Министерство образования Новосибирской области
государственное бюджетное
профессиональное образовательное учреждение Новосибирской области
«Новосибирский профессионально-профессиональный колледж»

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ "НОВОСИБИРСКИЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ"

Подписано цифровой подписью: ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ "НОВОСИБИРСКИЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ"
DN: c=RU, st=Новосибирская область, street=г. Новосибирск, ул. Немировича-Данченко, 121, l=Новосибирск, title=Директор, o=ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ "НОВОСИБИРСКИЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ", 1.2.643.100.1=120D31303235343031333037313238, 1.2.643.100.3=120B303732333038363838383631, 1.2.643.100.4=120A35343033313037353536, 1.2.643.3.131.1.1=120C353430373234353733383837, email=it-config2012@mail.ru, givenName=Светлана Сергеевна, sn=Лузан, cn=ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ "НОВОСИБИРСКИЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ"
Дата: 2026.10.06 15:52:21 +07'00'

Утверждено
приказом директора
ГБПОУ НСО «Новосибирский профессионально-педагогический колледж»
С.С.Лузан
от 18.05.2026 № 207а-од

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ

(профессиональной подготовки)

по профессии «Инструктор по спорту»
(Код должности служащего: 201676)

Новосибирск 2026

I. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

1.1. Аннотация образовательной программы

Основной задачей мероприятий и занятий по физической подготовке и физическому развитию является создание оптимальных условий для повышения жизненного потенциала участников посредством улучшения функциональных возможностей организма.

Профессиональная деятельность специалиста по проведению мероприятий и занятий по физической культуре охватывает разнообразные учреждения. Основная цель заключается в разработке эффективных программ тренировок, проведении занятий физической культурой, восстановлении и поддержании двигательной активности, обеспечении психологической поддержки и контроле изменений физического состояния занимающихся.

Отрасли, в которых работают специалисты по физической подготовке и физическому развитию, охватывают сферу образования, здравоохранения, социальную защиту и область физической культуры и спорта. Потенциальные работодатели включают общеобразовательные учреждения, медицинские заведения, реабилитационные центры, спортивные комплексы и общественные организации, содействующие активному образу жизни и профилактике заболеваний среди населения.

Эти задачи соответствуют должностным обязанностям инструктора по спорту, который проводит мероприятия и занятия по физической подготовке и физическому развитию с людьми разного возраста и уровнем физической подготовленности.

В процессе освоения образовательной программы профессионального обучения (профессиональной подготовки) по должности служащего 201676 «Инструктор по спорту» основной акцент делается на формировании у слушателей практических умений, необходимых для выполнения трудовых функций в соответствии с приказом Минтруда России от 21.04.2022 № 237н «Об утверждении профессионального стандарта «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта».

Обучение проводится очно, 2 раза в неделю в течение 10 месяцев.

1.2. Цель программы

профессионального обучения по образовательной программе профессиональной подготовки по должности служащего 201676 «Инструктор по спорту» является профессиональное обучение лиц, ранее не имевших профессии рабочего или должности служащего.

1.3. Компетенции (формирование новых трудовых функций) в соответствии с профессиональным стандартом

Приказ Минтруда России от 21.04.2022 № 237н «Об утверждении профессионального стандарта «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»

ТФ 1	Проведение мероприятий и занятий по физической подготовке и физическому развитию с занимающимися

1.4. Планируемые результаты обучения

В результате успешного освоения программы обучающиеся будут способны (продемонстрировать):

ТФ 1	РО1	Выполнение с занимающимися занятий, мероприятий по физической подготовке
	РО 2	Выполнение с занимающимися занятий по виду спорта (спортивной дисциплине) без цели их участия в официальных спортивных соревнованиях

1.5. Категория слушателей

Лица, желающие освоить должность служащего для дальнейшей работы в сфере физической культуры и спорта

