

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: ОП.20 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 23.05.2019 г., протокол № 9.

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании предметно-цикловой комиссии профессионального цикла по специальности 49.02.01 Физическая культура от 28.02.2020 г., протокол № 8.

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

1. Паспорт программы учебной дисциплины	3
2. Структура и содержание учебной дисциплины	5
3. Условия реализации учебной дисциплины	14
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины	14
5. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся.....	16

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 80 часов, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 52 часа;
самостоятельной работы обучающегося 28 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	<i>Объем часов</i>
Максимальная учебная нагрузка (всего)	80
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	52
в том числе:	
теоретическое обучение (лекции)	36
лабораторные занятия	-
практические занятия	16
контрольные работы	-
курсовая работа (проект)	-
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	28
в том числе:	
самостоятельная работа над курсовой работой (проектом)	-
Внеаудиторная самостоятельная работа	28
Итоговая аттестация в форме зачета	

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

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Предмет, цели и задачи курса «Введение в профессию»		16	4
Тема 1.1. Предмет, цели и задачи курса.	Содержание учебного материала	2	
	1. Понятие учебного плана.		
	2. Место учебной дисциплины в учебном плане специальности.		
	3. Порядок взаимодействия с преподавателем.		
	4. Порядок аттестации по дисциплине.		
	Практические занятия диагностика, тренинг.	1	
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовить тезисы сообщений по данной теме	2	
Тема 1.2. Порядок взаимодействия с преподавателем.	Содержание учебного материала	2	4
	1. Необходимость и возможность познания мира.		
	2. Коммерческая целесообразность изучения человека, организаций и человеческой цивилизации.		
	3. Соотношение технических и гуманитарных знаний.		
	Практические занятия диагностика, тренинг.	1	
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовить сообщение по одному из указанных вопросов	2	

Тема 1.3. Понятие и виды уровней образования.	Содержание учебного материала	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		
	Практические занятия	1	
	диагностика, тренинг.		
	Самостоятельная работа обучающихся	3	
	Подготовить сообщение по одному из указанных вопросов		
Раздел 2. Аналитический обзор концепций непрерывного физкультурного образования населения РФ.		12	
Тема 2.1. Объективная необходимость в развитии непрерывного образования	Содержание учебного материала	2	3
	1. Общественные причины перехода к системе непрерывного образования		
	2. Принципиальные особенности системы непрерывного образования		
	Практические занятия		
	диагностика, тренинг.		
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Составить тесты для вакансии		

Тема 2.2. Сущность непрерывного физкультурного образования	Содержание учебного материала	2	
	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		
	Практические занятия тренинг, деловая игра	1	
	Самостоятельная работа обучающихся	1	
	Сформулировать советы при подготовке к телефонному разговору, типичные ошибки при телефонном собеседовании		
Тема 2.3. Государственный образовательный стандарт	Содержание учебного материала	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		
	Практические занятия тренинг, деловая игра		
	Самостоятельная работа обучающихся	1	
	Подготовить вопросы на собеседовании при трудоустройстве		
Раздел 3. Назначение и содержание профессии «Преподаватель физической культуры»		13	

Тема 3.1. Назначение профессии преподавателя физической культуры	Содержание учебного материала	2	4
	1. Характеристика целевых установок в деятельности преподавателя физической культуры		
	2. Содержание профессиональной деятельности специалиста «Преподаватель физической культуры образовательных учреждений		
	Практические занятия тренинг, деловая игра	1	
	Самостоятельная работа обучающихся	2	
	Составить резюме		
Тема 3.2. Педагогическая деятельность	Основы педагогического мастерства	2	
	Научная организация труда преподавателя физической культуры.		
	Характеристика неблагоприятных факторов труда, основных направлений научной организации труда		
	Практические занятия диагностика, тренинг, деловая игра.		
	Самостоятельная работа обучающихся Составить деловое письмо		
Тема 3.3. Основы профессионального образования, самосовершенствования	Содержание учебного материала	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.		
	Практические занятия диагностика, тренинг, деловая игра.	1	
	Самостоятельная работа обучающихся Составить деловое письмо	1	

Раздел 4. Социальные функции формы физической культуры		9	
Тема 4.1 Основные социальные сферы жизнедеятельности общества как критерий классификации общественных функций физической культуры.	Содержание учебного материала	2	3
	Содержание ведущих типов функций		
	Практические занятия диагностика, тренинг, деловая игра.	1	
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовить тезисы сообщений по данной теме	2	
Тема 4.2 Классификация основных форм физической культуры по различным видам физической культуры	Содержание учебного материала	2	
	Содержание учебного материала		
	1. Формы базовой физической культуры		
	2. Малогрупповые формы занятий прикладной физической культуры		
	Практические занятия диагностика, тренинг, деловая игра.	1	
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовить тезисы сообщений по данной теме	1	
Раздел 5. Принципы, регламентирующие деятельность преподавателя		9	

по физической культуре.			
Тема 5.1. Принципы, регламентирующие деятельность по физической культуре.	Содержание учебного материала	2	4
	1. Определение понятия «принцип».		
	2. Наиболее общие принципы системы физкультурного образования.		
	Практические занятия тренинг, деловая игра.	1	
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовить тезисы сообщений по данной теме	1	
Тема 5.2. Сущность и основные правила дидактических принципов физкультурного образования	Содержание учебного материала	2	3
	1. Принципы сознательности и активности, наглядности, доступности, индивидуализации, систематичности и постепенности.		
	Практические занятия тренинг, деловая игра.	1	
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовить тезисы сообщений по данной теме	2	
Раздел 6. Средства и методы физкультурного образования		12	
Тема 6.1. Средства физкультурного образования как предметы	Содержание учебного материала	2	3
	1. Классификационная характеристика ведущих средств		
	2. Физические упражнения: сущность		
	3. Техника физических упражнений, ее сущность, кинематические, ритмические и динамические характеристики		

отношения и виды деятельности	4. Оздоровительные, природные и гигиенические факторы как средства физкультурного образования.		
	5. Технические средства, их назначение и классификация.		
	Практические занятия тренинг, деловая игра.		
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовить тезисы сообщений по данной теме		
Тема 6.2. Методы как способы использования средств физкультурного образования.	Содержание учебного материала	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.		
	Практические занятия диагностика, тренинг.	1	
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовить тезисы сообщений по данной теме	2	
Раздел 7. Основы действий		9	
Тема 7.1. Двигательная деятельность как предмет обучения, ее сущность и отличительные особенности.	Содержание учебного материала	2	3
	1. Закономерности обучения двигательным действиям как результат обучения		
	Практические занятия диагностика, тренинг.	1	
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовить тезисы сообщений по данной теме	2	
	Содержание учебного материала	2	

Тема 7.2. Современные теории обучения двигательным действиям	1. Сущность, отличительные особенности и перспективы претворения в практику физкультурного образования		
	2. Основы методики поэтапного формирования двигательных действий.		
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовить тезисы сообщений по данной теме	2	
Всего:		80	

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 обучающимися, 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 обучающегося 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 обучающимся 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.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Уметь:	
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
Знать:	
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.