

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Демченко Вадим Михайлович
Должность: И.о. ректора
Дата подписания: 04.06.2026 10:01:26
Уникальный программный ключ:
735ac335104bb4cd044a23562564d177d3d81162

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЧАЙКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И
СПОРТА»
(ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)**

Кафедра Туризма, менеджмента и оздоровительных технологий

УТВЕРЖДАЮ:
Проректор по УВР
к.п.н., доцент Фендель Т.В.

«30» апреля 2026г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПРАКТИКИ
ПРОИЗВОДСТВЕННАЯ ПРАКТИКА: ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ОРИЕНТИРОВАННАЯ
(Б2.О.02(П))**

Направление подготовки	<i>49.03.01 Физическая культура</i>
Направленность (профиль) программы бакалавриата	<i>«Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес»</i>
Квалификация выпускника	<i>бакалавр</i>
Год начала подготовки	<i>2026</i>
Форма обучения, семестр	<i>очная: 7 семестр заочная: 8 семестр</i>
Трудоёмкость по рабочему учебному плану	<i>зачетных единиц: 9 часов: 324</i>
Промежуточная аттестация	<i>зачет с оценкой</i>

Разработчик рабочей программы:

Мокрушина И.А.

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры ТМиОТ
Протокол от 14.04.2026 №10

Рабочая программа одобрена на заседании УМС
Протокол № 9 от 16.04.2026

Чайковский, 2026

1 Цель и задачи практики

Целью производственной практики: профессионально-ориентированной (далее – практика) является приобретение и овладение обучающимися первичных профессиональных умений и навыков, способствующих формированию компетенций, предусмотренных ФГОС ВО.

Задачи практики

1. Овладение умениями планировать процесс с учетом индивидуальных особенностей занимающихся.
2. Овладение умениями проводить тренировочные занятия, опираясь на достижения в области педагогической и психологической наук, возрастной физиологии и гигиены, а также современных информационных технологий и методик фитнес тренировки.
3. Формирование навыков наблюдения за физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателей развития основных физических качеств занимающихся.
4. Овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность для занимающихся.

2 Вид, тип практики, способ организации и форма ее проведения

Вид практики: производственная

Тип практики: педагогическая

Способ организации практики: стационарная, выездная.

Практика для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов проводится с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья.

3 Перечень планируемых результатов обучения по практике, соотнесенных с индикаторами достижения компетенций

Процесс прохождения производственной практики направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и основной профессиональной образовательной программой:

<i>Формируемая компетенция</i>	<i>Индикаторы достижения компетенции</i>	<i>Планируемые результаты обучения</i>	<i>Соотнесенные профессиональные стандарты</i>
ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста.	ОПК-1.2 Умеет планировать содержание занятий по физической культуре и спорту.	Умеет: -подбирать величину тренировочной нагрузки на занятиях оздоровительной направленности в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; -раскрывать и интерпретировать методику обучения технике упражнений в отдельных видах технологий физкультурно-оздоровительной деятельности; -планировать содержание тренировочных занятий с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.	-

	<p>ОПК-1.3 Владеет технологиями планирования занятий для различных категорий занимающихся.</p>	<p>Имеет опыт: -планирования занятий физической культурной оздоровительной направленности для различных категории занимающихся; -составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния различных категории занимающихся.</p>	
<p>ОПК-4 Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта.</p>	<p>ОПК-4.2 Умеет проводить тренировочные занятия различной направленности в избранном виде спорта и организовывать участие спортсменов в соревнованиях, физкультурно-спортивной деятельности.</p>	<p>Умеет: -применять методы организации деятельности, занимающихся на занятиях с учетом материально-технических возможностей организации, возрастных особенностей занимающихся.</p>	-
	<p>ОПК-4.3 Владеет методикой проведения тренировочных занятий различной направленности в избранном виде спорта, физкультурно-спортивной деятельности.</p>	<p>Имеет опыт: -выполнения и демонстрации основных двигательных действий фитнес-программ; - подготовки материалов для проведения беседы, теоретического занятия; - проведения тренировочных занятий по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности занимающихся.</p>	
<p>ОПК-5 Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения.</p>	<p>ОПК-5.2 Умеет решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту; проводить информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения.</p>	<p>Умеет: -общаться с лицами различных возрастных категорий.</p>	-
	<p>ОПК-5.3 Владеет методикой воспитания у занимающихся социально-значимых личностных качеств, а также профилактики негативного социального поведения в процессе занятий.</p>	<p>Имеет опыт: -регулирования поведения занимающихся для обеспечения безопасной физкультурно-оздоровительной среды.</p>	

