

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

«Воронежский государственный институт физической культуры»  
(ФГБОУ ВО «ВГИФК»)

СОГЛАСОВАНО

Проректор по учебной и  
воспитательной работе

Е.В. Суханова

2017 г.



**ПРОГРАММА**

**практики по получению первичных профессиональных  
умений и навыков**

Программа подготовки

*«Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья»*

Квалификация

*«Инструктор-методист по адаптивной физической культуре»*

Форма обучения

*очно-заочная*

Воронеж, 2017

**1. Цель практики по получению первичных профессиональных умений и навыков в общеобразовательных учреждениях** - приобретение и закрепление слушателями первичных практических умений и навыков в области адаптивной физической культуры, формирование профессиональных компетенций и личностных качеств будущего бакалавра в процессе реализации адаптированных образовательных программ для лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом особенностей их психофизического развития и индивидуальных возможностей, обеспечивающих коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию указанных лиц.

## **2. Задачи практики**

1. Ознакомить слушателей с основными направлениями и опытом работы образовательных организаций, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, для получения образования учащимися с ограниченными возможностями здоровья, детьми-инвалидами и учащимися, имеющими отклонения в состоянии здоровья.

2. Сформировать навыки планирования и конструирования педагогического процесса в организациях осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным образовательным программам.

3. Научить определять содержание предмета «Физическая культура» в рамках реализации адаптированных образовательных программ и учебных планов, с учетом результатов оценивания морфофункционального состояния и физического развития учащихся с ограниченными возможностями здоровья и имеющими отклонения в состоянии здоровья.

4. Сформировать навыки практического опыта проведения различных форм адаптивной физической культуры для учащихся образовательных организаций, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным образовательным программам.

5. Научить организовывать и проводить профилактическую работу с детьми-инвалидами, способствовать их физическому самосовершенствованию, формированию адекватных психических реакций на то или иное заболевание, ориентации их на использование естественных, экологически оправданных средств, стимулирующих скорейшее восстановление организма.

6. Проводить научные исследования эффективности различных способов деятельности в области адаптивной физической культуры и ее основных видов с использованием современных методов исследования.

7. Обеспечить освоение слушателями опыта эмоционально-ценностного отношения к будущей профессиональной деятельности, сформировать у них убеждение в необходимости работы специалистов по адаптивной физической культуре для действенной и эффективной реализации процессов комплексной реабилитации детей-инвалидов, детей и подростков с отклонениями в состоянии здоровья и их социальной интеграции.

## **3. Место и время проведения практики по получению первичных профессиональных умений и навыков**

Базами практики являются общеобразовательные учреждения разного типа (общеобразовательные школы, гимназии, лицеи, специальные (коррекционные) школы), располагающие достаточной материально-технической оснащенностью и высококвалифицированными педагогическими кадрами.

Для лиц с ограниченными возможностями здоровья выбор мест прохождения практик должен учитывать состояние здоровья и требования по доступности.

#### **4. Компетенции обучающегося, формируемые в результате прохождения практики по получению первичных профессиональных умений и навыков**

В результате прохождения практики по получению первичных профессиональных умений и навыков обучающийся должен овладеть:

Профессиональными компетенциями:

педагогическая деятельность:

умением обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья двигательным действиям, позволяющим реализовывать потребности, характерные для конкретного вида адаптивной физической культуры (ПК-2);

умением определять цели и задачи адаптивной физической культуры как фактора гармоничного развития личности, укрепления здоровья, физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ПК-3);

умением изучать с позиций достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллектив и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий (ПК-4);

воспитательная деятельность:

умением проводить профилактическую работу по недопущению негативных социальных явлений в жизни лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ПК-6);

умением формировать ценности адаптивной физической культуры, здорового образа жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться (ПК-7);

развивающая деятельность:

умением воплощать в жизнь задачи развивающего обучения, обеспечивающего оптимальное умственное и физическое развитие человека (ПК-10);

реабилитационная (восстановительная) деятельность:

умением проводить с занимающимися комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на лиц с отклонениями в состоянии здоровья с целью восстановления у них нарушенных или временно утраченных функций (ПК-13);

готовностью к использованию методов измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния лиц с отклонениями в состоянии здоровья и внесению коррекций в восстановительные воздействия в зависимости от результатов измерений и (или) рекомендаций членов междисциплинарной команды (ПК-14);

