


МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«РЯЗАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ С.А. ЕСЕНИНА»

Утверждаю:

Декан факультета физической культуры  
и спорта



(подпись)

(наименование института / факультета)

П.В. Левин

(И.О. Фамилия)

« 30 » августа 2020 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

### Введение в профессиональную деятельность (с элементами тайм-менеджмента)

Уровень основной профессиональной образовательной программы  
бакалавриат

Направление подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии  
здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль) Адаптивное физическое воспитание

Форма обучения заочная

Сроки освоения ОПОП 4 года 6 месяцев

Факультет (институт) Физической культуры и спорта

Кафедра Медико-биологических и психологических основ физического воспитания

## ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

### 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целями освоения дисциплины «Введение в профессиональную деятельность (с элементами тайм-менеджмента)» являются развитие у обучающихся личностных качеств, формирование универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций в соответствии с требованиями ФГОС ВО по данному направлению подготовки, позволяющих выпускнику успешно работать в сфере адаптивной физической культуры и адаптивного спорта и быть устойчивым на рынке труда.

### 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВУЗА

- 2.1. Дисциплина «Введение в профессиональную деятельность (с элементами тайм-менеджмента)» Б1.В.05 относится к Части, формируемой участниками образовательных отношений Блока 1.
- 2.2. Для изучения данной дисциплины необходимы следующие предшествующие дисциплины:
- 2.3. Перечень последующих дисциплин, для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной дисциплиной:
- Профессионально-ориентированная практика
  - Основы проектной деятельности и командной работы
  - Частные методики адаптивной физической культуры
  - Теория и организация адаптивной физической культуры
  - Комплексная реабилитация больных и инвалидов

## 2.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы

Изучение данной дисциплины направлено на формирование у обучающихся универсальных (УК), общепрофессиональных (ОПК) и профессиональных (ПК) компетенций:

№ п/п	Код и содержание компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны:		
			Знать	Уметь	Владеть (навыками)
1	2	3	4	5	6
1.	УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК-6.1. Знает основные принципы и использует приемы самообразования и саморазвития	- нозологические группы детей, имеющих отклонения в состоянии здоровья; - типичные двигательные расстройства, характерные для всех нозологических групп детей	- использовать коррекционно-развивающую направленность педагогических воздействий в адаптивной физической культуре; - использовать спортивно-физкультурную деятельность в интересах реабилитации и социальной интеграции инвалидов.	- основными педагогическими навыками работы с детьми, имеющими нарушения в развитии; - навыками работы с родителями детей - инвалидов.
2.		УК-6.2. Оценивает и эффективно использует личные ресурсы для управления своим временем в процессе выстраивания и реализации траектории саморазвития.	- методы и инструменты тайм-менеджмента; - алгоритм планирования и особенности планирования и использования рабочего времени в процессе профессиональной деятельности.	- оценивать свои реальные резервы времени и рационально их использовать; - формировать и совершенствование умения качественно анализировать и оценивать свои действия; - максимально использовать собственные возможности в профессиональной деятельности и в личной жизни.	- расстановки приоритетов в делах, оценки и анализа своих временных ресурсов; - планирования, целеполагания и эффективного использования рабочего времени; - разработки личной системы тайм-менеджмента.
3.		УК-6.3. Планирует и реализует	- организационно-методическую деятельность в области адаптивной	- использовать средства и методы физической культуры для	- организации групповых и индивидуальных занятий по

	намеченные цели деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда.	физической культуры и адаптивного спорта; - основы профессиональной деятельности тренера и инструктора-методиста по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту.	проведения образовательной, воспитательной, оздоровительной работы с лицами разных нозологических групп;	адаптивной физической культуре с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья всех возрастных и нозологических групп.
--	---	---	--	---

## ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

### 1. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр установ очный
1. Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего)	<b>10</b>	10
В том числе:		
Лекции (Л)	<b>4</b>	4
Практические занятия (ПЗ), семинары (С)	<b>6</b>	6
Лабораторные работы (ЛР)		
Иные виды занятий		
2. Самостоятельная работа студента (всего)	<b>58</b>	58
3. Курсовая работа	КП	
	КР	
Вид промежуточной аттестации	зачет (З)	<b>4</b>
	экзамен (Э)	
ИТОГО: общая трудоемкость	часов	<b>72</b>
	зач. ед.	<b>2</b>

