

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Тольяттинский государственный университет»

Б2.В.02(П)  
(индекс дисциплины)

**ПРОГРАММА ПРАКТИКИ**

Производственная практика (профессионально-ориентированная практика)  
(наименование дисциплины)

по направлению подготовки (специальности)  
49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная  
физическая культура)

направленность (профиль)  
Адаптивный спорт и лечебная физическая культура

Форма обучения: очная

Год набора: 2026

Общая трудоемкость: 6 ЗЕТ

**Распределение часов дисциплины по семестрам**

Семестр	7	Итого
Форма контроля	Зачет с оценкой	
Вид занятий		
Самостоятельная работа под руководством преподавателя	1,8	1,8
Промежуточная аттестация	0,2	0,2
Контактная работа	2	12
Иные формы	214	214
<b>Итого</b>	<b>216</b>	<b>216</b>

Рабочую программу составил(и):

Профессор, доцент, д.пед.н. Балашова В.Ф.

---

*(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)*

---

*(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)*

Рецензирование рабочей программы дисциплины:

☐

Отсутствует

☐

Рецензент

---

*(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)*

Рабочая программа дисциплины составлена на основании ФГОС ВО и учебного плана направления подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), направленность (профиль) Физическая реабилитация

**Срок действия рабочей программы дисциплины до 31.08.2030 г.**

**УТВЕРЖДЕНО**

На заседании кафедры «Адаптивная физическая культура, спорт и туризме»

---

(протокол заседания №2 от 22.09.2025 г.).

## **1. Цель и задачи практики**

Цель – формирование и развитие профессиональных компетенций, необходимых для самостоятельной педагогической, организационной и методической деятельности в сфере адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, а также в приобретении практического опыта применения теоретических знаний в условиях реальной профессиональной деятельности.

## **2. Место практики в структуре ОПОП ВО**

Дисциплины и практики, на освоении которых базируется дисциплина: «Теория и организация адаптивной физической культуры 1»: «Теория и организация адаптивной физической культуры 2», «Теория и организация адаптивной физической культуры 3», «Теория и организация адаптивной физической культуры 4», «Анатомия и физиология человека (спец курс)», «Физическая культура и спорт», «Анатомия и физиология человека (спец курс)», «Теория и методика физической культуры», «Физическая реабилитация», «Базовые виды двигательной деятельности», «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту», «Подвижные игры», «Легкая атлетика», «Лыжный спорт», «Баскетбол», «Спортивное ориентирование», «Волейбол», «Спортивно-оздоровительный мониторинг», «Велоспорт», «Футбол», «Плавание», «Лечебная физическая культура и массаж», Комплексная реабилитация в адаптивной физической культуре», Производственная практика (практика в ИТ-сфере), Учебная практика (педагогическая практика), Производственная практика (педагогическая практика).

Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины необходимо как предшествующее: «Психолого-педагогические основы адаптивной физической культуры», «Материально-техническое оснащение в адаптивной физической культуре», «Частные методики адаптивной физической культуры», «Социальная реабилитация людей с особыми нуждами», «Социальная работа с инвалидами», Производственная практика (преддипломная практика), подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена, подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы.

## **3. Вид практики, способ и форма (формы) ее проведения**

Вид практики: учебная

Способ (при наличии): стационарная

Стационарная практика предусматривает направление студентов на базы практики, которые соответствуют видам профессиональной деятельности согласно ФГОС ВО, в населенном пункте, в котором расположена организация.

Форма (формы) проведения практики: непрерывная

## **4. Тип практики**

Производственная практика (профессионально-ориентированная практика)

## 6. Планируемые результаты обучения

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
УК-1 Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	УК-1.1. Знает принципы сбора, отбора и обобщения информации	Знать: способы поиска информации через библиотеку, электронно-библиотечные системы, Интернет. Уметь: осуществлять поиск необходимой информации для решения поставленных задач в профессиональной деятельности; выявлять связи и критически анализировать, интерпретировать и систематизировать информацию, требуемую для решения поставленных задач. Владеть: способами поиска и подбора необходимой информации для решения поставленных задач через библиотеку, электронно-библиотечные системы, Интернет.
	УК-1.2. Умеет соотносить разнородные явления и систематизировать их в рамках избранных видов профессиональной деятельности	Знать: способы анализа задачи, выделяя её базовые составляющие; способы анализа проблемных ситуаций; понятие и классификацию систем; структуру и закономерности функционирования систем; особенности системного подхода в научном познании; - понятие о системе физической культуры, её целях, задачах и общих принципах. Уметь: осуществлять анализ поставленной задачи с выделением из неё базовых составляющих. Владеть: способами критического анализа информации, необходимой для решения поставленной задачи; способностью критического анализа и обобщения информации по актуальным вопросам развития физической культуры и спорта и эффективности физкультурно-спортивной деятельности; способами осуществления поиска необходимой информации для решения поставленных задач в профессиональной деятельности.
	УК-1.3. Имеет практический опыт работы с информационными источниками, опыт научного поиска, создания	Знать: способы статистической обработки данных, представленных в различных измерительных шкалах и анализ полученных результатов; основы работы с текстовыми, графическими редакторами,

