортивного комплекса и плановым результатам спортивной подготовки занимающегося. Давать рекомендации по содержанию и соблюдению режима труда и отдыха занимающегося с целью реабилитации, сохранения функционального состояния и спортивной формы. Применять техники общения с инвалидами, лицами, имеющими ограниченные возможности здоровья, различных функциональных групп. Интерпретировать результаты тестирования уровня физической, функциональной и специальной подготовленности занимающегося, вносить коррективы в цикл тренировки занимающегося.</p>
--	---	--

	<p>учета в спортивной подготовке по виду адаптивного спорта. Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду адаптивного спорта.</p>	
<p>4. Консультирование тренеров, занимающихся по вопросам физиологического обоснования и организации общей физической и специальной подготовки</p>	<p>Физиология человека с основами биохимии. Биомеханика двигательной деятельности в виде адаптивного спорта. Анатомия человека. Основы спортивно-медицинской, спортивно-функциональной и гандикапной классификаций. Техники общения с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья, методы общения с лицами, имеющими поражения отдельных органов чувств. Технологии планирования и организации общей физической подготовки, специальной подготовки в адаптивном спорте. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности. Медицинские основы адаптивной физической культуры и спорта, основы общей патологии. Комплексы общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для повышения уровня общефизической подготовки в адаптивном спорте. Диетология, основы спортивного питания. Методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в виде адаптивного спорта. Реабилитационные технологии в адаптивном спорте. Основы научно-методического обеспечения спортивной подготовки в адаптивном спорте. Особенности построения процесса спортивной подготовки в виде адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин). Средства управления величиной и направленностью</p>	<p>Использовать этические и деонтологические нормы в процессе коммуникации с занимающимися, тренерами. Вести отчетную документацию по консультированию тренеров, занимающихся по вопросам физиологического обоснования и организации общей физической и специальной подготовки. Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи. Обеспечивать эффективность физической реабилитации, сохранение функционального состояния и спортивной формы занимающихся различных нозологических, возрастных и тендерных групп за счет рекомендаций по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), эффективного построения процесса совершенствования общей физической и специальной подготовки занимающегося. Использовать методы и технологии физиологического обоснования комплексов упражнений по общей физической и специальной подготовке, спортивных подвижных игр для занимающихся. Консультировать тренеров, занимающихся по прикладным вопросам физиологии спорта, теории адаптивного спорта, организации общей физической и специальной подготовки занимающихся. Разъяснять занимающимся физиологические и организационные вопросы спортивной подготовки с использованием техник общения с инвалидами, лицами</p>

	<p>тренировочной нагрузки в виде адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин). Построение процесса спортивной подготовки в виде адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин). Правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи. Содержание и техники комплексного контроля и учета в спортивной подготовке.</p> <p>Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду адаптивного спорта.</p>	<p>с ограниченными возможностями здоровья, методов общения с лицами, имеющими поражения отдельных органов чувств. Прогнозировать воздействие отдельных комплексов упражнений по общей физической и специальной подготовке, спортивных подвижных игр на функциональное состояние и спортивную форму занимающегося.</p>
--	---	---

Формируемые компетенции:

- ОК 1. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
- ОК 2. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
- ОК 3. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
- ОК 4. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
- ОК 5. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.
- ОК 6. Ставить цели, мотивировать деятельность коллектива, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.
- ОК 7. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
- ОК 8. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.
- ПК 1.1. Анализ данных для разработки планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся (содержание рабочего плана спортивной подготовки, половозрастные особенности, характеристика типичных нарушений функций организма, уровень подготовленности занимающегося, длительность занятия, методические указания тренера занимающегося)
- ПК 1.2. Определение цели и задач тренировочного занятия по общей физической и специальной подготовке занимающегося
- ПК 1.3. Выбор оптимальных для занимающегося форм и видов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке, типов нагрузок (силовой, локальной, динамической, статической)
- ПК 1.4. Подбор комплекса общеразвивающих физических упражнений, направленных на гармоничное развитие всех физических качеств (сила, выносливость, скорость, ловкость, гибкость), упражнений на повышение уровня специальной физической подготовки занимающегося
- ПК 1.5. Формирование содержания тренировочного занятия по общей физической и специальной подготовке занимающегося, в том числе определение продолжительности, последовательности выполнения и организационно-методических указаний для отдельных комплексов упражнений

ПК 1.6. Определение требований к спортивному инвентарю и специализированному оборудованию, месту и гигиеническим условиям проведения тренировочного занятия по общей физической и специальной подготовке

