

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Тольяттинский государственный университет»
Институт физической культуры и спорта
Кафедра «Адаптивная физическая культура, спорт и туризм»



УТВЕРЖДЕНО
Приказом руководителя
Проректора по учебной работе
Э.С. Бабошиной

№ 09 07 2026

**Программа практико-ориентированного курса предпрофильной подготовки
обучающихся 9 классов общеобразовательных организаций Самарской области
«Тренер-преподаватель по физической культуре, спорту и туризму»**

Срок реализации – 10 часов

Форма реализации: очная / очная с применением дистанционных технологий

Авторы-составители:

1. Подлубная Алена Анатольевна,
директор института физической
культуры и спорта, к.п.н., доцент
2. Семиглазова Елена Петровна,
старший преподаватель кафедры
«Адаптивная физическая культура,
спорт и туризм»

Тольятти, 2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

Предлагаемая программа разработана для обучающихся 9-х классов общеобразовательных организаций в рамках предпрофильной подготовки.

Базовая профессия по труду – тренер-преподаватель, тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре (далее – тренер-преподаватель входит в перечень востребованных согласно документам:

Приказ Минтруда России от 02.11.2015 N832 «Об утверждении справочника востребованных на рынке труда, новых и перспективных профессий, в том числе требующих среднего профессионального образования»;

Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 30.12.2022 N831 «Об утверждении списка наиболее востребованных на рынке труда, новых и перспективных профессий, требующих среднего профессионального образования»;

Приказ Министерства труда, занятости и миграционной политики Самарской области от 13.01.2026 N3-п «Об утверждении Перечня наиболее востребованных на рынке труда Самарской области, новых и перспективных профессий».

Программа позволяет обучающимся получить представление о значимости профессии тренера-преподавателя для общества, ознакомиться с особенностями профессиональной деятельности по всем направлениям спортивной подготовки, узнать о востребованности профессии и области трудоустройства, профессиональных качествах и компетенциях специалиста в области физической культуры и спорта.

Практическая значимость программы заключается в том, что она может быть использована обучающимися для ознакомления с профессией тренера-преподавателя в процессе посещения курса.

Целесообразность реализации программы – в профессиональном самоопределении обучающихся.

Базовая профессия среднего профессионального образования – 49.02.01 Физическая культура и 49.02.02 Адаптивная физическая культура. Базовые направления подготовки высшего образования курса – 49.03.01 Физическая культура, 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) входят в перечни востребованных в Самарской области согласно следующим документам:

Распоряжение Правительства Самарской области от 30.03.2023 N127-р «Об утверждении Перечня востребованных и перспективных профессий и специальностей, соответствующих приоритетным направлениям развития экономики и социальной сферы Самарской области, требующих среднего профессионального образования, и признании утратившими силу отдельных распоряжений Правительства Самарской области».

Родственные профессии: инструктор по физической культуре, специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта, спортивный менеджер, реабилитолог (в адаптивном спорте), специалист по лечебной физической культуре, тренер по общей физической подготовке, методист по физической культуре.

На базе данной профессии появляются перспективные профессии по Атласу новых профессий: тренер по киберспорту, аналитик спортивных данных (спортивный аналитик), тренер по нейротренировкам, персональный тьютор по адаптивной физической активности (для лиц с отклонениями в состоянии здоровья), консультант по здоровому образу жизни, онлайн-тренер.

Базовые общеобразовательные предметы для освоения профессии тренера – преподавателя: биология, физика (биомеханика движений), русский язык, математика.

ЦЕЛЬ и ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель программы:

формирование у обучающихся целостного представления о профессиональной деятельности тренера – преподавателя, группах родственных профессий, сферах, их включающих.

Задачи программы:

- информировать о востребованности и перспективности профессии тренера – преподавателя;
- создать условия для реализации интереса в области физической культуры, спортивной тренировки и адаптивного спорта;
- формировать у обучающихся умение оценить свои возможности в составлении комплекса общеразвивающих упражнений, разработке плана соревнований, определении видов и назначения узлов, решении ситуационных задач по спортивному отбору, измерению антропометрических показателей;
- обеспечить получение практического опыта в сферах профессиональной деятельности тренера – преподавателя.

КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

В содержание программы включены следующие виды знаний:

- основные понятия и термины, отражающие научные знания, такие как вид спорта, тренерская деятельность, спортивная тренировка, периодизация тренировочного процесса, физические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, координация), тренировочная нагрузка и восстановление, адаптивный спорт, функциональная классификация спортсменов (в адаптивном спорте), спортивная этика;
- факты науки: влияние систематических тренировок на физическое и психическое здоровье человека, роль мотивации в спортивных достижениях, специфика работы с лицами с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ);
- теория спортивной тренировки, теория адаптивной физической культуры информации о биографии известных спортсменов и тренеров, о различных видах спорта (в т.ч. адаптивных: бочча, голбол, следж-хоккей);
- принципы спортивной подготовки (систематичность, доступность, индивидуализация, прогрессирование нагрузок), принципы адаптивного спорта (гуманизация, непрерывность, приоритет жизненно важных умений);
- закономерности и средства закономерности развития физических качеств и формирования двигательных навыков; основные средства тренировки (физические упражнения, тренажеры, естественные силы природы, гигиенические факторы).

В содержании программы представлены следующие виды деятельности обучающихся:

материально-практическая деятельность:

- репродуктивная деятельность в форме ответов обучающихся на вопросы преподавателя и выполнении практических заданий;
- практическая, связанная с отработкой умений составлять комплекс общеразвивающих упражнений, разрабатывать план соревнований, определять виды и назначения узлов, решать ситуационные задачи по спортивному отбору и измерению антропометрических показателей;

– экспериментально-исследовательская, связанная с элементарным анализом техники выполнения упражнения (скорость, амплитуда), наблюдение за частотой сердечных сокращений до и после нагрузки);

– технологическая, связанная с планированием микроцикла тренировки (подбор упражнений для развития конкретного физического качества);

– проектная деятельность, связанная с разработкой и проведением фрагмента тренировочного занятия (в роли тренера) с группой одноклассников.

социальная деятельность:

– коммуникативная, связанная с умением отдавать команды, мотивировать партнера по команде.

Методы, формы и средства обучения:

– **методы и приемы:** лекции; практические занятия;

– **организационные формы:** индивидуальные, групповые, фронтальные;

– **средства обучения:** вербально-информационные, технические.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ и ФОРМЫ КОНТРОЛЯ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

В результате обучения обучающиеся получают возможность узнать (понять):

– содержание профессиональной деятельности тренера-преподавателя и ее роль в экономике страны;

– основные виды трудовых операций и действий профессии;

– принципы подбора общеразвивающих упражнений;

– классификацию и виды соревнований, и критерии выбора формата;

– специфику адаптивного спорта и особенности работы с различными категориями спортсменов;

В результате обучения обучающиеся получают возможность научиться:

– составлять комплекс общеразвивающих упражнений в роли тренера;

– разрабатывать план соревнования;

– определять виды и назначения узлов;

– решать ситуационные задачи по спортивному отбору;

– измерять антропометрические показатели.

В результате обучения обучающиеся представляют итоговую работу в виде мини-отчета на тему «Один день из жизни тренера» (для очной формы); эссе на тему «Один день из жизни тренера» (для дистанционной формы).

Формы контроля освоения программы:

Формы текущего контроля: устный опрос, итоги практических работ.

Форма итогового контроля: мини-отчет (для очной формы); эссе (для дистанционной формы), устный опрос.

Аттестация проводится по системе «Зачет/незачет» на основе данных о присутствии/отсутствии обучающегося и оценивания результатов практических работ обучающихся.

Критерии оценивания результатов освоения Программы:

«Зачет» ставится, если обучающийся присутствовал не менее 1 дня и выполнил не менее 1-2 практических работ.

«Незачет» ставится, если обучающийся присутствовал 1-2 дня и не предоставил результаты выполнения практических работ или не присутствовал вообще.

СПЕЦИФИКА ПРОГРАММЫ

Количество участников одной группы должно быть не более 25 человек в очной форме, до 50 человек в дистанционной форме.

Для практических занятий обучающиеся должны подготовить: (для очной формы) удобную спортивную форму, сменную обувь для практических занятий в спортивном зале, тетрадь и ручку; (для дистанционной формы) подготовьте камеру, микрофон, а также сантиметровую ленту, весы, тонометр или знать свой рост, вес и артериальное давление.

Проводится обязательный инструктаж по технике безопасности на каждом практическом занятии.