	<p>научных текстов.</p>	<p>электронными таблицами, электронной почтой и браузерами;  способы работы с информацией; виды и формы работы с педагогической и научной литературой;  Уметь: анализировать, применять системный подход и аргументировать свою точку зрения; работать с информацией, представленной в различной форме; обрабатывать данные средствами стандартного программного обеспечения; синтезировать информацию, представленную в различных источниках; использовать контент электронной информационно-образовательной среды; анализировать информационные ресурсы; отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок; обосновывать способы решения задач научно-исследовательской направленности с позиций системного подхода; обосновывать решение задач физической культуры с позиций системного подхода  Владеть: методиками аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем (предметизация, аннотирование, реферирование); способностью работы с персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета; способами анализа информации и формулирования выводов, основанных на фактах.</p>
	<p>УК-1.4. Выбирает и анализирует оптимальную идею для бизнеса.</p>	<p>Знать: способы анализа проблемных ситуаций; особенности системного подхода в научном познании; понятие о системе физической культуры, её целях, задачах и общих принципах.  Уметь: осуществлять анализ поставленной задачи с выделением из неё базовых составляющих.  Владеть: способами критического анализа информации, необходимой для решения поставленной задачи; способностью критического анализа и обобщения информации по актуальным вопросам развития физической культуры и спорта и эффективности физкультурно-спортивной деятельности; способами осуществления поиска необходимой информации для решения поставленных задач в профессиональной деятельности.</p>

	<p>УК-1.5. Применяет комплексный подход к оценке рыночных рисков, формированию маркетинговых стратегий в условиях неопределенности</p>	<p>Знать: способы статистической обработки данных, представленных в различных измерительных шкалах и анализ полученных результатов; основы работы с текстовыми, графическими редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами; способы работы с информацией; виды и формы работы с педагогической и научной литературой;</p> <p>Уметь: анализировать, применять системный подход и аргументировать свою точку зрения; работать с информацией, синтезировать информацию, анализировать информационные ресурсы; отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок; обосновывать способы решения задач научно-исследовательской направленности с позиций системного подхода; обосновывать решение задач физической культуры с позиций системного подхода</p> <p>Владеть: методиками аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем (предметизация, аннотирование, реферирование); способностью работы с персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета; способами анализа информации и формулирования выводов, основанных на фактах.</p>
	<p>УК-1.6. Проводит системную оценку новых потребительских ниш для вывода инноваций на рынок (идея, прототип, продукт)</p>	<p>Знать: способы поиска информации через библиотеку, электронно-библиотечные системы, Интернет.</p> <p>Уметь: выявлять связи и критически анализировать, интерпретировать и систематизировать информацию, требуемую для решения поставленных задач;</p> <p>Владеть: способами поиска и подбора необходимой информации для решения поставленных задач</p>
	<p>УК-1.7. Выполняет поиск необходимой информации, её критический анализ и обобщает результаты анализа для решения поставленной задачи.</p>	<p>Знать: способы поиска информации через библиотеку, электронно-библиотечные системы, Интернет.</p> <p>Уметь: осуществлять поиск необходимой информации для решения поставленных задач в профессиональной деятельности; выявлять связи и критически анализировать, интерпретировать и систематизировать информацию, требуемую для решения поставленных задач;</p>

