

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего профессионального образования

«Владимирский государственный университет имени Александра  
Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»  
(ВлГУ)

Институт физической культуры и спорта



УТВЕРЖДАЮ

Проректор по УМР

А.А. Панфилов

" 01 " 09 2015 г.

**Программа производственной практики**

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

Профиль (программа) подготовки  
**Адаптивное физическое воспитание**

Квалификация (степень) выпускника  
**Бакалавр**

г. Владимир

2015

34 ПК - 13, 14, 15/6  
8/11.11

## **Вид практики - производственная**

### **1. Цели практики**

Целями производственной практики являются закрепление сформированных в процессе обучения умений, навыков и личностных качеств, обеспечивающие научно обоснованное планирование и процессуальное развитие деятельности в различных видах адаптивной физической культуры. Совмещение теоретической подготовки студентов с приобретенными ими практическими навыками и формирование компетенций в сфере профессиональной деятельности.

### **2. Задачи производственной практики**

2.1 Ознакомить студентов с организацией, структурой, содержанием, современными технологиями и практикой физкультурно-оздоровительной работы с лицами с ограниченными возможностями, сформировать необходимые знания, умения, навыки, психологическую готовность к работе с данной категорией населения.

2.2 Познакомить студентов с постановкой работы лечебно-профилактического, образовательного, спортивного учреждения.

2.3 Содействовать адаптации студентов к условиям и требованиям будущей профессиональной деятельности и профессиональному самообразованию, совершенствовать знания, умения и навыки, приобретенные в процессе учебной деятельности (практикумов) по циклам теоретических дисциплин.

2.4 Ознакомить студентов с задачами, содержанием, формами организации, системой и особенностями работы по специализации, с системой учета и контроля, анализа и оценки своей деятельности в рамках специализации, обеспечить научно-практическую и исследовательскую деятельность студентов в рамках выбранной темы для написания выпускной квалификационной работы.

2.5 Сформировать у студентов самостоятельность при использовании физических нагрузок у лиц с ограниченными возможностями здоровья.

2.6 Обеспечить у студентов выработку навыков работы с современными технологиями физкультурно-спортивной деятельности инвалидов, материально-техническим оснащением занятий адаптивной физической культурой

### **3. Способы проведения - стационарная практика**

### **4. Формы проведения - непрерывная**

Основной формой проведения производственной практики являются практические занятия, предусматривающие проведение физкультурно-оздоровительной работы в физкультурно - оздоровительных комплексах, выполнение исследовательских заданий с использованием мультимедиа и ин-

тернет-ресурсов ВлГУ, самостоятельную работу в библиотеках и читальных залах различных образовательных центрах г. Владимира.

Методика практических занятий предусматривает использование различных организационных форм обучения с использованием деятельностного подхода: индивидуальную форму работы, групповую, коллективную, работу в паре, проектную деятельность.

**5. Перечень планируемых результатов обучения при прохождении практики, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

| Код компетенции | Результаты освоения ОПОП ВО<br><i>Содержание компетенций*</i>                                                                                                                                     | Перечень планируемых результатов при прохождении практики**                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ПК-2            | Умением обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья двигательным действиям, позволяющим реализовывать потребности, характерные для конкретного вида адаптивной физической культуры            | <b>Знать:</b> теоретические основы использования физических нагрузок у лиц с ограниченными возможностями здоровья;<br><b>Уметь:</b> - выделять этапы развития адаптивной физической культуры и основные принципы, цели, средства организации адаптивной физической культуры с лицами с ограниченными возможностями;<br>- составлять программу и индивидуальную карту физкультурно-спортивного, оздоровительного мероприятия и проводить занятия, с данной категорией лиц;<br>- правильно подбирать методы коррекции и реабилитации; необходимыми умениями и навыками работы с данной категорией лиц.<br>- формулировать особенности физиологических состояний человеческого организма;<br>- используя знания физиологических закономерностей, оценивать соответствие физических нагрузок функциональному состоянию организма человека |
| ПК-3            | Умением определять цели и задачи адаптивной физической культуры как фактора гармоничного развития личности, укрепления здоровья, физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья; | <b>Владеть:</b> - навыками дифференцированного и индивидуально ориентированного подхода в выборе                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

|  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | средств, методов, организационных форм адаптивной физической культуры;<br>- методами, приемами проведения комплексов физических упражнений у лиц с отклонениями в состоянии здоровья с целью восстановления у них нарушенных или утраченных функций;<br>-методами коррекции и реабилитации;<br>способами профилактики заболеваний. |
|--|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**6. Место производственной практики в структуре ОПОП ВО бакалавриата**

Для освоения данной дисциплины необходимы знания, умения и компетенции, полученные обучающимися на дисциплинах: «Естественнонаучные основы физической культуры и спорта», «Анатомия человека», «Биохимия человека», «Физиология человека», «Физиология спорта».

