

Департамент образования и науки города Москвы  
Государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования города Москвы  
«Московский городской педагогический университет»  
Институт среднего профессионального образования имени К.Д. Ушинского

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
**ПОО.02 Индивидуальный учебный проект**

Специальность  
**49.02.01 Физическая культура**

Москва  
2022

### **1. Место дисциплины в структуре ОП СПО:**

Дисциплина ПОО.02 Индивидуальный учебный проект относится к обязательной части учебных циклов образовательной программы среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура, является обязательной дисциплиной общеобразовательного цикла.

### **2. Требования к результатам освоения дисциплины:**

Освоение содержания общеобразовательной дисциплины ПОО.02 Индивидуальный учебный проект обеспечивает достижение следующих образовательных результатов, которые отражают:

#### **Образовательные результаты – личностные (ОРЛ):**

**ОРЛ 1** - российскую гражданскую идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);

**ОРЛ 2** - гражданскую позицию как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности;

**ОРЛ 3** - готовность к служению Отечеству, его защите;

**ОРЛ 4** - сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;

**ОРЛ 5** - сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;

**ОРЛ 6** - толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения;

**ОРЛ 7** - навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;

**ОРЛ 8** - нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;

**ОРЛ 9** - готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;

**ОРЛ 10** - эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;

**ОРЛ 11** - принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-

оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;

**ОРЛ 12** - бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;

**ОРЛ 13** - осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;

**ОРЛ 14** - сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности;

**ОРЛ 15** - ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.

#### **Образовательные результаты – метапредметные (ОРМ):**

**ОРМ 1** - умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;

**ОРМ 2** - умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;

**ОРМ 3** - владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;

**ОРМ 4** - готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;

**ОРМ 5** - умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее – ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;

**ОРМ 6** - умение определять назначение и функции различных социальных институтов;

**ОРМ 7** - умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;

**ОРМ 8** - владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства;

**ОРМ 9** - владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.

**Образовательные результаты – предметные (ОРП):**

**ОРП 1** - сформированность навыков коммуникативной, учебно-исследовательской деятельности, критического мышления;

**ОРП 2** - способность к инновационной, аналитической, творческой, интеллектуальной деятельности;

**ОРП 3** - сформированность навыков проектной деятельности, а также самостоятельного применения приобретенных знаний и способов действий при решении различных задач, используя знания одного или нескольких учебных предметов или предметных областей;

**ОРП 4** - способность постановки цели и формулирования гипотезы исследования, планирования работы, отбора и интерпретации необходимой информации, структурирования аргументации результатов исследования на основе собранных данных, презентации результатов.

В ходе освоения общеобразовательной дисциплины ПОО.02 Индивидуальный учебный проект обучающийся должен овладеть следующими **видами учебной деятельности**:

<b>Содержание обучения</b>	<b>Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся (на уровне учебных действий)</b>
Основные понятия проектной и исследовательской деятельности	Познакомиться с особенностями проектной и исследовательской деятельности, основными требованиями к исследованию, видами индивидуальных проектов, основными технологическими подходами. Получить знания об особенностях монопроекта и межпредметного проекта. Познакомиться с критериями оценки исследовательского проекта, оценкой содержания проекта и его защиты. Осуществить подбор противоречивых фактов, интересной информации, продумывание проблемных ситуаций, проектный замысел.
Этапы работы над проектом, учебным исследованием	Научиться определять темы проекта/исследования, этапы работы над проектом/исследованием. Познакомиться с методами исследования: методы эмпирического исследования (наблюдение, сравнение, измерение, эксперимент); методы, используемые как на эмпирическом, так и на теоретическом уровне исследования (абстрагирование, анализ и синтез, индукция и дедукция, моделирование и др.); методы теоретического исследования (восхождение от абстрактного к конкретному и др.). Научиться

	рассматривать текст с точки зрения его структуры. Научиться определять структуру проектов, исследовательских проектов. Познакомиться с видами переработки чужого текста, понятиями: конспект, тезисы, реферат, аннотация, рецензия. Знакомство с технологией составления плана работы. Научиться определять цели, задачи проекта, методы, формулировать темы, определять актуальность темы, проблемы, формулировать цели, выбирать предмет и объект, составлять план работы.
Работа с литературой и с ресурсами Интернета	Знакомство с алгоритмом работы с литературой, алгоритмом работы с ресурсами Интернета, с электронным каталогом библиотеки. Узнать, что такое плагиат и как его избегать в своей работе. Занятие с системами «Антиплагиат».
Индивидуальное проектирование	<p>Формулировка темы, целей, задач. Формулировка гипотезы, предмета и объекта исследования. Выбор методов, составление плана работы. Определение источников информации.</p> <p>Фиксация результатов теоретического или экспериментального исследования. Обучение анкетированию, социальному опросу, интервьюированию. Планирование и проведение исследования, сбор материала в виде тезисов, конспектов, схем, таблиц, рисунков, диаграмм. Определение актуальности темы и целевой аудитории.</p> <p>Определение положительных эффектов от реализации проекта/исследования. Определение рисков при реализации проекта/исследования</p> <p>Обработка полученного материала в соответствии с целями и задачами. Статистическая обработка материала и представление результатов в виде таблиц, диаграмм, схем и т.п.</p> <p>Систематизация и обобщение результатов работы. Формулирование выводов (цель-результат)</p> <p>Редактирование текста и оформления работы, проектного продукта. Обсуждение способов оформления конечных результатов индивидуального проекта / исследования. Технология презентации. Практическое овладение научным стилем. Написание текста исследовательской/проектной работы в соответствии с целями и задачами исследования, планом работы.</p>
Защита проекта / исследовательской	Подготовка к защите и презентации проекта/исследования. Коммуникативные барьеры при публичной защите результатов проекта,