### 2. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 2.1. Содержание разделов дисциплины

№ семестра	№ раздела	Наименование раздела учебной дисциплины	Содержание раздела в дидактических единицах
1	2	3	4
Установочная	<b>1</b>	<b>Организационно-методическая деятельность в области адаптивной физической культуры и адаптивного спорта</b>	Структура адаптивной физической культуры: адаптивное физическое воспитание, адаптивная двигательная рекреация, адаптивный спорт (рекреационно-оздоровительный спорт и спорт высших достижений), физическая реабилитация. Формы организации занятий физическими упражнениями в адаптивной физической культуре. Категории детей по нозологии, степени тяжести и структуре дефекта, времени его возникновения, наличию сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений, уровню физического развития и физической подготовленности. Закономерности нарушенного нервно-психического развития, сопутствующие заболевания и вторичные отклонения. Типичные двигательные расстройства, характерные в разной степени для всех нозологических групп детей. Коррекционно-развивающая направленность педагогических воздействий в адаптивной физической культуре. Основные педагогические принципы работы с детьми, имеющими нарушения в развитии. Особенности работы с родителями детей - инвалидов.

			Организационно-методическая деятельность в области адаптивной физической культуры и адаптивного спорта. Профессиональная деятельность тренера и инструктора-методиста по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту.
Установочный	2	<b>Основы тайм-менеджмента</b>	Представление о времени. Общие представления о сущности и типах управления временем, принципах и способах управления временным ресурсом для более успешного осуществления профессиональной деятельности. Формирование навыков планирования и управления собственным временем. Освоение практических навыков в области целеполагания, развитие навыков расстановки приоритетов в делах и планирования времени, а также анализ внутренних и внешних помех времени, овладение способами работы с помехами. Целеполагание. Виды целей. Принципы постановки целей. Методы планирования. Сущность рабочего времени. "Золотые" пропорции времени. Управление рабочей нагрузкой. Суточные биоритмы человека. Распределение рабочей нагрузки при решении крупных и мелких задач. Методы самомотивации и саморазгрузки. Мотивация и мотивы деятельности. Мотивация в тайм- менеджменте как условие достижения цели.

## 2.2. Лабораторные работы не предусмотрены

Курсовые работы не предусмотрены.

## 3. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТА

Самостоятельная работа осуществляется в объеме 58 часов. Видами СРС являются:

- Подготовка к практическим занятиям
- Изучение и конспектирование основной и дополнительной литературы
- Работа со справочными материалами
- Выполнение индивидуальных домашних заданий
- Подготовка к зачету

## 4. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ (см. Фонд оценочных средств)

4.1. Рейтинговая система оценки знаний обучающихся по дисциплине (при необходимости).

## 5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Основная литература

№ п/п	Автор (ы), наименование, место издания и издательство, год
1	2
1	Харченко, Л.В. Медико-социальная работа с инвалидами: учебное пособие : [16+] / Л.В. Харченко, Ф.В. Салугин, В.Г. Турманидзе ; Министерство образования и науки РФ, Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского. – Омск : Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского, 2017. – 104 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=562957">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=562957</a> (дата обращения: 13.05.2020). – Библиогр.: с. 87-88. – ISBN 978-5-7779-2098-0. – Текст : электронный.
2	Марусева, И.В. Современный менеджмент (Классический и прикладной аспекты): учебное пособие для вузов / И.В. Марусева. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2018. – 540 с. : ил., схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=494455">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=494455</a> (дата обращения: 08.11.2020). – Библиогр.: с. 428-436. – ISBN 978-5-4475-9728-3. – DOI 10.23681/494455. – Текст : электронный.
3	Медведева, В.Р. Тайм-менеджмент. Развитие навыков эффективного управления временем : учебное пособие / В.Р. Медведева ; Министерство образования и науки России, Казанский национальный исследовательский технологический университет. – Казань : Казанский научно-исследовательский технологический университет (КНИТУ), 2017. – 92 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=560859">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=560859</a> (дата обращения: 08.11.2020). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-7882-2266-0. – Текст : электронный.
4	Петренко, Е.С. Современные инструменты тайм-менеджмента=Modern time-management tools: учебное пособие : [16+] / Е.С. Петренко, Л.В. Шабалтина, А.В. Варламов. – Москва : Креативная экономика, 2019. – 86 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=599621">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=599621</a> (дата обращения: 08.11.2020). – Библиогр.: с. 82 - 83. – ISBN 978-5-91292-294-7. – DOI 10.18334/9785912922947. – Текст : электронный.

