

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Владимирский государственный университет
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»
(ВлГУ)

Институт физической культуры и спорта

УТВЕРЖДАЮ:
Директор института

Гадалов А.В.
« 31 » 08 2021 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ (ОЗНАКОМИТЕЛЬНОЙ) ПРАКТИКИ

направление подготовки

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

профиль подготовки

Адаптивное физическое воспитание

г. Владимир

2021

3А9К-119

Вид практики – учебная (ознакомительная)

1. Цели практики

Целями учебной (ознакомительной) практики являются: получение первичных профессиональных умений и навыков, закрепление полученных знаний, улучшение теоретической подготовки студентов по направлению адаптивная физическая культура, приобретение ими практических навыков и формирование компетенций в сфере профессиональной деятельности.

2. Задачи учебной (ознакомительной) практики

Задачами учебной (ознакомительной) практики являются:

1. Ознакомить студентов с основными направлениями деятельности специалиста по адаптивной физической культуре, инструкторами фитнес клубов, оздоровительных центров и отделений по ЛФК (учебно-методическая деятельность, внеурочная работа по адаптивной физической культуре и научно-исследовательская деятельность).

2. Ознакомить студентов с основным документооборотом (общеобразовательными стандартами, примерными программами, календарно-годовым и тематическим планированием, основной и дополнительной методической литературой и профессиональными журналами).

3. Обеспечить знакомство студентов с учебно-методической литературой, с образовательными экспериментальными площадками г. Владимира, с видами и формами проведения работы по адаптивной физической культуре.

4. Инициировать интерес к профессиональной деятельности и профессии специалистов по адаптивной физической культуре, помощь в осознанном выборе курсовой, а затем и выпускной квалификационной работы.

3. Способы проведения - стационарная

4. Формы проведения учебной (ознакомительной) практики - непрерывная

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

Код компетенции/ индикатора достижения компетенции	Результаты освоения ОПОП (содержание компетенции / индикатора достижения компетенции)	Перечень планируемых результатов при прохождении практики
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. Знает историю и современное состояние базовых видов физкультурно-спортивной деятельности (БВФСД) - гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта, их место и значение в физической культуре, науке и образовании. ОПК-1.2. Умеет применять методы, средства и приемы БВФСД при проведении занятий, физкультурно-спортивных мероприятий по двигательному и когнитивному обучению, физической подготовке с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, в зависимости от поставлен-	Знает особенности видов физкультурно-спортивной деятельности, их место и значение в физической культуре. Умеет применять методы, средства и приемы при проведении занятий, тренировок по адаптивному спорту. Владеет специальными терминами, техникой двигательных действий и методикой обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

	<p>ных задач.</p> <p>ОПК-1.3. Владеет терминологией, техникой двигательных действий и методикой обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья БВФСД.</p>	
<p>ОПК-5. Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения</p>	<p>ОПК-5.1. Знает сущность воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессе, принципы воспитания; виды девиаций, формы проявления девиантного поведения, факторы их вызывающие и средства их профилактики в физической культуре и спорте.</p> <p>ОПК-5.2. Умеет применять методы, приемы и средства воспитания в физической культуре и спорте; решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту и во внеучебное время в сотрудничестве с другими педагогическими работниками; формировать навыки социально-осознанного поведения в поликультурной среде.</p> <p>ОПК-5.3. Владеет навыками организации участия обучающихся в мероприятиях патриотического и общественного характера, в том числе и спортивно-массовых.</p>	<p>Знает особенности и суть адаптивного воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессе для лиц с отклонениями в состоянии здоровья.</p> <p>Умеет применять средства воспитания в адаптивной физической культуре и параолимпийском спорте; решать воспитательные задачи на занятиях по адаптивной физической культуре.</p> <p>Владеет специальными навыками организации лиц с отклонениями в состоянии здоровья в спортивно-массовых мероприятиях.</p>
<p>ОПК-13. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся.</p>	<p>ОПК-13.1. Знать методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; документы планирования образовательного и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; целевые результаты и параметры применяемых нагрузок.</p> <p>ОПК-13.2. Уметь планировать учебно-воспитательный процесс по АФК, тренировочные занятия по адаптивному спорту, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта.</p> <p>ОПК-13.3. Владеть навыками планирования учебных занятий по предмету «Физическая культура», внеурочных занятий оздоровительного характера по БВФСД и ИВАС с учетом анатомо-физиологических особенностей, уровня физической подготовленности, нозологических</p>	<p>Знает анатомо-морфологические и психологические особенности занимающихся АФК в соответствии с полом и возрастом.</p> <p>Умеет выделять этапы развития адаптивной физической культуры и основные принципы, цели, средства организации адаптивной физической культуры с лицами с ограниченными возможностями.</p> <p>Владеет навыками дифференцированного и индивидуально ориентированного подхода в выборе средств, методов, организационных форм адаптивной физической культуры.</p>

