

Паспорт и программа формирования компетенции

Направление 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование»
Профиль «Психология и социальная педагогика»

1. Паспорт компетенции

1.1. Формулировка компетенции

Выпускник, освоивший основную профессиональную образовательную программу, должен обладать компетенцией:

УК-7	способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
-------------	--

1.2. Место компетенции в совокупном ожидаемом результате обучения

Компетенция относится к блоку универсальных компетенций и является обязательной для всех выпускников в соответствии с требованиями ОПОП.

1.3. Структура компетенции

Структура компетенции в терминах «знать», «уметь», «владеть»

знать

- основы здорового образа жизни;
- особенности и закономерности формирования физиологических систем организма в течение жизни;
- основы здорового образа жизни, особенности и закономерности формирования физиологических систем организма в течение жизни;
- основные нормативно-правовые требования к созданию безопасных условий жизнедеятельности, правила охраны труда, основные правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций;
- теоретико-методические и организационные основы физической культуры и здорового образа жизни, социальную роль физической культуры для развития индивидуальных психофизических качеств, средства и методы развития физических качеств;
- средства и методы развития физических качеств в процессе занятий физической культурой;
- основы техники безопасности на занятиях;
- технологию тайм-менеджмента, стратегии выстраивания долгосрочных перспектив в реализации собственных потребностей, используя инструменты непрерывного образования (в течение всей жизни) и требований рынка труда;
- современное состояние проблемы сохранения и укрепления здоровья молодежи и научные исследования в области здоровьесберегающих технологий для формирования устойчивой мотивации и потребности к здоровому образу жизни;
- отдельные способы и приемы индивидуализации и дифференциации обучения и воспитания;

уметь

- ситуативно поддерживать уровень физической подготовленности, планировать физические нагрузки в соответствии с основными положениями здорового образа жизни, оценивать уровень физической подготовки и функциональное состояние органов и систем организма;
- поддерживать уровень физической подготовленности, планировать физические нагрузки в соответствии с основными положениями здорового образа жизни, оценивать уровень физической подготовки и функциональное состояние органов и систем организма;
- реализовывать отдельные способы и приемы индивидуализации и дифференциации обучения и воспитания обучающихся на основе взаимодействия со специалистами ОУ;
- применять правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения;
- использовать основы физической культуры и принципов здорового образа жизни для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности, осуществлять оценку физической подготовленности и функционального состояния органов и систем организма;
- оценивать эффективность влияния занятий на физическое состояние организма;
- реализовывать разновременные проекты на основе применения технологии тайм-менеджмента, подбирать и реализовывать способы самообразования, осуществлять оценку собственных личностных возможностей, временной перспективы развития и карьерного роста в соответствии с требованиями рынка труда;
- применять здоровьесберегающие технологии, планировать собственное рабочее и свободное время для обеспечения оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности, определять возможности физического развития с различной функциональной направленностью (оздоровительной, лечебной тренировочной, коррекционной) и учетом индивидуальных возможностей, особенностей организма;

владеть

- отдельными навыками применения основ здорового образа жизни для поддержания должной физической подготовленности и обеспечения работоспособности;
- способами и приемами индивидуализации и дифференциации обучения и воспитания обучающихся на основе взаимодействия со специалистами образовательного учреждения;
- способами организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельностью обучающихся, в том числе, с особыми образовательными потребностями, по формированию ЗОЖ, сохранению здоровья;
- готовностью своевременно выявлять проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте;
- способностью к непрерывному соблюдению норм здорового образа жизни, к оптимальному сочетанию физической и умственной нагрузки и обеспечению работоспособности;
- средствами и методами формирования здорового стиля жизни, физического самосовершенствования и самовоспитания;
- двигательными умениями и навыками из различных видов спорта и систем физических упражнений, определяющих психофизическую готовность к профессиональной деятельности;
- готовностью определять задачи саморазвития и профессионального роста, планировать его на разновременные периоды на основе оценки собственных личностных возможностей,

временной перспективы развития и карьерного роста в соответствии с требованиями рынка труда;

- готовностью реализовывать здоровьесберегающие технологии, непрерывно соблюдать и пропагандировать нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности.