<p>ОПК-6 Способен формировать осознанное отношение к занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.</p>	<p>ОПК-6.2 Умеет проводить мероприятия по формированию осознанного отношения к занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни.</p>	<p>Умеет: -проектировать ситуации и события, формирующие осознанное отношение к занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности.</p>	-
	<p>ОПК-6.3 Владеет методикой формирования осознанного отношения к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни.</p>	<p>Имеет опыт: -подготовки материалов и проведения теоретических занятий и бесед с занимающимися о пользе и значении здорового образа жизни с учетом возрастных и психофизических особенностей.</p>	
<p>ОПК-7 Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.</p>	<p>ОПК-7.2 Умеет обеспечивать технику безопасности, оказывать первую помощь.</p>	<p>Умеет: -соблюдать технику безопасности при выполнении физических упражнений.</p>	-
	<p>ОПК-7.3 Владеет навыками обеспечения безопасности при проведении занятий, физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований по избранному виду спорта.</p>	<p>Имеет опыт: -обеспечения техники безопасности на физкультурно-оздоровительных занятиях.</p>	
<p>ОПК-9 Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.</p>	<p>ОПК-9.2 Умеет подбирать методы измерения и оценки физического развития, подготовленности, психического состояния занимающихся, и интерпретировать результаты контроля.</p>	<p>Умеет: -интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам.</p>	-
	<p>ОПК-9.3 Владеет методиками контроля с использованием методов измерения и оценки физического развития, подготовленности, психического состояния занимающихся.</p>	<p>Имеет опыт: -применения методов контроля движений и физических способностей человека; -применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; -контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола.</p>	

<p>ОПК-14 Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса.</p>	<p>ОПК-14.2 Умеет разрабатывать документы методического обеспечения тренировочного и образовательного процесса.</p>	<p>Умеет: -изучать и обобщать информацию в области методического обеспечения физической культуры; -определять и планировать содержание методического обеспечения тренировочного процесса; -анализировать проведенные занятия для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности.</p>	-
	<p>ОПК-14.3 Имеет опыт методического обеспечения тренировочного и образовательного процесса.</p>	<p>Имеет опыт: -проведения педагогического наблюдения и анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств физической культуры; -разработки методического обеспечения тренировочного процесса; -планирования информационного сопровождения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера.</p>	
<p>ОПК-15 Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий.</p>	<p>ОПК-15.2 Умеет выбирать средства материально-технического оснащения занятий, соревнований в избранном виде спорта, спортивно-массовых мероприятий и использовать их для решения поставленных задач.</p>	<p>Умеет: -планировать использование материально-технического оснащения в зависимости от вида фитнес-программы и возраста занимающихся.</p>	-
	<p>ОПК-15.3 Имеет опыт составления плана материально-технического обеспечения занятий, соревнований в избранном виде спорта и спортивно-массовых мероприятий.</p>	<p>Владеет: -навыком материально-технического обеспечения занятий фитнесом.</p>	

