



ВСЕРОССИЙСКОЕ
ЧЕМПИОНАТНОЕ
ДВИЖЕНИЕ
ПО ПРОФЕССИОНАЛЬНОМУ
МАСТЕРСТВУ

ОПИСАНИЕ КОМПЕТЕНЦИИ «Физическая культура, спорт и фитнес»

2026 г.

Наименование компетенции: Физическая культура, спорт и фитнес.

Описание компетенции.

Компетенция «Физическая культура, спорт и фитнес» охватывает сферу подготовки специалистов, занимающихся организацией занятий физической культурой, проведением спортивных мероприятий, разработкой методик тренировок и консультированием клиентов по вопросам здоровья и фитнеса. Специалист в области физической культуры, спорта и фитнеса должен обладать знаниями анатомии, физиологии, биомеханики движений, основ диетологии и психологии общения с клиентами, педагогики. Важна способность грамотно распределять нагрузки и мотивировать занимающихся достигать поставленных целей.

Основные направления подготовки специалиста в области физической культуры и спорта включают:

1. Преподавание физической культуры:

- организация и проведение занятий физической культурой в образовательных учреждениях всех уровней (школы, колледжи, университеты);

- подготовка учеников и студентов к сдаче норм ГТО, участие в соревнованиях.

2. Тренерская деятельность:

- развитие спортивной карьеры детей и взрослых путем индивидуальной и групповой подготовки;

- формирование команд, управление процессом тренировки, повышение мастерства спортсменов.

3. Организация и проведение спортивно-массовых мероприятий:

- планирование и реализация спортивных праздников, фестивалей, турниров местного, регионального и всероссийского масштаба;

- привлечение молодежи к занятиям спортом, популяризация здорового образа жизни.

4. Реабилитация и восстановление после травм и болезней:

- использование методов адаптивной физической культуры для возвращения людей к активной жизни после травм и заболеваний;

- поддержание двигательных функций инвалидов и лиц с ограничениями здоровья.

5. Научно-педагогическая деятельность:

- научные исследования в области теории и методики физической культуры и спорта;

- участие в разработке инновационных подходов к обучению и

воспитанию подрастающего поколения.

6. Менеджмент в сфере физической культуры и спорта:

- управление организациями и структурами в сфере физической культуры и спорта;
- финансовое обеспечение, маркетинговая стратегия, ведение делопроизводства.

7. Аналитика и экспертиза:

- изучение проблем, выявление резервов и возможностей совершенствования физического воспитания и спортивной подготовки;
- экспертиза проектов и программ, направленных на развитие физкультурного образования, массового и резервного спорта.

Актуальность специальности обусловлена несколькими факторами:

1. Рост интереса населения к здоровому образу жизни.

Увеличением количества посетителей фитнес-клубов, секций, студий йоги и танцев свидетельствует о высокой востребованности услуг специалистов в сфере физического воспитания и оздоровления.

2. Развитие спортивной инфраструктуры.

Строительство новых стадионов, тренажёрных залов, бассейнов, лыжных трасс, велодорожек, многофункциональных площадок стимулирует потребность в квалифицированных специалистах для обслуживания и эксплуатации объектов спорта.

3. Государственная политика в сфере физической культуры и спорта.

Государственная программа развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года была утверждена правительством 7 октября 2021 года и вступила в силу 1 января 2022 года. Согласно документу, к 2030 году предусматривается увеличение количества граждан, систематически занимающихся спортом, до 70%.

Проведение крупных международных соревнований (чемпионатов мира, Олимпийских игр), государственная поддержка массовой физической активности способствуют повышению престижа профессий, связанных со спортом и здоровьем.

Таким образом, профессия приобретает особую значимость для обеспечения функционирования как государственного, так и коммерческого сегментов физкультурно-спортивной деятельности.

