

ОПИСАНИЕ  
КОМПЕТЕНЦИИ  
«Физическая культура,  
спорт и фитнес»

**Наименование компетенции:** Физическая культура, спорт и фитнес

**Формат участия в соревновании:** индивидуальный

**Описание компетенции.**

Компетенция «Физическая культура, спорт и фитнес» включает в себя квалификационные требования профессиональных стандартов кодов «05. Физическая культура и спорт», «01. Образование»: учитель физической культуры, педагог по физической культуре, учитель адаптивной физической культуры, педагог по адаптивной физической культуре, тренер-преподаватель, специалист по продвижению фитнес услуг, тренер по адаптивной физической культуре и спорту; специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта, инструктор-методист по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту; сопровождающий инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья и несовершеннолетних; спортивный судья, специалист по антидопинговому обеспечению, специалист в области нутрициологии.

Стратегические задачи и пути развития компетенции «Физическая культура, спорт и фитнес» идут в направлении национальной цели «Сохранение населения, здоровья и благополучия людей» и увеличения к 2030 году доли граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом, до 70 %.

Эксперты компетенции непосредственно участвуют в реализации национальных проектов и государственных программ Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта», «Демография» и федеральном проекте «Содействие Занятости», занимаются профориентацией школьников в сфере физической культуры и спорта, развивают экспертные сообщества в России и дружественных странах, осуществляют работу с партнерами в сфере производства спортивного оборудования и новых спортивно-оздоровительных технологий, обеспечивают квалифицированными кадрами в сфере образования, физической культуры, спорта и фитнеса с учетом запроса работодателей и социальных партнеров, создают высокотехнологичные СЦК, мастерские по компетенции и условия для обновления материально-технической базы образовательных организаций с учетом современных трендов в сфере образования, физической культуры, спорта и фитнеса.

Физическая культура, адаптивная физическая культура, спорт и фитнес, как социальный феномен оказывают в процессе общественного развития весомое влияние на экономику, бизнес, культуру, образование, политические и международные отношения. Вклад в достижение национальных целей осуществляется в соответствии со стратегией улучшения качества жизни населения путем концентрации усилий на формировании физической культуры

личности в обществе. Одним из важнейших факторов образа жизни человека является адекватная двигательная активность и без ее коррекции невозможно достичь необходимых целей в увеличении продолжительности и качества жизни человека.

Специалист по физической культуре, адаптивной физической культуре, спорту и фитнесу, имеет неразрывную взаимосвязь с образованием, здравоохранением, культурой и выступает составным компонентом современного полноценного стандарта жизни, как специалиста, обеспечивающего социальную инфраструктуру.

Специалисты по физической культуре, адаптивной физической культуре, спорту и фитнесу входят в топ 100 самых востребованных профессий, в некоторых регионах тренер по адаптивной физической культуре входит в топ 50 востребованных специалистов. Это свидетельствует о том, что сфера физической культуры, спорта, адаптивной физической культуры, фитнеса нуждается в высококвалифицированных специалистах данного профиля, и подготовка таких кадров требует современного научно-методического и технического обеспечения.

Технологии, применяемые в профессиональной деятельности специалиста Компетенции, делятся на 4 группы: общепрофессиональные технологии, технологии здоровье сберегающей и здоровье укрепляющей направленности, технологии спортивно-двигательной активности и технологии физкультурно-оздоровительной направленности.

а. Общепрофессиональные технологии:

– *технологии формирования когнитивных навыков*: технологии саморазвития, организованности и управленческих навыков, решение нестандартных задач и нацеленность на результат;

– *технологии формирования профессионально-поведенческих навыков*: коммуникативные и межличностные навыки, межкультурное взаимодействие; интеграция лиц с ОВЗ в социальные процессы;

– *технологии формирования цифровых навыков*: обработка и анализ данных, виртуальные тренировочные комплексы, технологии спортивно-двигательной активности;

– *технологии диагностики и тестирования физических кондиций*: методики определения уровня физического развития, функционального состояния, физической работоспособности и физической подготовленности;

– *технологии построения тренировочного процесса*.

б. Технологии физкультурно-оздоровительной направленности – здоровье сберегающие технологии для сохранения и улучшения здоровья и коррекционные технологии.