<p>ОПК-16 Способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности.</p>	<p>ОПК-16.2 Умеет понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности.</p>	<p>Умеет: -использовать принципы работы современных информационных технологий их для решения задач профессиональной деятельности.</p>	
	<p>ОПК-16.3 Владеет принципами работы современных информационных технологий и использования их для решения задач профессиональной деятельности.</p>	<p>Имеет опыт: -применения современных информационных технологий для решения задач профессиональной деятельности.</p>	
<p>ПК-3 Способен формировать и поддерживать мотивацию у населения к занятиям фитнесом.</p>	<p>ПК-3.2 Умеет вовлекать население в занятия фитнесом.</p>	<p>Умеет: -проводить воспитательные беседы по формированию мотивации к физкультурно-оздоровительной деятельности.</p>	<p>05.013 Специалист по продвижению фитнес-услуг (ОТФ Организация продвижения фитнес-услуг среди населения /ТФ/ А/01.5 Вовлечение населения в занятия фитнесом А/04.5 Реализация мероприятий по мотивации населения к занятиям фитнесом)</p>
	<p>ПК-3.3 Владеет навыком реализации мероприятий по мотивации населения к занятиям фитнесом.</p>	<p>Имеет опыт: -разработки содержания беседы для формирования мотивации к физкультурно-оздоровительной деятельности.</p>	
<p>ПК-4 Способен формировать средства для продвижения фитнес-услуг и адаптации населения к занятиям фитнесом.</p>	<p>ПК-4.2 Умеет формировать средства для продвижения фитнес-услуг и адаптации населения к занятиям фитнесом.</p>	<p>Умеет: -планировать содержание фитнес-программ на основе учета особенностей возрастных групп занимающихся.</p>	<p>05.013 Специалист по продвижению фитнес-услуг (ОТФ Организация продвижения фитнес-услуг среди населения /ТФ/ А/02.5 Формирование средств для продвижения фитнес-услуг и адаптации населения к занятиям фитнесом)</p>
	<p>ПК-4.3 Владеет технологией формирования средств для продвижения фитнес-услуг и адаптации населения к занятиям фитнесом.</p>	<p>Имеет опыт: -проведения кондиционных фитнес тренировок, учитывающих потребности занимающихся.</p>	
<p>ПК-5 Способен определять физическое состояние населения с использованием методов фитнес-тестирования.</p>	<p>ПК-5.2 Умеет определять физическое состояние населения с помощью методов фитнес-тестирования.</p>	<p>Умеет: -проводить оценку результативности тренировочных занятий.</p>	<p>5.013 Специалист по продвижению фитнес-услуг (ОТФ Организация продвижения фитнес-услуг среди населения /ТФ/ А/03.5 Определение физического состояния населения с использованием методов фитнес-тестирования)</p>
	<p>ПК-5.3 Имеет опыт определения физического состояния населения на основе методов фитнес-тестирования.</p>	<p>Имеет опыт: -оценки нагрузки на тренировочном занятии.</p>	
<p>ПК-6 Способен разрабатывать</p>	<p>ПК-6.2 Умеет составлять индивидуальные</p>	<p>Умеет: -составлять комплексы</p>	<p>05.013 Специалист по продвижению фитнес-</p>

<p>индивидуальные программы занятий фитнесом.</p>	<p>программы занятий фитнесом, в том числе с разработкой частоты, интенсивности, продолжительности, вида и структуры занятий, включая использование фитнес-технологий и принципа периодизации.</p>	<p>упражнений, оказывающие воздействие на определенные мышечные группы.</p>	<p>услуг (ОТФ Оказание населению фитнес-услуг по индивидуальным программам/ТФ/ В/01.6 Разработка индивидуальных программ занятий фитнесом) 05.017 «Специалист по фитнесу (фитнес-тренер)» /ОТФ: А. Реализация фитнес-услуг в водной среде (аквафитнес) /ТФ/А/01.6 Организация и проведение с населением занятий по фитнесу на основе плавания, А/02.6 Организация и проведение с населением занятий по фитнесу на основе аквааэробики); В Реализация фитнес-услуг по специализациям (направлениям) фитнеса в зале, на свежем воздухе /ТФ/ В/01.6 Организация и проведение с населением занятий на основе атлетических видов спорта, В/03.6 Организация и проведение с населением занятий на основе йоги и ее разновидностей, В/04.6 Организация и проведение с населением занятий на основе танцевальных направлений, В/05.6 Организация и проведение с населением занятий на основе спортивных единоборств и боевых искусств</p>
<p>ПК-7 Способен реализовывать индивидуальные программы по фитнесу и осуществлять консультирование населения.</p>	<p>ПК-7.2 Умеет использовать общие принципы компоновки и комбинации физических упражнений в фитнесе и сочетания физических упражнений в фитнесе с другими видами оздоровительных занятий.</p>	<p>Умеет: -проводить кондиционную фитнес-тренировку, учитывая индивидуальные особенности занимающихся.</p>	<p>05.013 Специалист по продвижению фитнес-услуг (ОТФ Оказание населению фитнес-услуг по индивидуальным программам /ТФ/ В/02.6 Сопровождение внедрения индивидуальных программ по фитнесу В/03.6 Консультирование населения при реализации индивидуальных программ по фитнесу) 05.017 «Специалист по фитнесу (фитнес-тренер)» /ОТФ: А. Реализация фитнес-услуг в водной среде (аквафитнес) /ТФ/А/01.6</p>