способностью производить комплекс восстановительных мероприятий у лиц с отклонениями в состоянии здоровья после выполнения ими физических нагрузок (ПК-15);

компенсаторная деятельность:

умением развивать физические качества, обучать новым способам двигательной деятельности лиц с отклонениями в состоянии здоровья, исходя из нарушенных или навсегда утраченных функций (ПК-19);

#### **Сопоставление видов профессиональной деятельности ФГОС 3+ и обобщенных трудовых функций профессионального стандарта «Инструктор-методист по адаптивной физической культуре и спорту»**

педагогическая; воспитательная; реабилитационная (восстановительная); компенсаторная; профилактическая;	Организация и проведение групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп.
---	---

	<p>Организация и методическое обеспечение процессов физкультурной и спортивной деятельности в отношении лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп, занимающихся адаптивной физической культурой и спортом.</p> <p>Проведение и сопровождение групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп - членами спортивной сборной команды Российской Федерации по адаптивному спорту.</p>
--	---

**Сопоставление профессиональных компетенций ФГОС 3+ и трудовых функций профессионального стандарта «Инструктор-методист по адаптивной физической культуре и спорту»**

<p>педагогическая деятельность:</p> <p>умением обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья двигательным действиям, позволяющим реализовывать потребности, характерные для конкретного вида адаптивной физической культуры (ПК-2);</p> <p>умением определять цели и задачи адаптивной физической культуры как фактора гармоничного развития личности, укрепления здоровья, физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ПК-3);</p> <p>умением изучать с позиций достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллектив и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий (ПК-4);</p> <p>воспитательная деятельность:</p> <p>умением проводить профилактическую работу по недопущению негативных социальных явлений в жизни лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ПК-6);</p> <p>умением формировать ценности адаптивной физической культуры, здорового образа жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться (ПК-7);</p> <p>реабилитационная (восстановительная) деятельность:</p> <p>умением проводить с занимающимися комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на лиц с отклонениями в состоянии здоровья с целью восстановления у них нарушенных или временно утраченных функций (ПК-13);</p>	<p>Комплектование группы для занятий с учетом основного дефекта и психофизического состояния занимающихся (лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп).</p> <p>Проведение занятий по адаптивной физической культуре с лицами с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп по утвержденным программам.</p> <p>Проведение воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работы с лицами с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп.</p> <p>Подготовка лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп к тренировочному этапу (этапу спортивной специализации).</p> <p>Профилактика травматизма и использования допинга среди лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп.</p> <p>Организация и проведение мероприятий активного отдыха с лицами с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп.</p> <p>Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности лиц с ограниченными</p>
--	---

<p>готовностью к использованию методов измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния лиц с отклонениями в состоянии здоровья и внесению коррекций в восстановительные воздействия в зависимости от результатов измерений и (или) рекомендаций членов междисциплинарной команды (ПК-14);</p> <p>способностью производить комплекс восстановительных мероприятий у лиц с отклонениями в состоянии здоровья после выполнения ими физических нагрузок (ПК-15);</p> <p>компенсаторная деятельность:  знанием компенсаторных возможностей  умением развивать физические качества, обучать новым способам двигательной деятельности лиц с отклонениями в состоянии здоровья, исходя из нарушенных или навсегда утраченных функций (ПК-19);</p> <p>профилактическая деятельность:  умением проводить комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на человека с целью предупреждения возможного возникновения и (или) прогрессирования заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (вторичных отклонений и сопутствующих заболеваний) (ПК-22);</p>	<p>возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп.</p> <p>Методическое сопровождение деятельности специалистов образовательной организации, организации спортивной подготовки и других организаций, осуществляющих деятельность в области адаптивной физической культуры и спорта.</p> <p>Проведение занятий по адаптивной физической культуре, лечебной физической культуре (ЛФК) и общей физической подготовке (ОФП) с членами спортивной сборной команды Российской Федерации по адаптивному спорту (спортивной дисциплине).</p> <p>Сопровождение членов спортивной сборной команды Российской Федерации по адаптивному спорту (спортивной дисциплине) во время специального тренировочного и соревновательного процессов.</p> <p>Профилактика травматизма и использования допинга среди членов спортивной сборной команды Российской Федерации по адаптивному спорту (спортивной дисциплине).</p>
---	--

