

СТЕРЛИТАМАКСКИЙ ФИЛИАЛ
ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО
УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Факультет *Кафедра физвоспитания*
Кафедра *Физической культуры и здоровьесберегающих технологий*

Практическая подготовка

Программа практики

вид практики *Учебная*
тип практики *Учебная практика, ознакомительная*
способ проведения *Стационарная*

Направление

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

код наименование направления

Программа

Физическая реабилитация

Форма обучения

Заочная

Разработчик (составитель)
кандидат биологических наук, доцент

Садыкова С. Н.

ученая степень, должность, ФИО

1. Перечень планируемых результатов обучения при прохождении практики	3
1.1. Перечень планируемых результатов освоения образовательной программы	3
1.2. Перечень планируемых результатов обучения при прохождении практики, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций	3
2. Место практики в структуре образовательной программы	7
3. Объем практики в зачетных единицах с указанием количества недель	7
4. Содержание практики	7
5. Формы отчетности по практике	9
6. Учебно-методическое и информационное обеспечение практики	10
6.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для проведения практики.....	10
6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее - сеть «Интернет»), необходимых для проведения практики.....	11
6.3. Перечень информационных технологий, используемых при проведении практики, включая перечень программного обеспечения, профессиональных баз данных и информационных справочных систем.....	12

1. Перечень планируемых результатов обучения при прохождении практики

1.1. Перечень планируемых результатов освоения образовательной программы

Выпускник, освоивший программу высшего образования, в результате прохождения практики, должен обладать компетенциями, соответствующими виду (видам) профессиональной деятельности, на который (которые) ориентирована программа:

УК-3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде
УК-8. Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов
ОПК-1. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья
ОПК-6. Способен формировать осознанное отношение к занятиям адаптивной физической культурой, здоровому образу жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться
ОПК-14. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь
ПК-4. Способен проводить педагогическое наблюдение в ходе реабилитационных мероприятий

1.2. Перечень планируемых результатов обучения при прохождении практики, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций

Формируемая компетенция (с указанием кода)	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине (модулю)
ОПК-1. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья	ОПК-1.1. Знание морфологических особенностей занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критериев оценки физического развития, определяющих подход к планированию характера и уровню физических нагрузок, анализа результатов их применения; способов оценки результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС.	Обучающийся должен: знать морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критериев оценки физического развития, определяющих подход к планированию характера и уровню физических нагрузок, анализа результатов их применения; способов оценки результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС.

	ОПК-1.2. Проведение занятий и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья	Обучающийся должен: проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья
	ОПК-1.3. Владение средствами, методами и приемами базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья	Обучающийся должен: владеть средствами, методами и приемами базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья
УК-3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	УК-3.1. Знание основ и способов социального взаимодействия и реализации своей роли в команде	Обучающийся должен: знать основы и способы социального взаимодействия и реализации своей роли в команде
	УК-3.2. Умение взаимодействовать в обществе и реализовывать свою роль в команде	Обучающийся должен: уметь взаимодействовать в обществе и реализовывать свою роль в команде
	УК-3.3. Опыт социального взаимодействия реализации своей роли в команде	Обучающийся должен: владеть навыками социального взаимодействия реализации своей роли в команде
УК-8. Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	УК-8.1. Знание безопасных условий жизнедеятельности для сохранения природной среды, принципов устойчивого развития общества	Обучающийся должен: знать безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, принципов устойчивого развития общества
	УК-8.2. Умение создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной	Обучающийся должен: уметь создавать и поддерживать в повседневной жизни и в

	<p>деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов</p>	<p>профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов</p>
	<p>УК-8.3. Владеть навыками создания и поддержки в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасных условий жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов</p>	<p>Обучающийся должен: владеть навыками создания и поддержки в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасных условий жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов</p>
<p>ОПК-6. Способен формировать осознанное отношение к занятиям адаптивной физической культурой, здоровому образу жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться</p>	<p>ОПК-6.1. Знание составляющих здорового образа жизни и определяющих его факторов, механизмов и приемов формирования, поддержания и коррекции мотивации; санитарно-гигиенических основ деятельности в адаптивной физической культуре</p>	<p>Обучающийся должен: знать составляющие здорового образа жизни и определяющих его факторов, механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации; санитарно-гигиенические основы деятельности в адаптивной физической культуре</p>
	<p>ОПК-6.2. Формирование осознанного отношения к занятиям адаптивной физической культуры, здоровому образу жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их социализации</p>	<p>Обучающийся должен: уметь формировать осознанное отношение к занятиям адаптивной физической культуры, здоровому образу жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их социализации</p>
	<p>ОПК-6.3. Опыт обобщения информации о применении методик оценки физического развития детей и</p>	<p>Обучающийся должен: обладать навыками обобщения информации о применении методик оценки физического</p>