ГЛОССАРИЙ к ТЕКСТУ ПРОГРАММЫ

Адаптивная физическая культура (АФК) – вид физической культуры, предназначенный для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов), направленный на их физическую реабилитацию, социальную адаптацию и коррекцию вторичных нарушений.

Адаптивный спорт – вид спорта, предназначенный для лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), включающий специальные дисциплины и правила, адаптированные под возможности спортсменов (например, бочча, голбол, следж-хоккей).

АД (артериальное давление) – давление крови на стенки артерий, измеряемое в миллиметрах ртутного столба (мм рт. ст.). Состоит из двух показателей: систолического (верхнего) и диастолического (нижнего). Используется для контроля функционального состояния сердечно-сосудистой системы до и после физической нагрузки.

Весом-ростовой индекс (индекс Кетле) – показатель, характеризующий соотношение массы тела и роста человека. Рассчитывается по формуле: $ИМТ = \text{масса тела (кг)} / \text{рост (м)}^2$. Используется для оценки гармоничности физического развития и определения недостатка, нормы или избытка массы тела.

Вид спорта – совокупность спортивных дисциплин, имеющих общие правила соревнований и специфическую технику выполнения упражнений.

ДЦП (детский церебральный паралич) – группа нарушений двигательных функций, вызванных поражением головного мозга в перинатальный период, проявляющаяся в виде параличей, парезов, нарушений координации и мышечного тонуса.

ЗПР (задержка психического развития) – нарушение темпа психического развития, характеризующееся незрелостью эмоционально-волевой сферы и интеллектуальной недостаточностью, носящее временный и обратимый характер.

Координация (ловкость) – физическое качество, характеризующее способность быстро и точно перестраивать двигательные действия в соответствии с изменяющимися условиями.

Нозология – учение о болезнях; в контексте адаптивной физической культуры – группа нарушений здоровья (нарушения слуха, зрения, опорно-двигательного аппарата, интеллекта и др.).

Нозологическая группа – это категория людей, объединённых по общему типу или характеру основного нарушения здоровья (заболевания, травмы или дефекта развития). В контексте адаптивной физической культуры и спорта этот термин используется для определения специфики заболеваний и особенностей физических возможностей занимающихся, что позволяет правильно подбирать методы, средства и формы занятий, а также классифицировать спортсменов по их функциональным возможностям.

Общеразвивающие упражнения (ОРУ) – физические упражнения, направленные на общее развитие всех групп мышц, суставов и функциональных систем организма, применяемые преимущественно в разминке.

Ограниченные возможности здоровья (ОВЗ) – психофизиологические особенности развития ребенка, препятствующие его полноценному включению в образовательный процесс без создания специальных условий.

Разминка – подготовительная часть тренировочного занятия, включающая общую и специальную части, направленная на разогревание мышц, повышение эластичности связок и подготовку организма к основной нагрузке.

Спортивная ориентация – система организационно-методических мероприятий, направленных на выявление наиболее перспективных для занятий определённым видом спорта детей и подростков.

Спортивная тренировка – организованный педагогический процесс, направленный на развитие физических качеств, формирование двигательных навыков и достижение высоких спортивных результатов.

Спортивный отбор – процесс оценки и выбора спортсменов на основе комплекса критериев (антропометрических, физических, психофизиологических) для занятия конкретным видом спорта.

Сурдлимпийские игры – международные комплексные спортивные соревнования для спортсменов с нарушениями слуха (ранее - Всемирные игры глухих).

Специальные Олимпийские игры – международные спортивные соревнования для лиц с нарушениями интеллектуального развития.

Тренер-преподаватель – специалист в области физической культуры и спорта, осуществляющий тренировочную, воспитательную и методическую работу со спортсменами (в том числе с лицами с ОВЗ).

Трудовые действия – конкретные виды работ, выполняемые специалистом в рамках профессиональной деятельности (например, планирование занятий, проведение тренировок, организация соревнований, спортивный отбор).

Физические качества – совокупность врожденных и приобретенных свойств организма, определяющих двигательные возможности человека: сила, быстрота, выносливость, гибкость, координация.

