Министерство спорта Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Чайковская государственная академия физической культуры и спорта»
(ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)

Факультет дополнительного образования и повышения квалификации

УТВЕРЖДАЮ
Врио ректора ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»
_____Т.В. Фендель
«06» октября 2025 г.
М.П.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

Методика обучения на начальном и учебно-тренировочном этапах подготовки в виде спорта муайтай

Категория слушателей	- тренеры, тренеры-преподаватели, инструкторы-методисты по ФКиС, - лица имеющие или получающие СПО и ВО по направлению подготовки ФКиС
Форма обучения	*Очная/Заочная/Очно-заочная с применением ДОТ / ЭО*
Срок освоения программы	*36/72 часа (модульная)*
Уровень квалификации	*6*
Итоговая аттестация	*Экзамен*

Разработчики программы:
кафедра: ТиМЕ

Степанов М.Ю, доцент, к.п.н.

Подписи разработчиков:

_____

Согласовано:

Декан ФДОиПК
Мальцева И.С., к.п.н

_____

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

_____

Чайковский 2025

СОДЕРЖАНИЕ

1.	**ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ**……..	3
1.1	Цель реализации программы……..	3
1.2	Планируемые результаты обучения и описание перечня профессиональных компетенций…….....	3
1.3	Основание для разработки программы……..	4
2.	**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**……..	4
2.1	Учебный план…….....	4
2.2	Календарный учебный график……	5
2.3	Рабочие программы модулей …….....	6
2.3.1	Рабочая программа модуля «Теория и методика обучения муайтай на этапе начальной подготовки»……..	6
2.3.2	Рабочая программа модуля «Теория и методика обучения муайтай на учебно-тренировочном этапе подготовки»……	9
2.4	Оценка качества освоения программы……..	13
2.4.1	Форма итоговой аттестации и оценочные материалы…….	14
3.	**ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ**……	18
3.1	Материально-технические условия……	18
3.2	Кадровые условия…….....	18
3.3	Учебно-методическое и информационное обеспечение ……...	19
3.4	Условия для функционирования электронной информационно-образовательной среды (при реализации программ с использованием дистанционных образовательных технологий) ……...	19
ПРИЛОЖЕНИЕ……..		21

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1 Цель реализации программы

Целью программы повышения квалификации является совершенствование и (или) получение новой компетенции, необходимой для профессиональной деятельности (будущей профессиональной деятельности) тренера, тренера-преподавателя обеспечивающего спортивную подготовку обучающихся по виду спорта «муайтай» на начальном и учебно-тренировочном этапах подготовки.

1.2 Планируемые результаты обучения и описание перечня профессиональных компетенций

В результате обучения слушатель приобретет знания, умения и практический опыт, которые позволят качественно совершенствовать компетенции, необходимые для профессиональной деятельности или получить новую компетенцию, необходимую для профессиональной деятельности:

Совершенствуемые и новые компетенции	*Практический опыт (трудовые действия)*	*Умения*	*Знания*
Профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель»			
ОТФ (код, уровень квалификации) ПС: Спортивная подготовка занимающихся по виду спорта «муайтай» (B,6)			
ПК-1 Способен организовать и провести учебно-тренировочные занятия и мероприятия с обучающимися начального этапа подготовки по виду спорта муайтай ПК-2 Способен организовать и провести учебно-тренировочные занятия и мероприятия с обучающимися учебно-тренировочного этапа подготовки по виду спорта муайтай	- Выбор средств, методов и форм проведения учебно-тренировочного занятия по виду спорта муайтай с учетом половозрастных особенностей спортсменов и состояния здоровья обучающихся - Оценка изменения индивидуальных показателей подготовленности обучающихся, уровня освоения основ техники в виде спорта муайтай, внесение корректировок в дальнейшую их подготовку	- Использовать методики начальной подготовки по виду спорта муайтай и воспитательной работы с учетом возрастного психофизиологического развития обучающихся - Подбирать физическую нагрузку, средства и методы физического воспитания на основе анатомо-физиологических и психологических, возрастных особенностей и этапа уровня подготовки обучающихся; - Планировать содержание учебно-тренировочных занятий в соответствии с программой спортивной подготовки.	- Теория и методика обучения базовым элементам вида спорта, включая его специфику и особенности нагрузок - виды, содержание и технологию планирования учебно-тренировочных занятий и мероприятий по виду спорта муайтай на начальном и учебно-тренировочном этапах подготовки - Предельный объем тренировочной нагрузки по виду спорта - Особенности построения процесса спортивной подготовки (ОФП, СФП, технической, психологической, теоретической и др.) в виде спорта муайтай на начальном и учебно-тренировочном этапах - Методики физкультурно-оздоровительной работы с обучающимися.
		Пользоваться контрольно-измерительными приборами и аппаратурой, электронными и техническими устройствами	Назначение и порядок использования контрольно-измерительных приборов и аппаратуры в оценке функционального и физического состояния обучающихся на начальном и учебно-тренировочном этапах подготовки
		- Разъяснять	- Противопоказания и