Современная модель подготовки специалистов учитывает запрос рынка труда и специалист после окончания учебного заведения может работать не только в общеобразовательной и спортивной школе по разным видам спорта, и формам двигательной активности, но и в дошкольных учреждениях, в военных структурах, полиции, реабилитационно-оздоровительных и фитнес-центрах, осуществлять услуги в области силовой подготовки, нутрициологии, мышечной релаксации, работать с разными категориями граждан: дети, взрослые, пожилые, лицами с нарушениями здоровья и инвалидностью.

### **Нормативные правовые акты**

Поскольку Описание компетенции содержит лишь информацию, относящуюся к соответствующей компетенции, его необходимо использовать на основании следующих документов:

- **ФГОС СПО:**

49.02.01 Физическая культура (квалификация: педагог по физической культуре и спорту); 11 августа 2014 г. № 976, Министерство образования и науки Российской Федерации;

49.02.01 Физическая культура (квалификация: учитель физической культуры); 27 октября 2014 г. № 1355, Министерство образования и науки Российской Федерации;

49.02.01 Физическая культура (квалификация: педагог по физической культуре и спорту); 11 ноября 2022 г. № 968, Министерство Просвещения Российской Федерации;

49.02.02 Адаптивная физическая культура (квалификация: педагог по адаптивной физической культуре и спорту); 11 августа 2014 г. № 977, Министерство образования и науки Российской Федерации;

49.02.02. Адаптивная физическая культура (квалификация: педагог по адаптивной физической культуре и спорту); 28 августа 2023 г. № 640, Министерство Просвещения Российской Федерации;

49.02.03 Спорт (квалификация: тренер по виду спорта); 21 апреля 2021 г., № 193, Министерство просвещения Российской Федерации.

- **Профессиональный стандарт:**

05.002 Тренер по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту; 2 апреля 2019 г. № 199н, Министерство труда и социальной защиты Российской Федерации;

05.003 Тренер; 28 марта 2019 г. № 191н, Министерство труда и социальной защиты Российской Федерации;

05.004 Инструктор-методист по адаптивной физической культуре и спорту; 2 апреля 2019 г. № 197н, Министерство труда и социальной защиты Российской Федерации;

05.005 Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта; 21 апреля 2022 г. № 237н, Министерство труда и социальной защиты Российской Федерации;

05.007 Спортивный судья; 28 марта 2019 г. № 193н, Министерство труда и социальной защиты Российской Федерации;

05.008 Руководитель организации (подразделения организации) осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта; 29 октября 2015 г. № 798н, Министерство труда и социальной защиты Российской Федерации;

05.010 Специалист по антидопинговому обеспечению; 18 февраля 2016 г. № 73н, Министерство труда и социальной защиты Российской Федерации;

05.013 Специалист по продвижению фитнес-услуг; 24 декабря 2020 г. № 950н, Министерство труда и социальной защиты Российской Федерации;

05.014 Оператор тренировочного и соревновательного процессов с использованием электронных и технических устройств; 30 марта 2021 г. № 159н; Министерство труда и социальной защиты Российской Федерации;

01.001 Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель); 8 октября 2013 г. № 544н; Министерство труда и социальной защиты Российской Федерации;

01.003 Педагог дополнительного образования детей и взрослых; 22 сентября 2021 г. № 652н; Министерство труда и социальной защиты Российской Федерации.

- ЕТКС: Единый квалификационный справочник должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования»; 26 августа 2010 г. №761н, Министерство здравоохранения и социального развития Российской Федерации.

- СанПин: Санитарные правила и нормы САНПИН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»; 28 января 2021 г. №2, Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека.

- Квалификационные характеристики (профессиограмма)

**1) Квалификационная характеристика выпускника 49.02.01 Физическая культура (квалификация: педагог по физической культуре)**

После завершения обучения выпускник будет уметь:

**1. Организовывать и проводить учебно-тренировочные занятия и руководить соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта:**

- определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия;
- проводить учебно-тренировочные занятия;
- руководить соревновательной деятельностью спортсменов;
- осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях;
- анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью;
- проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию;
- подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь;
- оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.