## 5. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 54 часа.

Вид учебной работы	Количество часов
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	
Практические занятия	10
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	44
Текущий контроль	Защита отчетной документации
Виды итогового контроля	Дифференцированный зачет

### Раздел 1. Организационная работа

*Тема 1. Цель, задачи, содержание и организация практик* Цели, задачи и содержание практики в образовательных учреждениях. Требования к результатам освоения программы практики: профессиональные компетенции. Практика как составная часть образовательной программы. Права и обязанности слушателей-практикантов. Организация работы слушателей в период практики: групповая работа, индивидуальная работа, самостоятельная работа, методические дни, консультации. Формы контроля и отчетности.

*Тема 2. Модель деятельности педагога.* Виды профессиональной деятельности: педагогическая, тренерская, рекреационная, организационно-управленческая, научно-

исследовательская, культурно-просветительская; реализация профессиональных задач в соответствии с видами профессиональной деятельности.

*Тема 3. Организация учебно-воспитательного процесса в общеобразовательном учреждении.* Общие сведения о базовом учреждении: материальная база, количественный и качественный состав обучающихся, характеристика основных показателей за последние 3 года. Организация учебного процесса: администрация, педагогический коллектив, комплектование штата учителей физической культуры; основные направления работы школы, проблемы и перспективы развития образовательного учреждения. Организация воспитательного процесса: основные направления воспитательной работы, общественные объединения, традиции. Организация физкультурного образования: материальная база, степень комплектования оборудования; организация учебного процесса: программы, объем часов, программные виды двигательной деятельности и их распределение в учебном году по часам, критерии оценивания успеваемости учащихся; организация внеклассной работы по физической культуре: функционирование секций, кружков, система физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы; наличие информационно-агитационных материалов о физической культуре, уровень спортивных достижений. Физическое развитие и здоровье: сведения об уровне физического развития и здоровья, количестве учащихся, отнесенных к специальной медицинской группе, показателях здоровья (количество заболеваний в закрепленных классах).

*Тема 4. Планирование деятельности слушателя-практиканта.* Программа деятельности слушателей. Планирование основных разделов работы: виды планирования, последовательность выполнения учебных заданий. Участие в методических занятиях.

## **Раздел 2. Учебно-методическая работа**

*Тема 1. Организационные и программно-нормативные основы физкультурного образования школьников.* Общая характеристика программы, реализуемой на базе практики: структура, соотношение теоретического и практического разделов, распределение объемов по разделам программы, соотношение базовой и вариативной частей.

*Тема 2. Планирование и учет в физическом воспитании учащихся.* Документы планирования и учета: годовой план-график прохождения учебного материала, четвертной план, поурочный план, конспект, технологическая карта учебного занятия: задачи занятия, подбор средств и методов обучения, формы организации занимающихся, методические указания, оценка занимающихся.

*Тема 3. Методика проведения уроков физической культуры с детьми школьного возраста.* Подготовка учителя, места занятий и занимающихся к уроку. Структура урока физической культуры. Распределение времени, по частям урока. Расположение материала (видов упражнений) по частям урока. Выбор методов организации занимающихся и их соответствие содержанию урока, возрасту учащихся, условиям проведения. Методы организации занимающихся, обеспечивающих повышение эффективности урока. Образовательная, оздоровительная и воспитательная ценность урока.

*Тема 4. Учет возрастных особенностей в организации физкультурного образования школьников.* Особенности содержания, организации и методики проведения уроков физической культуры с учащимися младшего, среднего и старшего младшего школьного возраста. Методические особенности решения образовательных задач с учетом возрастных особенностей занимающихся. Методические особенности развития физических способностей с учетом возрастных особенностей занимающихся.

## **Раздел 3. Учебно - исследовательская работа**

*Тема 1. Методы педагогического наблюдения учебно-воспитательного процесса по физической культуре.* Цель, задачи использования методов педагогического наблюдения на уроке физической культуры. Подготовка к проведению педагогических наблюдений на

уроке физической культуры. Содержание методов педагогического наблюдения. Оформление результатов наблюдения.

*Тема 2. Технология проведения хронометрирования урока физической культуры.* Цель, задачи и проведение исследования. Заполнение протокола и построение графика данных. Анализ и оценка хронометрирования. Оформление отчетной документации.