			<p>Организация и проведение с населением занятий по фитнесу на основе плавания,</p> <p>А/02.6 Организация и проведение с населением занятий по фитнесу на основе аквааэробики);</p> <p>В Реализация фитнес-услуг по специализациям (направлениям) фитнеса в зале, на свежем воздухе /ТФ/ В/01.6 Организация и проведение с населением занятий на основе атлетических видов спорта,</p> <p>В/03.6 Организация и проведение с населением занятий на основе йоги и ее разновидностей,</p> <p>В/04.6 Организация и проведение с населением занятий на основе танцевальных направлений,</p> <p>В/05.6 Организация и проведение с населением занятий на основе спортивных единоборств и боевых искусств</p>
<p>ПК-8 Способен разрабатывать планы и проводить тренировочные занятия по общей физической подготовке занимающихся на основе фитнес-программ.</p>	<p>ПК-8.2 Умеет разрабатывать тренировочные занятия по общей физической подготовке занимающихся на основе фитнес-программ.</p>	<p>Умеет:</p> <p>-определять содержание тренировочных занятий по общей физической подготовке занимающихся на основе фитнес-программ.</p>	<p>05.003 Тренер (ОТФ А Деятельность по общей физической, специальной физической и начальной подготовке спортсменов /ТФ/А/01.5 Подготовка, проведение и анализ результатов тренировочных занятий со спортсменами по общей физической подготовке по виду спорта)</p>
	<p>ПК-8.3 Владеет методикой проведения тренировочных занятий по общей физической подготовке занимающихся на основе фитнес-программ.</p>	<p>Имеет опыт:</p> <p>-проведения тренировочных занятий по общей физической подготовке занимающихся на основе фитнес-программ.</p>	

4 Место практики в структуре профессиональной подготовки выпускников

Производственная практика: профессионально-ориентированная относится к обязательной части блока 2 «Практика» и реализуется на 4 курсе в 7 семестре ОФО, на 4 курсе в 8 семестре ЗФО.

При наличии обучающихся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья, которым необходим особый порядок освоения дисциплины (модуля), по их желанию разрабатывается адаптированная к ограничениям их здоровья рабочая программа практики.

5 Объем, продолжительность и форма отчетности

Трудоемкость производственной практики составляет 9 зачетных единиц, 324 академических часов, 6 недель.

Учебным планом по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура по производственной практике предусмотрен *зачет с оценкой*:

- для обучающихся очной формы обучения в 7 семестре,
- для обучающихся заочной формы обучения в 8 семестре.

Для обучающихся очной формы обучения зачёт с оценкой проводится в форме защиты отчёта по практике и ответов на вопросы руководителя производственной практики от профильной организации и руководителя практики от кафедры. Для обучающихся заочной формы обучения – собеседование с руководителем практики от кафедры.

6 Содержание практики

До начала сроков производственной практики: педагогической с обучающимися проводятся организационные собрания, на которых рассматриваются основные вопросы проведения практики в профильных организациях и подготовки отчетов по итогам прохождения практики.

Направление обучающихся на практику оформляется приказом ректора Академии на основании договоров о сотрудничестве с организациями, деятельность которых соответствует профилю подготовки обучающихся.