		антидопинговые правила обучающимся в соответствии с этапом спортивной подготовки	последствия приема биологически активных добавок и спортивного питания - Меры ответственности и санкции за нарушение антидопинговых правил - Законодательство РФ в сфере ответственности физических, юридических лиц за нарушение требований по антидопингу - Особенности терапевтического использования запрещенных в спорте субстанций и (или) методов - Стандарты и процедуры допинг-контроля в спорте

1.3 Основание для разработки программы

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации разработана на основе:

1. Приказа Министерства спорта Российской Федерации от 18.06.2024 № 591 "Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта "муайтай".

2. Приказа Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 24 марта 2025 г. № 266 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам".

3. Приказа Министерства труда и социальной защиты РФ от 24 декабря 2020 года N 952н "Об утверждении профессионального стандарта "Тренер-преподаватель" (с изменениями на 30 августа 2023 года).

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1 Учебный план

№	Перечень и последовательность распределения курсов, дисциплин, модулей	Общая трудоемкость, час	Всего аудиторных час	Аудиторные занятия, час		Самостоятельная работа слушателей, час	Формы промежуточной/ итоговой аттестации
				Теоретические занятия/ в том числе с ДОТ и ЭО	Семинарские занятия/ в том числе с ДОТ и ЭО		
1	Модуль «Теория и методика обучения муайтай на этапе начальной подготовки»	34	18	10/10	8/0	16	-
	Итоговая аттестация (тестирование)	2	-	-	-	2	Экзамен
	Итого по модулю1:	*36*	*18*	*10/10*	*8/0*	*18*	
2	Модуль «Теория и методика обучения муайтай на учебно-тренировочном этапе подготовки»	34	18	10/10	8/0	16	-
	Итоговая аттестация (тестирование)	2	-	-	-	2	Экзамен
	Итого по модулю 2:	*36*	*18*	*10/10*	*8/0*	*18*	
	ВСЕГО:	**72**	**36**	**20/20**	**16/0**	**36**	

Учебно-тематический план

№	Перечень и последовательность распределения тем курса/модуля/дисциплин	Общая трудоемкость, час	Всего аудиторных час	Аудиторные занятия, час		Самостоятельная работа слушателей, час	Формы контроля и аттестации
				Теоретические занятия/ в том числе с ДОТ и / ЭО	Семинарские занятия/ в том числе с ДОТ и / ЭО		
1.	*Модуль «Теория и методика обучения муайтай на этапе начальной подготовки»*	*34*	*18*	*10/10*	*8/0*	*16*	
1.1	Планирование учебно-тренировочных занятий и мероприятий на этапе начальной подготовки	4	2	2/2	0	2	Текущий контроль
1.2	Техническая подготовка обучающихся этапа начальной подготовки	4	2	1/1	1/0	2	
1.3	Общая и специальная физическая подготовка обучающихся	10	6	2/2	4/0	4	
1.4	Особенности тактической, теоретической и психологической видов подготовки	4	2	2/2	0	2	
1.5	Восстановительные мероприятия для укрепления здоровья обучающихся	4	2	1/1	1/0	2	
1.6	Тестирование и функциональная диагностика состояния обучающихся на этапе начальной подготовки	4	2	1/1	1/0	2	
1.7	Антидопинговое обеспечение в спорте	4	2	1/1	1/0	2	
Итоговая аттестация по модулю 1		**2**				**2**	Экзамен
	Подготовка к ИА	1				1	
	Экзамен в формате тестирования	1				1	
	Итого по модулю 1:	**36**	**18**	**10/10**	**8/0**	**18**	
2.	*Модуль «Теория и методика обучения муайтай на учебно-тренировочном этапе (этап спортивной специализации)»*	*34*	*18*	*10/10*	*8/0*	*16*	
2.1	Планирование учебно-тренировочных занятий и мероприятий на учебно-тренировочном этапе	4	2	2/2	0	2	Текущий контроль
2.2	Техническая подготовка обучающихся на учебно-тренировочном этапе	4	2	1/1	1/0	2	
2.3	Общая и специальная физическая подготовка обучающихся	10	6	2/2	4/0	4	
2.4	Особенности тактической, теоретической и психологической видов подготовки	4	2	2/2	0	2	
2.5	Инструкторская и судейская практика. Участие в спортивных соревнованиях	4	2	1/1	1/0	2	
2.6	Тестирование и функциональная диагностика состояния обучающихся на учебно-тренировочном этапе подготовки	4	2	1/1	1/0	2	
2.7	Антидопинговое обеспечение в спорте	4	2	1/1	1/0	2	
Итоговая аттестация по модулю 2		**2**				**2**	Экзамен
	Подготовка к ИА	1				1	
	Экзамен в формате тестирования	1				1	
	Итого по модулю 2:	**36**	**18**	**10/10**	**8/0**	**18**	
	ВСЕГО:	**72**	**36**	**20/20**	**16/0**	**36**	

