

**Рабочая программа учебного предмета  
БД.12 ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ**

Трудоемкость учебного предмета:

16 час.

Из них аудиторной нагрузки: 16 час.

в т.ч.

уроки	12
Самостоятельной работы	2
Консультаций	2

Форма промежуточной аттестации:

дифференцированный зачет 2

Составители программы:

Заворин А.А., Сайлер Е.В.

Рассмотрено на заседании кафедры общеобразовательных и гуманитарных дисциплин

Протокол № 1 от 29.08.2024

Руководитель кафедры \_\_\_\_\_ Виниченко Е.П.

Новосибирск, 2024

## СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	9
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	15

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

## Место дисциплины в структуре образовательной программы СПО

Дисциплина БД.12 Индивидуальный проект является базовой дисциплиной цикла общеобразовательной подготовки в структуре образовательной программы среднего профессионального образования – программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 49.02.02

Адаптивная физическая культура в соответствии с ФГОС СПО.

## Цели и планируемые результаты освоения дисциплины:

### Цели дисциплины

Содержание программы направлено на достижение следующих целей:

- формирование системы представлений о логике процесса исследовательской деятельности, ее сущности и методологических основах;
- получение знаний об основных понятиях исследовательской деятельности, структуры научного документа (проекта) и требований к его структурным элементам ;
- формирование умений выдвигать гипотезы, формулировать цели и задачи предстоящей исследовательской деятельности, подбирать способы достижения поставленных целей, предвидения результата, возможных отклонений и нежелательных явлений, определять этапы исследовательской деятельности, распределять время, планировать и составлять алгоритм своих действий, использовать комплекс методов и методик исследования, оформлять результаты исследования в различных формах;
- формирование умений самостоятельной работы студентов с учебной, методической, справочной и научной информацией, информационными средствами и компьютерными технологиями (осуществлять поиск, сбор, изучение и обработку необходимой научной информации).

## Планируемые результаты освоения общеобразовательной дисциплины в соответствии с ФГОС СПО и на основе ФГОС СОО

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии общих (ОК) и профессиональных компетенций (ПК).

Код и наименование формируемых компетенций	Планируемые результаты освоения дисциплины	
	Общие	Дисциплинарные
ОК01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	<p>В части трудового воспитания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- готовность к труду, осознание ценности мастерства, трудолюбие;</li> <li>- готовность к активной деятельности технологической социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такую деятельность;</li> <li>- интерес к различным сферам профессиональной деятельности,</li> </ul> <p>Овладение универсальными учебными и познавательными действиями:</p> <p>а) базовые логические действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- самостоятельно формулировать и актуализировать проблему, рассматривать ее все стороны;</li> <li>- устанавливать существенный признак или основания для сравнения, классификации и обобщения;</li> <li>- определять цели деятельности, задавать параметры и критерии их достижения;</li> <li>- выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых явлениях;</li> <li>- вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям, оценивать риски последствий деятельности;</li> <li>- развивать креативное мышление при решении жизненных проблем</li> </ul> <p>б) базовые исследовательские действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- владеть навыками учебно-исследовательской и</li> </ul>	<p><u>сформировать знания об(о):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– понятия проекта, его видах, типах, структуре и критериях оценки; требованиях к оформлению проекта и библиографического списка, ГОСТам.</li> <li>– основах методологии исследовательской и проектной деятельности; структуре и правилах оформления исследовательской и проектной работы. <u>овладеть умениями:</u></li> <li>– формулировать тему исследовательской и проектной работы, доказывать ее актуальность;</li> <li>– составлять индивидуальный план исследовательской и проектной работы; выделять объект и предмет исследовательской и проектной работы; определять цель и задачи исследовательской и проектной работы; работать с различными источниками, в том числе с первоисточниками, грамотно их цитировать; оформлять библиографические ссылки, составлять библиографический список по проблеме;</li> <li>– выбирать и применять на практике методы исследовательской деятельности адекватные задаче исследования; оформлять теоретические и экспериментальные результаты исследовательской и проектной работы;</li> <li>– оформлять результаты исследования с помощью описания фактов, составления простых таблиц, графиков, формулирования выводов.</li> </ul>

Код и наименование формируемых компетенций	Планируемые результаты освоения дисциплины	
	Общие	Дисциплинарные
	<p>проектной деятельности, навыками разрешения проблем;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выявлять причинно-следственные связи и актуализировать задачу, выдвигать гипотезу ее решения, находить аргументы для доказательства своих утверждений, задавать параметры критерии решения;</li> <li>- анализировать полученные в ходе решения задачи результаты, критически оценивать их достоверность, прогнозировать изменение в новых условиях;</li> <li>--</li> <li>уметь переносить знания в познавательную и практическую области жизнедеятельности;</li> <li>- уметь интегрировать знания из разных предметных областей;</li> <li>- выдвигать новые идеи, предлагать оригинальные подходы и решения;</li> <li>испособности их использования в познавательной и социальной практике</li> </ul>	<p><u>Владеть понятиями:</u> абстракция, анализ, апробация, библиография, гипотеза исследования, дедукция, закон, индукция, концепция, моделирование, наблюдение, наука, обобщение, объект исследования, предмет исследования, принцип, рецензия, синтез, сравнение, теория, факт.</p>