	<p>подростков; использования простейших функциональных тестов для оценки состояния здоровья и работоспособности занимающихся; проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед об основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры для оптимизации двигательного режима использования приемов агитационно- пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой и спортом.</p>	<p>развития детей и подростков; использования простейших функциональных тестов для оценки состояния здоровья и работоспособности занимающихся; проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед об основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры для оптимизации двигательного режима использования приемов агитационно- пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой и спортом.</p>
<p>ОПК-14. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</p>	<p>ОПК-14.1. Знание техники безопасности, профилактики травматизма, приемов оказания первой доврачебной помощи</p>	<p>Обучающийся должен: знать технику безопасности, профилактику травматизма, приемы оказания первой доврачебной помощи</p>
	<p>ОПК-14.2. Умение применять на занятиях технику безопасности, проводить профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</p>	<p>Обучающийся должен: уметь применять технику безопасности, проводить профилактику травматизма, оказание первой доврачебной помощи</p>
	<p>ОПК-14.3. Владение техникой безопасности, профилактикой травматизма и оказания первой доврачебной помощи</p>	<p>Обучающийся должен: владеть техникой безопасности, проводить профилактику травматизма, навыками оказания первой доврачебной помощи</p>
<p>ПК-4. Способен проводить педагогическое наблюдение в ходе реабилитационных</p>	<p>ПК-4.1. Знание основ и методов проведения педагогических</p>	<p>знать основы и методы проведения педагогических</p>

мероприятий	наблюдений в ходе реабилитационных мероприятий	наблюдений в ходе реабилитационных мероприятий
	ПК-4.2. Умение проводить педагогическое наблюдение в ходе реабилитационных мероприятий	Обучающийся должен: уметь проводить педагогическое наблюдение в ходе реабилитационных мероприятий
	ПК-4.3. Опыт проведения педагогического наблюдения в ходе реабилитационных мероприятий	Обучающийся должен: владеть навыками проведения педагогического наблюдения в ходе реабилитационных мероприятий

2. Место практики в структуре образовательной программы

Вид практики: Учебная

Тип практики: Учебная практика, ознакомительная

Способ проведения практики: Стационарная

Форма проведения практики: Дискретно (по видам практик)

Практика реализуется в рамках обязательной части

Практика проводится на 2 курсе в 4 семестре

3. Объем практики в зачетных единицах с указанием количества недель

Общая продолжительность практики составляет 2 недели. Общий объем 108 акад. ч., в том числе: в форме контактной работы 1 ч. (в объем контактной работы по практике входит консультации с руководителем практики, защита отчета по практике и сдача дифференцированного зачета по итогам практики), в форме самостоятельной работы 107 ч. (включая подготовку к защите отчета по практике и сдаче дифференцированного зачета по итогам практики).

4. Содержание практики

№ п/п	Разделы (этапы) практики	Виды и содержание работ, в т. ч. самостоятельная работа обучающегося	Форма текущего контроля и промежуточная аттестация
2	Основной этап.	<ol style="list-style-type: none"> Разработка документов планирования образовательного процесса на период практики: фрагменты годового плана инструктора по физической культуре, календарно-тематического планирования образовательной деятельности по физической культуре. Составление конспектов на проводимые физкультурные 	Руководители практики проводят консультации для студентов