		Владеть: способами поиска и подбора необходимой информации для решения поставленных задач через библиотеку, электронно-библиотечные системы, Интернет.
УК – 5 - Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах	УК – 5.1. Интерпретирует историю России, всеобщую историю в контексте мирового исторического развития	Знать: историю России, всеобщую историю, историю физической культуры Уметь: понимать и воспринимать разнообразие общества в социально-историческом, этическом философском контексте Владеть: навыками общения в мире культурного многообразия с использованием этических норм поведения
	УК -5.2. Учитывает при социальном и профессиональном общении историческое наследие и социокультурные традиции различных социальных групп, этносов и конфессий, включая мировые религии, философские и этические учения	Знать: особенности социальной организации общества, специфику менталитета, аксиосферы и мировоззрения культур России, Запада и Востока; основы теории коммуникации, проблемы культурной идентичности и межкультурных контактов. Уметь: достигать эффективности коммуникации, использовать общие коды (вербальные или невербальные); преодолевать культурный барьер, воспринимая межкультурные различия, избегать предубеждений и настраиваться на совместные действия с представителями других культур, сохраняя национальную идентичность, избегать этноцентризма, соблюдать нормы этикета, моральные и культурные нормы. Владеть: способностью преодолевать стереотипы; творческим отношением к процессу коммуникации; способностью использовать набор коммуникативных средств и делать их правильный выбор в зависимости от ситуации общения (тон, стиль, стратегии, речевые жанры, тематика и т. д.).
	УК-5.3. Отмечает и анализирует особенности межкультурного взаимодействия (преимущества и возможные проблемы), обусловленные своеобразием этических, религиозных и ценностных систем	Знать: основные категории философии, основы межкультурной коммуникации, закономерности исторического развития России в мировом историко-культурном, религиозно-философском и этико-эстетическом контексте; воспринимает Российскую Федерацию как государство с исторически сложившимся разнообразным этническим и религиозным составом населения и региональной спецификой Уметь: анализировать социокультурные различия социальных групп, опираясь на

		<p>знание этапов исторического развития России в контексте мировой истории, социокультурных традиций мира, основных философских, религиозных и этических учений</p> <p>Владеть: навыками конструктивного взаимодействия с людьми с учетом их социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач и социальной интеграции; сознательного выбора ценностных ориентиров и гражданской позиции; аргументированного обсуждения и решения проблем мировоззренческого, общественного и личностного характера; демонстрирует уважительное отношение к историческому наследию и социокультурным традициям своего Отечества и народов мира</p>
	<p>УК -5.4. Предлагает способы преодоления коммуникативных барьеров в процессе межкультурного взаимодействия</p>	<p>Знать: особенности социальной организации общества, специфику менталитета, аксиосферы и мировоззрения культур России, основы теории коммуникации, проблемы культурной идентичности и межкультурных контактов.</p> <p>Уметь: достигать эффективности коммуникации, использовать общие коды (вербальные или невербальные); преодолевать культурный барьер, воспринимая межкультурные различия, соблюдать нормы этикета, моральные и культурные нормы.</p> <p>Владеть: способностью преодолевать стереотипы; творческим отношением к процессу коммуникации; способностью использовать набор коммуникативных средств и делать их правильный выбор в зависимости от ситуации общения (тон, стиль, стратегии, речевые жанры, тематика и т. д.).</p>
	<p>УК – 5.5. Придерживается принципов недискриминационного взаимодействия при личном и массовом общении в целях выполнения профессиональных задач и усиления социальной интеграции</p>	<p>Знать: специфику менталитета, аксиосферы и мировоззрения культур России, основы теории коммуникации, проблемы культурной идентичности и межкультурных контактов.</p> <p>Уметь: достигать эффективности коммуникации, использовать общие коды (вербальные или невербальные); преодолевать культурный барьер, воспринимая межкультурные различия, избегать предубеждений и настраиваться на совместные действия с представителями других культур;</p>



		<p>сохраняя национальную идентичность, избегать этноцентризма, соблюдать нормы этикета, моральные и культурные нормы.</p> <p>Владеть: способностью преодолевать стереотипы;</p> <p>творческим отношением к процессу коммуникации; способностью использовать набор коммуникативных средств и делать их правильный выбор в зависимости от ситуации общения (тон, стиль, стратегии, речевые жанры, тематика и т. д.).</p>
УК – 7 - Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Придерживается здорового образа жизни и определяет роль физической культуры в общекультурной и профессиональной подготовки	<p>Знать: основы здорового образа жизни</p> <p>Уметь: формировать полезные привычки</p> <p>Владеть: полезными привычками</p>
	УК -7.2. Понимает влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний	<p>Знать: оздоровительные системы организма, влияние физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний</p> <p>Уметь: Логически и аргументировано анализировать результаты своей деятельности.</p> <p>Владеть: мотивацией и навыками формирования полезных привычек</p>
	УК-7.3. Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности	<p>Знать: основы здорового образа жизни</p> <p>Уметь: планировать свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности</p> <p>Владеть: навыками организации рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности</p>
	УК-7.4. Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности	<p>Знать: здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни</p> <p>Уметь: подбирать здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма</p> <p>Владеть: методиками анализа своей деятельности</p>
ПК-1 Способен преподавать предметы в пределах требований федеральных государственных	ПК-1.1. Использует требования федеральных государственных образовательных стандартов и основной	<p>Знать: требования образовательных стандартов и основной общеобразовательной программы к результатам и условиям организации образовательной деятельности;</p> <p>преподаваемый предмет в пределах</p>