<p>ОК 02.Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности</p>	<p>В области ценности научного познания: – совершенствование языковой и читательской культуры как средств взаимодействия между людьми и познания мира; – осознание ценности научной деятельности, готовность осуществлять проектную и исследовательскую деятельность индивидуально и в группе; Овладение универсальными учебными познавательными действиями: а) работа с информацией: – владеть навыками получения информации из источников разных типов, самостоятельно осуществлять</p>	<p><u>Формирование умений:</u> – ясно, логично и точно излагать свои мысли в устной и письменной речи, понимать смысл познавательной задачи, выстраивать аргументацию, приводить примеры и контрпримеры; – поиска и выделения необходимой информации; – извлекать необходимую информацию из различных источников: учебно-научных текстов, справочной литературы, средств массовой информации, информационных и коммуникационных технологий для осуществления проектной деятельности; – работать с разными источниками информации, находить ее, анализировать, использовать</p>
---	---	--

Код и наименование формируемых компетенций	Планируемые результаты освоения дисциплины	
	Общие	Дисциплинарные
	<p>поиск, анализ, систематизацию и интерпретацию информации различных видов и форм представления;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– создавать тексты в различных форматах с учетом назначения информации и целевой аудитории, выбирая оптимальную форму представления и визуализации;</li> <li>– оценивать достоверность, легитимность информации, ее соответствие правовым и морально-этическим нормам;</li> <li>– использовать средства информационных и коммуникационных технологий в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;</li> </ul> <p>владеть навыками распознавания и защиты информации, информационной безопасности личности;</p>	<p>самостоятельной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– создавать устные и письменные монологические и диалогические высказывания различных типов и жанров в учебно-научной (на материале изучаемых учебных дисциплин), социально-культурной и деловой сферах общения;</li> <li>– самоанализа и самооценки на основе наблюдений за собственной речью в процессе подготовки к публичной защите проекта;</li> <li>– анализ текста с точки зрения наличия в нем явной и скрытой, основной и второстепенной информации;</li> <li>– представлять тексты в виде тезисов, конспектов, аннотаций, рефератов.</li> </ul>

<p>ОК 08.Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– понимание учащимися роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;</li> <li>– знание основ здорового образа жизни;</li> <li>– понимание основ профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; средства профилактики перенапряжения</li> </ul>	<p>Умение оформлять собственный опыт спортивной деятельности и знания спортивной подготовки, истории видов спорта, здорового образа жизни в проектный продукт</p>
<p>ПК2.3Оформлять результаты</p>	<p>- овладение навыками: подготовки, оформления и презентации результатов методической и</p>	<p>Знать требования к оформлению результатов методической и исследовательской деятельности;</p>

Код и наименование формируемых компетенций	Планируемые результаты освоения дисциплины	
	Общие	Дисциплинарные
методической и исследовательской деятельности в виде выступлений, докладов, отчетов.	исследовательской деятельности в виде выступлений, докладов, отчетов, методических разработок и др.; - оформление индивидуального проекта	процедуры выступления и защиты результатов методической исследовательской работы; Уметь готовить и оформлять результаты проектной деятельности, представлять и защищать результаты собственной проектной деятельности.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Объем образовательной программы учебной дисциплины</b>	<b>16</b>
в том числе:	
теоретическое обучение	12
самостоятельная работа	2
консультации	2
<b>Индивидуальный проект (да/нет)</b>	<b>да</b>

