|  |
| --- |
| Министерство науки и высшего образования Российской ФедерацииФедеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Ростовский государственный экономический университет (РИНХ)» |
|  | УТВЕРЖДАЮДиректор Таганрогского института имени А.П. Чехова (филиала)РГЭУ (РИНХ)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Голобородько А.Ю.«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_г. |
|  |
|  |  |
| **Рабочая программа дисциплины****Профессионально-прикладная физическая подготовка** |
|  |  |
| направление 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)направленность (профиль) 44.03.05.37 Физическая культура и Дополнительное образование (спортивная подготовка) |
|  |  |
| Для набора 2019, 2020, 2021, 2022 года |
|  |  |
| КвалификацияБакалавр |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  | стр. 2 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | КАФЕДРА |  | **физической культуры** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Распределение часов дисциплины по семестрам** |  |  |  |  |
|  | Семестр(<Курс>.<Семестр на курсе>) | **10 (5.2)** | Итого |  |  |  |  |
|  | Недель | 9 5/6 |  |  |  |  |
|  | Вид занятий | УП | РП | УП | РП |  |  |  |  |
|  | Лекции | 10 | 10 | 10 | 10 |  |  |  |  |
|  | Практические | 30 | 30 | 30 | 30 |  |  |  |  |
|  | Итого ауд. | 40 | 40 | 40 | 40 |  |  |  |  |
|  | Кoнтактная рабoта | 40 | 40 | 40 | 40 |  |  |  |  |
|  | Сам. работа | 32 | 32 | 32 | 32 |  |  |  |  |
|  | Итого | 72 | 72 | 72 | 72 |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ОСНОВАНИЕ** |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Учебный план утвержден учёным советом вуза от 26.04.2022 протокол № 9/1.Программу составил(и): канд. пед. наук, Доц., Савченко Маргарита Борисовна \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Зав. кафедрой: Кибенко Е. И. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  | стр. 3 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ** |
| **ПКР-4.1:Создает условия для поддержания интереса обучающихся к образовательному процессу, через взаимодействие с коллегами, родителями обучающихся, социальными партнерами и иными заинтересованными лицами и организациями** |
| **ПКР-4.2:Использует современные концепции, образовательные технологии при организации совместной и индивидуальной образовательной и воспитательной деятельности** |
| **ПКР-4.3:Осуществляет контроль и организацию работы участников образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **В результате освоения дисциплины обучающийся должен:** |
| **Знать:** |
|  |
| **Уметь:** |
|  |
| **Владеть:** |
|  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ** |
| **Код занятия** | **Наименование разделов и тем /вид занятия/** | **Семестр / Курс** | **Часов** | **Компетен-****ции** | **Литература** |
|  | **Раздел 1. Профессионально-прикладной потенциал студентов** |  |  |  |  |
| 1.1 | Тема 1. Здоровье студентов и факторы, его определяющие.Физическое здоровье, психическое здоровье, социальное здоровье. Комплекс факторов, влияющих на здоровье человека. Характеристика медицинских групп. Анализ показателей здоровья студентов педагогических вузов. Основные виды заболеваний у студенчества./Лек/ | 10 | 2 | ПКР-4.1 ПКР-4.2 ПКР-4.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 |
| 1.2 | Тема 1. Место ППФП в системе физического воспитания студентов.Методика подбора средств ППФП студентов. Организация и формы ППФП в вузе. Влияние современной технизации труда и быта на жизнедеятельность человека. Обеспечение психофизической надежности будущих специалистов в избранном виде профессионального труда. Прикладные умения и навыки. Прикладные психофизические качества. Прикладные Психические качества. Направленный подбор упражнений в соответствии с профессиональными особенностями/Пр/ | 10 | 4 | ПКР-4.1 ПКР-4.2 ПКР-4.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 |
| 1.3 | Тема 1. Аналитический поиск и анализ специальной литературы по профессионально-прикладной физической подготовке студентов, виды профессиональных заболеваний, вредные производства. Профилактика профессиональных заболеваний. /Ср/ | 10 | 10 | ПКР-4.1 ПКР-4.2 ПКР-4.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 |
| 1.4 | Тема 2. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов.Общие положения профессионально-прикладной физической подготовки студентов. Краткая историческая справка о направленном использовании физических упражнений для подготовки к труду. Определение понятия ППФП, ее цель и задачи. Место ППФП в системе физического воспитания студентов. Основные факторы, определяющие содержание ППФП. Сопутствующие факторы, определяющие содержание ППФП./Лек/ | 10 | 4 | ПКР-4.1 ПКР-4.2 ПКР-4.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  | стр. 4 |
| 1.5 | Тема 2. Организация и формы профессионально-прикладной физической подготовки в вузе.Теоретические занятия, методико-практические занятия. Формы ППФП в свободное время. Секционные, самодеятельные, физкультурно-оздоровительные, спортивно-массовые занятия и мероприятия./Ср/ | 10 | 8 | ПКР-4.1 ПКР-4.2 ПКР-4.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 |
| 1.6 | Тема 3. Методологические основы профессионально- прикладной физической культуры.Системный подход. Целостность системы объекта. Принцип структурности. Иерархическая соподчиненность системы. Принцип взаимосвязи и взаимозависимости. Дифференцированные педагогические технологии. Квалификационные уровни. Направления методологического подхода. Обоснование содержания ППФП студентов с точки зрения методологического подхода./Лек/ | 10 | 2 | ПКР-4.1 ПКР-4.2 ПКР-4.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 |
| 1.7 | Тема 2. Технология организации физкультурно-спортивной деятельности будущих педагогов.Знания, умения и навыки. Состав общекультурных компетенций, формируемых в результатеосвоения дисциплины. Состав профессиональных компетенций, формируемых в результатеосвоения дисциплины. Анализ будущей профессиональной деятельности студентов. Формирование социально и профессионально важных качеств (СПВК) специалистов. Фасилитация. Педагогическая толерантность. Змпатия. Рефлексия. коммуникативные способности педагогов./Пр/ | 10 | 4 | ПКР-4.1 ПКР-4.2 ПКР-4.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 |
| 1.8 | Тема 3. Спортивные игры как средство профессионально- прикладной физической подготовки студентов. Игровая деятельностью Деловые игры. Логико-аналитическое сопоставление наиболее значимых качеств в спортивно-игровой деятельности и СПВК будущего педагога. Техника, тактика, цель тактической подготовки. Анализ содержания и особенностей спортивных игр./Ср/ | 10 | 8 | ПКР-4.1 ПКР-4.2 ПКР-4.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 |
| 1.9 | Тема 4. Успешность профессионально-педагогической деятельности и проблема профессиональных деструкций педагогов.Профессиональная компетентность. Профессиональная деструкция. Факторы, детерминирующие развитие профессиональных деструкций, характерных только для педагогической деятельности. Змоциональная насыщенность. Формирование индивидуального стиля деятельности педагога. Зависимость развития деструкций от содержания преподаваемого предмета. формирование противоречий в развитии деструкций. Кондиционные качества. Координационные качества. Психофизические качества. Социально значимые качества./Лек/ | 10 | 2 | ПКР-4.1 ПКР-4.2 ПКР-4.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 |
| 1.10 | Тема 3. Технология организации ППФП в профессионально- педагогическом вузе.ППФП. Профессионально-педагогическая деятельность педагога. Образовательная деятельность. Воспитательная деятельность. Учебно-методическая деятельность. Организационно-управленческая деятельность. Производственно-технологическая деятельность. Возможные профессиональные заболевания. профессиональные деструкции педагога. Группы профессий "человек - человек", "Человек - техника". Личность педагога./Пр/ | 10 | 4 | ПКР-4.1 ПКР-4.2 ПКР-4.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  | стр. 5 |
| 1.11 | Тема 4. Организация физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности в вузе.Структура физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности. Формирование компонентов психофизического здоровья студентов в процессе спортивно-игровой деятельности. Формирование профессионально и социально важных качеств будущего педагога с помощью спортивно- игровой деятельности./Ср/ | 10 | 6 | ПКР-4.1 ПКР-4.2 ПКР-4.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 |
| 1.12 | Тема 4. Организация физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности в вузе.Структура физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности. Формирование компонентов психофизического здоровья студентов в процессе спортивно-игровой деятельности. Формирование профессионально и социально важных качеств будущего педагога с помощью спортивно- игровой деятельности./Пр/ | 10 | 4 | ПКР-4.1 ПКР-4.2 ПКР-4.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 |
| 1.13 | Тема 4. Общая физическая и профессионально-прикладная физическая подготовка.Соотношение этих разделов. Средства ППФП. Прикладные физические упражнения и отдельные элементы различных видов спорта; прикладные виды спорта; естественные силы природы и гигиенические факторы; вспомогательные средства. профессиограмма. Ее назначение и содержание. Формы труда. Формы труда по степени тяжести. Условия и режим труда при различных видах трудовой деятельности. Характер труда при различных видах трудовой деятельности./Пр/ | 10 | 6 | ПКР-4.1 ПКР-4.2 ПКР-4.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 |
| 1.14 | Тема 5. Трудовая деятельность при различных видах труда.Прием, хранение и переработка информации. Принятие решений. Двигательные действия. Нагрузка на отдельные органы и функциональные системы. Эмоциональные состояния. Психологические трудности. Тяжесть работы./Пр/ | 10 | 2 | ПКР-4.1 ПКР-4.2 ПКР-4.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 |
| 1.15 | Тема 6. Оценка работоспособности при различных видах труда.Изменение физического и психического состояния человека и эффективности трудовой деятельности на протяжении времени (день, неделя, год). Утомление. Внешние объективные признаки утомления. Переутомление. Определение эффективности труда. Динамика работоспособности./Пр/ | 10 | 2 | ПКР-4.1 ПКР-4.2 ПКР-4.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 |
| 1.16 | Тема 7. Методы оценки профессионально важных психических и физических качеств.Оценка физических качеств. Проба с приседаниями и расчётом индекса Руфье, Гарвардский степ-тест, проба Штанге, проба Ромберга, тест Купера, определение высоты прыжка по способу Абалакова, подтягивание на перекладине и поднимание туловища из положения лежа на спине, кистевая динамометрия, измерение точности воспроизведения усилия, «эстафетный» тест. Оценка способности к сохранению равновесия. Оценка объема и устойчивости внимания. Проба Шульте. Оценка переключения внимания./Пр/ | 10 | 2 | ПКР-4.1 ПКР-4.2 ПКР-4.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 |
| 1.17 | Тема 8. Биологические ритмы и работоспособность.Биологические ритмы. Гиподинамия. Гипокинезия. Устойчивость организма человека к неблагоприятным факторам. Использование физических упражнений для восстановления после физических и умственных нагрузок. Виды физических упражнений. Циклические и ациклические упражнения. Сила, выносливость и быстрота./Пр/ | 10 | 2 | ПКР-4.1 ПКР-4.2 ПКР-4.3 | Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  | стр. 6 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ** |
| Структура и содержание фонда оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации представлены в Приложении 1 к рабочей программе дисциплины. |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ** |
| **5.1. Основная литература** |
|  | Авторы, составители | Заглавие | Издательство, год | Колич-во |
| Л1.1 | Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. | Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений физ. культуры | М.: Академия, 2000 | 1 |
| Л1.2 | Степаненкова, Эмма Яковлевна | Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений | М.: Академия, 2008 | 10 |
| Л1.3 | Гамова С. Н. | Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: методические рекомендации к выполнению контрольных работ для студентов заочной формы обучения: методическое пособие | Москва|Берлин: Директ- Медиа, 2017 | http://biblioclub.ru/index. php? page=book&id=454166 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л1.4 | Шебеко, В. Н. | Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста: учебное пособие | Минск: Вышэйшая школа, 2013 | http://www.iprbookshop. ru/35552.html неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| **5.3 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы** |
| Электронные подписные ресурсы: |
| «Университетская библиотека онлайн», режим доступа: https://biblioclub.ru/; |
| «Национальная электронная библиотека (НЭБ)», режим доступа: https://rusneb.ru/; |
| Электронная библиотечная система издательства «Лань», режим доступа: https://e.lanbook.com; |
| Научная электронная библиотека (eLIBRARY.RU)\, режим доступа: http://www.elibrary.ru/. |
| Ресурсы открытого доступа: |
| Электронная библиотечная система «Юрайт», режим доступа: http://www.biblio-online.ru/; |
| Университетская информационная система РОССИЯ (УИС Россия), режим доступа: http://uisrussia.msu.ru; |
| Научная электронная библиотека «КиберЛенинка», режим доступа: http://cyberleninka.ru/; |
| Базе научных статей издательства «Грамота», режим доступа:http://www.gramota.net/materials.html. |
| **5.4. Перечень программного обеспечения** |
| **5.5. Учебно-методические материалы для студентов с ограниченными возможностями здоровья** |
| При необходимости по заявлению обучающегося с ограниченными возможностями здоровья учебно-методические материалы предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям здоровья и восприятия информации. Для лиц с нарушениями зрения: в форме аудиофайла; в печатной форме увеличенным шрифтом. Для лиц с нарушениями слуха: в форме электронного документа; в печатной форме. Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в форме электронного документа; в печатной форме. |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)** |
| 1. Два спортивных зала (24х12; 18х9) оснащенных спортивным инвентарем и специальным оборудованием необходимым для проведения учебно-практических занятий. |
| 2. Учебные аудитории для проведения лекционных занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения. |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)** |
| Методические указания по освоению дисциплины представлены в Приложении 2 к рабочей программе дисциплины. |