		<p>занятия, утренней гигиенической гимнастики, физкультурных минуток, карточки подвижных игр.</p> <p>3. Оформление документов педагогического анализа физкультурного занятия, наблюдения за игрой ребенка во время проведения подвижных игр.</p> <p>4. Составление лекции по актуальным вопросам физического воспитания.</p> <p>5. Разработка сценария мероприятия активного отдыха: физкультурного досуга, спортивного праздника или дня здоровья.</p> <p>6. Просмотр физкультурных занятий.</p> <p>7. Проведение физкультурного занятия самостоятельно.</p> <p>8. Проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме дня: утренней гигиенической гимнастики, физкультминуток, подвижных игр на прогулке.</p> <p>9. Проведение мероприятия активного отдыха (физкультурного досуга, спортивного праздника, дня здоровья).</p> <p>10. Участие в мероприятиях учреждения с целью популяризации физической культуры и спорта.</p>	
3	Заключительный этап.	<p>1. Анализ качества профессиональной деятельности практиканта.</p> <p>2. Подготовка письменного отчета о практике.</p> <p>3. Защита отчета.</p>	Дифференцированный зачет с оценкой
1	Подготовительный этап	<p>1. Установочная конференция</p> <p>2. Ознакомление с организационной структурой учреждения, администрацией учреждения, инструктором физической культуры, медицинским персоналом.</p> <p>3. Ознакомление с материально-технической базой учреждения, планом работы, учетной документацией, отчетной документацией, правилами техники</p>	Руководители практики проводят консультации для студентов

		<p>безопасности, санитарно-гигиеническими нормами.</p> <p>4. Ознакомление с деятельностью инструктора по физической культуре, персонала, осуществляющего массаж, персонала, осуществляющего санитарно-просветительскую деятельность.</p> <p>5. Ознакомление с принципами формирования групп детей для занятий физической культурой.</p> <p>6. Ознакомление с методами учета эффективности работы.</p> <p>7. Получение информации медицинского персонала учреждения о медицинском контроле и врачебно-педагогическом обеспечении занятий физической культурой.</p> <p>8. Ознакомление с занятиями по физической культуре, проводимыми в учреждении</p> <p>9. Составление плана учебной практики.</p>	
--	--	---	--

5. Формы отчетности по практике

В качестве основной формы и вида отчетности устанавливается отчет по практике. По окончании практики студент сдает корректно, полно и аккуратно заполненный отчет по практике руководителю практики от кафедры.

Структура отчета об учебной ознакомительной практике

Титульный лист

Методические указания

Общие положения

Рабочий график (план) проведения практики

3.1 Подготовительный этап

3.2 Основной этап

3.3 Заключительный этап

Индивидуальное задание

Инструктаж по охране труда

Дневник работы студента

6.1 Годовой план инструктора по физической культуре на период практики

6.2 Календарно-тематическое планирование образовательной деятельности по физической культуре на период практики

6.3 Расписание занятий

6.4 Рабочий план для воспитанников на период практики

6.5 План-конспект физкультурного занятия

6.6 Протокол учета пульсовых данных на физкультурном занятии

6.7 Выводы по организации дозирования нагрузок на занятии

6.8 Протокол хронометрирования для оценки эффективности занятия

6.9 Примерный план педагогического анализа физкультурного занятия

6.10 Педагогический анализ физкультурного занятия

6.11 План-конспект утренней гигиенической гимнастики для детей

6.12 План-конспект физкультурной минутки для детей

6.13 Карточка подвижной игры

6.14 Тезисы лекции для родителей

6.15 Список использованной литературы

Отчет студента о практике

Отзыв о практике студента

Результат дифференцированного зачета с оценкой

Оформление отчета по практике проводится в соответствии с методическими указаниями руководителя практики от кафедры.

В качестве основной формы и вида отчетности для заочной формы обучения студентов устанавливается отчет по практике. По окончании практики студент сдает корректно, полно и аккуратно заполненный отчет по практике руководителю практики от кафедры. Студенты заочной формы обучения сдают соответствующий отчет до начала промежуточной аттестации семестра, следующего за истекшим.

Промежуточная аттестация по итогам практики может включать защиту отчета в зависимости от требований образовательного стандарта по направлению подготовки (специальности). Образовательный стандарт настоящего направления подготовки не предусматривает защиту отчета.

Итоговой формой контроля знаний, умений и навыков по практике является дифференцированный зачет с оценкой.

Случаи невыполнения программы практики, получения не удовлетворительной оценки по итогам проверки отчета, а также не прохождения практики признаются академической задолженностью.

Академическая задолженность подлежит ликвидации в установленный деканатом (дирекцией) срок.