**7. Место и время проведения производственной практики.**

Практика проводится в 8-м семестре в физкультурно-оздоровительных комплексах г. Владимира и области (по договоренности), санаториях, стационарах, отделениях восстановительной медицины.

**8. Объем практики в зачетных единицах и ее продолжительность в неделях или академических часах**

Общая трудоемкость производственной практики составляет  
216 часов 4 недели

**9. Структура и содержание производственной практики**

| №<br>п/п | Разделы (этапы) практики                                                                                 | Виды производственной работы, на практике включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость<br>(в часах) |     |       | Формы текущего контроля |
|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-------|-------------------------|
|          |                                                                                                          | Лаб<br>раб                                                                                                     | С/р | Всего |                         |
| 1        | Подготовительный этап (инструктаж по ознакомлению обучающихся с видами деятельности на практике, формами | 4                                                                                                              | -   | 4     |                         |

|   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |    |     |     |                                                                                                           |
|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|-----|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|   | промежуточных и итоговых заданий и формах контроля)<br>Инструктаж по технике безопасности                                                                                                                                                                                                                                 | 4  | -   | 4   |                                                                                                           |
| 3 | Сбор необходимой информации по полученным заданиям                                                                                                                                                                                                                                                                        |    |     |     | Наблюдение за выполнением работы обучаемых                                                                |
| 4 | Анализ литературных источников по методике применения АФК.                                                                                                                                                                                                                                                                |    |     |     | Собеседование                                                                                             |
| 4 | Анализ литературных источников по оздоровительным-технологиям.                                                                                                                                                                                                                                                            | 44 | 56  | 100 | Текущие консультации                                                                                      |
| 5 | Обработка, анализ и систематизация полученной информации                                                                                                                                                                                                                                                                  |    |     |     |                                                                                                           |
| 6 | Экспериментальный этап<br>Подготовка и проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий в оздоровительных комплексах.<br>Проведение спортивных соревнований в физкультурно-оздоровительных комплексах.<br>Знакомство с основными направлениями оздоровительной работы и АФК.<br>Проведение бесед по культуре здоровья. | 20 | 60  | 80  | Проверка подготовленных материалов и презентаций<br>Проверка подготовленных фото материалов и презентаций |
| 7 | Научно-исследовательская работа обучаемых<br>Подготовка отчета по практике                                                                                                                                                                                                                                                | 8  | 20  | 28  | Проверка отдельных блоков выполненного задания<br><br>Проверка выполненного задания                       |
|   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 80 | 136 | 216 |                                                                                                           |

#### 10. 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.

Производственная практика обучаемых оценивается зачетом с оценкой. 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 производственной практике происходит по окончании практики.

#### **11. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по практике**

**Показатели, критерии и шкала оценивания компетенций текущего контроля успеваемости по производственной практике**

| № п/п | Разделы (этапы) практики                                                                                                                                                                       | 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. | Личное присутствие студента, журнал по технике безопасности                    |
| 2.    | Сбор необходимой информации по полученным заданиям                                                                                                                                             | Письменный отчет в дневнике практики                                           |
| 3.    | Анализ литературных источников по нозологическим формам.                                                                                                                                       | Список литературы                                                              |
| 4.    | Анализ литературных источников по особенностям проведения занятий АФК.                                                                                                                         | Комплекс утренний гимнастики                                                   |
| 5.    | Составление комплексов утренней гигиенической гимнастики.<br>Обработка, анализ и систематизация полученной информации.                                                                         | Собеседование.<br>Текущие консультации.<br>Проверка подготовленных материалов. |
| 6.    | <i>Экспериментальный этап</i><br>Проведение спортивных и оздоровительных занятий в режиме дня в оздоровительном лагере,                                                                        | Проверка подготовленных материалов и презентаций.                              |

|     |                                              |                                    |
|-----|----------------------------------------------|------------------------------------|
| 7.  | стационаре, оздоровительном центре.          | План-конспект за-<br>нятий         |
| 8.  | Проведение утренней гигиенической гимнастики |                                    |
| 9.  | Организация и проведение спортивных и по-    | Проверка целостно-<br>го портфолио |
| 10. | движных игр.                                 |                                    |
| 11. | Проведение викторин по теме: «Здоровье».     |                                    |
| 12. | Проведение соревнований.                     |                                    |
| 13. | Организация и проведение спартакиады.        |                                    |
|     | Научно-исследовательская работа студентов.   |                                    |
|     | Подготовка отчета по практике                | Отчет по практике                  |

