

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования «Мордовский государственный педагогический  
университет имени М.Е. Евсевьева»

факультет среднего профессионального образования

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

Наименование дисциплины: Введение в специальность

Специальность: 49.02.01 Физическая культура

Форма обучения: очная

Разработчик: Белоклокова О. А., преподаватель факультета среднего профессионального образования МГПУ.

Программа рассмотрена и утверждена на заседании предметно-цикловой комиссии профессионального цикла по специальности 49.02.01 Физическая культура от 11.05.2017 г., протокол № 9.

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании предметно-цикловой комиссии профессионального цикла по специальности 49.02.01 Физическая культура от 23.05.2018 г., протокол № 6.

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании предметно-цикловой комиссии профессионального цикла по специальности 49.02.01 Физическая культура от 01.09.2020 г., протокол № 1.

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. Паспорт программы учебной дисциплины .....</b>	<b>3</b>
<b>2. Структура и содержание учебной дисциплины .....</b>	<b>5</b>
<b>3. Условия реализации учебной дисциплины .....</b>	<b>13</b>
<b>4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины....</b>	<b>13</b>
<b>5. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся.....</b>	<b>14</b>

# 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## Введение в профессию

### 1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности среднего профессионального образования 49.02.01 Физическая культура углубленной подготовки укрупненной группы специальностей 49.00.00 Физическая культура и спорт.

**1.2. Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:** дисциплина «Введение в профессию» входит в состав общепрофессиональных дисциплин профессионального цикла, является дисциплиной вариативной части цикла.

**1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:**

Основной целью учебной дисциплины является формирование у первоначального представления о специалисте в области физической культуры и спорта.

#### **Задачи:**

– подготовка обучающихся к самостоятельной деятельности на рынке труда;

– осуществление профессиональной ориентации обучающихся с учетом интересов, профессиональных предпочтений и типа личности;

– формирование у обучающихся коммуникативной, информационной и социально-трудовой компетентностей, являющихся основой для самостоятельной деятельности будущих выпускников в процессе трудоустройства;

– развитие у обучающихся интереса и положительной мотивации к учению в целом и направленности на развитие ключевых компетентностей, необходимых для решения широкого круга социальных, экономических и профессиональных задач.

В процессе изучения дисциплины обучающиеся:

– приобретают обзорную информацию о физической культуре и спорте как будущей специальности;

– обучаются оценивать физическое и функциональное состояние индивида;

– обучаются определять цели и задачи учебного и тренировочного процессов;

– обучаются подбирать адекватные поставленным задачам средства и методы тренировки;

– обучаются пропагандировать общечеловеческие ценности и здоровый образ жизни;

– обучаются выделять и формулировать актуальные проблемы в сфере физической культуры и спорта.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен

**знать:**

- организационную структуру института;
- правила внутреннего распорядка вуза;
- структуру-учебного плана специальности;
- основные традиции института и содержание других наиболее важных элементов корпоративной культуры;
- приемы и методы, обеспечивающие повышение эффективности использования учебного времени;

**уметь:**

- грамотно распределять свое время и другие ресурсы;
- эффективно использовать предоставляемую вузом информацию;
- правильно строить свои отношения с другими обучающимися, преподавателями и вузом.

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование и развитие следующих компетенций:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.

ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.

ОК 12. Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.

ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.

ПК 1.6 Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.

ПК 1.7 Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.

**1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение примерной программы учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося 78 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 52 часа;

самостоятельной работы обучающегося 26 часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	78
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	52
в том числе:	
теоретическое обучение (лекции)	36
лабораторные занятия	-
практические занятия	16
контрольные работы	-
курсовая работа (проект)	-
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	26
в том числе:	
самостоятельная работа над курсовой работой (проектом)	-
Внеаудиторная самостоятельная работа	26
Итоговая аттестация в форме экзамена	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «ВВЕДЕНИЕ В ПРОФЕССИЮ»