## 5.2. Дополнительная литература

№ п/п	Автор (ы), наименование, место издания и издательство, год
1	2
1	Якушев, А.В. Социальная защита и социальная работа : учебное пособие / А.В. Якушев. – Москва: А-Приор, 2010. – 144 с. – (Конспект лекций. В помощь студенту). – Режим доступа: по подписке. – URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=56374">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=56374</a> (дата обращения: 13.05.2020). – ISBN 978-5-384-00335-9. – Текст: электронный
2	С Е. И.Холостова Социальная работа с инвалидами Серия: Для бакалавров. Производитель: КноРус.-2012.
3	Социальная работа с инвалидами [Текст] : учебное пособие под ред. Н. Ф. Басова. (Для бкалавров). - Рек. УМО. Москва: КноРус, 2012. - 400 с.
4	Комплексная реабилитация инвалидов: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Т.В. Зозуля, Е.Г. Свистунова, В.В. Чешихина и др.; Под ред. Т.В. Зозули. – М.: Издательский центр «Академия», 2005. – 304с.
5	Технологии социальной работы с различными группами населения [Текст] : учебное пособие (Высшее образование). - Рек. УМО. Павленок, П. Д., М. Я. Руднева. М. : Инфра-М, 2010. - 272 с.
6	Смолкин, Абрек Маркович. Менеджмент: Основы организации : учебник / А. М. Смолкин. - М.: ИНФРА-М, 1999. - 248 с. - (Высшее образование). - ISBN 5-16-000007-0. - Текст (визуальный) : непосредственный.

7	Потеев, М. И. Основы менеджмента в сфере образования : учебное пособие / М. И. Потеев. - Санкт-Петербург : ИТМО, 1994. - 134 с. - Текст (визуальный) : непосредственный.
---	--

### 5.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

1. ВООК.ru [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://www.book.ru> (дата обращения: 15.04. 2018).
2. East View [Электронный ресурс]: [база данных]. - Доступ к полным текстам статей научных журналов из сети РГУ имени С. А. Есенина. - Режим доступа: <https://dlib.eastview.com> (дата обращения: 15.04.2018).
3. Royal Society of Chemistry journals [Электронный ресурс] : [база данных]. – Доступ к полным текстам архива научных журналов 1841-2007 гг. из сети РГУ имени С.А. Есенина. Режим доступа: <http://pubs.rsc.org/en/Journals?key=Title&value=Current> (дата обращения: 15.04. 2018).
4. Труды преподавателей [Электронный ресурс]: коллекция // Электронная библиотека Научной библиотеки РГУ имени С. А. Есенина. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://dspace.rsu.edu.ru/xmlui/> (дата обращения: 15.04.2018).
5. Университетская библиотека ONLINE [Электронный ресурс]: электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: [http://biblioclub.ru/index.php?page=main\\_ub\\_red](http://biblioclub.ru/index.php?page=main_ub_red) (дата обращения: 15.04.2018).
6. Электронная библиотека диссертаций [Электронный ресурс]: официальный сайт / Рос. гос. б-ка. - Москва : Рос. гос. б-ка, 2003 -. - Доступ к полным текстам из комплексного читального зала НБ РГУ имени С. А. Есенина. - Режим доступа: <http://diss.rsl.ru> (дата обращения: 15.04.2018).
7. Юрайт [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <https://www.biblio-online.ru> (дата обращения: 20.04.2018).
8. 10. Лань [Электронный ресурс]: электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа <http://e.lanbook.com> (дата обращения: 20.04.2018).

### 5.4. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее – сеть «Интернет»), необходимых для освоения дисциплины

1. eLIBRARY.RU [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. - Режим доступа: <http://elibrarv.ru/defaultx.asp>, свободный (дата обращения: 15.04.2018).
2. КиберЛенинка [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. - Режим доступа: <https://cvberleninka.ru/?> свободный (дата обращения: 15.04.2018).
3. EqWorld. The World of Mathematical Equations [Электронный ресурс] : Международный научно-образовательный сайт. - Режим доступа: <http://eqworld.ipmnet.ru/indexr.htm>, свободный (дата обращения: 15.04.2018).
4. Prezentasya.ru [Электронный ресурс]: образовательный портал. - Режим