	форм заболеваний занимающихся разного пола и возраста.	
ОПК-14. Способен обеспечить соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.	<p>ОПК-14.1. Знает факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; требования охраны труда и пожарной безопасности.</p> <p>ОПК-14.2. Умеет обеспечивать технику безопасности на занятиях и соревнованиях по ИВАС и БВФСД с учетом гигиенических норм; выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря.</p> <p>ОПК-14.3. Владеет способами оказания первой помощи при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях; проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях АФК и адаптивным спортом.</p>	<p>Знает возможные факторы и причины возникновения травматизма, возникающих функциональных нарушений в процессе тренировочной и спортивной деятельности.</p> <p>Умеет составлять программу и индивидуальную карту физкультурно-спортивного, оздоровительного мероприятия и проводить занятия, с данной категорией лиц.</p> <p>Владеет методами коррекции и реабилитации; способами профилактики заболеваний.</p>
ПК-3. Способен к планированию и контролю результатов спортивной подготовки занимающихся в группах начальной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).	<p>ПК-3.1. Знает порядок составления и ведения отчетной документации по контролю и анализу тренировочного процесса на этапе начальной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин); федеральные стандарты спортивной подготовки по виду адаптивного спорта.</p> <p>ПК-3.2. Умеет использовать различные средства контроля и оценки уровня физической и технической подготовленности занимающихся (врачебно-педагогический контроль, тестирование, антропометрические измерения).</p> <p>ПК-3.3. Владеет способами составления проекта годичного плана тренировочного процесса для групп начальной подготовки в соответствии с программой спортивной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).</p>	<p>Знает теоретические основы использования физических нагрузок у лиц с ограниченными возможностями здоровья.</p> <p>Умеет составлять программу и индивидуальную карту физкультурно-спортивного, оздоровительного мероприятия и проводить занятия, с данной категорией лиц.</p> <p>Владеет методами, приемами проведения комплексов физических упражнений у лиц с отклонениями в состоянии здоровья с целью восстановления у них нарушенных или утраченных функций; методами коррекции и реабилитации; способами профилактики заболеваний.</p>

6. Место практики в структуре ОПОП, объем и продолжительность практики

Учебная (ознакомительная) практика относится к обязательной части Блока 2. Практика в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура).

Объем учебной (ознакомительной) практики составляет 6 зачетных единиц (216 часов), продолжительность – 4 недели.

Практика проводится в 7 семестре.

7. Структура и содержание учебной (ознакомительной) практики

№ п/п	Разделы (этапы) практики	Виды учебной работы, на практике включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)	Формы текущего контроля
1	Подготовительный этап (инструктаж по ознакомлению обучаемых с видами деятельности на практике, формами промежуточных и итоговых заданий и формах контроля) Инструктаж по технике безопасности.	16	Наблюдение за выполнением работы обучаемых Собеседование Текущие консультации
2	Сбор необходимой информации по полученным заданиям Анализ литературных источников по курсу подвижных и спортивных игр. Анализ литературных источников по оздоровительным технологиям. Обработка, анализ и систематизация полученной информации	100	Проверка подготовленных материалов и презентаций Проверка подготовленных фото материалов и презентаций Проверка отдельных блоков выполненного задания Проверка выполненного задания
3	Экспериментальный этап Подготовка и проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий в оздоровительных комплексах. Проведение спортивных соревнований в физкультурно-оздоровительных комплексах. Знакомство с основными направлениями оздоровительной работы. Проведение бесед по культуре здоровья. Научно-исследовательская работа обучаемых Подготовка отчета по практике	100	Проверка подготовленных материалов и презентаций Проверка подготовленных фото материалов и презентаций Проверка отдельных блоков выполненного задания Проверка выполненного задания
	Итого	216	

8. Формы отчетности по практике

Контроль деятельности осуществляется при проведении: индивидуальных и групповых собеседованиях; защиты разработанных проектов. Оценка результатов практики происходит поэтапно совместно со студентами и включает:

- Отчет студента о проделанной работе;
- Оценку группового руководителя практики.

Практика зачитывается по результатам выполнения целей и задач практики. Для получения зачета студент должен полностью выполнить все задания по практике, своевременно оформить текущую и итоговую документацию. Сроки сдачи документации устанавливаются выпускающей кафедрой (ТМБОФК) и доводятся до сведения обучаемых на установочной конференции.

Учебная практика обучаемых оценивается зачетом. Положительная оценка заносится руководителем практики в ведомость и в зачётную книжку обучаемого. К итоговой конференции студенты готовят отчётные материалы (дневник практики, выполненное индивидуальное задание, отчет), фото-газеты, презентации. Итоговая оценка всей деятельности обучаемых по учебной практике происходит в начале семестра.

9. Перечень информационных технологий, используемых при проведении практики, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем.