**Контрольные вопросы для проведения текущей аттестации**

1. Особенности нозологических форм и состояний, наиболее часто встречающиеся у данного контингента.
2. Особенности формирования заданий и проведение занятий с данным контингентом.
3. Особенности проведения индивидуальных занятий с данным контингентом
4. Особенности использования подвижных игр в занятиях с данным контингентом/
5. Методика проведения утренней гигиенической гимнастики.

**Показатели и шкала оценивания компетенций текущего контроля успеваемости по учебной дисциплине «Производственная практика»**

| № п/п | Разделы (этапы) практики                                                                                                                         | Формы текущего контроля                                                           | Балльно-рейтинговая оценка (кол-во баллов) |
|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
| 1.    | <i>Подготовительный этап</i><br>Установочная конференция.                                                                                        | Присутствие                                                                       | 10                                         |
| 2.    | Инструктаж по ознакомлению обучаемых с видами деятельности на практике, формами промежуточных и итоговых заданий и формах контроля.              | Наблюдение за выполнением работы обучаемых                                        | 5                                          |
| 3.    | Инструктаж по технике безопасности.                                                                                                              | Присутствие<br>Опрос                                                              | 5                                          |
| 4.    | Сбор необходимой информации по полученным заданиям<br>Анализ литературных источников по курсу подвижных и спортивных игр, по фитнес технологиям. | Текущие консультации.<br>Проверка подготовленных материалов.<br>Список литературы | 1-10<br>1-10<br>5                          |
| 5.    | <i>Экспериментальный этап</i><br>Подготовка и проведение физкультурно-оздоровительных ме-                                                        | Проверка подготовленных материалов и                                              |                                            |

|     |                                                                                                    |                                                       |           |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-----------|
| 6.  | роприятий.<br>Проведение спортивных соревно-<br>ваний.<br>Знакомство с работой фитнес клу-<br>бов. | презентаций.<br>Отчетные документы<br><br>Презентация | 1-10      |
| 7.  | Знакомство с основными направ-<br>лениями оздоровительного фитнес-<br>са.                          |                                                       | 1-10      |
| 8.  | Проведение бесед по культуре<br>здоровья.                                                          | Конспект                                              | 5         |
| 9.  | Промежуточный контроль.                                                                            | Проверка отдельных<br>блоков портфолио.               | 1-10<br>5 |
| 10. | Научно-исследовательская работа<br>обучаемых.                                                      |                                                       |           |
| 11. | Сбор материала для курсовой ра-<br>боты.                                                           | План работы                                           | 1-10      |
| 12. | Подготовка<br>отчета по практике.                                                                  | Проверка целостного<br>портфолио                      | 1-10      |
| 13. | Итоговая конференция                                                                               | Присутствие                                           | 10        |

**Шкала оценок**

| <b>Оценка в баллах</b> | <b>Количество баллов по рейтингу</b> | <b>Критерии оценивания</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|------------------------|--------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 5                      | 91-100                               | -полностью раскрыто содержание ма-<br>териала в объёме программы;<br>-чётко и правильно даны определения,<br>раскрыто содержание понятий;<br>-верно использована терминология;<br>-для доказательства использованы<br>примеры из практики;<br>-ответ самостоятельный, использова-<br>ны ранее приобретённые знания. |
| 4                      | 74-90                                | -раскрыто основное содержание мате-<br>риала;<br>-ответ самостоятельный, но при опре-<br>делении понятий допущены неточно-<br>сти, нарушена последовательность<br>изложения;<br>-небольшие недостатки при использо-<br>вании профессиональной термиnolo-<br>гии;<br>-небольшие неточности в выводах                 |

|                     |                   |                                                                                                                                                                                                                                                 |
|---------------------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3<br>(зачтено)      | 61-74             | - усвоено основное содержание учебного материала, изложено фрагментарно, не всегда последовательно;<br>- определения понятий недостаточно четкие;<br>- допущены существенные ошибки и неточности в использовании профессиональной терминологии. |
| 1-2<br>(не зачтено) | 60 и менее баллов | - основное содержание учебного материала не усвоено, изложено фрагментарно, не последовательно;<br>- определения понятий не чёткие;<br>- допущены ошибки и неточности в использовании профессиональной терминологии определение понятий.        |