- доступа: <http://prezentacva.ru>. свободный (дата обращения: 15.04.2018).
5. Библиотека методических материалов для учителя [Электронный ресурс] : образовательный портал // Инфоурок. - Режим доступа: <https://infourok.ru/biblioteka>. свободный (дата обращения: 15.04.2018).
  6. Единое окно доступа к образовательным ресурсам [Электронный ресурс] : федеральный портал. - Режим доступа: <http://window.edu.ru>, свободный (дата обращения: 15.04.2018).
  7. Российский общеобразовательный портал [Электронный ресурс] : [образовательный портал]. - Режим доступа: <http://www.school.edu.ru>. свободный (дата обращения: 15.04.2018).
  8. Российская педагогическая энциклопедия [Электронный ресурс] : электронная энцикл. // Гумер — гуманитарные науки. - Режим доступа: [http://www.gumer.info/bibliotek Buks/Pedagog/resspenc/mdexphp](http://www.gumer.info/bibliotek/Buks/Pedagog/resspenc/mdexphp), свободный (дата обращения: 15.04.2018).
  9. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов [Электронный ресурс] // Единое окно доступа к образовательным ресурсам. - Режим доступа: <http://fcior.edu.ru>. свободный (дата обращения: 15.04.2018).
  10. Библиотека методических материалов для учителя [Электронный ресурс] : образовательный портал // Инфоурок. - Режим доступа: <https://infourok.ru/biblioteka>, свободный (дата обращения: (дата обращения:)). (дата обращения: 05.06.2017)
  11. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов [Электронный ресурс] : федеральный портал. - Режим доступа: <http://school-collection.edu.ru>, свободный (дата обращения: 05.06.2017).
  12. Официальный интернет-портал правовой информации [Электронный ресурс] : Государственная система правовой информации - Режим доступа: <http://pravo.gov.ru/index.html> (дата обращения: 05.06.2017).
  13. Российский общеобразовательный портал [Электронный ресурс] : [образовательный портал]. - Режим доступа: <http://www.school.edu.ru>, свободный (дата обращения: 28.12.2016).
  14. Лица России [Электронный ресурс] // <http://www.rusnations.ru/etnos>
  15. Энциклопедия народов мира [Электронный ресурс] // <http://www.etnolog.ru/>
  16. UNESCO: Объекты наследия [Электронный ресурс] // <http://heritage.unesco.ru/index.php?id=30&L=9>
  17. Всемирное наследие // Энциклопедия «Вокруг света» [Электронный ресурс] / <http://www.vokrugsveta.ru/encyclopedia/index>
  18. Культура веры [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://religiocivilis.ru/>
  19. Культура и культурология [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.artap.ru/cult/index.htm>
  20. Библиотека по культурологии [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.countries.ru/library.htm>
  21. Культурология [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://lib.ru/CULTURE/>
  22. Библиотека Гумер [Электронный ресурс]. - Режим доступа:

- [http://www.gumer.info/bibliotek\\_Buks/Culture/INDEX\\_CULTUR.php](http://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Culture/INDEX_CULTUR.php)
23. Единый образовательный портал [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://window.edu.ru/window/catalog?p\\_rid=3965](http://window.edu.ru/window/catalog?p_rid=3965)
24. «Книгафонд» – электронная библиотечная система [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.knigafund.ru/>
25. Журнал социологии и социальной антропологии URL <http://www.soc.pu.ru/publications/jssa/>. (дата обращения: 20.03.2016)
26. Мир России: социология, этнология URL: <http://www.mirrossii.ru>. (дата обращения: 20.03.2016)

## 6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Указываются требования к аудиториям (помещениям, местам) для проведения занятий:

Требования к аудиториям (помещениям, местам) для проведения занятий: лекционные аудитории для проведения интерактивных лекций и лабораторных работ: видеопроектор, экран настенный, ноутбук.

## 7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Вид учебных занятий	Организация деятельности студента
Лекция	Написание конспекта лекций: кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, обобщения; пометить важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии. Уделить внимание следующим понятиям (перечисление понятий) и др.
Практические занятия	Проработка рабочей программы дисциплины, уделяя особое внимание целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом (указать текст из источника и др.), прослушивание аудио- и видеозаписей по заданной теме, решение расчетно-графических заданий, решений задач по алгоритму и др.
Контрольная работа/индивидуальные задания	Знакомство с основной и дополнительной литературой, включая справочные издания, зарубежные источники, конспект основных положений, терминов, сведений, требующихся для запоминания и являющихся основополагающими в этой теме. Составление аннотаций к прочитанным литературным источникам и др.
Коллоквиум	Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам и др.
Подготовка к экзамену	При подготовке к экзамену (зачету) необходимо ориентироваться

