

# **Паспорт и программа формирования компетенции**

Направление 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование»  
Профиль «Педагог-психолог»

## **1. Паспорт компетенции**

### **1.1. Формулировка компетенции**

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

<b>УК-7</b>	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;
- 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 в развитии индивидуальных психофизических качеств, для реализации процесса самоопределения, саморазвития, самосовершенствования и готовности к профессиональной деятельности;
- средства и методы развития физических качеств в процессе занятий физической культурой;
- основы техники безопасности на занятиях;
- 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;

#### ***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;
- применять правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения;
- определять педагогические возможности различных средств, методов и приемов организации в обучении, развитии и воспитании;
- оценивать эффективность влияния занятий на физическое состояние организма;
- 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;

#### **владеть**

- 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;
- навыками творческого применения физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей;
- 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;
- способностью к непрерывному соблюдению норм здорового образа жизни, к оптимальному сочетанию физической и умственной нагрузки и обеспечению работоспособности.

#### **1.4. Планируемые уровни сформированности компетенции**

<b>№ п/п</b>	<b>Уровни сформированности компетенции</b>	<b>Основные признаки уровня</b>
1	<b>Пороговый (базовый) уровень</b> (обязательный по отношению ко всем выпускникам к моменту завершения ими обучения по ООП)	Демонстрирует базовый уровень знаний о физической культуре; может осуществлять выбор вариантов действия в типичных ситуациях поддержания должного уровня физической подготовленности; обладает опытом обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности на основе необходимого уровня физической подготовленности в стандартных ситуациях
2	<b>Повышенный (продвинутый) уровень</b> (превосходит «пороговый (базовый) уровень» по одному или нескольким существенным признакам)	Демонстрирует глубокие знания о физической культуре; осуществляет обоснованный выбор вариантов действия в различных ситуациях поддержания должного уровня физической подготовленности; обладает опытом обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности на основе необходимого уровня физической подготовленности в вариативных ситуациях
3	<b>Высокий (превосходный) уровень</b> (превосходит пороговый уровень по всем существенным признакам, предполагает максимально возможную выраженность компетенции)	Демонстрирует свободное владение знаниями о физической культуре; умеет перестраивать способ действия в новых ситуациях поддержания должного уровня физической подготовленности; обладает опытом обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности на основе необходимого уровня физической подготовленности в нестандартных ситуациях

#### **2. Программа формирования компетенции**

##### **2.1. Содержание, формы и методы формирования компетенции**

<b>№</b>	<b>Наименование учебных</b>	<b>Содержание образования в</b>	<b>Формы и</b>
----------	-----------------------------	---------------------------------	----------------

п/п	дисциплин и практик	терминах «знать», «уметь», «владеть»	методы
1	Основы медицинских знаний	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы здорового образа жизни, особенности и закономерности формирования физиологических систем организма в течение жизни</li> <li>– основные нормативно-правовые требования к созданию безопасных условий жизнедеятельности, правила охраны труда, основные правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– 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</li> <li>– применять правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– отдельными навыками применения основ здорового образа жизни для поддержания данной физической подготовленности и обеспечения работоспособности</li> <li>– готовностью своевременно выявлять проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте</li> </ul>	лекции, лабораторные работы, экзамен
2	Физическая культура и спорт	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– теоретико-методические и организационные основы физической культуры и здорового образа жизни</li> <li>– социальную роль физической культуры в развитии индивидуальных психофизических качеств, для реализации процесса самоопределения, саморазвития,</li> </ul>	лекции, экзамен

		<p>самосовершенствования и готовности к профессиональной деятельности</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– средства и методы развития физических качеств в процессе занятий физической культурой</li> <li>– основы техники безопасности на занятиях</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– определять педагогические возможности различных средств, методов и приемов организации в обучении, развитии и воспитании</li> <li>– оценивать эффективность влияния занятий на физическое состояние организма</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками творческого применения физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей</li> <li>– средствами и методами формирования здорового стиля жизни, физического самосовершенствования и самовоспитания</li> <li>– двигательными умениями и навыками из различных видов спорта и систем физических упражнений, определяющих психофизическую готовность к профессиональной деятельности</li> </ul>	
3	Элективные дисциплины по физической культуре и спорту	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– 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</li> <li>– средства и методы развития физических качеств в процессе занятий физической культурой</li> <li>– основы техники безопасности на занятиях</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использовать основы физической культуры и принципов здорового образа</li> </ul>	практические занятия, экзамен

		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 владеть: – 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	
--	--	--	--

## 2.2. Календарный график формирования компетенции

№ п/п	Наименование учебных дисциплин и практик	Курсы									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Основы медицинских знаний	+									
2	Физическая культура и спорт	+	+								
3	Элективные дисциплины по физической культуре и спорту	+									

## 2.3. Матрица оценки сформированности компетенции

№ п/п	Наименование учебных дисциплин и практик	Оценочные средства и формы оценки
1	Основы медицинских знаний	Выполнение лабораторно-практических заданий. Тест.
2	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.
3	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.