*Тема 3. Технология исследования познавательного интереса на уроке физической культуры.* Цель, задачи и процедура исследования. Заполнение протокола наблюдения познавательной активности на уроке. Построение графика познавательной активности на уроке. Оформление отчетной документации.

*Тема 4. Технология проведения педагогического анализа урока физической культуры.* Цель, задачи и процедура проведения педагогического анализа урока. Предварительная подготовка к проведению педагогического анализа. Схема проведения педагогического анализа урока. Фиксация данных педагогического анализа. Анализ и оценка полученных данных. Оформление отчетной документации. Самоанализ исследовательских умений.

## **6. Образовательные технологии, используемые на практике по получению первичных профессиональных умений и навыков**

В процессе прохождения практики используются традиционные технологии обучения, личностно-ориентированные технологии обучения, информационные технологии обучения, мультимедийные средства обучения и Интернет-ресурсы, технологии активного обучения (формы и методы активного обучения, проблемно-ситуационные методы, методы активного диалога, метод анализа конкретных ситуаций, метод «мозговой атаки», метод «круглого стола», метод пресс-конференции).

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОФОРМЛЕНИЮ ОТЧЕТНОЙ ДОКУМЕНТАЦИИ**

1. Тезисы беседы о планировании нагрузки (годовой, месячной, недельной) для самостоятельно занимающихся (с учетом пола, возраста, состояния здоровья, уровня физического развития и физической подготовленности).

Составляется практикантом по согласованию с методистом.

2. План-конспект учебного занятия, проводимого практикантом.

Группа (класс) \_\_\_\_\_

Дата проведения \_\_\_\_\_

Место проведения \_\_\_\_\_

Задачи: \_\_\_\_\_

Инвентарь: \_\_\_\_\_

№№ п.п.	Содержание урока	Затраты времени	Параметры нагрузки	Метод. указания	
				По обучению	По воспитанию
1	2	3	4	5	6

3. Протокол хронометрирования.

В	У	Р	Н	Ч	А	Время, мин' сек"	М	Е	Ч	А
---	---	---	---	---	---	------------------	---	---	---	---

		Выполнения физических упражнений мин' сек"	Объяснений, показа, слушания и наблюдения мин' сек"	Отдыха, мин' сек"	Вспомогательных действий, мин' сек"	Простоя, мин' сек"	
1	2	3	4	5	6	7	8

- название школы, класс;
- фамилия педагога, проводящего урок;
- номер урока с начала учебного года, четверти, в расписании учебного дня;
- задачи урока;
- задачи хронометрирования;
- фамилия наблюдаемого ученика;
- фамилия студента, проводящего наблюдение;
- условия проведения урока.

• круговая диаграмма графического изображения видов деятельности учителя и учащихся на уроке физической культуры.

- выводы и методические рекомендации по ведению урока.

#### 4. Протокол педагогического анализа урока физической культуры.

##### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ.

1. Класс \_\_\_\_\_
2. Количество занимающихся по списку \_\_\_\_\_
3. Из них занималось \_\_\_\_\_
4. Дата проведения \_\_\_\_\_
5. Место проведения \_\_\_\_\_
6. Ф.И.О. учителя, ведущего урок \_\_\_\_\_

##### II. ПОДГОТОВКА К ЗАНЯТИЮ.

1. Перечислить задачи, поставленные на данное занятие.
2. Определить соответствие содержания конспекта поставленным задачам, рабочему плану, условиям проведения занятий.
3. Оценить целесообразность распределения времени по частям занятия и дозировку в отдельных упражнениях.
4. Дать характеристику внешнему оформлению конспекта (соответствие установленной форме, правильность терминологии, аккуратность, грамотность и т. д.).
5. Подготовка мест занятий, оборудования и инвентаря.
6. Внешний вид, психологическая и техническая готовность учителя к проведению занятий.

##### III. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ЗАНЯТИЙ.

1. Своевременность начала занятия.
2. Манера изложения задач учебного занятия (психологический настрой занимающихся на сознательное и активное овладение материалом).
3. Умение правильно выбрать место для показа упражнений и возможности контроля за их выполнением.