Наименование разделов и тем 1	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся 2	Объем часов 3	Уровень освоения 4
<b>Раздел 1. Предмет, цели и задачи курса «Введение в профессию»</b>		<b>14</b>	<b>4</b>
<b>Тема 1.1. Предмет, цели и задачи курса.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	1. Понятие учебного плана.		
	2. Место учебной дисциплины в учебном плане специальности.		
	3. Порядок взаимодействия с преподавателем.		
	4. Порядок аттестации по дисциплине.		
	<b>Практические занятия</b> диагностика, тренинг.	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Подготовить тезисы сообщений по данной теме	2	
<b>Тема 1.2. Порядок взаимодействия преподавателем.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	4
	1. Необходимость и возможность познания мира.		
	2. Коммерческая целесообразность изучения человека, организаций и человеческой цивилизации.		
	3. Соотношение технических и гуманитарных знаний.		
	<b>Практические занятия</b> диагностика, тренинг.	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Подготовить сообщение по одному из указанных вопросов	2	

<b>Тема 1.3. Понятие и виды уровней образования.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	3
	1. Соотношение аттестационных требований, предъявляемых к выпускникам средних и высших образовательных учреждений.		
	2. Научные квалификации и послевузовское образование в России и за рубежом.		
	3. Возможности для ускорения образовательного процесса и повышения эффективности затрат обучающегося на обучение		
	<b>Практические занятия</b>	1	
	диагностика, тренинг.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	1	
Подготовить сообщение по одному из указанных вопросов			
<b>Раздел 2. Аналитический обзор концепций непрерывного физкультурного образования населения РФ.</b>		<b>12</b>	
<b>Тема 2.1. Объективная необходимость развития непрерывного образования</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	3
	1. Общественные причины перехода к системе непрерывного образования		
	2. Принципиальные особенности системы непрерывного образования		
	<b>Практические занятия</b>	1	
	диагностика, тренинг.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	1	
Составить тесты для вакансии			
<b>Тема 2.2. Сущность</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	

<b>непрерывного физкультурного образования</b>	1. Содержание непрерывного физкультурного образования		
	2. Структура непрерывного физкультурного образования.		
	3. Общая характеристика основных звеньев структуры непрерывного образования в целом и физкультурного образования		
	4. Нормативно-правовые основы управления физической культурой и спортом		
	<b>Практические занятия</b> тренинг, деловая игра	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	1	
	Сформулировать советы при подготовке к телефонному разговору, типичные ошибки при телефонном собеседовании		
<b>Тема 2.3. Государственный образовательный стандарт</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	3
	1. Общая характеристика стандартов среднего (полного) общего образования по предмету «Физическая культура» и высшего профессионального образования по специальности «Физическая культура и спорт».		
	2. Краткий обзор современных теоретико-методологических подходов к физкультурному образованию учащихся и студентов		
	<b>Практические занятия</b> тренинг, деловая игра	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	1	
	Подготовить вопросы на собеседовании при трудоустройстве		
<b>Раздел 3. Назначение и содержание профессии «Преподаватель физической культуры»</b>		<b>13</b>	
<b>Тема 3.1. Назначение профессии преподавателя физической культуры</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	4
	1. Характеристика целевых установок в деятельности преподавателя физической культуры		
	2. Содержание профессиональной деятельности специалиста «Преподаватель		

	физической культуры образовательных учреждений		
	<b>Практические занятия</b> тренинг, деловая игра	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	2	
	Составить резюме		
<b>Тема 3.2. Педагогическая деятельность</b>	Основы педагогического мастерства	2	
	Научная организация труда преподавателя физической культуры.		
	Характеристика неблагоприятных факторов труда, основных направлений научной организации труда		
	<b>Практические занятия</b> диагностика, тренинг, деловая игра.	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Составить деловое письмо	1	
<b>Тема 3.3. Основы профессионального образования, самосовершенствовани я</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	3
	1. Учебно-исследовательская работа		
	2. Самообразование и самосовершенствование как фундамент формирования и совершенствования НОТ преподавателей		
	3. Методика личностной работы		
	4. Методика самообразования и самосовершенствования по освоению оздоровительно-тренировочных комплексов как индивидуальных форм физической активности, ЗОЖ человека.		
	<b>Практические занятия</b> диагностика, тренинг, деловая игра.	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Составить деловое письмо	1	
<b>Раздел 4. Социальные функции и формы физической культуры</b>		<b>9</b>	