1.6. Требования к уровню подготовки поступающего на обучение

имеющие основное общее/среднее общее образование

1.7. Продолжительность обучения

10 месяцев

1.8. Форма обучения

очная

1.9. Требования к материально-техническому обеспечению
Спортивный зал

№	Наименование	Тип	Краткая (рамочная) техническая характеристика
1.	Рабочие места преподавателей (столы, стулья)	мебель	на усмотрение колледжа
2.	Волейбольная форма женская	оборудование	на усмотрение колледжа
3.	Волейбольная форма мужская	оборудование	на усмотрение колледжа
4.	Заградительная сетка	оборудование	с комплектом креплений
5.	Мяч баскетбольный	оборудование	«TORRESBM300»р., резина, нейлон.корд, бут.камера,темнооранж-черн.
6.	Мяч волейбольный	оборудование	«TORRESDig,р.5, синт.кожа (ТПЕ), клееный ,бут.камера, бело-желто-синий
7.	Принтер	ТС	Samsung SL-M2020/FEV
8.	Кулер	оборудование	AW 105 TD(черный) эл.охл.// турбо нагрев ,настольный
9.	Щиты баскетбольные игровые	оборудование	1800*1500
10.	Фермы для крепления щитов	оборудование	настенные
11.	Кольцо баскетбольное	оборудование	№7
12.	Мяч баскетбольный	оборудование	резина, TORRES
13.	Мяч футбольный	оборудование	на усмотрение колледжа
14.	Мяч фут. зал	оборудование	«MIKASAFSC-62EEuropa»р.4, бел-сер-крас
15.	Мяч баскетбольный	оборудование	«SPALDINGTF-500 EURO» р.7 , коричнево-черный
16.	Мяч волейбольный	оборудование	«GALAPro-Line 10 FIVB» р. 5, клеен., бел-гол-кра
17.	Полоса препятствий.	оборудование	Препятствие «Лабиринт» ПП-Л-001
18.	Турник классика	оборудование	ВРКТ-ТК-001
19.	Сетка волейбольная	оборудование	FSN8
20.	Мячи волейбольный	оборудование	MIKASAMVA200» р.5 синт.кожа (микрофибр), 8 пан, клееный ,синт-желт
21.	Мобильные баскетбольные стойки	оборудование	60 DFCSTAND60P
22.	Клавиатура	ТС	Genius
23.	Мышь	ТС	Mouse

24.	Мяч футбольный	оборудование	бело-зел-серый
25.	Конус	оборудование	цвет желтый
26.	Моноблоки	ТС	Office Pro 500M
27.	Тележки для мячей складные	оборудование	GCsport, складная, вместимость 25-30 мячей
28.	Расходные материалы	расходные материалы	-
29.	Комплект учебно-методических материалов	УМК	-

Учебный кабинет

№	Наименование	Тип	Краткая (рамочная) техническая характеристика
1.	Посадочные места по количеству обучающихся (столы , стулья)	Мебель	регулируемые по высоте
2.	Учебная доска	Мебель	на усмотрение колледжа
3.	Мультимедийный проектор	ТС	на усмотрение колледжа
4.	Мультимедийный экран	ТС	на усмотрение колледжа
5.	Персональные компьютер с лицензионным программным обеспечением с доступом к информационно-	ТС	на усмотрение колледжа

	телекоммуникационной сети «Интернет» и доступом в информационно-образовательную среду колледжа		
6.	Расходные материалы	Расходные материалы	на усмотрение колледжа

1.10. Особенности (принципы) построения образовательной программы профессионального обучения:

1. модульная структура программы;
2. в основу проектирования программы положен компетентностный подход;
3. выполнение комплексных (сквозных) учебных заданий, требующих практического применения знаний и умений, полученных в ходе изучения логически связанных модулей;

1.11. Документ об образовании: свидетельство о должности служащего установленного образца с присвоением квалификации – 201676 «Инструктор по спорту».

II. ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Учебно-тематический план

Наименование модулей (дисциплин)	Всего часов	Аудит.	СР	ЭО и ДОТ	Результаты обучения
ПМ.01 Проведение мероприятий и занятий по физической подготовке и физическому развитию с занимающимися	**140**	**140**			РО 1-РО 2
МДК 01.01 Выполнение с занимающимися занятий, мероприятий по физической подготовке	**38**	**38**			РО 1
ТЗ.1. Методики проведения занятий и мероприятий по физической подготовке Особенности методик физической подготовки с учётом вида деятельности и возрастных особенностей занимающихся ТЗ.2. Структура занятия по физической подготовке и основные элементы физической нагрузки. Формирование программы занятий для восстановления работоспособности сотрудников на рабочем месте		2 2			
ПЗ.1. Физкультурно-оздоровительные технологии и анатомия человека ПЗ.2. Современные методики развития физических качеств и способностей человека ПЗ.3. Анатомические особенности человеческого организма и их влияние на физическую нагрузку. ПЗ.4. Биомеханика двигательной деятельности и её значение для эффективности занятий		2 2 2 2			
ПЗ.5. Контроль и оценка физической подготовки ПЗ.6. Методы оценки текущего уровня физической подготовки занимающихся ПЗ.7. Состав и назначение тестов для различных групп населения ПЗ.8. Нормативы и критерии Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО		2 2 2 2			
ПЗ.9. Возрастные и индивидуальные характеристики занимающихся ПЗ.10. Психологические и физиологические особенности различных возрастных групп Правила подбора нагрузок и выбора упражнений для пожилых людей Противопоказания и показания к физическим нагрузкам		2 2			
ПЗ.11. Организация учебно-тренировочного процесса Принципы составления программ физической подготовки Планирование физической подготовки к прохождению военной службы ПЗ.12. Этапы подготовки к сдаче нормативов и выполнение тестов		2 2			
ПЗ.13. Техника безопасности и гигиена занятий Гигиенические нормы и правила поведения на занятиях физической культурой		2			

ПЗ.14. Требования охраны труда и техники безопасности при выполнении упражнений ПЗ.15. Первая помощь пострадавшим и оказание доврачебной помощи		2 2			
ПЗ.16 Спортивное оборудование и учет результатов Общие правила эксплуатации спортивного инвентаря и оборудования Формы учёта и фиксации результатов занятий с применением современных технологий Информационно-коммуникационные средства и их использование в обучении		2			
ПЗ.17. Этика и коммуникация в профессиональной деятельности. Этические нормы и деонтология в отношениях с занимающимися. Практические советы по эффективному взаимодействию с группой. Алгоритмы эффективного общения и решения конфликтных ситуаций		2			
Учебная практика по МДК .01.01	**18**	**18**			РО 1
Подбор программы и плана занятий по физической подготовке. Определение целей и задач физической подготовки с учетом специфики деятельности, пола и возраста занимающихся. Разработка индивидуального подхода к подбору упражнений и методов физической подготовки.		2			
Информирование занимающихся о противопоказаниях и правилах поведения. Ознакомление с основными медицинскими противопоказаниями к занятию определёнными видами физической активности. Привитие навыков этического поведения и взаимоотношений на занятиях.		2			
Проведение занятий по восстановлению работоспособности. Организация и проведение восстановительных мероприятий в рамках трудового распорядка. Комплекс упражнений для поддержания и восстановления работоспособности на рабочих местах.		2			
Подготовка к выполнению нормативов ГТО. Условия и порядок сдачи нормативов Всероссийского физкультурно- спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».		2			
Технология подготовки занимающихся к выполнению конкретных нормативов.		2			
Методика объяснения последовательности выполнения упражнений.		2			
Коррекция техники выполнения упражнений и профилактика травматизма. Выявление ошибок в технике выполнения упражнений и пути их исправления. Мероприятия по снижению риска травматизма и предотвращению перегрузок.		2			
Консультирование занимающихся по вопросам самостоятельной физической подготовки. Индивидуальные консультации по формированию собственного графика занятий. Выбор активных форм отдыха, адекватных уровню физической подготовки.		2			
Оказание первой помощи и отчётность Алгоритм действий при		2			