ПК 1.7. Определение системы контрольных показателей и условий достижения результата тренировочного занятия по общей физической и специальной подготовке занимающимся

ПК 1.8. Подготовка и согласование планов и структуры тренировочного занятия по общей физической и специальной подготовке с тренером (группой тренеров) занимающегося

ПК 2.1. Контроль готовности занимающегося к тренировочному занятию по общей физической и специальной подготовке

ПК 2.2. Анализ плана и структуры тренировочного занятия по общей физической и специальной подготовке, корректировка структуры занятия по общей физической и специальной подготовке с учетом физического состояния занимающихся, наличия специализированного оборудования и инвентаря, технических средств реабилитации

ПК 2.3. Инструктаж занимающихся по технике безопасного использования специализированного спортивного оборудования и инвентаря

ПК 2.4. Выполнение с занимающимися комплекса упражнений по общей физической подготовке (упражнения для гармоничного развития силы мышц; приобретения общей выносливости; формирования общих скоростных способностей; увеличения подвижности основных суставов; улучшения ловкости в разнообразных действиях, умения координировать простые и сложные движения) с учетом физического состояния занимающегося, характеристики типичных нарушений функций организма

ПК 2.5. Демонстрация занимающимся комплекса упражнений по специальной подготовке для развития двигательных способностей (технический, физический, тактический и психический элемент) и компенсации недостающих качеств, контроль техники двигательных действий занимающихся

ПК 2.6. Контроль безопасного выполнения занимающимися упражнений, включенных в план тренировочного занятия по общей физической и специальной подготовке, безопасного использования специализированного оборудования и инвентаря, организация первой помощи занимающемуся

ПК 2.7. Фиксация контрольных показателей занимающихся по окончании тренировочного занятия по общей физической и специальной подготовке, составление отчетности по результатам проведенного занятия

ПК 3.1. Подбор показателей и системы тестов для определения уровня общей физической, функциональной и специальной подготовленности занимающихся

ПК 3.2. Разъяснение занимающимся целей и методов тестирования, руководство действиями занимающихся во время выполнения тестирования их общей физической и функциональной подготовленности

ПК 3.3. Регистрация и фиксация контрольных показателей занимающегося по результатам тестирования

ПК 3.4. Анализ медико-биологических, психологических данных о состоянии уровня специальной подготовленности занимающегося

ПК 3.5. Аналитическая обработка собранных показателей для определения уровня физической подготовленности занимающегося в соответствии с нормативами испытаний (тестов) всероссийского физкультурно-спортивного комплекса и эффективности соревновательных и тренировочных воздействий

ПК 3.6. Корректировка цикла тренировки занимающегося по результатам тестирования

ПК 4.1. Ознакомление тренеров, занимающихся с результатами контрольных

мероприятий по оценке физической и функциональной подготовленности занимающихся в процессе реабилитационных мероприятий в циклах тренировки, с собственными выводами и рекомендациями по результатам интерпретации данных тестирования

ПК 4.2. Консультирование тренеров, занимающихся по вопросам совершенствования общей физической и специальной подготовки занимающегося, по содержанию самостоятельных тренировок занимающегося, по вопросам спортивного и оздоровительного питания (диеты)

ПК 4.3. Проведение физиологического обоснования отдельных комплексов упражнений по общей физической и специальной подготовке, спортивных подвижных игр, программ физической реабилитации, планов спортивной подготовки, в том числе с целью прогнозирования воздействия данных мероприятий на физическую и функциональную подготовленность занимающегося, эффективности физической реабилитации занимающегося

ПК 4.4. Разработка планов и программ спортивной подготовки в избранном виде адаптивного спорта в части, касающейся организации общей физической подготовки, специальной подготовки

ПК 4.5. Проведение выступлений, обучающих занятий, семинаров по основам спортивной физиологии, теории адаптивного спорта, организации общей физической подготовки, специальной подготовки занимающихся

Форма обучения – очная. **Режим занятий** – с отрывом (без отрыва) от работы.

Количество часов на освоение программы

Виды учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	252
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	126
в том числе:	
Лекции	96
Практические занятия (лабораторные работы)	30
Самостоятельная работа	126
Промежуточная аттестация – дифференцированный зачет	
<i>Итоговая аттестация в форме экзамена</i>	

Итоговая аттестация – в форме экзамена, включающего в себя практическую работу и проверку теоретических знаний в пределах квалификационных требований, указанных в профессиональном стандарте по соответствующей профессии.

По окончании обучения выдается диплом о профессиональное переподготовке.