1.4. Планируемые уровни сформированности компетенции

№ п/п	Уровни сформированности компетенции	Основные признаки уровня
1	<p>Пороговый (базовый) уровень (обязательный по отношению ко всем выпускникам к моменту завершения ими обучения по ООП)</p>	<p>Знает: основы здорового образа жизни, особенности и закономерности формирования физиологических систем организма в течение жизни. Умеет: ситуативно поддерживать уровень физической подготовленности, планировать физические нагрузки в соответствии с основными положениями здорового образа жизни, оценивать уровень физической подготовки и функциональное состояние органов и систем организма. Владеет: отдельными навыками применения основ здорового образа жизни для поддержания должной физической подготовленности и обеспечения работоспособности.</p>
2	<p>Повышенный (продвинутый) уровень (превосходит «пороговый (базовый) уровень» по одному или нескольким существенным признакам)</p>	<p>Знает: теоретико-методические и организационные основы физической культуры и здорового образа жизни, социальную роль физической культуры для развития индивидуальных психофизических качеств, средства и методы развития физических качеств. Умеет: использовать основы физической культуры и принципов здорового образа жизни для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности, осуществлять оценку физической подготовленности и функционального состояния органов и систем организма. Владеет: способностью к непрерывному соблюдению норм здорового образа жизни, к оптимальному сочетанию физической и умственной нагрузки и обеспечению работоспособности.</p>
3	<p>Высокий (превосходный) уровень (превосходит пороговый уровень по всем существенным признакам, предполагает максимально возможную выраженность компетенции)</p>	<p>Знает: современное состояние проблемы сохранения и укрепления здоровья молодежи и научные исследования в области здоровьесберегающих технологий для формирования устойчивой мотивации и потребности к здоровому образу жизни. Умеет: применять здоровьесберегающие технологии, планировать собственное рабочее и свободное время для обеспечения оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности, определять возможности физического развития с различной функциональной направленностью (оздоровительной, лечебной тренировочной, коррекционной) и учетом индивидуальных возможностей, особенностей организма. Владеет: готовностью реализовывать здоровьесберегающие технологии, непрерывно соблюдать и пропагандировать нормы здорового образа</p>

		жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности.
--	--	--

2. Программа формирования компетенции

2.1. Содержание, формы и методы формирования компетенции

№ п/п	Наименование учебных дисциплин и практик	Содержание образования в терминах «знать», «уметь», «владеть»	Формы и методы
1	Валеология	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – основы здорового образа жизни – особенности и закономерности формирования физиологических систем организма в течение жизни <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – ситуативно поддерживать уровень физической подготовленности, планировать физические нагрузки в соответствии с основными положениями здорового образа жизни, оценивать уровень физической подготовки и функциональное состояние органов и систем организма – поддерживать уровень физической подготовленности, планировать физические нагрузки в соответствии с основными положениями здорового образа жизни, оценивать уровень физической подготовки и функциональное состояние органов и систем организма – реализовывать отдельные способы и приемы индивидуализации и дифференциации обучения и воспитания обучающихся на основе взаимодействия со специалистами ОУ <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – отдельными навыками применения основ здорового образа жизни для поддержания должной физической подготовленности и обеспечения работоспособности – способами и приемами индивидуализации и дифференциации обучения и воспитания обучающихся на основе взаимодействия со специалистами образовательного учреждения – способами организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельностью обучающихся, в том числе, с особыми образовательными потребностями, по формированию ЗОЖ, сохранению здоровья 	лекции, лабораторные работы, практические занятия
2	Основы медицинских знаний	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – основы здорового образа жизни, особенности и закономерности формирования физиологических систем организма в течение жизни – основные нормативно-правовые требования к созданию безопасных условий жизнедеятельности, правила охраны труда, основные правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – ситуативно поддерживать уровень физической подготовленности, планировать физические нагрузки в 	лекции, лабораторные работы

		<p>соответствии с основными положениями здорового образа жизни, оценивать уровень физической подготовки и функциональное состояние органов и систем организма</p> <ul style="list-style-type: none"> – применять правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – отдельными навыками применения основ здорового образа жизни для поддержания должной физической подготовленности и обеспечения работоспособности – готовностью своевременно выявлять проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте 	
3	Физическая культура и спорт	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – теоретико-методические и организационные основы физической культуры и здорового образа жизни, социальную роль физической культуры для развития индивидуальных психофизических качеств, средства и методы развития физических качеств – средства и методы развития физических качеств в процессе занятий физической культурой – основы техники безопасности на занятиях <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – использовать основы физической культуры и принципов здорового образа жизни для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности, осуществлять оценку физической подготовленности и функционального состояния органов и систем организма – оценивать эффективность влияния занятий на физическое состояние организма <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – способностью к непрерывному соблюдению норм здорового образа жизни, к оптимальному сочетанию физической и умственной нагрузки и обеспечению работоспособности – средствами и методами формирования здорового стиля жизни, физического самосовершенствования и самовоспитания – двигательными умениями и навыками из различных видов спорта и систем физических упражнений, определяющих психофизическую готовность к профессиональной деятельности 	практические занятия
4	Элективные дисциплины по физической культуре и спорту	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – теоретико-методические и организационные основы физической культуры и здорового образа жизни, социальную роль физической культуры для развития индивидуальных психофизических качеств, средства и методы развития физических качеств – средства и методы развития физических качеств в процессе занятий физической культурой – основы техники безопасности на занятиях <p>уметь:</p>	практические занятия