работы	исследовательских работ. Главные предпосылки успеха публичного выступления. Подготовка к защите. Навыки монологической речи. Аргументированная речь. Защита реализации проекта/исследования по плану (примерному).
Рефлексия проектной/ исследовательской деятельности	Организация рефлексии. Подведение итогов, анализ результатов, удовлетворенности работой, возможных перспектив.

### 3. Объем дисциплины и виды учебной работы:

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры	
		2	3
Контактная работа (всего)	38	18	20
В том числе:			
Лекции, уроки			
Практические занятия, семинары			
Лабораторные занятия	38	18	20
Самостоятельная работа			
Формы промежуточной аттестации		другие	другие
<b>Максимальная учебная нагрузка</b>	<b>38</b>	<b>18</b>	<b>20</b>

### 4. Структура и содержание дисциплины

#### 4.1. Разделы дисциплины и виды занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекции, уроки	Практические занятия	Лабораторные	Самостоятельная	Всего/в том числе в семестре
1.	Основные понятия проектной и исследовательской деятельности			4	2	6
2.	Этапы работы над проектом, учебным исследованием			4	4	8
3.	Работа с литературой и ресурсами Интернета			4	4	8
4.	Индивидуальное проектирование			16	26	42
5.	Защита проекта /исследовательской работы			8	2	10

6.	Рефлексия проектной/исследовательской деятельности			2		2
----	----------------------------------------------------	--	--	---	--	---

#### 4.2. Содержание разделов дисциплины

№ п/п	Наименование раздела общеобразовательной дисциплины	Содержание раздела (темы занятий)
1.	Основные понятия проектной и исследовательской деятельности	Введение. Особенности проектной и исследовательской деятельности. Основные требования к исследованию. Виды индивидуальных проектов. Основные технологические подходы. Особенности монопроекта и междисциплинарного проекта. Критерии оценки исследовательского проекта, оценки содержания проекта и его защиты.
2.	Этапы работы над проектом, учебным исследованием	Определение темы проекта/исследования. Этапы работы над проектом/исследованием. Методы исследования: методы эмпирического исследования (наблюдение, сравнение, измерение, эксперимент); методы, используемые как на эмпирическом, так и на теоретическом уровне исследования (абстрагирование, анализ и синтез, индукция и дедукция, моделирование и др.); методы теоретического исследования (восхождение от абстрактного к конкретному и др.). Рассмотрение текста с точки зрения его структуры. Структура проектов, исследовательских проектов. Виды переработки чужого текста. Понятия: конспект, тезисы, реферат, аннотация, рецензия. Технология составления плана

		<p>работы. Определение цели, задач проекта, методов. Выбор темы индивидуального проекта.</p> <p>Определение целей, задач исследования, выдвижение гипотез, определение предмета и объекта изучения и методов.</p>
3.	Работа с литературой и с ресурсами Интернета	<p>Алгоритм работы с литературой. Алгоритм работы с ресурсами Интернета. Работа с электронным каталогом библиотеки. Что такое плагиат и как его избегать в своей работе. Занятие с системами «Антиплагиат».</p>
4.	Индивидуальное проектирование	<p>Помощь и коррекция в определении темы, целей, задач, гипотезы, предмета и объекта исследования. Коррекция плана работы и списка информационных источников.</p> <p>Сбор и систематизация полученной информации.</p> <p>Оказание помощи в фиксации результатов теоретического или экспериментального исследования. Обучение анкетированию, социальному опросу, интервьюированию.</p> <p>Обработка полученного материала.</p> <p>Оформление проектной/исследовательской работы.</p> <p>Редактирование текста и оформления работы, проектного продукта. Обсуждение способов оформления конечных результатов индивидуального проекта / исследования. Технология презентации.</p>
5.	Защита проекта /исследовательской работы	<p>Помощь в подготовке к защите и презентации проекта/исследования.</p> <p>Коммуникативные барьеры при публичной защите результатов</p>



		проекта, исследовательских работ. Главные предпосылки успеха публичного выступления.
6.	Рефлексия проектной/исследовательской деятельности	Организация рефлексии. Подведение итогов, анализ результатов, удовлетворенности работой, возможных перспектив.