### Тематический план содержания учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала (основное и профессионально-ориентированное), практические занятия	Объем часов	Формируемые компетенции
Раздел 1. Основные требования к подготовке проекта		4	ОК01
Тема 1.1. Что такое проект?	<p><b>Теоретическое обучение</b>                      Проект. Актуальность проектной деятельности. Особенности и структура проекта. Типы проектов по сферам деятельности. Виды проектов. Требования к содержанию и направленности проекта. Знакомство с особенностями организации работы над проектом.</p>	2	ОК01
Тема 1.2. Требования к оформлению проекта	<p><b>Консультация:</b>                      Типы проектов по сферам деятельности (технический, организационный, экономический, социальный, смешанный). Классы проектов (монопроекты, мультипроекты, мегапроекты). Виды проектов (инвестиционный, инновационный, научно-исследовательский, учебно-образовательный, смешанный). Требования к оформлению. ГОСТы по оформлению работ: выбор формата бумаги, оформление полей, знаков. Особенности оформления текста исследовательской работы (стили текстов). Лексические средства, применяемые в текстах научного характера. Допустимые сокращения слов в текстах. Правила оформления титульного листа, содержания проекта.                      Оформление библиографического списка. Правила оформления таблиц, графиков, диаграмм, схем.                      Практическое занятие:                      Выбор темы. Требования к выбору и формулировке темы. Определение степени значимости темы проекта. Определение цели и задач. Типичные способы определения цели.                      Виды фиксирования информации. Виды обобщения информации. Составление плана информационного текста. Выписки из текста, цитирование и пометки в тексте. Методы работы с источником информации. Виды литературных источников информации. Информационные ресурсы (интернет - технологии). Правила и особенности информационного поиска в Интернете.                      Систематизация результатов работы и представление выводов. Правила оформления результатов исследования.</p>	2	

Раздел 2. Этапы работы на индивидуальном проекте		<b>8</b>	ОК01 ОК02 ОК08 ПК2.3
Тема 2.1 Подготовительный этап работы над проектом	<b>Теоретическое обучение</b> Положение об индивидуальном проекте. Критерии оценки проекта. Выбор направления проектирования. Эффективность целеполагания. Понятие «Гипотеза». Процесс построения гипотезы. Формулирование гипотезы. Доказательство и опровержение гипотезы. Актуальность и практическая значимость исследования	2	ОК01 ОК02 ОК08

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала (основное и профессионально-ориентированное), практические занятия	Объем часов	Формируемые компетенции
Тема 2.2 Этап планирования	<b>Теоретическое обучение:</b> Планирование этапов выполнения проекта. Способы сбора и анализа информации. Изучение источников необходимой информации. Составление индивидуального рабочего плана, отбор фактического материала.	2	ОК01 ОК02 ОК08
Тема 2.3 Основной этап работы над проектом	<b>Теоретическое обучение:</b> Сбор и уточнение информации (основные инструменты: интервью, опросы, наблюдения, эксперименты и т.п.); обсуждение методических аспектов и организация работы. Методы исследования: методы эмпирического исследования, методы теоретического исследования. Основная часть исследования.	2	ОК01 ОК02 ОК08 ПК2.3
Тема 2.4 Заключительный этап работы	<b>Теоретическое обучение:</b> Сбор, систематизация и анализ полученных результатов. Формулировка выводов. Структурирование проекта. Подведение итогов. Требования к защите проекта, презентация проекта. Результаты опытно-экспериментальной работы: схемы, чертежи, диаграммы, рисунки, анализ, выводы, заключение.	2	ОК01 ОК02 ОК08 ПК2.3

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала (основное и профессионально-ориентированное), практические занятия	Объем часов	Формируемые компетенции
Раздел 3. Подготовка к публичной защите проекта		4	ОК01 ОК02 ОК08 ПК2.3
Тема 3.1 Подготовка презентации проекта  Тема 3.2 Подготовка речи и выступления на защите проекта	<p><b>Самостоятельная работа</b> Общие требования к подготовке презентации. Презентация проекта. Особенности работы в программе PowerPoint. Формы презентаций. Требования к содержанию слайдов. Требования к оформлению презентаций.</p> <p><b>Консультация</b> Процедура защиты проекта. Время защиты. Редактирование тезисов и демонстрационных материалов. Критерии оценки проектной деятельности. Публичная защита проекта. Как знаменитые люди готовились к выступлениям.</p>	2	ОК01 ОК02 ОК08 ПК2.3
<b>Промежуточная аттестация (защита проекта)</b>		2	ОК01 ОК02 ОК08 ПК2.3
<b>Всего:</b>		<b>16</b>	

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

#### Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета социально-гуманитарных дисциплин, оснащенного оборудованием:

№	Наименование оборудования	Техническое описание
<b>I Специализированная мебель систем хранения</b>		
Основное оборудование		
1	рабочее место обучающихся	– парты – стулья
2	рабочее место преподавателя	– стол – стул
Дополнительное оборудование		
3	система хранения учебно-методических материалов	– стеллажи – тумбы – полки
4	мебель	– шкаф для одежды
<b>II Технические средства</b>		
Основное оборудование		
1	демонстрационное и/или интерактивное оборудование	– интерактивная доска/экран – проектор
2	лицензионное программное обеспечение, в т.ч. отечественного производства	– Microsoft Windows 7 Pro, 10 Pro – Microsoft Office 2010, 2013, 2016 в том числе отечественного производства: – Dr. Web Enterprise Security Suite
3	свободно распространяемое программное обеспечение, в т.ч. отечественного производства	– Adobe Acrobat Reader, – Google Chrome в том числе отечественного производства: – Яндекс. Браузер
4	компьютер с выходом в локальную и глобальную сеть Интернет	– персональный компьютер на рабочем месте преподавателя
Дополнительное оборудование		
1	доска	– меловая
<b>III Демонстрационные учебно-наглядные пособия</b>		
Основное оборудование		
1	учебно-методический комплекс дисциплины	– рабочая программа учебной дисциплины «Индивидуальный проект» – тематический план – конспекты занятий – методические рекомендации по выполнению индивидуального проекта – фонд оценочных средств учебной дисциплины