<b>Тема 4.1</b> <b>Основные социальные сферы жизнедеятельности общества как критерий классификации общественных функций физической культуры.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	3
	Содержание ведущих типов функций		
	<b>Практические занятия</b> диагностика, тренинг, деловая игра.	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Подготовить тезисы сообщений по данной теме	2	
<b>Тема 4.2</b> <b>Классификация основных форм физической культуры по различным видам физической культуры</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	<b>Содержание учебного материала</b>		4
	1. Формы базовой физической культуры		
	2. Малогрупповые формы занятий прикладной физической культуры		
	<b>Практические занятия</b> диагностика, тренинг, деловая игра.	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Подготовить тезисы сообщений по данной теме	1	
<b>Раздел 5. Принципы, регламентирующие деятельность преподавателя по физической культуре.</b>		<b>9</b>	
<b>Тема 5.1.</b> <b>Принципы, регламентирующие деятельность по физической культуре.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	4
	1. Определение понятия «принцип».		
	2. Наиболее общие принципы системы физкультурного образования.		
	<b>Практические занятия</b> тренинг, деловая игра.	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Подготовить тезисы сообщений по данной теме	1	

<b>Тема 5.2.Сущность и основные правила дидактических принципов физкультурного образования</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	3
	1. Принципы сознательности и активности, наглядности, доступности, индивидуализации, систематичности и постепенности.		
	<b>Практические занятия</b> тренинг, деловая игра.	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Подготовить тезисы сообщений по данной теме	2	
<b>Раздел 6. Средства и методы физкультурного образования</b>		<b>12</b>	
<b>Тема 6.1.Средства физкультурного образования как предметы отношения и виды деятельности</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	3
	1. Классификационная характеристика ведущих средств		
	2. Физические упражнения: сущность		
	3. Техника физических упражнений, ее сущность, кинематические, ритмические и динамические характеристики		
	4. Оздоровительные, природные и гигиенические факторы как средства физкультурного образования.		
	5. Технические средства, их назначение и классификация.		
	<b>Практические занятия</b> тренинг, деловая игра.	1	
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Подготовить тезисы сообщений по данной теме	2		
<b>Тема 6.2. Методы как способы использования средств физкультурного образования.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	4	3
	1. Требования к использованию методов в процессе физкультурного образования.		
	2. Нагрузка и отдых как структурные компоненты методов в процессе формирования физического совершенства.		

	3. Общая характеристика методов строго регламентированного упражнения		
	4. Игровой и соревновательный методы: их сущность и особенности.		
	<b>Практические занятия</b> диагностика, тренинг.	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Подготовить тезисы сообщений по данной теме	2	
<b>Раздел 7. Основы обучения двигательным действиям</b>		<b>9</b>	
<b>Тема 7.1. Двигательная деятельность как предмет обучения, ее сущность и отличительные особенности.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	3
	1. Закономерности обучения двигательным действиям как результат обучения		
	<b>Практические занятия</b> диагностика, тренинг.	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Подготовить тезисы сообщений по данной теме	2	
<b>Тема 7.2. Современные теории обучения двигательным действиям</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	1. Сущность, отличительные особенности и перспективы претворения в практику физкультурного образования		
	2. Основы методики поэтапного формирования двигательных действий.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Подготовить тезисы сообщений по данной теме	2	
<b>Всего:</b>		<b>78</b>	

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация учебной дисциплины требует наличия кабинета теории и истории физической культуры, оснащённого следующим оборудованием:

- Автоматизированное рабочее место преподавателя в составе (персональный компьютер; проектор мультимедийный, интерактивная доска);
  - меловая ученическая доска.
- и учебно-наглядными пособиями:
- презентации.