<p>образовательных стандартов и основной общеобразовательной программы, достигать результаты при использовании форм и методов обучения (в том числе выходящими за рамки учебных занятий), методами педагогических исследований, педагогического контроля и контроля качества обучения</p>	<p>общеобразовательной программы при преподавании предметов.</p>	<p>требований образовательных стандартов и основной общеобразовательной программы, его историю и место в мировой культуре и науке;          Уметь: соотносить содержание школьных программ с требованиями образовательных стандартов и основной общеобразовательной программы; проектировать процесс обучения на основе федеральных государственных образовательных стандартов и примерных основных образовательных программ начального общего образования.          Владеть: формами и методами обучения, в том числе выходящими за рамки учебных занятий (проектная деятельность, лабораторные эксперименты, полевая практика и т.п.); способностью объективно оценивать знания обучающихся на основе тестирования и других методов контроля в соответствии с реальными учебными возможностями детей;          умением разрабатывать и применять современные психолого-педагогические технологии, основанные на знании законов развития личности и поведения в реальной и виртуальной среде.</p>
	<p>ПК-1.2. Понимает важность достижения результатов при использовании форм и методов обучения (в том числе выходящими за рамки учебных занятий) методами педагогических исследований, педагогического контроля и контроля качества обучения</p>	<p>Знать: формы и методы обучения. методы педагогических исследований, педагогического контроля и контроля качества обучения          Уметь: Использовать и апробировать специальные подходы к обучению в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся, в том числе с особыми потребностями в образовании: обучающихся, проявивших выдающиеся способности; обучающихся с ограниченными возможностями здоровья          Владеть: способностями поиска, изучения и анализа нормативных документов по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи, конвенции о правах ребенка; - способностями преподавания с использованием разных методик.</p>

<p>ПК -2 Способен разрабатывать (осваивать) и применять современные психолого-педагогические технологии, основанные на знании законов развития личности и их возрастных особенностей, а также нормативных документов по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи, конвенции о правах ребенка</p>	<p>ПК-2.1. Руководствуется законами развития личности и их возрастных особенностей, а также нормативными документами по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи, конвенции о правах ребенка</p>	<p>Знать: Основы теории и методики физической культуры; физиологию физических нагрузок; анатомо-морфологические и психологические особенности занимающихся; нормативно-правовые основы. Уметь: Анализировать контингент занимающихся; планировать занятия; адаптировать содержание занятий к особенностям занимающихся; контролировать и корректировать нагрузку; создавать безопасную и мотивирующую среду. Владеть: Методиками оценки физического состояния; технологиями планирования; методами дозирования нагрузки; навыками оказания первой помощи; инструментами мониторинга и анализа.</p>
	<p>ПК-2.2. Использует в профессиональной деятельности нормативные документы по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи, конвенции о правах ребенка</p>	<p>Знать: Приоритетные направления развития образовательной системы РФ, нормативные документы по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи, федеральных государственных образовательных стандартов, законодательства о правах ребенка, трудового законодательства. Уметь: Использовать и апробировать специальные подходы к обучению в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся, в том числе с особыми потребностями в образовании: обучающихся, проявивших выдающиеся способности; обучающихся с ограниченными возможностями здоровья Владеть: способностями поиска, изучения и анализа нормативных документов по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи, конвенции о правах ребенка; - способностями преподавания с использованием разных методик.</p>
<p>ПК-3 Способен осуществлять набор и отбор на обучение по дополнительной общеразвивающей программе с учетом её специфики, а также состояния здоровья, возрастных и индивидуальных</p>	<p>ПК-3.1 Знает приоритетные направления развития системы дополнительного образования Российской Федерации, законы и иные нормативно-правовые акты, регламентирующие деятельность в сфере дополнительного образования в Российской</p>	<p>Знать: приоритетные направления развития системы дополнительного образования Российской Федерации Уметь: определять приоритетные направления развития системы дополнительного образования Российской Федерации, Владеть: приоритетными направлениями развития системы дополнительного образования Российской Федерации.</p>