**2. Организовывать физкультурно-спортивную деятельность различных возрастных групп населения:**

- определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения;
- мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности;
- организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия;
- осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий;
- организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом;
- оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

**3. Методически обеспечить организацию физкультурной и спортивной деятельности:**

- разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта;
- разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения;
- систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов;
- оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений;
- участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.

**2) Квалификационная характеристика выпускника 49.02.01 Физическая культура (квалификация: учитель физической культуры)**

После завершения обучения выпускник будет уметь:

**1. Преподавать физическую культуру по основным общеобразовательным программам:**

- определять цели и задачи, планировать учебные занятия;
- проводить учебные занятия по физической культуре;
- осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения;
- анализировать учебные занятия;
- вести документацию, обеспечивающую процесс обучения по физической культуре.

**2. Организовывать и проводить внеурочную работу и занятия по программам дополнительного образования в области физической культуры:**

- определять цели и задачи, планировать внеурочные мероприятия и занятия;
- проводить внеурочные мероприятия и занятия;
- мотивировать обучающихся, родителей (лиц их заменяющих) к участию в физкультурно-спортивной деятельности;
- осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся;
- анализировать внеурочные мероприятия и занятия;
- вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно-спортивной деятельности;

### **3. Методически обеспечить процесс физического воспитания:**

- выбирать учебно-методический комплект, разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе образовательного стандарта и примерных программ с учётом вида образовательного учреждения, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся;

- систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов;

- оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений;

- участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания.

### **3). Квалификационная характеристика выпускника 49.02.01 Физическая культура (квалификация: педагог по физической культуре и спорту)**

После завершения обучения выпускник будет уметь:

#### **1. Организовывать и проводить физкультурно-спортивную работу**

- планировать и анализировать физкультурно-спортивную работу;

- организовывать и проводить мероприятия в сфере молодежной политики, включая досуг и отдых детей, подростков и молодежи, в том числе в специализированных (профильных) лагерях;

- организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия;

- организовывать деятельность волонтеров в области физической культуры и спорта;

- организовывать спортивно-массовые соревнования и мероприятия по тестированию населения по нормам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса;

- проводить работу по предотвращению применения допинга;

#### **2. Методически обеспечивать организацию физкультурной и спортивной деятельности:**

- разрабатывать методическое обеспечение для организации и проведения занятий по физической культуре и спорту, физкультурно-спортивной работы;

- систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоана-



лиза и анализа деятельности специалистов в области физической культуры и спорта;

- оформлять результаты методической и исследовательской деятельности в виде выступлений, докладов, отчетов;

- осуществлять исследовательскую и проектную деятельность в области физической культуры и спорта;

### ***3. Организовывать и проводить виды деятельности по выбору:***

#### ***а) преподавать по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта:***

- определять цели и задачи, планировать учебные занятия по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта;

- проводить учебные занятия по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта;

- осуществлять контроль и учёт, оценивать и анализировать процесс и результаты деятельности;

- вести первичную учётно-отчётную документацию, обеспечивающую учебные занятия;

- осуществлять набор и комплектование групп на обучение по дополнительным общеразвивающим программам;

#### ***б) преподавать физическую культуру по основным общеобразовательным программам:***

- определять цели и задачи, планировать учебные занятия по физической культуре;

- проводить учебные занятия по физической культуре;

- осуществлять контроль, оценивать и анализировать процесс и результаты педагогической деятельности и обучения по предмету «Физическая культура»;

- вести документацию, обеспечивающую процесс физического воспитания обучающихся школьного возраста;

- организовывать и осуществлять внеурочную деятельность в области физической культуры;

#### ***в) организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные, рекреационные занятия, занятия по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп:***

- определять цели и задачи, планировать и анализировать занятия с населением различных возрастных групп;

- проводить занятия с населением различных возрастных групп;

- осуществлять контроль за двигательной активностью, физическим состоянием и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий;

- осуществлять консультирование населения по вопросам организации занятий и физических нагрузок;

- осуществлять организацию продвижения и оказания населению фитнес-услуг по индивидуальным программам.