на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др.
---

## 8. ТРЕБОВАНИЯ К ПРОГРАММНОМУ ОБЕСПЕЧЕНИЮ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА:

Название ПО	№ лицензии
Операционная система WindowsPro	Договор №65/2019 от 02.10.2019
Антивирус Kaspersky Endpoint Security	Договор № 14-ЗК-2020 от 06.07.2020г.
Офисное приложение Libre Office	Свободно распространяемое ПО
Архиватор 7-zip	Свободно распространяемое ПО
Браузер изображений Fast Stone ImageViewer	Свободно распространяемое ПО
PDF ридер Foxit Reader	Свободно распространяемое ПО
Медиа проигрыватель VLC mediaplayer	Свободно распространяемое ПО
Запись дисков Image Burn	Свободно распространяемое ПО
DJVU браузер DjVuBrowser Plug-in	Свободно распространяемое ПО

При реализации дисциплины с применением (частичным применением) дистанционных образовательных технологий используются: вебинарная платформа Zoom (договор б/н от 10.10.2020 г.)

## 9. ИНЫЕ СВЕДЕНИЯ

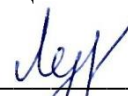
*В этом разделе могут быть представлены планы практических и семинарских занятий с указанием основной и дополнительной литературы; методические указания по проведению лабораторных работ и др.*

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**«Рязанский государственный университет имени С.А. Есенина»**

УТВЕРЖДАЮ  
Декан факультета  
физической культуры и спорта  
доцент П.В. Левин



«30» августа 2020 г.

**Аннотация рабочей программы дисциплины (модуля)  
«Введение в профессиональную деятельность  
(с элементами тайм-менеджмента)»**

Направление подготовки

**49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии  
здоровья (адаптивная физическая культура)**

Направленность (профиль)

**Адаптивное физическое воспитание**

Квалификация

**бакалавр**

Форма обучения

**заочная**

**1. Цель освоения дисциплины** – развитие у обучающихся личностных качеств, формирование универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций в соответствии с требованиями ФГОС ВО по данному направлению подготовки, позволяющих выпускнику успешно работать в сфере адаптивной физической культуры и адаптивного спорта и быть устойчивым на рынке труда.

**2. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина относится к обязательной части Блока 1 Части, формируемой участниками образовательных отношений.

Дисциплина изучается на 1 курсе (установочный семестр).

**3. Трудоемкость дисциплины:** 2 зачетные единицы, 72 академических часа.

**4. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы и индикаторами достижения компетенций:**

**УК-6.1.** - *знать* нозологические группы детей, имеющих отклонения в состоянии здоровья; - типичные двигательные расстройства, характерные для всех нозологических групп детей; *уметь* использовать коррекционно-развивающую направленность педагогических воздействий в адаптивной физической культуре; - использовать спортивно-физкультурную деятельность в интересах реабилитации и социальной интеграции инвалидов; *владеть* основными педагогическими навыками работы с детьми, имеющими нарушения в развитии; - навыками работы с родителями детей - инвалидов.

**УК-6.2.** – *знать* методы и инструменты тайм-менеджмента; - алгоритм планирования, особенности планирования и использования рабочего времени в процессе профессиональной деятельности; *уметь* оценивать свои реальные резервы времени и рационально их использовать; -формировать и совершенствование умения качественно анализировать и оценивать свои действия; - максимально использовать собственные возможности в профессиональной деятельности и в личной жизни; *владеть* навыками расстановки приоритетов в делах, оценки и анализа своих временных ресурсов; *владеть* навыками планирования, целеполагания и эффективного спользования рабочего времени; разработки личной системы тайм- менеджмента.

**УК-6.3.** – *знать* организационно-методическую деятельность в области адаптивной физической культуры и адаптивного спорта; - основы профессиональной деятельности тренера и инструктора-методиста по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту; *уметь* использовать средства и методы физической культуры для проведения образовательной, воспитательной, оздоровительной работы с лицами разных нозологических групп; - *владеть* навыками организации групповых и индивидуальных занятий

по адаптивной физической культуре с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья всех возрастных и нозологических групп.

**5. Форма промежуточной аттестации и семестр (ы) прохождения**  
Зачет (1 курс установочный семестр).

Дисциплина реализуется частично с применением дистанционных образовательных технологий.