4. Правильность подачи команд, содержательность и контроль объяснения, культура речи, выразительность голоса, знание терминологии.
5. Подготовленность учителя (качество показа упражнений).
6. Умение предупредить и исправлять ошибки.
7. Умение регулировать нагрузку и обеспечивать высокую плотность урока.
8. Анализ общей, рабочей плотности урока и нагрузки урока, (приложить протокол и график).
9. Своевременность и эффективность указаний, направленных на исправление ошибки и повышения качества выполнения.
10. Дисциплина занимающихся, их активность, самостоятельность, отношение к учителю, к занятию в целом.
11. Умение пользоваться поощрениями, порицаниями, доводить поставленные требования до исполнения.
12. Эмоциональная сторона занятия.
13. Отклонения от конспекта и их обоснований.
14. Своевременность окончания занятия.
15. Умение подвести итоги.

#### IV. Выводы и предложения.

1. Выполнение поставленных задач.
2. Положительные моменты в работе учителя.
3. Просчеты и ошибки в работе учителя (по организации занимающихся, методике преподавателя).
4. Общая оценка проведения урока.
5. Предложения и рекомендации учителю по:
  - совершенствованию организации урока;
  - разнообразию примененных методов обучения и воспитания;
  - совершенствованию личных качеств.

### **7. Учебно-методическое обеспечение практики по получению первичных профессиональных умений и навыков**

#### **Основная литература:**

1. Максименко А.М. Педагогическая практика студентов по физическому воспитанию в школе : учеб. пособие А.М. Максименко. – М. : Физическая культура, 2006. – 128 с. – 50 экз.
2. Германов Г.Н. Методы анализа эффективности урока физической культуры. Хронометрирование урока. Изучение динамики пульсовой кривой: Метод. рекомендации/ Германов Г.Н., Космачев В.А. – Воронеж, 2002. – 40с.

#### **Дополнительная литература**

1. Блинова А.В. Педагогическая практика : учеб. пособие / А.В. Блинова. – Малаховка : МГАФК, 2006. – 79 с. – 1 экз.
2. Ермаков М.Е. Практика в школе : методич. Рекомендации для студентов вузов физич. культуры. – Малаховка : МГАФК, 2007. – 40 с. – 1 экз.
3. Бегидова Т.П. Профессионально-ориентированная практика студентов по специальности «Адаптивная физическая культура» : учеб. –метод. пособие / Т.П. Бегидова, Е.А. Корякина. – Воронеж : ВГИФК, 2012. – 41 с. – 41 с. - 43 экз.
4. Бегидова Т. П. Практика по специализации «Лечебная физическая культура» студентов специальности «Физическая культура лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура) : учеб. –метод. пособие по подготовке организации и проведению практики. / Т.П. Бегидова. – Воронеж : ВГИФК, 2012. – 16 с.

#### **Периодические издания**

Газеты:

1. Надежда.

## 2. Русский инвалид.

### Журналы:

1. Ежеквартальный журнал «Адаптивная физическая культура».
2. Научно-практический журнал «Физкультура в профилактике, лечении и реабилитации».
3. Научно-практический журнал «ЛФК и массаж».
4. Научно-практический журнал «Физическая реабилитация детей, взрослых и инвалидов».
5. Благотворительный журнал «Русский инвалид».

### Интернет-ресурсы

1. ЭБС //BOOK.ru.
2. ЭБС ООО Издательский центр «Академия» //http://www/akademia-moscow.ru/elibrari/info/manual\_student.php.
3. http://zdd.1september.ru/ - газета «Здоровье детей».
4. http://spo.1september.ru/ - газета «Спорт в школе».
5. Всероссийское общество инвалидов. Режим доступа: http://www.invamos.ru
6. Электронный журнал «Адаптивная физическая культура». Режим доступа: http://www.afkonline.ru

## 8. Материально-техническое обеспечение практики

При проведении практики по получению первичных профессиональных умений и навыков необходимо следующее материально-техническое обеспечение:

**Специально оборудованные кабинеты:** Спортивные залы и спортивные площадки с необходимым оборудованием и инвентарем для проведения уроков физической культуры; спортивных, физкультурно-оздоровительных мероприятий, методический кабинет для работы с программно-нормативными и методическими документами; учебная аудитория.

**Технические средства** в количестве, необходимом для выполнения целей и задач практики: мультимедийное обеспечение для проведения занятий, оборудование для проведения педагогических наблюдений.