ЧСС (частота сердечных сокращений) – количество ударов сердца в минуту. Используется для оценки интенсивности физической нагрузки и контроля восстановления организма.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Разделы, темы	Всего часов*	в том числе		Форма контроля
			теорет. часы	практ. часы	
1 день (5 ак.ч.)					
1.	Раздел I. Введение в профессию тренера-преподавателя	1	1	0	
1.1.	Тема 1.1. Знакомство с профессией тренера-преподавателя	1	1	0	Устный опрос
2.	Раздел II. Содержание профессии тренера-преподавателя	8	2,75	5,25	
2.1.	Тема 2.1. Актуальное содержание профессии тренера-преподавателя.	1	1	0	Устный опрос
2.2.	Тема 2.2. Планирование, организация и проведение занятий по физической культуре и спорту	1,5	0,5	1	Итоги практической работы
2.3	Тема 2.3. Организация и проведение соревнований	1,5	0,5	1	Итоги практической работы
2 день (5 ак.ч.)					
2.4.	Тема 2.4. Деятельность тренера-преподавателя (на примере спортивного туризма) и тренера-преподавателя по адаптивной физической культуре и спорту	2,5	0,5	2	Итоги практической работы
2.5	Тема 2.5 Спортивная ориентация и отбор	1,5	0,25	1,25	Итоги практической работы
3.	Раздел III. Подведение итогов	1	0,25	0,75	
3.1.	Тема 3.1. Итоговое занятие	1	0,25	0,75	Мини-отчет, эссе, устный опрос
ИТОГО:		10	4	6	

* 1 академический час в очной форме = 40 минут, в очной форме с применением дистанционных технологий = 30 минут

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

«Тренер-преподаватель по физической культуре, спорту и туризму»

Раздел 1. Введение в профессию тренера-преподавателя (1 час)

Тема 1.1. Знакомство с профессией тренера-преподавателя (1 час)

История профессии тренера-преподавателя, актуальная распространенность профессии в РФ и в Самарской области, роль и востребованность профессии в настоящее время.

Экскурсия (реальная или виртуальная) на предприятие.
Родственные профессии. Связь профессий с перспективными профессиями по Атласу новых профессий.

Базовые общеобразовательные предметы.

Базовые специальности по образованию профессии тренера-преподавателя.

Возможности получения профессионального образования по профессии в ФГБОУ ВО «Тольяттинский государственный университет» и других организациях профобразования Самарской области.

Форма занятия: лекционное.

Реальная или виртуальная экскурсия по физкультурно-оздоровительному комплексу ФГБОУ ВО «Тольяттинский государственный университет».

Раздел II. Содержание профессии тренера-преподавателя (8 часов).

Тема 2.1. Актуальное содержание профессии тренера-преподавателя (1 час)

Область профессиональной деятельности тренера-преподавателя.

Описание профессии: основные функции и виды деятельности тренера-преподавателя, типичные трудовые действия; средства и инструменты труда; факторы психофизиологической напряженности; требования к профессионально важным качествам, способностям, знаниям; медицинские противопоказания к профессии; другие характеристики труда.

Понятийный аппарат специалиста. Базовые документы.

Информация по технике безопасности.

Форма занятия: лекционное.

Тема 2.2. Планирование, организация и проведение занятий по физической культуре и спорту (1,5 часа)

Нормативно-методические основы планирования занятий по физической культуре и спорту. Система и виды планирования в физической культуре и спорте. Структура тренировочного занятия. Методика организации и проведения разминки. Виды разминки. Принципы подбора общеразвивающих упражнений. Методика составления комплекса ОРУ. Требования к проведению разминки в роли тренера. Характеристика физических качеств и методы их развития. Возрастные особенности и правила дозирования нагрузки. Техника безопасности и профилактика травматизма при проведении занятий. Особенности организации и проведения занятий в адаптивном спорте. Педагогический контроль и оценка эффективности занятий.

Форма занятия: комбинированное занятие (лекционное и практическое).

Практическая работа № 1 «Комплекс общеразвивающих упражнений для разминки»

Краткое описание: для очной формы - обучающиеся составляют комплекс из 3–6 общеразвивающих упражнений для разминки (по выбору: для футбола, баскетбола, легкой атлетики и др.), затем проводят его с группой сверстников в роли тренера (команды, показ, исправление ошибок);

для дистанционной формы - обучающиеся составляют комплекс из 6–8 общеразвивающих упражнений в текстовом или графическом виде (с описанием техники,

Краткое описание: обучающиеся под руководством инструктора выполняют лазание по скалодрому (начальный уровень), осваивают технику страховки;

Практическая работа № 6.2. – «Викторина «Туристско-краеведческие возможности родного края» (для дистанционной формы).