Для повышения эффективности своей работы специалисты используют различные современные инструменты:

- современные информационные системы - программы мониторинга нагрузок, расчет калорийности рациона, построение тренировочного процесса;

- методы оценки физического состояния - использование пульсометров, трекеров активности, аппаратуры анализа состава тела (биоимпедансометрия);

- методики силовой и аэробной подготовки, ориентированные на развитие выносливости, силы, гибкости, координации движений;

- дистанционное обучение и консультации - видеоконференцсвязь, онлайн-тренировки, виртуальные классы, ведение социальных сетей и продвижение услуг в области физической культуры, спорта и фитнеса.

Специалисты в области физической культуры, спорта и фитнеса востребованы в самых разных направлениях индустрии здоровья и спорта:

- в спортивных клубах и фитнес-центрах они консультируют индивидуально, создают персонализированные программы тренировок и проводят увлекательные групповые занятия;

- в медицинских учреждениях помогают пациентам восстановиться после болезней и операций, используя эффективные реабилитационные технологии;

- в сфере физкультурного образования ведут физкультурные занятия, уроки физической культуры, мотивируя обучающихся вести здоровый образ жизни;

- в социальной работе такие специалисты поддерживают лиц с ограниченными возможностями здоровья, пожилых людей и инвалидов, помогая сохранять активность и радость движения;

- в сфере туризма и активного отдыха организуют увлекательные мероприятия - походы, экскурсии и путешествия, насыщенные движением и позитивными эмоциями;

- в корпоративном секторе такие специалисты создают комфортные условия для занятий спортом прямо на предприятии. Что обеспечивает работникам возможность поддерживать физическую форму, повышать работоспособность и получать удовольствие от активных перерывов в течение рабочего дня.

Кроме того, специалисты в области физической культуры, спорта и фитнеса могут заниматься научно-исследовательской деятельностью, организационно-управленческой работой в спортивных организациях, муниципальных органах власти, специализированных ассоциациях и федерациях.

Таким образом, специальность обладает широким спектром применимости и перспективностью карьерного роста в условиях современного рынка труда.

Нормативные правовые акты

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

- **ФГОС СПО:**

49.02.01 Физическая культура, утвержден приказом Минпросвещения России от 11 ноября 2022 г. № 968;

49.02.02 Адаптивная физическая культура, утвержден приказом Минпросвещения России от 28 августа 2023 г. № 640;

49.02.03 Спорт, утвержден приказом Минпросвещения России от 21 апреля 2021 г. № 193.

- **Профессиональный стандарт:**

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

05.012 Тренер-преподаватель, утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24 декабря 2020 г. № 952н;

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

05.015 Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре и спорту, утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 19.10.2021 № 734н.

- **ЕТКС:**

Единый квалификационный справочник должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников в области физической культуры и спорта», утвержден приказом Минздравсоцразвития РФ от 15.08.2011 № 916н.

- **Отраслевые/корпоративные стандарты:**

Внутренние регламенты крупнейших фитнес-клубов и сетевых организаций («World Class», «X-Fit»), определяющих квалификацию инструкторов, оборудование зала, процедуры оказания первой помощи и меры безопасности.

Документы частных медицинских центров, устанавливающие порядок взаимодействия врачей-физиотерапевтов и инструкторов ЛФК при проведении реабилитационной гимнастики.

Регламентирующие документы крупных предприятий (Газпром, Лукойл), обязующие соблюдать определённые критерии при оборудовании спортивных зон для сотрудников и подборе тренера.

Отраслевые стандарты профессиональных сообществ и профильных союзов, такими как Российская ассоциация профессионалов фитнеса (РАФИ), Федерация фитнес-аэробики России (ФАР), Национальное фитнес-сообщество (НФС), Ассоциация операторов фитнес-индустрии (АОФИ), содержащие рекомендации по качеству оказания услуг, уровню квалификации специалистов, оснащённости помещений оборудованием и обеспечению безопасной окружающей среды.

- **СанПин:**

Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. № 2.

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

№ п/п	Виды деятельности
1	Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам
2	Организация и проведение физкультурно-спортивной работы
3	Организация и проведение физкультурно-спортивной работы с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья
4	Организация и проведение физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по фитнес-программам, по виду спорта с населением различных возрастных групп
5	Проведение тренировочных мероприятий и руководство соревновательной деятельностью инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья
6	Преподавание по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта