


МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Тульский государственный университет»

Институт педагогики, физической культуры, спорта и туризма
Кафедра «Физкультурно-оздоровительные технологии»

Утверждено на заседании кафедры
«Физкультурно-оздоровительные
технологии»
«24» января 2023г., протокол №6

Заведующий кафедрой
 С.А. Архипова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Основы педагогического мастерства специалиста в сфере физкультурно-оздоровительных технологий»

**основной профессиональной образовательной программы
высшего образования – программы магистратуры**

по направлению подготовки
49.04.01 Физическая культура

с направленностью (профилем)
Физкультурно-оздоровительные технологии

Форма обучения: очная, заочная

Идентификационный номер образовательной программы: 490401-01-23

Тула 2023 год

ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ
рабочей программы дисциплины (модуля)

Разработчик(и):

Забродина Т.А., доцент каф. ФОТ, к.пс.н.



1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины является создание целостного представления о сущности, специфике и структуре педагогической деятельности.

Задачами освоения дисциплины (модуля) являются:

- формирование теоретических знаний в области профессиональной деятельности;
- развитие представлений о роли педагогического мастерства в подготовке специалиста;
- выработка путей совершенствования педагогического мастерства;
- закрепление педагогических технологий в образовательном процессе.

2 Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы

Дисциплина (модуль) относится к части основной профессиональной образовательной программы, формируемой участниками образовательных отношений.

Дисциплина (модуль) изучается во 2 семестре.

3 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю)

Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы (формируемыми компетенциями) и индикаторами их достижения, установленными в общей характеристике основной профессиональной образовательной программы, приведён ниже.

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен:

Знать:

- 1) физиологию человека (код компетенции ПК-1, код индикатора – ПК 1.1);
- 2) физиологические аспекты упражнений (код компетенции ПК-1, код индикатора – ПК 1.1);
- 3) теорию и методику спортивной тренировки (код компетенции ПК-1, код индикатора – ПК 1.1);
- 4) возрастные особенности человека (код компетенции ПК-1, код индикатора – ПК 1.1);
- 5) противопоказания к занятиям физической культурой (код компетенции ПК-1, код индикатора – ПК 1.1);
- 6) классификацию и состав физических упражнений по целевому и анатомическому принципу (код компетенции ПК-1, код индикатора – ПК 1.1);
- 7) общие принципы компоновки и комбинации физических упражнений, сочетание физических упражнений с другими видами оздоровительных занятий (код компетенции ПК-1, код индикатора – ПК 1.1);
- 8) оценочные показатели адаптации организма человека к разным уровням интенсивности аэробного, анаэробного, функционального тренинга (код компетенции ПК-1, код индикатора – ПК 1.1);
- 9) методику проведения индивидуальных занятий для различного половозрастного состава населения (код компетенции ПК-1, код индикатора – ПК 1.1);
- 10) методику силовых, интервальных, круговых, функциональных тренировок, тренировок для развития ловкости, равновесия, координации, гибкости, функционального тренинга (код компетенции ПК-1, код индикатора – ПК 1.1);

11) правила вида спорта, нормы, требования и условия их выполнения; федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта; общероссийские антидопинговые правила, утвержденные федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями; методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние (код компетенции ПК-7, код индикатора – ПК 7.1);

12) принципы и закономерности, обеспечивающие реализацию целей тренировочного процесса, в том числе положение теории и методики физической культуры, теории спорта, педагогики физической культуры и спорта, психологии физической культуры и спорта, теории и методики избранного вида спорта, теории и методики обучения базовым видам спорта, биомеханики двигательной деятельности (код компетенции ПК-7, код индикатора – ПК 7.1);

13) специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях их проведения (код компетенции ПК-7, код индикатора – ПК 7.1);

14) требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию тренировочных занятий (код компетенции ПК-7, код индикатора – ПК 7.1).

Уметь:

1) определять частоту, интенсивность, продолжительность нагрузки (код компетенции ПК-1, код индикатора – ПК 1.2);

2) выявлять ошибки в технике выполнения элементов упражнений (код компетенции ПК-1, код индикатора – ПК 1.2);

3) подбирать методы и средства коррекции ошибок в технике выполнения упражнений (код компетенции ПК-1, код индикатора – ПК 1.2);

4) определять уровень индивидуального восприятия нагрузки (код компетенции ПК-1, код индикатора – ПК 1.2);

5) варьировать интенсивность нагрузки при превышении у человека пределов допустимых норм показателей физического состояния (код компетенции ПК-1, код индикатора – ПК 1.2);

6) демонстрировать выполнение упражнений (код компетенции ПК-1, код индикатора – ПК 1.2);

7) применять величину нагрузки, частоту тренировочных занятий с учетом воздействия на мышечные группы человека согласно индивидуальной программе (код компетенции ПК-1, код индикатора – ПК 1.2);

8) обучать техникам дыхания при исполнении упражнений (код компетенции ПК-1, код индикатора – ПК 1.2);

9) вести мониторинг сердечного ритма человека на занятиях с высокой интенсивностью (код компетенции ПК-1, код индикатора – ПК 1.2);

10) соблюдать принципы последовательности решения задач физического совершенствования и постепенной прогрессивной сверхнагрузки с учетом индивидуального образа жизни, возраста и физического развития человека (код компетенции ПК-1, код индикатора – ПК 1.2);

11) производить замеры частоты сердечных сокращений, частоты дыхания, артериального давления и определять связи показателей замеров с различными видами физической нагрузки человека (код компетенции ПК-1, код индикатора – ПК 1.2);

12) выявлять источники опасности и возможного травматизма во время занятий и выбирать алгоритмы действий по их устранению (код компетенции ПК-1, код индикатора – ПК 1.2);

13) учитывать характер внешних обстоятельств и динамику потребностей человека при адаптации индивидуальных программ (код компетенции ПК-1, код индикатора – ПК 1.2);

14) использовать методы позитивной мотивации (код компетенции ПК-1, код индикатора – ПК 1.2);

15) выявлять своевременно угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности (код компетенции ПК-7, код индикатора – ПК 7.2).

Владеть:

1) навыками проведения инструктажа по технике самостраховки и техникам безопасного выполнения упражнений с использованием тренажерных устройств, оборудования свободного веса и специализированного оборудования (код компетенции ПК-1, код индикатора – ПК 1.3);

2) навыками документирования процесса реализации индивидуальных программ с фиксацией показателей (код компетенции ПК-1, код индикатора – ПК 1.3);

3) навыками контроля соответствия занятий по индивидуальным программам нормам безопасности и эффективности для формирования ЗОЖ (код компетенции ПК-1, код индикатора – ПК 1.3);

4) навыками контроля пределов комфортного диапазона движений человека при проработке мышечных групп с целью предупреждения его превышения (код компетенции ПК-1, код индикатора – ПК 1.3);

5) навыками определения признаков переутомления или перетренированности человека
7) Разработки новых подходов и методических решений в области проектирования и реализации программ обучения (код компетенции ПК-1, код индикатора – ПК 1.3);

6) навыками обеспечения безопасности занимающихся (код компетенции ПК-7, код индикатора – ПК 7.3);

7) навыками определения и установки режима тренировочного процесса (код компетенции ПК-7, код индикатора – ПК 7.3).

Полные наименования компетенций и индикаторов их достижения представлены в общей характеристике основной профессиональной образовательной программы.

4 Объем и содержание дисциплины (модуля)

4.1 Объем дисциплины (модуля), объем контактной и самостоятельной работы обучающегося при освоении дисциплины (модуля), формы промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

Номер семестра	Формы промежуточной аттестации	Общий объем в зачетных единицах	Общий объем в академических часах	Объем контактной работы в академических часах						Объем самостоятельной работы в академических часах
				Лекционные занятия	Практические (семинарские) занятия	Лабораторные работы	Клинические практические занятия	Консультации	Промежуточная аттестация	
Очная форма обучения										
2	ЗЧ	2	72	-	36	-	-	0	0,1	35,9
Итого	–	2	72	-	36	-	-	0	0,1	35,9
Заочная форма обучения										
2	ЗЧ	2	72	2	8	-	-	0	0,1	61,9
Итого	–	2	72	2	8	-	-	0	0,1	61,9

Условные сокращения: Э – экзамен, ЗЧ – зачет, ДЗ – дифференцированный зачет (зачет с оценкой), КП – защита курсового проекта, КР – защита курсовой работы.

4.2 Содержание лекционных занятий

Очная форма обучения

Занятия указанного типа не предусмотрены основной профессиональной образовательной программой.

Заочная форма обучения

№ п/п	Темы практических (семинарских) занятий
2 семестр	
1	Педагогические знания, профессиональные умения и навыки.
2	Педагогическое общение.

4.3 Содержание практических (семинарских) занятий

Очная форма обучения

№ п/п	Темы практических (семинарских) занятий
2 семестр	
1	Понятие и сущность педагогического мастерства.
2	Профессионально-педагогическая деятельность специалистов в сфере физкультурно-оздоровительных технологий.
3	Слагаемые профессионализма и творческой самореализации педагога.
4	Профессионально важные качества личности педагога.
5	Педагогические знания, профессиональные умения и навыки.
6	Педагогическое общение.
7	Имидж педагога.
8	Педагогические способности.
9	Педагогические технологии.
10	Педагогический такт.
11	Педагогическая направленность личности.
12	Структура педагогической деятельности.

Заочная форма обучения

№ п/п	Темы практических (семинарских) занятий
2 семестр	
1	Понятие и сущность педагогического мастерства.
2	Профессионально-педагогическая деятельность специалистов в сфере физкультурно-оздоровительных технологий.
3	Слагаемые профессионализма и творческой самореализации педагога.
4	Профессионально важные качества личности педагога.

4.4 Содержание лабораторных работ

Занятия указанного типа не предусмотрены основной профессиональной образовательной программой.

4.5 Содержание клинических практических занятий

Занятия указанного типа не предусмотрены основной профессиональной образовательной программой.

4.6 Содержание самостоятельной работы обучающегося

Очная форма обучения

№ п/п	Виды и формы самостоятельной работы
2 семестр	
1	Подготовка к практическим (семинарским) занятиям
2	Подготовка презентации, доклада
3	Подготовка к тестированию
4	Подготовка к промежуточной аттестации и ее прохождение

Заочная форма обучения

№ п/п	Виды и формы самостоятельной работы
2 семестр	
1	Выполнение контрольно-курсовой работы
2	Подготовка к практическим (семинарским) занятиям
3	Подготовка к промежуточной аттестации и ее прохождение

5 Система формирования оценки результатов обучения по дисциплине (модулю) в рамках текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающегося

Очная форма обучения

Мероприятия текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающегося			Максимальное количество баллов
2 семестр			
Текущий контроль успеваемости	Первый рубежный контроль	Оцениваемая учебная деятельность обучающегося:	
		Работа на практических (семинарских) занятиях	10
		Тестирование	20
		Итого	30
	Второй рубежный контроль	Оцениваемая учебная деятельность обучающегося:	
		Работа на практических (семинарских) занятиях	16
		Подготовка презентации, доклада	14
		Итого	30

Мероприятия текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающегося		Максимальное количество баллов
Промежуточная аттестация	Зачет	40 (100*)

*В случае отказа обучающегося от результатов текущего контроля успеваемости

Заочная форма обучения

Мероприятия текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающегося		Максимальное количество баллов
2 семестр		
Текущий контроль успеваемости	Работа на практических (семинарских) занятиях	30
	Выполнение контрольно-курсовой работы	30
Промежуточная аттестация	Зачет	40 (100*)

* В случае отказа обучающегося от результатов текущего контроля успеваемости

Шкала соответствия оценок в стобалльной и академической системах оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю)

Система оценивания результатов обучения	Оценки			
Стобалльная система оценивания	0 – 39	40 – 60	61 – 80	81 – 100
Академическая система оценивания (экзамен, дифференцированный зачет, защита курсового проекта, защита курсовой работы)	Неудовлетворительно	Удовлетворительно	Хорошо	Отлично
Академическая система оценивания (зачет)	Не зачтено	Зачтено		

6 Описание материально-технической базы (включая оборудование и технические средства обучения), необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю) требуется учебная аудитория, оборудованная доской для написания мелом.

7 Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

7.1 Основная литература

1. Кандаурова А.В. Педагогическое мастерство: формирование педагогического стиля: учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / А.В. Кандаурова, Н.Н. Суртаева; под редакцией Н.Н. Суртаевой. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 255 с. — (Бакалавр и магистр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-11176-7. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/444634>

7.2 Дополнительная литература

1. Иванков Ч.Т. Методические основы теории физической культуры и спорта: курс лекций / Ч.Т. Иванков; Моск. гор. пед. ун-т, Педагог. ин-т физич. культуры, Каф. теории и методики физич. воспитания и спорта. — М.: Инсан, 2005. — 368с.
2. Колесникова И.А. Воспитательная деятельность педагога: учебное пособие для вузов / И.А. Колесникова [и др.]; под общ. ред.: В.А. Сластенина, И.А. Колесниковой. — М.: Академия, 2005. — 336с.
3. Лихачев Б.Т. Педагогика: Курс лекций: Учеб. пособие для вузов / Б.Т. Лихачев. — 4-е изд., перераб. и доп. — М.: Юрайт-М, 2003. — 607с.
4. Смирнов С.Д. Педагогика и психология высшего образования: от деятельности к личности: учеб. пособие для вузов / С.Д. Смирнов. — 5-е изд., стер. — М.: Академия, 2010. — 395 с.: ил.

8 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

1. <https://e.lanbook.com/> - ЭБС «Лань», доступ авторизованный.
2. <https://urait.ru/> - Образовательная платформа «Юрайт», доступ авторизованный.
3. <https://www.iprbookshop.ru/> - Цифровой образовательный ресурс IPR SMART, доступ авторизованный.
4. <https://tsutula.bookonline.ru/> - ЭБС ТулГУ «BookOnLime» учебные издания ТулГУ по всем дисциплинам, доступ авторизованный.
5. <https://cyberleninka.ru/> - Научная электронная библиотека «КиберЛенинка», доступ свободный.
6. <https://www.elibrary.ru/> - Научная электронная библиотека eLibrary.ru, доступ свободный.

9 Перечень информационных технологий, необходимых для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

9.1 Перечень необходимого ежегодно обновляемого лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства

1. Текстовый редактор Microsoft Word;
2. Программа для прохождения тестирования;
3. Программа подготовки презентаций Microsoft PowerPoint;
4. Пакет офисных приложений «МойОфис».

9.2 Перечень необходимых современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем

Справочная правовая система Консультант Плюс.