Краткое описание: обучающиеся отвечают на вопросы о природе, истории и туристских маршрутах родного края.

Практическая работа № 7.1. «Проведение комплекса ОРУ с человеком без зрительного контроля» (для очной формы).

Краткое описание: обучающиеся составляют комплекс ОРУ из 5 - 6 упражнений, затем проводят его с партнёром с завязанными глазами, используя вербальные команды и тактильный контакт;

Практическая работа № 7.2. «Подбор подвижных игр для занятий адаптивной физической культурой» (для дистанционной формы).

Краткое описание: обучающиеся подбирают подвижные игры для занятий с группой детей с разными нозологиями, заполняют таблицу с указанием используемого инвентаря и оборудования для проведения одного упражнения или подвижной игры для каждой из трёх категорий (нарушение зрения; нарушение ОДА (опорно-двигательного аппарата); задержка психического развития (ЗПР)).

Тема 2.5. Спортивная ориентация и отбор (1,5 часа)

Понятие спортивной ориентации и спортивного отбора. Значение в тренировочном процессе на разных этапах подготовки. Критерии отбора в различных видах спорта: морфофункциональные особенности, физические качества, психофизиологические характеристики. Методы оценки пригодности к занятию конкретным видом спорта. Особенности отбора в адаптивном спорте. Роль тренера в выявлении и развитии спортивно одарённых детей. Этические аспекты отбора.

Форма занятия: комбинированное занятие (лекционное и практическое).

Практическая работа № 8. «Решение ситуационных задач по спортивному отбору».

Краткое описание: для очной и дистанционной форм - обучающиеся получают карточки с описанием ребёнка (рост, вес, физические качества, психологические особенности, состояние здоровья) и предлагают 1–2 подходящих вида спорта с обоснованием выбора.

Лабораторная работа № 1. «Определение антропометрических показателей».

Краткое описание: для очной формы - обучающиеся под руководством преподавателя производят измерение основных антропометрических и функциональных показателей: рост, вес, окружность грудной клетки (в покое, на вдохе, на выдохе), окружность запястья, частота сердечных сокращений (ЧСС) в покое и после нагрузки (20 приседаний), артериальное давление, сила кисти (кистевая динамометрия). На основе полученных данных вычисляют весо-ростовой индекс (индекс Кетле), экскурсию грудной клетки, определяют тип телосложения по окружности запястья. Результаты заносят в индивидуальную карту, сравнивают с возрастными нормами, делают выводы об уровне физического развития;

для дистанционной формы - обучающиеся с помощью домашних измерительных приборов (напольные весы, сантиметровая лента, тонометр) измеряют свои антропометрические показатели: рост, вес, окружность грудной клетки (в покое, на вдохе, на выдохе), окружность запястья, ЧСС в покое и после нагрузки (20 приседаний), артериальное давление (при наличии тонометра). Вычисляют весо-ростовой индекс, экскурсию грудной клетки, определяют тип телосложения. Результаты оформляют в виде таблицы, сравнивают с возрастными нормами (предоставленными преподавателем) и направляют на проверку.

Раздел III. Подведение итогов (1 час)

Тема 3.1. Итоговое занятие (1 час)

Представление итоговых работ обучающимися. Вопросы на уточнение от обучающихся по содержанию профессии и содержимого курса; дальнейшему профессиональному образованию и трудоустройству. Формулирование обучающимися отношения к содержанию курса и отношения к профессии.

Информирование о возможностях дальнейшей работы в АИС «Трудовые ресурсы. Самарская область»: предоставление отзывов, построение индивидуальной образовательно-профессиональной траектории.

Форма занятия: комбинированное (лекционное и практическое).

Практическая работа № 9. Мини - отчет «Один день из жизни тренера».

Краткое описание: для очной формы - обучающиеся представляют мини-отчет на тему «Один день из жизни тренера»;

для дистанционной формы - эссе на тему «Один день из жизни тренера».