2.2 Календарный учебный график

Месяц обучения	Неделя обучения	Перечень и последовательность распределения модулей	День недели						
			1	*2*	*3*	*4*	*5*	*6*	*7*
1	1	Модуль «Теория и методика обучения муайтай на этапе начальной подготовки»						ИА	
	2	Модуль «Теория и методика обучения муайтай на учебно-тренировочном этапе (этап спортивной специализации)»						ИА	

	Аудиторные занятия/ занятия с применение ДОТ, самостоятельная работа слушателей
	Не учебный день
ИА	*Итоговая аттестация*

Календарный учебный график составляется для каждой группы отдельно, в соответствии с периодом обучения.

3. Оценка качества освоения программы

Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации указаны в рабочих программах модулей.

Обучение по ДПП повышения квалификации завершается итоговой аттестацией (далее ИА) в каждом модуле. Цель итоговой аттестации: определение соответствия результатов освоения слушателями дополнительной профессиональной программы повышения квалификации соответствующим требованиям профессионального стандарта по направлению подготовки.

Во время итоговой аттестации выпускник должен продемонстрировать готовность к решению профессиональных задач с опорой на полученные знания, умения и сформированные компетенции.

К ИА допускается слушатели, не имеющие академической задолженности и в полном объеме выполнивший учебный план или индивидуальный учебный план по соответствующей дополнительной профессиональной программе повышения квалификации (далее ДПП ПК).

Слушателям и лицам, привлекаемым к ИА, во время её проведения запрещается иметь при себе и использовать средства связи.

Успешное прохождение ИА является основанием для выдачи слушателю удостоверения о повышении квалификации установленного образца.

При проведении аттестационных испытаний Академия вправе применять дистанционные образовательные технологии. Особенности проведения аттестационных испытаний с применением дистанционных образовательных технологий определяются локальными нормативными актами Академии с обеспечением идентификация личности слушателя.

Для проведения ИА и рассмотрения апелляций по результатам ИА в Академии создаются итоговая аттестационная комиссия и апелляционная комиссия (ИАК).

Основной формой деятельности комиссий является заседание. Решения комиссий принимаются простым большинством голосов от числа лиц, входящих в состав комиссий и участвующих в заседании. При равном числе голосов председатель комиссии обладает правом решающего голоса

Решения, принятые комиссиями, оформляются протоколами, представленными в локальном нормативном акте. Протоколы заседаний комиссий сшиваются в книги и хранятся в архиве Академии.

Результаты итогового аттестационного испытания, проводимого в устной форме, объявляются в день его проведения, результаты государственного аттестационного испытания, проводимого в письменной форме или онлайн-тестирование, - на следующий рабочий день после дня его проведения.

Слушатели, не прошедшие ИА в связи с неявкой на аттестационное испытание по уважительной причине (временная нетрудоспособность, нахождение на тренировочных сборах, участие в соревнованиях, исполнение общественных или государственных обязанностей, вызов в суд, транспортные проблемы (отмена рейса, отсутствие билетов), погодные условия или в других случаях, вправе пройти ее после завершения итоговой аттестации в установленные Академией сроки, по согласованию со слушателем.

Слушатель должен представить в Академию документ, подтверждающий причину его отсутствия.

Слушатель, не прошедший итоговое аттестационное испытание в связи с неявкой по неуважительной причине или в связи с получением оценки «неудовлетворительно», отчисляется из Академии с выдачей справки об обучении как не выполнившие обязанностей по добросовестному освоению ДПП ПК и выполнению учебного плана.

Программа содержит два независимых модуля. Слушатели могут выбрать один или два модуля для освоения.

При выборе и изучении одного модуля, после успешного прохождения итоговой аттестации, в удостоверение о повышении квалификации прописывается название модуля, по которому слушатель сдал итоговую аттестацию, с указанием часов одного модуля (36 часов).

При изучении двух модулей с успешным прохождением двух итоговых аттестаций по каждому модулю, в удостоверение о повышении квалификации прописывается название программы с указанием часов программы повышения квалификации (72 часа).

2.3.1 Форма итоговой аттестации и оценочные материалы

ИА по каждому модулю проводится в форме экзамена в электронной информационно-образовательной среде Академии (далее ЭИОС).

В экзамен включаются вопросы/задания, демонстрирующие изменение профессиональной компетентности слушателей в результате освоения программы.

Экзамен в формате теста содержит теоретические/практико-ориентированные задания по модулям.

3. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

3.1 Материально-технические условия

Требуется аудитория, укомплектованная для проведения лекционных и семинарских занятий с учетом применения дистанционных образовательных технологий.

Требования к оснащению аудитории и подготовленности слушателей:

1. Аудитория вместимость – до 35-50 человек для семинарских занятий и отдельный кабинет для преподавателя с компьютерным оборудованием, колонками, устойчивым сигналом Интернет – для лекционных занятий с применением ДОТ, открытое программное обеспечение для проведения веб-конференции BigBlueButton.

2. Для семинарских занятий – спортзал №3 в спорткомплексе «Буревестник» для единоборств со специальным оборудованием для вида спорта «муайтай», спортивное оборудование и инвентарь (по теме занятий), диагностические приборы: Омега – С, АПК Душанин & Карленко, кардиомонитры Polar-H10.

2. *Для слушателей* наличие установленных на компьютере приложений и программ: MAX для Windows, приложение Microsoft Word (Ворд), устойчивый сигнал Интернет, наличие веб камеры и микрофона для прохождения курсов с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения. Спортивная одежда.

3.2 Кадровые условия:

Для преподавателей - наличие высшего образования (магистратура, специалитет) и работа в области преподаваемой дисциплины/модуля обязательно. Наличие ученой степени и звания по усмотрению организаторов курсов.

3.3 Учебно-методическое и информационное обеспечение

Основная литература

1. Приказ Минспорта РФ от 18.06.2024 N 591 "Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта "муайтай" (Зарегистрировано в Минюсте РФ 23.07.2024 N 78898)

2. Артеменко О.Л., Дроздов Т.С., Касьянов В.В., Ковтик А.Н. Муай Тай – свободный бой. Методическое пособие. Мн.: «Современное слово», 2001, - 384 с.

3. Лялько В.В. Тренажеры в боевых искусствах. Мн., Харвест, М., АСТ, 2001 – 379 с.

4. Панья Чарат, Муай Тай (Таиландский бокс). ДИФ, 2001 – 103 с.

Дополнительная литература

1. Булатова Л.Н., Касымов Д.М., Укенов К.Ш. Динамика ЧСС при нагрузках возрастающей интенсивности - критерий функционального состояния организма человека //Медико-биологический контроль при занятиях физической культурой и спортом (сб. науч. ст.) Алма-Ата, Казах ИФК, 1990.

2. Влияние тайского бокса на организм человека - [Электронный ресурс]. Режим доступа: http://muay.life/muay/razdel-1/vliyanie-tayskogo-boksana-organizm.html

3. Харитонов В.И., Леванов В.И., Карась В.А. Устройство для тренировки ударных действий в боксе //Проблемы биомеханики спорта: Тез. докл. VII Всесоюзн. научн. конф.-М.:ВНИИФК, 1991.-С. 156-157.

3.4 Условия для функционирования электронной информационно-образовательной среды (при реализации программ с использованием дистанционных образовательных технологий)

Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Электронно-библиотечные системы		*Ссылка на ресурс*
1.	Электронно-библиотечная система MarcSQL (Электронная библиотека ЧГАФКиС)	http://bibleo.chgafkis.ru/marcweb2/Default.asp
2.	Электронно-библиотечная система IPRbooks	https://www.iprbookshop.ru/?&a
3.	Сайт Федерация муайтай России [электронный ресурс] Официальный представитель WMF в России	http://muaythairussia.ru/
4.	Библиотека международной спортивной информации [электронный ресурс]	http://bmsi.ru/
5.	Справочная правовая система «Консультант плюс»	http://www.consultant.ru/

Перечень ресурсов информационно-коммуникационных технологий
Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения

№ п.п.	*Наименование программного продукта*
	Лицензионное программное обеспечение
1.	Операционная система Windows 10 Pro
2.	Операционная система Windows 7 Professional
3.	Операционная система Windows 8 Pro
4.	Операционная система Windows 8.1 Pro
5.	Операционная система Windows Server 2008
6.	Операционная система Windows Server 2012
7.	Пакет офисных программ Microsoft Office 2010 Standard
8.	Пакет офисных программ Microsoft Office 2013 Standard
9.	Пакет офисных программ Microsoft office 2007 Standard
10.	ABBY Fine Reader 11 Corporate Edition
11.	Kaspersky Endpoint Security 11
12.	Pinnacle Studio 16 Ultimate Corp License (2-4)
13.	Video Studio Pro X4 License (1-10)
14.	Astra Linux Special Edition
15.	СПС Консультант-плюс
16.	Stat+ Professional 5.8 (Академическая версия)
	Свободно распространяемое программное обеспечение

17.	Яндекс Браузер
18.	Kinovea
19.	STDU Viewer
20.	Telegram
21.	https://www.innerbody.com/htm/body.html

В полном объеме программа расположена в ЭИОС Академии и открывается слушателям после оплаты обучения.