возникновении экстренных ситуаций на занятиях. Оформление отчёта о проведённых мероприятиях и достигнутых результатах.					
Промежуточная аттестация по МДК.01.01 в форме зачёта	**2**	**2**			
МДК 01.02 Выполнение с занимающимися занятий по виду спорта (спортивной дисциплине) без цели их участия в официальных спортивных соревнованиях	**62**	**62**			РО 2
ТЗ.1 Основы техники и методика обучения в виде спорта		2			
ТЗ.2. Методика построения учебного процесса в выбранном виде спорта		2			
ПЗ.1. Последовательность этапов обучения двигательным действиям		2			
ТЗ.3. Анатомия человека и основы возрастной психологии		2			
ТЗ.4. Строение опорно-двигательного аппарата и сердечно-сосудистой системы		2			
ТЗ.5 Возрастные особенности обучающихся и подходы к воспитанию детей и подростков		2			
ТЗ.6. Реакция организма на физические нагрузки		2			
ПЗ.2. Острые и хронические адаптации организма к различным видам нагрузок		2			
ПЗ.3. Критерии дозирования интенсивности и объёма физической нагрузки		2			
ПЗ.4. Биомеханика двигательной деятельности и тренажёры		2			
ПЗ.5. Механизмы движений и распределения усилий в заданных спортивных дисциплинах		2			
ПЗ.6. Использование тренажёров для совершенствования моторных навыков и подготовки спортсменов		2			
ПЗ.7. Показатели и классификация физической подготовленности		2			
ПЗ.8. Диагностика функционального состояния участника перед соревнованиями		2			
ПЗ.9. Системаоценивания физической подготовленности		2			
ПЗ.10 Самостоятельный контроль и учёт результатов		2			
ПЗ.11. Методы самоконтроля состояния здоровья		2			
ПЗ.12. Переносимость нагрузок		2			
ПЗ.13. Электронные формы учёта посещения в группе		2			
ПЗ.14. Учёт успеваемости в группе		2			
ПЗ.15. Безопасность и медицинская помощь на занятиях		2			
ПЗ.16. Санитарно-гигиенические требования к оборудованию и помещениям		2			
ПЗ.17. Оказание первой помощи		2			
ПЗ.18. Обеспечение безопасности обучающихся		2			
ПЗ.19. Мониторинг физического состояния занимающихся		2			
ПЗ.20. Контроль частоты пульса, артериального давления и дыхательной системы.		2			
ПЗ.21. Средства мониторинга и регистрации состояния здоровья занимающихся.		2			

ПЗ.22. Основы консультационного сопровождения занимающихся для самостоятельных занятий.		2			
ПЗ.23. Регулирование процессов занятий и взаимодействие с участниками ПЗ.24. Организация инструктажей и мотивация занимающихся ПЗ.25. Правила этикета и деонтологии в практической деятельности		2 2 2			
Учебная практика по МДК .01.02	**18**	**18**			РО 2
Подбор спортивного оборудования и инвентаря. Оценка потребностей в оборудовании и инвентаре в зависимости от вида спорта и этапа обучения. Типы и характеристики спортивного оборудования и инвентаря.		2			
Инструкция по технике безопасности. Основные правила обращения с оборудованием и инвентарем.		2			
Медицинские противопоказания и информирование занимающихся. Виды противопоказаний к занятиям спортом. Обязанности преподавателя по информированию занимающихся о рисках.		2			
Освоение правил вида спорта. Базовые знания правил выбранного вида спорта. Способы ознакомления занимающихся с правилами соревнований.		2			
Овладение техническими приемами Изучение техник и приёмов конкретного вида спорта. Характеристика отдельных двигательных действий и упражнений.		2			
Обучение технике самоконтроля и самостраховки. Методы самостоятельного контроля самочувствия и предупреждения травм. Технику самостраховки и взаимопомощи на занятиях		2			
Контроль правильности выполнения упражнений. Как выявлять и устранять ошибки в технике выполнения упражнений. Важность правильной постановки движений для профилактики травм.		2			
Мониторинг физического состояния занимающихся Контроль частоты пульса, артериального давления и дыхательной системы. Средства мониторинга и регистрации состояния здоровья занимающихся.		2			
Документация и консультирование занимающихся Организация документации, отчетности и учёта посещаемости. Основы консультационного сопровождения занимающихся для самостоятельных занятий.		2			
Промежуточная аттестация по МДК.01.02 в форме зачета	**2**	**2**			РО 1-2
Итоговая аттестация (квалификационный экзамен)	**2**	**2**			РО 1-2

