

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ
Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение
Свердловской области
«Свердловский областной педагогический колледж»
(ГАПОУ СО «СОПК»)

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГАПОУ СО «СОПК»
/Т.С.Симонова/
«14» ноября 2021 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
Профессиональные пробы «Умные браслеты»

Екатеринбург

2021

Аннотация программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Профессиональные пробы «Умные браслеты» разработана с целью совершенствования предпрофильной подготовки обучающихся. Срок освоения программы – 2 часа. Представляет собой профессиональное испытание, моделирующее элементы конкретного вида профессиональной деятельности, имеющая законченный вид и способствующая сознательному, обоснованному выбору профессии.

Разработчик(и): Сибгатулина Светлана Аркадьевна, преподаватель кафедры физического воспитания ГБПОУ СО «Свердловский областной педагогический колледж».

Рассмотрено на заседании
научно-методического совета
ГАПОУ СО «СОПК»
Протокол №4 от «17»ноября 2021г.

Содержание

Пояснительная записка	4
1.ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ.....	5
1.1.Цель реализации программы	5
1.2. Требования к слушателям (категории слушателей).....	5
1.3. Цель и планируемые результаты освоения программы.....	5
1.4. Форма документа	5
2. Учебный план	5
3.Календарный учебный график.....	5
4. Программы учебных модулей.....	6
5. Организационно-педагогические условия реализации программы.....	7
5.1. Материально-техническое обеспечение	7
5.2. Информационное обеспечение обучения.....	7
5.3. Организация образовательного процесса.....	7
5.4. Кадровое обеспечение образовательного процесса	7
6.Контроль и оценка результатов освоения программы.....	7

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа **«Профессиональные пробы «Умные браслет»»** предназначено обучающимся средних и старших классов.

Программа реализуется в объеме 2 часов.

Программа профессиональных проб предусматривает ознакомление с современными и портативными гаджетами для контроля за здоровым образом жизни (на примере умного браслета).

Программа реализуется **на базе мастерской «Физическая культура, спорт и фитнес»** с использованием умных браслетов и мобильного приложения к ним.

Итоговая аттестация проводится в форме комплексного практического задания.

1.ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1.Цель реализации программы

Создание условий для актуализации процесса профессионального самоопределения, выявления индивидуальных возможностей и способностей учащихся к проведению консультаций по здоровьесбережению с населением.

1.2. Требования к слушателям (категории слушателей)

К освоению программы допускаются учащиеся 9-11 классов, не имеющие противопоказаний к занятиям физической культурой.

1.3. Цель и планируемые результаты освоения программы

Планируемые результаты обучения:

слушатель должен знать:

- принципы и составляющие ЗОЖ и активного долголетия;
- физкультурно-оздоровительные технологии ЗОЖ и активного

долголетия;

- средства фитнеса для поддержания и развития ЗОЖ и физической активности;

слушатель должен уметь:

- применять в фитнесе индивидуальные цифровые устройства для диагностики и/ или контроля состояния клиента.

1.4. Форма документа

По результатам освоения программы выдается свидетельство установленного колледжем образца.

2. Учебный план

Наименование компонентов программы	Объем программы (академические часы)				
	Всего	Самостоятельная работа	Нагрузка во взаимодействии с преподавателем		
			Теоретическое обучение	Практическое и лабораторные работы	Практика
<i>Итоговое занятие</i>	2			2	
Итого часов по программе	2			2	

3. Календарный учебный график

Наименование модулей, практик	Вид учебной нагрузки	Временные параметры (недели)																			Всего	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19		20
Итоговое занятие	практическая работа	2																				2
Итого в неделю:		1																				1

4. Программы учебных модулей

Наименование модулей и тем программы	Содержание обучения по темам, наименование и тематика практических занятий, самостоятельной работы. Вид учебных занятий. Виды выполняемых работ.	Объем часов
Итоговое занятие	Практическая работа. - анализ данных клиента, носившего фитнес-браслет в течение недели; - выявление рисков и угроз на основе анализа параметров: двигательной активности, сна, ИМТ, потребления калорий и воды; - составление рекомендаций по возможному контролю параметров: двигательной активности, сна, ИМТ, потребления калорий и воды.	2
Итого:		2

5. Организационно-педагогические условия реализации программы

5.1. Материально-техническое обеспечение

Реализация программы предполагает наличие:

- мастерской по компетенции «Физическая культура, спорт и фитнес».

Спортивный инвентарь и оборудование:

1. Умные браслеты
2. Планшеты
3. Персональный компьютер

5.2. Информационное обеспечение обучения

Основные источники

1. Кильдиярова, Р. Р. Основы формирования здоровья детей : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования, обучающихся по спец. "Педиатрия" / Р. Р. Кильдиярова, В. И. Макарова, Ю. Ф. Лобанов. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2015. - 324[4] с.

2. Формирование здорового образа жизни подростков : (учеб. пособие) / [сост. : Ф. К. Тетелютина и др.] ; ГОУ ВПО ИГМА, центр мед. профилактики г. Ижевска. - Ижевск : [Б. и.], 2008. - 140 с.

5.3. Организация образовательного процесса

Предусмотрены следующие виды учебных занятий: практическое занятие.

5.4. Кадровое обеспечение образовательного процесса

Требования к квалификации педагогических кадров: имеющие высшее образование, соответствующее профилю преподаваемой дисциплины (модуля), являющиеся экспертами, прошедшими обучение, организованное Союзом «Ворлдскиллс Россия» по компетенции D1 «Физическая культура, спорт и фитнес».

6. Контроль и оценка результатов освоения программы

6.1. Формы контроля по модулю (ям): итоговое занятие проводится в форме выполнения комплексного практического задания.