## **Информационное обеспечение обучения**

Перечень основных печатных и электронных изданий, и дополнительных источников:

### **Основные печатные издания:**

1. Михалкина, Е.В. Организация проектной деятельности / Е.В. Михалкина, А.Ю. Никитаева, Н.А. Косолапова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Южный федеральный университет, Экономический факультет. – Ростов-на-Дону : Издательство Южного федерального университета, 2020. – 146 с. : схем., табл.

### **Дополнительные источники:**

1. Мандель, Б.Р. М23 Основы проектной деятельности: учебное пособие для обучающихся в системе СПО / Б.Р. Мандель. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2018. – 293 с.

2. Бережнова, Е.В. Основы учебно-исследовательской деятельности студентов: учебное пособие для студентов учреждений среднего профессионального образования / Е. В. Бережнова, В.В. Краевский - 9-е изд., стер. – Москва : Академия, 2017. - 128 с.

### **Перечень интернет-ресурсов:**

1. Яковлева, Н. Ф. Проектная деятельность в образовательном учреждении: учеб. Пособие / Н.Ф. Яковлева – 2-е изд., стер. – Москва: ФЛИНТА, 2014. - 144 с. - URL: <https://www.kspu.ru/upload/documents/2015/10/19/71da327648fc882ccffc7530c24077b1/proektnaya-deyatelnost-v-obrazovatelnom-uchrezhdenii.pdf> (дата обращения: 24.05.2022). – Текст : электронный.

## 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ

### УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения общеобразовательной дисциплины раскрываются через дисциплинарные результаты, направленные на формирование общих и профессиональных компетенций по разделам и темам содержания учебного материала.

Общая/профессиональная компетенция	Раздел/Тема	Типоценочных мероприятий
ОК01.	Р1, Темы 1.1, 1.2 Р2, Темы 2.1-2.4 Р3, Темы 3.1, 3.2	– тестирование – устный опрос по темам – защита индивидуального проекта
ОК02.	Р2, Темы 2.1-2.4 Р3, Темы 3.1, 3.2	
ОК08.	Р2, Темы 2.1-2.4 Р3, Темы 3.1, 3.2	
ПК2.3.	Р2, Темы 2.3, 2.4 Р3, Темы 3.1, 3.2	

### Рекомендуемые темы индивидуального проекта

1. Напольные и настольные спортивные игры как средство реабилитации и социализации
2. Развитие адаптивного спорта на территории Новосибирской области
3. Атлетические единоборства в системе профессионально-ориентированной двигательной активности
4. Самостоятельная физическая подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО
5. Современные оздоровительные процедуры в режиме здорового образа жизни
6. Профессионально-ориентированная физическая культура
7. Адаптация организма в организации и планировании мероприятий здорового образа жизни
8. Индивидуальный расход энергии в процессе занятий оздоровительной физической культурой
9. Оздоровительная физическая культура в учебной и профессиональной деятельности
10. Роль и значение занятий физической культурой в укреплении и сохранении здоровья

11. Национальные виды спорта
12. Современные оздоровительные системы физической культурой
13. Формы активного досуга, тренировочных и спортивных мероприятий для студентов г. Новосибирска
14. Роль студенческих спортивных клубов в приобщении к здоровому образу жизни
15. Значение гигиены при занятиях физической культуры
  
16. Специальная физическая подготовка
17. Спортивная подготовка (цели и задачи)
18. Формы занятий физическими упражнениями
19. Значение мышечной релаксации
20. Утренняя гимнастика
21. Производственная физическая культура
22. Физическая культура студента
23. Физическая культура и здоровье
24. Воспитание физических качеств посредством подвижных игр
25. Анализ развития игровых видов спорта
26. Влияние физических упражнений на формирование осанки
27. Воспитание специальной выносливости у волейболистов
28. Тренер и его роль в команде
29. Влияние физических упражнений на организм
30. Оздоровительная физическая культура на уроках
31. Развитие скоростно-силовых способностей в футболе
32. Влияние занятий баскетболом на развитие двигательных качеств
33. Лечебная гимнастика, как основной фактор коррекции здоровья ребенка
34. Воспитание специальной выносливости у баскетболистов