В соответствии с требованиями ФГОС ВО целостная система подготовки бакалавра адаптивной физической культуры предусматривает реализацию компетентностного подхода и должна исходить из широкого использования в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий. Соответственно, учебная практика ориентирована на организацию активной работы обучаемых на занятиях, для чего предусматривается использование инновационных технологий и подходов: деятельностного подхода, игровых технологий путем проведения деловых и ролевых дидактических игр, использование преимуществ и достоинств новых информационно-коммуникативных технологий, метод портфолио, проектная деятельность в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся. В рамках учебной практики предусмотрены встречи со специалистами государственных и общественных образовательных, лечебных, оздоровительных, профилактических организаций, инструкторами по адаптивной физической культуре, инструкторами тренажерных залов, руководителями спортивных и оздоровительных клубов.

Основными методами обучения обучаемых являются ознакомительно-репродуктивный и частично-поисковый, реализуемые через диалоговую форму общения, собеседования, инструкции и консультации, осуществление проектной деятельности, разработке тематического портфолио.

Совершенствование методов обучения основано на следующих факторах:

- широкое использование коллективных форм познавательной деятельности (индивидуальная и групповая работа при осуществлении проектной деятельности);
- применение различных форм и элементов деятельностного подхода;
- индивидуализация обучения при работе в студенческой группе и учет личностных характеристик при разработке индивидуальных заданий и выборе форм общения;
- стремление к результативности обучения и равномерному продвижению всех обучаемых в процессе познания независимо от исходного уровня их знаний и индивидуальных способностей;
- усиление межпредметных связей, формирование системного подхода к обучению и включение в аттестационные материалы вопросов и заданий, имеющих междисциплинарный характер;
- применение современных аудиовизуальных средств, технических и информационных средств обучения.

10. Перечень учебной литературы и ресурсов сети «Интернет», необходимых для

проведения практики

Наименование литературы: автор, название, вид издания, издательство	Год издания	КНИГООБЕСПЕЧЕННОСТЬ
		Наличие в электронной библиотеке ВлГУ (дата обращения)
Основная литература		
1. Иссурин, В. Б. Научные и методические основы подготовки квалифицированных спортсменов / Иссурин В. Б. , Лях В. И. - Москва : Спорт, 2020. - 176 с. (Библиотечка тренера) - ISBN 978-5-907225-16-9.	2020	https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785907225169.html
2. Платонов, В. Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов / Платонов В. Н. - Москва : Спорт, 2019. - 656 с. - ISBN 978-5-9500183-3-6.	2019	https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785950018336.html
3. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С. П. Евсеев. - Изд. 2-е стереотип. - Москва : Спорт, 2020. - 616 с. - ISBN 978-5-907225-56-5.	2020	https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785907225565.html
4. Ахметов, И. И. Медико-биологические термины в спорте (словарь-справочник) / И. И. Ахметов, Ю. Д. Винничук, Н. Л. Высочина и др. ; под ред. Л. М. Гуниной, А. В. Дмитриева - Москва : Спорт, 2019. - 336 с. - ISBN 978-5-9500183-2-9.	2019	https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785950018329.html
Дополнительная литература		
1. Миронов, С. П. Спортивная медицина : национальное руководство/ Под ред. С. П. Миронова, Б. А. Поляева, Г. А. Макаровой - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2013. - 1184 с. (Серия "Национальные руководства") - ISBN 978-5-9704-2460-5.	2013	https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970424605.html
2. Козлова, О. А. Адаптивная физическая культура: учебное пособие / Козлова О. А. , Коротяева Е. Ю. - Москва : Проспект, 2019. - 64 с. - ISBN 978-5-392-27169-6.	2019	https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785392271696.html


11. Материально-техническое обеспечение практики

Библиотека и читальный зал университета, городская научная библиотека, компьютерная аудитория института физической культуры для выхода на интернет сайты и образовательные порталы Министерства образования и науки РФ и Российской академии образования.

Интернет-ресурсы: учебная практика предполагает проведение занятий в аудитории оснащённой компьютерной техникой (в целях формирования навыка использования компьютера в учебных целях при ознакомлении обучаемых с образовательными порталами г. Владимира и


системы образования в целом). Предусматривается работа в компьютерном классе с привлечением электронных программно-методических и технологических средств учебного назначения: аудио-, видео- и компьютерных учебных пособий.

12. Практика для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов проводится с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья.

Рабочую программу составила: к.б.н., доцент Косцова Е. В. 

(ФИО, подпись)


Рецензент (представитель работодателя)

ГБУЗ ВО «Областной центр ЛФК и СМ», главный врач Киселев В.О. 

(место работы, должность, ФИО, подпись)

Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры ТМБОФК

Протокол № 1 от 30.08.21 года


Заведующий кафедрой Батоцыренова Т.Е. 

(ФИО, подпись)

Рабочая программа рассмотрена и одобрена

на заседании учебно-методической комиссии направления 49.03.01, 49.03.02

Протокол № 1 от 30.08.21 года

Председатель комиссии Батоцыренова Т.Е. 

(ФИО, должность, подпись)