Промежуточная аттестация по итогам практики включает защиту отчета.

Формой контроля знаний, умений и навыков по практике является дифференцированный зачет.

Случаи невыполнения программы практики, получения не удовлетворительной оценки при защите отчета, а также не прохождения практики признаются академической задолженностью. Академическая задолженность подлежит ликвидации в установленные сроки.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение практики

6.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для проведения практики

Основная учебная литература:

1. Гилев, Г. А. Физическое воспитание студентов : учебник / Г. А. Гилев, А. М. Каткова ; Московский педагогический государственный университет. – Москва : Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2018. – 338 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=598939> (дата обращения: 23.06.2021). – Библиогр.: с. 220 - 248. – ISBN 978-5-4263-0574-8. – Текст : электронный.
2. Болманенкова, Т. А. Основы физического воспитания : учебное пособие : [12+] / Т. А. Болманенкова. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. – 236 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=571983> (дата обращения: 23.06.2021). – Библиогр.: с. 218-221. – ISBN 978-5-4499-0197-2. – DOI 10.23681/571983. – Текст : электронный.
3. Усаков, В. И. Педагогический контроль в физическом воспитании дошкольников : учебное пособие / В. И. Усаков. – 2-е изд. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2016.

- 88 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=452857> (дата обращения: 23.06.2021). – Библиогр.: с. 74-78. – ISBN 978-5-4475-7199-3. – DOI 10.23681/452857. – Текст : электронный.
4. Дедулевич, М. Н. Методика физического воспитания детей : учебник : [12+] / М. Н. Дедулевич, В. А. Шишкина. – Минск : РИПО, 2016. – 328 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=463279> (дата обращения: 23.06.2021). – Библиогр.: с. 204-209. – ISBN 978-985-503-554-2. – Текст : электронный.

Дополнительная учебная литература:

1. Усаков, В. И. Студенту о здоровье и физическом воспитании : учебное пособие : [16+] / В. И. Усаков. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2016. – 105 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=441285> (дата обращения: 23.06.2021). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4475-7955-5. – DOI 10.23681/441285. – Текст : электронный.
2. Формирование и развитие общекультурных компетенций в физическом воспитании студентов специальной медицинской группы : учебное пособие : [16+] / И. В. Полозкова, Ж. Б. Сафонова, И. Н. Шевелева [и др.] ; Омский государственный технический университет. – Омск : Омский государственный технический университет (ОмГТУ), 2020. – 101 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=682104> (дата обращения: 23.06.2021). – Библиогр.: с. 56-64. – ISBN 978-5-8149-3131-3. – Текст : электронный.
3. Ким, Т. К. Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста : учебное пособие / Т. К. Ким ; Московский педагогический государственный университет. – Москва : Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2015. – 204 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=472914> (дата обращения: 23.06.2021). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4263-0247-1. – Текст : электронный.
4. Иванков, Ч. Технология физического воспитания в высших учебных заведениях : учебное пособие / Ч. Иванков, С. А. Литвинов. – Москва : Владос, 2015. – 304 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429625> (дата обращения: 23.06.2021). – ISBN 978-5-691-02197-8. – Текст : электронный.

6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее - сеть «Интернет»), необходимых для проведения практики

№ п/п	Адрес (URL)	Описание страницы
1	https://www.youtube.com/watch?v=hBJqoQd-0Vo	Открытый урок физической культуры
2	https://doc4web.ru/pedagogika/syuzhetnokorrekcionnoe-zanyatie-po-fizicheskoj-kulture-cvetochna.html	Сюжетно-коррекционное занятие по физической культуре «Цветочная страна»
3	https://www.youtube.com/watch?v=cTvqynXy708	Видео презентация по организации физкультурно-спортивной работы

		среди студентов
4	https://www.youtube.com/watch?v=GOzNUM1StGk	Физкультурное занятие. Младшая группа
5	https://kpfu.ru/physical/rekomendacii-dlya-distancionnogo-obucheniya-fk/videouroki	Видеоуроки
6	https://www.youtube.com/watch?v=NIoHdLnjfcQ	Физкультурное занятие старшая группа

6.3. Перечень информационных технологий, используемых при проведении практики, включая перечень программного обеспечения, профессиональных баз данных и информационных справочных систем

№ п/п	Наименование документа с указанием реквизитов
--------------	--