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ и ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Специализированные помещения: теоретические занятия - аудитория, оборудованная мультимедиа и проекционным оборудованием, анатомическими плакатами; практические занятия - спортивные залы ТГУ (спортивный зал для проведения спортивных и подвижных игр, зал аэробики, тренажёрный зал, скалодром в холле физкультурно-спортивного комплекса).

2. Перечень образовательного программного обеспечения: Windows: WinPro 10 RUS Upgrd OLP NL Acdmc; Office Standard: Office Stdandard 2013 Russian OLP NL AcademicEdition; Mirapolis Human Capital Management.

3. Перечень мультимедиа-разработок: презентации «Предпрофильная подготовка для 9 классов тема 1 и 2»; видеоролики «Спортивно-оздоровительный туризм»; видеофильм «ИФКиС ТГУ», реальная или виртуальная экскурсия по физкультурно-оздоровительному комплексу ТГУ (корпус Фрунзе, 2Г).

4. Перечень демонстраций: анатомические плакаты.

5. Перечень дидактических материалов: топографические карты, сборники упражнений, методички, карточки с заданиями, незаполненные таблицы.

6. Перечень практических работ:

Практическая работа № 1 «Комплекс общеразвивающих упражнений для разминки».

Практическая работа № 2 «Комплекс упражнений для развития физического качества».

Практическая работа № 3. «Разработка плана-сценария проведения соревнования».

Практическая работа № 4. «Вязка узлов».

Практическая работа № 5. «Чтение топографической карты».

Практическая работа № 6.1. «Лазание на скалодроме» (для очной формы).

Практическая работа № 6.2. – «Викторина «Туристско-краеведческие возможности родного края» (для дистанционной формы).

Практическая работа № 7.1. «Проведение комплекса ОРУ с человеком без зрительного контроля» (для очной формы).

Практическая работа № 7.2. «Подбор подвижных игр для занятий адаптивной физической культурой» (для дистанционной формы).

Практическая работа №8. «Решение ситуационных задач по спортивному отбору».

Практическая работа №9. «Мини - отчет «Один день из жизни тренера».

Лабораторная работа № 1. «Определение антропометрических показателей».

7. Перечень необходимого оборудования:

– для преподавателя:

персональный компьютер, принтер, мультимедийное оборудование, лингафонные устройства, расходные материалы; предметы мебели, спортивный инвентарь и оборудование (мячи, обручи, скакалки, коврики, спортивные маты, фишки, гимнастические скамейки, гантели, тренажёры, туристическое снаряжение и оборудование);

– для обучающихся:

(при очной форме) спортивный инвентарь и оборудование (мячи, обручи, скакалки, коврики, спортивные маты, фишки, гимнастические скамейки, гантели, тренажёрные устройства, туристическое снаряжение и оборудование).

Список литературы

1. Бойко В. В. Спортивно-оздоровительный туризм. Тесты : учебно-методическое пособие / В. В. Бойко. — Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2020. — 133 с.
2. Горская И. Ю. Мониторинг физического развития и физической подготовленности спортсменов: учебно-методическое пособие / И. Ю. Горская, Л. Г. Баймакова, О. В. Кайгородцева. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2021. — 120 с.
3. Гуц С. И., Коняев В. М., Кособлик Е. В., Горденко Д. В. Основы топографии и ориентирования: учебное пособие для СПО / С. И. Гуц, В. М. Коняев, Е. В. Кособлик, Д. В. Горденко. — Саратов, Москва: Профобразование, Ай Пи Ар Медиа, 2021. — 177 с.
4. Лях В.И. Комплексная программа физического воспитания. Программа для учащихся 1-11 классов / В.И. Лях, А.А. Зданевич. — М.: Просвещение, 2011. — 128 с. — Текст: непосредственный.
5. Потапчук А. А., Евсеев С. П. (ред.). Частные методики адаптивной физической культуры: учебник. — Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2024. — 296 с.
6. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для вузов / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. — М.: Академия, 2009. — 479 с.

Нормативные документы

1. Профессиональный стандарт «Тренер», утвержденный приказом Минтруда России от 27.04.2023 № 362н (действует до 01.09.2029).
2. Профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре и спорту», утвержденный приказом Минтруда России от 19.10.2021 № 734н (действует до 01.03.2028).
3. Профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель», утвержденный приказом Минтруда России от 24.12.2020 № 952н.
4. Профессиональный стандарт «Тренер по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту», утвержденный приказом Минтруда России от 02.04.2019 № 199н.
5. Единый квалификационный справочник должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников в области физической культуры и спорта», утвержденный приказом Минздравсоцразвития России от 15.08.2011 № 916н.