#### ***4) Квалификационная характеристика выпускника 49.02.02 Адаптивная физическая культура (квалификация: педагог по адаптивной физической культуре и спорту)***

После завершения обучения выпускник будет уметь:

##### ***1. Организовывать физкультурно-спортивную деятельность лиц с ограниченными возможностями здоровья:***

- определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия;

- мотивировать лиц с ограниченными возможностями здоровья к участию в физкультурно-спортивной деятельности;

- организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия;

- осуществлять педагогический контроль в процессе проведения занятий;

- организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом;

- оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

##### ***2. Организовывать и проводить учебно-тренировочные занятия и руководить соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде адаптивного спорта:***

- определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия;

- проводить учебно-тренировочные занятия;

- руководить соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде адаптивного спорта;

- осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях;

- анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью;
- проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию в избранном виде адаптивного спорта;
- подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь;
- оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.

**3. Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности лиц с ограниченными возможностями здоровья:**

- разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде адаптивного спорта;
- разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с лицами, имеющими ограниченные возможности здоровья;
- систематизировать педагогический опыт в области адаптивной физической культуры и адаптивного спорта на основе изучения педагогической литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов;
- оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений и др;
- участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области адаптивного физического воспитания, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта.

**5) Квалификационная характеристика выпускника 49.02.03 Спорт (квалификация: тренер по виду спорта)**

После завершения обучения выпускник будет уметь:

**1. Организовывать и проводить спортивную подготовку и судейство спортивных соревнований в избранном виде спорта:**

- планировать тренировочный процесс с занимающимися в избранном виде спорта;
- проводить тренировочные занятия с занимающимися по основным разделам спортивной подготовки в избранном виде спорта;
- осуществлять педагогический контроль и учёт, оценивать процесс и результаты деятельности занимающихся на тренировочных занятиях и спортивных соревнованиях;
- анализировать тренировочный процесс и соревновательную деятельность занимающихся в избранном виде спорта;

- организовывать соревновательную деятельность занимающихся по избранному виду спорта;
- вести первичную учётно-отчётную документацию, обеспечивающую тренировочный процесс и соревновательную деятельность;
- проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию;
- проводить мероприятия по антидопинговой подготовке спортсменов;
- осуществлять профессионально-спортивное совершенствование в избранном виде спорта;
- организовывать судейство спортивных соревнований в избранном виде спорта.

***2. Преподавать по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта:***

- планировать учебные занятия по дополнительным общеобразовательным программам;
- проводить и анализировать учебные занятия по дополнительным общеобразовательным программам;
- организовывать досуговую деятельность обучающихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы;
- проводить набор и отбор в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности;
- проводить мероприятия по обеспечению безопасности и профилактике травматизма;
- проводить мероприятия по укреплению и развитию материально-технической базы образовательной организации дополнительного образования;
- анализировать физкультурно-спортивную работу в образовательной организации дополнительного образования.

***3. Методически обеспечить спортивную подготовку и дополнительные общеобразовательные программы в области физической культуры и спорта:***

- разрабатывать методическое обеспечение спортивной подготовки и реализации дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта;
- измерять и оценивать физическую и функциональную подготовленность занимающихся в циклах тренировки;
- систематизировать передовой опыт физкультурно-спортивной работы на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности тренеров;

- оформлять методические материалы, в том числе с использованием информационных технологий;

- участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физической культуры и спорта.

Перечень профессиональных задач специалиста по компетенции определяется профессиональной областью специалиста и базируется на требованиях современного рынка труда к данному специалисту.

№ п/п	Виды деятельности/трудовые функции
1	Реализация мероприятий по мотивации населения к занятиям фитнесом
2	Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки
3	Проведение занятий физической культурой и спортом
4	Контроль выполнения правил вида спорта во время проведения спортивного соревнования по отдельному виду спорта, спортивной дисциплине, этапа спортивного соревнования
5	Определение физического состояния населения с использованием методов фитнес-тестирования
6	Разработка планов и структуры тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающегося на период реабилитационных мероприятий. Проведение с занимающимися тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке
7	Вовлечение населения в занятия фитнесом. Реализация мероприятий по мотивации населения к занятиям фитнесом