## 5. Образовательные технологии

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Образовательные технологии (в том числе интерактивные)
<b>Физика</b>		
1.	Основные понятия проектной и исследовательской деятельности	Лекция-визуализация, лекция-диалог, лекция с разбором конкретных ситуаций, семинар-диспут, проблемный семинар, решение ситуационных и контекстных задач, «Мозговая атака», метод проектов
2.	Этапы работы над проектом, учебным исследованием	Лекция-визуализация, лекция-диалог, лекция с разбором конкретных ситуаций, семинар-диспут, проблемный семинар, решение ситуационных и контекстных задач, «Мозговая атака», метод проектов
3.	Работа с литературой и с ресурсами Интернета	Лекция-визуализация, лекция-диалог, лекция с разбором конкретных ситуаций, семинар-диспут, проблемный семинар, решение ситуационных и контекстных задач, «Мозговая атака», метод проектов
4.	Индивидуальное проектирование	Лекция-визуализация, лекция-диалог, лекция с разбором конкретных ситуаций, семинар-диспут, проблемный семинар, решение ситуационных и контекстных задач, «Мозговая атака», метод проектов
5.	Защита проекта/исследовательской работы	Лекция-визуализация, лекция-диалог, лекция с разбором конкретных ситуаций, семинар-диспут, проблемный семинар, решение ситуационных и контекстных задач, «Мозговая атака», метод проектов
6.	Рефлексия проектной/исследовательской деятельности	Лекция-визуализация, лекция-диалог, лекция с разбором конкретных ситуаций, семинар-диспут, проблемный семинар, решение ситуационных и контекстных

		задач, «Мозговая атака», метод проектов
--	--	-----------------------------------------

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение:**

### **а) Основная литература:**

1. Коржуев А.В., Антонова Н.Н. Основы учебно-исследовательской деятельности в педагогике: учебное пособие для СПО.- М.: Юрайт, 20
2. Афанасьев В.В., Грибкова О.В. Основы учебно-исследовательской деятельности: учебное пособие для СПО.- М.: Юрайт, 2021
3. Куклина Е.Н., Мазниченко М.А. Основы учебно-исследовательской деятельности: учебное пособие для СПО.- М.: Юрайт, 2021
4. Байкова Л.А. Основы учебно-исследовательской деятельности: учебное пособие для СПО.- М.: Юрайт, 2021

### **б) Дополнительная литература:**

1. Байбородова Л.В., Чернявская А.П. Основы учебно-исследовательской деятельности: учебное пособие для СПО.- М.: Юрайт, 2021
2. Образцов П.И. Основы учебно-исследовательской деятельности: учебное пособие для СПО.- М.: Юрайт, 2021

### **в) Электронные ресурсы:**

<http://www.rsl.ru> – сайт Российской государственной библиотеки

<http://www.doshkolniki.org> – сайт о воспитании и обучении дошкольников.

[www.koob.ru](http://www.koob.ru) – электронная библиотека, предлагающая литературу по различным направлениям

[www.edu.ru](http://www.edu.ru) федеральный портал, освещающий наиболее актуальные изменения российского образования.

[www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) – бесплатная информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам», предоставляющая свободный доступ к каталогу образовательных интернет-ресурсов и полнотекстовой электронной учебно-методической библиотеке для общего и профессионального образования.

<http://www.pedopyt.ru> – всероссийский журнал «Педагогический опыт», публикующий авторские оригинальные статьи, отражающие передовой педагогический опыт

[www.nsportal.ru](http://www.nsportal.ru) – социальная сеть работников образования «Наша сеть».

<http://zdd.1september.ru> – журнал «Здоровье детей»

<http://school-box.ru> – бесплатный образовательный портал для тех, кто учится и преподает.

[www.mgpi.ru](http://www.mgpi.ru)

[www.fipi.ru](http://www.fipi.ru)

## **7. Информационные технологии:**

информационные технологии обработки графической информации; информационные технологии передачи данных и распространения информации; информационные технологии хранения данных; информационные технологии накопления данных. Сетевые (локальные, территориальные, проводные,

беспроводные и др.) информационные технологии, информационные технологии групповой работы, гипертекстовые информационные технологии, мультимедийные информационные технологии, операционные системы семейства Windows, Office, браузеры (FireFox);

базы данных, информационно-справочные и поисковые системы: доступ к базам РГБ, ГНБУ, ERIC ([www.rsl.ru](http://www.rsl.ru), [www.gnpbu.ru](http://www.gnpbu.ru)), Министерства образования и науки Российской Федерации ([www.informica.ru](http://www.informica.ru)), научная электронная библиотека <http://elibrary.ru/>.

### **8. Материально-техническое обеспечение:**

Реализация программы дисциплины ПОО.02 Индивидуальный учебный проект требует наличия учебного кабинета гуманитарных и социально-экономических дисциплин.

Оснащение учебного кабинета:

- Мебель для организации рабочего места учителя и организации рабочих мест обучающихся;
- Секционные шкафы для размещения и хранения средств обучения, многофункциональный шкаф;
- Мультимедийная систем, Слайд-проектор;
- Персональный компьютер, DVD плеер, видеоплеер, телевизор;
- Технические средства обучения, наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающие тематические иллюстрации.