КОНТАКТНЫЕ ДАННЫЕ АВТОРОВ - СОСТАВИТЕЛЕЙ

Фамилия Имя Отчество	Подлубная Алена Анатольевна
Контактный телефон	89608454891
E-mail	alena-podlubnaya@yandex.ru

Фамилия Имя Отчество	Семиглазова Елена Петровна
Контактный телефон	89277833670
E-mail	semiglasovae@yandex.ru

АННОТАЦИЯ

Курс знакомит обучающихся с профессией тренера - преподавателя, позволяет им узнать об особенностях профессии, ее значимости и ценности, а также о требованиях, предъявляемых к специалистам данной профессиональной сферы.

На практических занятиях обучающиеся получают возможность составить комплекс общеразвивающих упражнений, разработать план соревнования, определить виды и назначения узлов, решить ситуационные задачи по спортивному отбору и измерить антропометрические показатели.

Образование по профессии тренера - преподавателя можно получить в колледже/техникуме на базе 9 или 11 классов и/или в институте/университете на базе 11 классов.

ВИЗИТНАЯ КАРТОЧКА
программы практико-ориентированного курса предпрофильной подготовки

Наименование организации	федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Тольяттинский государственный университет»
Наименование программы	Тренер-преподаватель по физической культуре, спорту и туризму
Авторы программы, должность	Подлубная Алена Анатольевна, к.п.н., доцент, директор института физической культуры и спорта Семиглазова Елена Петровна, старший преподаватель кафедры «Адаптивная физическая культура, спорт и туризм»
Наличие у автора профессионального образования/проф.переподготовки по профессии, на которую направлена программа предпрофильной подготовки	Учитель физической культуры Учитель физической культуры, инструктор-методист по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту
Наименование и автор программы, на базе которой создана новая программа (при наличии)	«Физическая культура, спорт и туризм» Подлубная Алена Анатольевна, к.п.н., доцент, директор института физической культуры и спорта Семиглазова Елена Петровна, старший преподаватель кафедры «Адаптивная физическая культура, спорт и туризм»
Наименование базовой профессии по труду	Тренер-преподаватель и тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре и спорту
Код и наименование базовой профессии/ специальности/ направления подготовки по перечням профессий/ специальностей/ направлений подготовки профессионального образования	49.02.01 Физическая культура 49.02.02 Адаптивная физическая культура 49.03.01 Физическая культура 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм
Уровень профобразования для базовой профессии программы (СПО, СПО/ВО, ВО)	СПО/ВО
Форма организации (очная /очная с применением дистанционных технологий/комбинированная)	Очная/очная с применением дистанционных технологий
Специализированная (только для лиц с ОВЗ и инвалидов)	нет
Общее количество страниц программы	16

**Таблица допустимых нарушений здоровья обучающихся
по нозологическим группам**

Прохождение программы не противопоказано для обучающихся (поставить все допустимые нозологические группы знаком «+», допустимые нарушения указать):

Нозологические группы	«+»	Допустимые нарушения
Нарушения слуха (глухота, слабослышание, приобретенная глухота)	+	слабослышание корректируемое
Нарушения зрения (слепота, слабовидение)	+	слабовидение корректируемое
Нарушения речи (дизартрия, алалия, афазия, ринолалия)	+	легкая степень нарушения
Нарушения опорно-двигательного аппарата (верхние конечности, нижние конечности, сочетанное нарушение верхних и нижних конечностей)	+	незначительная деформация конечностей, возможность самостоятельного передвижения
Нарушения интеллектуального развития (стойкое необратимое нарушение интеллектуального развития)		
Задержка психического развития (замедление психического развития, стойкая незрелость эмоционально-волевой сферы, интеллектуальная недостаточность)		
Нарушения поведения и общения (аутизм)		
Другое	+	соматические заболевания

ждение

М»

ГВЕРЖДЕНО
руководителя
ебной работе
С. Бабошиной

07 2026

й подготовки
арской области
ризму»

технологий

натольевна,
физической
п.н., доцент
Петровна,
ель кафедры
ская культура,