		<ul style="list-style-type: none"> – использовать основы физической культуры и принципов здорового образа жизни для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности, осуществлять оценку физической подготовленности и функционального состояния органов и систем организма – оценивать эффективность влияния занятий на физическое состояние организма <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – способностью к непрерывному соблюдению норм здорового образа жизни, к оптимальному сочетанию физической и умственной нагрузки и обеспечению работоспособности – средствами и методами формирования здорового стиля жизни, физического самосовершенствования и самовоспитания – двигательными умениями и навыками из различных видов спорта и систем физических упражнений, определяющих психофизическую готовность к профессиональной деятельности 	
5	<p>Производственная практика (педагогическая практика в детских оздоровительных лагерях)</p> <p>Модуль 5. Психолого-педагогические основы профессиональной деятельности</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – технологию тайм-менеджмента, стратегии выстраивания долгосрочных перспектив в реализации собственных потребностей, используя инструменты непрерывного образования (в течение всей жизни) и требований рынка труда – основные нормативно-правовые требования к созданию безопасных условий жизнедеятельности, правила охраны труда, основные правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций – современное состояние проблемы сохранения и укрепления здоровья молодежи и научные исследования в области здоровьесберегающих технологий для формирования устойчивой мотивации и потребности к здоровому образу жизни – отдельные способы и приемы индивидуализации и дифференциации обучения и воспитания <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – реализовывать разновременные проекты на основе применения технологии тайм-менеджмента, подбирать и реализовывать способы самообразования, осуществлять оценку собственных личностных возможностей, временной перспективы развития и карьерного роста в соответствии с требованиями рынка труда – применять правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения – применять здоровьесберегающие технологии, планировать собственное рабочее и свободное время для обеспечения оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности, определять возможности физического развития с различной функциональной направленностью (оздоровительной, лечебной тренировочной, 	

	<p>коррекционной) и учетом индивидуальных возможностей, особенностей организма</p> <ul style="list-style-type: none"> – реализовывать отдельные способы и приемы индивидуализации и дифференциации обучения и воспитания обучающихся на основе взаимодействия со специалистами ОУ <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – готовностью определять задачи саморазвития и профессионального роста, планировать его на разновременные периоды на основе оценки собственных личностных возможностей, временной перспективы развития и карьерного роста в соответствии с требованиями рынка труда – готовностью своевременно выявлять проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте – готовностью реализовывать здоровьесберегающие технологии, непрерывно соблюдать и пропагандировать нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности – способами и приемами индивидуализации и дифференциации обучения и воспитания обучающихся на основе взаимодействия со специалистами образовательного учреждения 	
--	---	--

2.2. Календарный график формирования компетенции

№ п/п	Наименование учебных дисциплин и практик	Семестры											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
1	Валеология		+										
2	Основы медицинских знаний		+										
3	Физическая культура и спорт		+										
4	Элективные дисциплины по физической культуре и спорту	+	+	+	+	+	+						
5	Производственная практика (педагогическая практика в детских оздоровительных лагерях) Модуль 5. Психолого-педагогические основы профессиональной деятельности				+								

2.3. Матрица оценки сформированности компетенции

№ п/п	Наименование учебных дисциплин и практик	Оценочные средства и формы оценки
1	Валеология	Эссе. Учебный проект. Дискуссия.
2	Основы медицинских знаний	Выполнение лабораторно-практических заданий. Тест.
3	Физическая культура и спорт	Выполнение контрольных нормативов для оценки

		общей физической подготовленности (не менее пяти). Выполнение контрольных нормативов по специальной физической подготовленности по виду спорта или системе физических упражнений (не менее двух). Выполнение заданий практических занятий.
4	Элективные дисциплины по физической культуре и спорту	Выполнение контрольных нормативов для оценки общей физической подготовленности (не менее пяти). Выполнение контрольных нормативов по специальной физической подготовленности по виду спорта или системе физических упражнений (не менее двух). Выполнение заданий практических занятий.
5	Производственная практика (педагогическая практика в детских оздоровительных лагерях) Модуль 5. Психолого-педагогические основы профессиональной деятельности	Методическая копилка. Отчет по практике. Выступление на конференции по практике.