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

##### **Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

###### **Основная литература:**

1. Физическая культура : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под редакцией Е. В. Конеевой. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 599 с. – (Профессиональное образование). – ISBN 978-5-534-13554-1. – Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/465965>

2. Блинов, В. И. Введение в педагогическую деятельность : учебное пособие для вузов / В. И. Блинов. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 129 с. – Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/453507>

###### **Дополнительная литература:**

1. Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка : учебное пособие для среднего профессионального образования / А. А. Зайцев, В. Ф. Зайцева, С. Я. Луценко, Э. В. Мануйленко. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 227 с. – (Профессиональное образование). – ISBN 978-5-534-13379-0. – Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/458712>

2. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 2. Олимпийские зимние игры : учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, А. Н. Корольков, И. А. Сабирова, О. И. Кузьмина. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 493 с. – (Профессиональное образование). – ISBN 978-5-534-10352-6. – Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/456546>

### **4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

Программой предусмотрено сочетание различных форм и методов обучения. Занятия проводятся в форме лекционно-практических занятий. Перед очередным занятием кратко разбирается суть и содержание

предыдущей лекции. Кроме лекционного изложения материала, занятия проводятся в форме деловых игр, практикумов и тренингов. Занятия строятся на сочетании индивидуальной и групповой работы.

Для промежуточного контроля знаний предполагается использование мини-тестов.

Освоение курса предполагает самостоятельную работу обучающихся в формах: конспектирования лекционных занятий, разбора лекционно-практического материала, знакомства с основной и дополнительной литературой. Кроме того, обучающимся рекомендуется после каждого занятия обсуждать полученные сведения с другими учащимися, со своими родителями и знакомыми выпускниками вузов. Изучение курса завершается сдачей зачета.

Итоговой формой контроля полученных обучающимися знаний является зачет, который по выбору обучающегося может быть проведен в одной из двух форм:

– проверка модели личного плана учащегося на 10 лет, разрабатываемого им самостоятельно дома по материалам курса в соответствии с рекомендациями.

– письменная итоговая зачетная работа, выполняемая по билетам в соответствии с контрольными вопросами, представленными в рабочей программе.

Сдача зачета вне зависимости от выбранной учащимся формы аттестации производится в период зачетной сессии. Требования к зачету:

1. Представление всех конспектов лекций.  
2. Написание рефератов на одну из тем пройденного учебного материала.

3. Принять участие в физкультурно-оздоровительных или спортивно-массовых мероприятиях, проводимых на уровне института, города, области и России.

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
<b>Уметь:</b>	
овладение обучающимися уровнями образования и требования каттестации в вузах	Анализ и оценка решения ситуационных задач
получение информации о физической культуре, как будущей специальности	Анализ и оценка решения ситуационных задач
<b>Знать:</b>	
организационную структуру института, структуру - учебного плана специальности	Фронтальный опрос
основные традиции института и содержание других наиболее важных элементов корпоративной культуры	Контрольная работа
приемы и методы, обеспечивающие повышение эффективности использования учебного времени	Анализ и оценка решения тестовых заданий Защита реферата

## **5. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся**

При освоении материала дисциплины необходимо:

- спланировать и распределить время, необходимое для изучения дисциплины;
- конкретизировать для себя план изучения материала;
- ознакомиться с объемом и характером внеаудиторной самостоятельной работы для полноценного освоения каждой из тем дисциплины.

Сценарий изучения курса:

- проработайте каждую тему по предлагаемому ниже алгоритму действий;
- изучив весь материал, выполните итоговый тест, который продемонстрирует готовность к сдаче зачета.

Алгоритм работы над каждой темой:

- изучите содержание темы вначале по лекционному материалу, а затем по другим источникам;
- прочитайте дополнительную литературу из списка, предложенного преподавателем;
- выпишите в тетрадь основные категории и персоналии по теме, используя лекционный материал или словари, что поможет быстро повторить материал при подготовке к зачету;
- составьте краткий план ответа по каждому вопросу, выносимому на обсуждение на лабораторном занятии;
- выучите определения терминов, относящихся к теме;
- продумайте примеры и иллюстрации к ответу по изучаемой теме;
- подберите цитаты ученых, общественных деятелей, публицистов, уместные с точки зрения обсуждаемой проблемы;
- продумывайте высказывания по темам, предложенным к лабораторному занятию.

Рекомендации по работе с литературой:

- ознакомьтесь с аннотациями к рекомендованной литературе и определите основной метод изложения материала того или иного источника;
- составьте собственные аннотации к другим источникам на карточках, что поможет при подготовке рефератов, текстов речей, при подготовке к зачету;
- выберите те источники, которые наиболее подходят для изучения конкретной темы.