№ п/п	Раздел практики	Виды работ, осуществляемые при прохождении практики, включая самостоятельную работу обучающегося	Количество академических часов (в соответствии с учебным планом)	Форма отчетности по практике
1	Организационный раздел	<p>1. Беседа с руководителем профильной организации, руководителем практики от профильной организации. Ознакомление с целью, задачами, видами и содержанием работ по практике, с рабочей документацией планирования и учета работы обучающегося по практике.</p> <p>2. Разработка и согласование рабочего графика (плана) проведения практики и индивидуального задания. Ознакомление с организацией работы обучающихся во время практики.</p> <p>3. Инструктаж по технике безопасности, по пожарной безопасности, по требованиям охраны труда и внутреннему трудовому распорядку.</p> <p>4. Ознакомление с материально-технической базой и условиями для физкультурно-оздоровительных занятий.</p> <p>5. Знакомство с контингентом занимающихся.</p> <p>6. Участие в собраниях и методических занятиях, консультациях, проводимых в профильной организации и ЧГАФКиС.</p>	36	<ul style="list-style-type: none"> - лист инструктажа в организации по месту прохождения практики; - индивидуальный план прохождения практики.
2	Производственный раздел	<p>1. Разработка индивидуального плана тренировочных занятий по детскому фитнесу.</p> <p>2. Разработка индивидуального плана физкультурно-оздоровительных занятий для девушек, женщин.</p> <p>3. Разработка индивидуального плана физкультурно-оздоровительных</p>	252	<ul style="list-style-type: none"> - отзыв руководителя практики от профильной организации, - индивидуальный план тренировочных занятий по детскому фитнесу - план-конспект

		<p>занятий (для других групп населения).</p> <p>4. Разработка планы-конспекты физкультурно-оздоровительных занятий (для девушек (женщин) 13-50 лет, для других групп населения).</p> <p>5. Проведение физкультурно-оздоровительных занятий в соответствии с поставленными задачами и особенностями контингента</p> <p>6. Разработка конспекта беседы по вопросам физкультурно-оздоровительных занятий и физических нагрузок.</p> <p>7. Проведение беседы по вопросам физкультурно-оздоровительных занятий и физических нагрузок</p> <p>8. Проведение тестирования физического состояния по показателям физической подготовленности и адаптации к нагрузке</p> <p>9. Оформление протокола тестирования физической подготовленности и протокол проведения пробы Руфье</p> <p>10. Проведение анализа полученных результатов тестирования и разработка рекомендации по тренировочным нагрузкам</p> <p>11. Разработка положения о проведении физкультурно-спортивного мероприятия</p> <p>12. Проведение физкультурно-спортивного мероприятия и оформление отчета</p>		<p>физкультурно-оздоровительного занятия для детей 6-12 лет</p> <p>– индивидуальный план физкультурно-оздоровительных занятий для девушек, женщин.</p> <p>– индивидуальный план физкультурно-оздоровительных занятий для других групп населения.</p> <p>– планы-конспекты физкультурно-оздоровительных занятий (для девушек (женщин) 13-50 лет, для других групп населения)</p> <p>– заключение по практике (краткий описательный анализ результатов прохождения практики).</p>
3	Итоговый раздел	<p>1. Проведение ежедневного самоанализа выполнения рабочей программы практики.</p> <p>2. Подготовка отчетной документации по итогам прохождения практики, согласование с руководителем от профильной организации и от кафедры, защита отчета.</p> <p>3. Получение отзыва (оценочного листа) сформированности компетенций от руководителя профильной организации.</p>	36	<p>– отчетная документация,</p> <p>– дневник прохождения практики,</p> <p>– отзыв руководителя практики от профильной организации.</p>
		Всего часов / ЗЕ	324/9	

7 Оценочные средства (фонд оценочных средств) для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по практике

Фонд оценочных средств для текущего контроля и проведения промежуточной аттестации обучающихся оформлен как Приложение №1 к рабочей программе практики.

Образцы оформления документов отчета представлены в методических указаниях по учебной практике.

8 Учебно-методическое и информационное учебной практики

8.1 Рекомендуемая литература

8.1.1 Обязательная литература

1. Асташина М.П. Физкультурно-оздоровительная работа с разными возрастными группами населения : учебное пособие / Асташина М.П. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. — 188 с. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/65008.html> — Режим доступа: для авторизир. пользователей
2. Аэробика. Теория и методика проведения занятий: учебное пособие / Под ред. Мякинченко Е.Б., Шерстакова М.П. — М.: Дивизион, 2006. — 304 с.
3. Венгерова Н.Н. Педагогические технологии фитнес-индустрии для сохранения здоровья женщин зрелого возраста: монография / Н.Н. Венгерова; Национальный гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб.: [б.и.], 2011. — 251 с. Электронный ресурс
4. Грудницкая Н.Н. Оздоровительные телесно-ориентированные технологии : учебное пособие / Грудницкая Н.Н.. — Ставрополь : Северо-Кавказский федеральный университет, 2014. — 209 с. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/62968.html> — Режим доступа: для авторизир. пользователей
5. Ким Н.К., Дьяконов М.Б. Фитнес: учебник. — М.: Сов. спорт, 2006. — 454 с.
6. Лаврухина Г.М. Физкультурно-оздоровительная работа со взрослым населением: учеб. пособие. — СПб, 2018. — электр. ресурс
7. Мудриевская Е.В. Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями оздоровительной направленности : учебное пособие / Мудриевская Е.В.. — 2-е изд. — Саратов : Вузовское образование, 2024. — 53 с. — ISBN 978-5-4487-1029-2. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/142813.html> — Режим доступа: для авторизир. пользователей
8. Оздоровительная тренировка лиц зрелого возраста: направленность, содержание, методики : монография / С. В. Савин, О. Н. Степанова, В. С. Соколова, И. В. Николаев ; под редакцией О. Н. Степановой. — 2-е изд. — Москва : Московский педагогический государственный университет, 2024. — 200 с. — ISBN 978-5-4263-0492-5. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/145741.html> — Режим доступа: для авторизир. пользователей
9. Оздоровительные технологии : учебник / Н.М. Белокрылов [и др.].. — Пермь : Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, Астер, 2015. — 130 с. — ISBN 978-5-9905655-8-6. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/70643.html> — Режим доступа: для авторизир. пользователей
10. Платонова Т.В. Оздоровительные системы Древневосточной культурной традиции: учеб.-метод. пособие. — СПб, 2008. — 66с. — эл.ресурс.
11. Савин С.В. Теоретические основы оздоровительно-кондиционной (фитнес) тренировки лиц зрелого возраста: учебное пособие / С.В.Савин, О.Н. Степанова. — М.: РУДН, 2020. — 121 с.
12. Савин С.В., Степанова О.Н. Концепция и технологии оздоровительно-кондиционной (фитнес) тренировки лиц зрелого возраста: монография / С.В. Савин О.Н. Степанова. — М.: УЦ Перспектива, 2020. — 264 с.
13. Теория и методика физической культуры дошкольников: учебное пособие /Под ред. Филипповой В.Д. — Изд-во М: «Академия», 2008.
14. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учебное пособие. / Сост. Аксенов О.Э., Евсеев С.П. — М.: Сов. Спорт, 2005. —296 с.
15. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник. — М.: «Академия», 2012. — 480 с.
16. Шипилина И.А., Самохин И.В. Фитнес – спорт: учебник. — Ростов-на-Дону: Феникс, 2004. — 224с.

8.1.2 Дополнительная литература

17. Айзятуллова Г.Р. Аэробика и шейпинг в профессионально-прикладной физической подготовке студентов нефизкультурных вузов: учебно-методическое пособие. — Спб.:СпбГУФК, 2009. — 38 с., эл. ресурс.
18. Актуальные проблемы развития спортивных танцев, аэробики и фитнеса: труды Всероссийской научно-практической конференции, посвящённой 50-летию Волгоградской государственной академии физической культуры и спорта. — Волгоград, 2010. — 134 с.