**Пример оформления комплекса утренней гигиенической гимнастики**

| № | Счет | Содержание упражнения или двигательной деятельности | Дозировка | Методические указания |
|---|------|-----------------------------------------------------|-----------|-----------------------|
|   |      |                                                     |           |                       |

**Пример оформления комплекса занятия по адаптивной физической культуре**

| № | Счет | Содержание упражнения или двигательной деятельности | Дозировка | Методические указания |
|---|------|-----------------------------------------------------|-----------|-----------------------|
|   |      |                                                     |           |                       |
|   |      |                                                     |           |                       |

**12. 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 обучающихся 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 производственной практики предусмотрены встречи со специалистами государственных и общественных образовательных, лечебных, оздоровительных, профилактических организаций, инструкторами по адаптивной физической культуре, инструкторами тренажерных залов, руководителями спортивных клубов.

Основными методами обучения 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 студентов 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.

### **13. Перечень производственной литературы и ресурсов сети «Интернет», необходимых для проведения практики**

#### **Основная литература:**

1 Методика преподавания гимнастики в школе [Электронный ресурс]: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений / Петров П.К. - 2-е изд. исправ. и доп. - М.: ВЛАДОС, 2014. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785691020117.html>

2 Морозов, В.О. Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пособие / В.О. Морозов. - 2-е изд., стер. - М.: ФЛИНТА, 2014. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976519657.html>

3 Грязева, Е.Д. Оценка качества физического развития и актуальные задачи физического воспитания студентов [Электронный ресурс]: монография / Е.Д. Грязева, М.В. Жукова, О.Ю. Кузнецов, Г.С. Петрова. - 2-е изд., стер. - М.: ФЛИНТА, 2013. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976516878.html>

### **Дополнительная литература:**

1 Каверин, В.А. Программа по физическому воспитанию для студентов педагогических вузов [Электронный ресурс] / Каверин В.А., Антонова Т.М. - М.: Прометей, 2012. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785426301252.html>

2 Кузьменко, Г.А. Развитие интеллектуальных способностей подростков в условиях спортивной деятельности: теоретико-методологические и организационные предпосылки [Электронный ресурс]: монография / Г.А. Кузьменко. - М.: Прометей, 2013. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785704223931.html>

3 Полтавцева, Н.В. Современные здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании [Электронный ресурс]: монография / Н.В. Полтавцева, М.Ю. Стожарова, Р.С. Краснова, И.А. Гаврилова. - 2-е изд., стереотип. - М.: ФЛИНТА, 2011. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976511422.html>

4 Горячева, Е.Н. Инновационные технологии воспитания и развития детей от 6 месяцев до 7 лет [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Е.Н. Горячева, Е.В. Конеева, А.И. Малахова, Л.П. Морозова. - М.: Прометей, 2012. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785704222835.html>

в) Интернет-ресурсы: учебная практика предполагает проведение занятий в аудитории оснащённой компьютерной техникой (в целях формирования навыка использования компьютера в учебных целях при ознакомлении обучающихся 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.

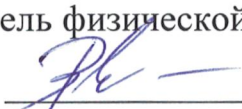
### **14. Материально-техническое обеспечение практики**

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.

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

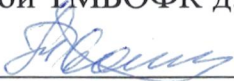
Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению и профилю подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура), профиль «Адаптивное физическое воспитание».

Автор к.б.н., доцент кафедры ТМБОФК  Гурова Е.В.

Рецензент: Учитель физической культуры высшей категории МБОУ СОШ № 37 г. Владимира  Евдокимов В.С.

Программа одобрена на заседании кафедры ТМБОФК

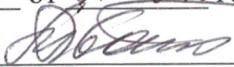
от 01.04.15 года, протокол № 9/1

Заведующий кафедрой ТМБОФК д.б. н., профессор  
 Батоцыренова Т.Е.

**ЛИСТ ПЕРЕУТВЕРЖДЕНИЯ  
РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

Рабочая программа одобрена на 2015/16 учебный год

Протокол заседания кафедры № 1 от 31.08.15 года

Заведующий кафедрой  Батоцыренова Т.Е.

Рабочая программа одобрена на 16/17 учебный год

Протокол заседания кафедры № 1 от 29.08.16 года

Заведующий кафедрой  Батоцыренова Т.Е.

Рабочая программа одобрена на \_\_\_\_\_ учебный год

Протокол заседания кафедры № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ года

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_ Батоцыренова Т.Е.