2.1. План учебной деятельности

Результаты обучения			Учебные действия/ формы текущего контроля	Используемые ресурсы/ инструменты/технологии
ТФ1	РО1	Выполнение с занимающимися занятий, мероприятий по физической подготовке	Оценка практической аудиторной работы; - результаты устных опросов; – результаты выполнения практических работ во время учебной практики,	ресурсы раздела 3 настоящей ОП ПО Инструменты: 1. Тестовые задания. 2. Карточки упражнений. 3. Методические рекомендации. 4. Видео-презентации. 5. Спортивный инвентарь: см. п 1.9 Технологии: 1. Индивидуализация нагрузки 2. Мониторинг физического развития. 3. Комплексный подход. 4. Информационно-коммуникационные. 5. Дифференцированный подход.
	РО 2	Выполнение с занимающимися занятий по виду спорта (спортивной дисциплине) без цели их участия в официальных спортивных соревнованиях	Оценка практической аудиторной работы; - результаты устных опросов; – результаты выполнения практических работ во время учебной практики,	Инструменты: 1. Тестовые задания. 2. Карточки упражнений. 3. Методические рекомендации. 4. Видео-презентации. 5. Спортивный инвентарь: см. п 1.9 Технологии: 1. Мониторинг физического развития. 2. Комплексный подход. 3. Информационно-коммуникационные. 4. Дифференцированный подход.

2.3. Виды и содержание самостоятельной работы

Не предусмотрено

III. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Для реализации программы библиотечный фонд колледжа имеет печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы для использования в образовательном процессе.

При формировании библиотечного фонда колледжем выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных изданий и (или) электронных изданий в качестве основного, при этом список, может быть дополнен новыми изданиями.

Слушатели инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья обеспечены печатными и (или) электронными учебными изданиями, адаптированными при необходимости для обучения указанных обучающихся.

3.2.1. Основные печатные издания

1 Димова, А. Л. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания : учебник для среднего профессионального образования / А. Л. Димова. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 420 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-20552-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/581450 .

2. Бегидова, Т. П. Адаптивная физическая культура: 10—11 классы : учебник для среднего общего образования / Т. П. Бегидова. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 181 с. — (Общеобразовательный цикл). — ISBN 978-5-534-16756-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:https://urait.ru/bcode/568460.

3.2.2. Основные электронные издания

4. 1. Погорелов, В. И. Беспилотные летательные аппараты: нагрузки и нагрев : учебник для среднего профессионального образования / В. И. Погорелов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 191 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10061-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/565033.

IV. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

3.1. Формы аттестации, оценочные материалы, методические материалы

Программа предусматривает проведение промежуточной аттестации в форме зачета на основе оценки качества выполнения заданий.

3.2. Требования и содержание итоговой аттестации

1. Профессиональное обучение завершается итоговой аттестацией в форме квалификационного экзамена.

2. Квалификационный экзамен проводится колледжем для определения соответствия полученных знаний, умений и навыков образовательной программы профессионального обучения и установления на этой основе лицам, прошедшим профессиональное обучение, квалификационных разрядов по должности служащего.

3. Квалификационный экзамен включает в себя практическую квалификационную работу и проверку теоретических знаний в пределах квалификационных требований, указанных в квалификационных справочниках, и (или) профессиональных стандартов

по соответствующей должности служащего. К проведению квалификационного экзамена привлекаются представители работодателей, их объединений.