19. Богуславская З.М. Смирнова Е.О. Развивающие игры для детей дошкольного возраста. – М.: Просвещение, 1991. – 207 с.
20. Вавилова Е.Н. Развитие основных движений у детей 2-3 лет. Система работы. – М., «Скрипторий», 2008. – 248 с.
21. Велитченко В.К. Физкультура для ослабленных детей: методическое пособие. – М.: Терра Спорт, 2000. – 168 с.
22. Виру А.А. и др. Аэробные упражнения /Виру А.А., Юримяз Т.А., Смирнова Т.А. – М.: Физкультура и спорт, 1988.-142с.
23. Власенко Н.Э. 300 подвижных игр для дошкольников: практическое пособие. – М.: Айрис-пресс, 2011. – 160 с.
24. Волохов А. Бодибилдинг от А до Я: практическое пособие. – Ростов н /Дону: Феникс, 2007. – 143 с.
25. Гаврилов, Д.Н., Комков, А.В., Малинин. А.В., Романова, Е.Е. Особенности мониторинга физического состояния населения// Теория и практика физической культуры. – 2006. - №3. – С. 60.
26. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам: Старший возраст: пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М.: Гуманитарный изд. центр ВЛАДОС, 2001. – 264 с.
27. Глазырина Л.Д., Лопатик Т.А. Методика преподавания физической культуры: 1-4 классы: методическое пособие. – М.: ВЛАДОС, 2003. – 208 с.
28. Давыдова М.А. Спортивные мероприятия для дошкольников 4-7 лет. – М.: ВАКО, 2007. – 304 с.
29. Детский фитнес: учебное пособие. – М.: ООО «Уик век», 2006. – 201 с.
30. Елжова Н.В. Здоровый образ жизни в дошкольном образовательном учреждении. – Ростов н/Д, «Феникс», 2011. – 215 с.
31. Железняк Н.Ч. Занятия на тренажерах в детском саду. – М., «Скрипторий», 2009. -120с.
32. Ибель Д.В. Терминология атлетических упражнений в бодибилдинге: учебно-методическое пособие. М.: Олимпия, 2006. – 80 с.
33. Изаак С.И. Мониторинг физического развития и физической подготовленности: теория и методика: монография. – М.: Советский спорт, 2005. – 196 с.
34. К здоровью через движение: рекомендации, развивающие игры, комплексы упражнений / Сост. Феоктистова В.А., Плиева Л.В. – Волгоград: Учитель, 2010. -154с.
35. Корнеева Т.А. Комплекс упражнений по коррекции фигуры. Построение индивидуальной программы : учебное пособие / Корнеева Т.А.. — Новосибирск : Новосибирский государственный технический университет, 2024. — 119 с. — ISBN 978-5-7782-5259-2. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/156014.html> — Режим доступа: для авторизир. пользователей
36. Скороходова, Ю. М. Совершенствование координационных способностей посредством занятий степ-аэробикой в системе физического воспитания вуза : учебное пособие / Ю. М. Скороходова, Е. А. Высоцкая. — Липецк : Липецкий государственный технический университет, ЭБС АСВ, 2022. — 60 с. — ISBN 978-5-00175-172-4. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/128724.html> — Режим доступа: для авторизир. пользователей

Нормативные документы

1. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ. http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/

8.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационных технологий

8.2.1 Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения

№ п.п.	Наименование программного продукта
<i>Лицензионное программное обеспечение</i>	
1.	Kaspersky Endpoint Security 12
2.	Pinnacle Studio 16 Ultimate Corp License (2 -4)
3.	VideoStudio Pro X4 License (1 – 10)
4.	Astra Linux Special Edition
5.	СПС Гарант
6.	MOODL
<i>Свободно распространяемое программное обеспечение</i>	
7.	Яндекс Браузер
8.	Kinovea

9.	STDUViewer
10.	MAX
11.	VLC
12.	PDF 24

8.2.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

<i>№ п.п.</i>	<i>Электронно-библиотечные системы</i>	<i>Ссылка на ресурс</i>
1.	Электронно-библиотечная система MarcSQL (Электронная библиотека ЧГАФКиС)	http://bibleo.chgafkis.ru/marcweb2/Default.asp
2.	Электронно-библиотечная система «IPR SMART»	https://www.iprbookshop.ru/
3.	Сайт Министерства спорта РФ [электронный ресурс]	http://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/
4.	Справочная правовая система «Консультант плюс»	http://www.consultant.ru/

9 Материально-техническое обеспечение практики

Профильными организациями проведения практики являются образовательные организации, учреждения, физкультурно-спортивные организации, другие организации и учреждения, располагающие достаточной материально-технической оснащённостью и квалифицированными кадрами по профилю подготовки обучающихся.