особенностей обучающихся (в том числе одаренных детей и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья)	Федерации	
	ПК-3.2 Способен применять основные нормативно-правовые акты в сфере дополнительного образования с учетом её специфики, а также состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся (в том числе одаренных детей и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья)	Знать: основные нормативно-правовые акты в сфере дополнительного образования с учетом её специфики, а также состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся Уметь: применять основные нормативно-правовые акты в сфере дополнительного образования с учетом её специфики, а также состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся Владеть: сновные нормативно-правовые акты в сфере дополнительного образования с учетом её специфики, а также состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся
	ПК-3.3 Способен осуществлять набор и отбор на обучение по дополнительной общеразвивающей программе с учетом её специфики, а также состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся (в том числе одаренных детей и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья)	Знать: дополнительную общеразвивающую программу с учетом её специфики, а также состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся (в том числе одаренных детей и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья); Уметь: осуществлять набор и отбор на обучение по дополнительной общеразвивающей программе с учетом её специфики, а также состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся. Владеть: навыками набора и отбора на обучение по дополнительной общеразвивающей программе с учетом её специфики, а также состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся (в том числе одаренных детей и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья).
ПК-4 Способен организовывать, стимулировать и мотивировать обучающихся к деятельности и общению на учебных занятиях по дополнительной общеобразовательной программе; готовить информационные материалы о возможностях и	ПК-4.1 Знать особенности профессиональной деятельности, методы, формы и средства на учебных занятиях по дополнительной общеобразовательной программе	Знать: особенности профессиональной деятельности, методы, формы и средства на учебных занятиях по дополнительной общеобразовательной программе. Уметь: применять методы, формы и средства на учебных занятиях по дополнительной общеобразовательной программе. Владеть: особенностями профессиональной деятельности, методы, формы и средства на учебных занятиях по дополнительной общеобразовательной программе.
	ПК-4.2 Готовить информационные материалы о возможностях	Знать: информационные материалы о возможностях и содержании дополнительной общеобразовательной программы и

содержании дополнительной общеобразовательной программы и представлять их при проведении мероприятий по привлечению обучающихся с учетом мотивов поведения обучающихся, их образовательных потребностей и запросов детей и их родителей (законных представителей)	и содержании дополнительной общеобразовательной программы и представлять их при проведении мероприятий по привлечению обучающихся с учетом мотивов поведения обучающихся	представлять их при проведении мероприятий по привлечению обучающихся с учетом мотивов поведения обучающихся. Уметь: Готовить информационные материалы о возможностях и содержании дополнительной общеобразовательной программы и представлять их при проведении мероприятий по привлечению обучающихся с учетом мотивов поведения обучающихся. Владеть: подготовкой информационных материалов о возможностях и содержании дополнительной общеобразовательной программы и представлять их при проведении мероприятий по привлечению обучающихся с учетом мотивов поведения обучающихся.
	ПК-4.3 Стимулировать и мотивировать обучающихся к деятельности и общению на учебных занятиях по дополнительной общеобразовательной программе	Знать: Как стимулировать и мотивировать обучающихся к деятельности и общению на учебных занятиях по дополнительной общеобразовательной программе. Уметь: Стимулировать и мотивировать обучающихся к деятельности и общению на учебных занятиях по дополнительной общеобразовательной программе. Владеть: методами стимулирования и мотивирования обучающихся к деятельности и общению на учебных занятиях по дополнительной общеобразовательной программе.
ПК–5 Способен подбирать эффективные методы социально-психологической и социально-педагогической реабилитации несовершеннолетнего в соответствии с его актуальным состоянием, уровнем развития, возрастом, образованием, социальным статусом; взаимодействовать с членами реабилитационной команды, социальной, медицинской и другими службами по вопросам комплексной	ПК-5.1. Осуществляет отбор, формирование и совершенствование специальных физических качеств у лиц, имеющих ограниченные возможности здоровья (включая инвалидов) всех возрастных нозологических групп, на тренировках на основе комплекса общеразвивающих и специальных упражнений, в том числе использованием различных отягощений тренажерных устройств соответствии Государственным образовательным стандартом.	Знать: основы комплекса общеразвивающих и специальных упражнений, в том числе использованием различных отягощений тренажерных устройств соответствии Государственным образовательным стандартом. Уметь: применять основы комплекса общеразвивающих и специальных упражнений, в том числе использованием различных отягощений тренажерных устройств соответствии Государственным образовательным стандартом. Владеть: основами комплекса общеразвивающих и специальных упражнений, в том числе использованием различных отягощений тренажерных устройств соответствии Государственным образовательным стандартом
	ПК-5.2. Осуществляет отбор, формирование и совершенствование	Знать: основы комплекса общеразвивающих и специальных упражнений, в том числе использованием различных отягощений

реабилитации в интересах реабилитанта	<p>техничко-тактической подготовленности и повышать функциональные возможности организма спортсменов с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп на тренировках на основе комплекса общеразвивающих и специальных упражнений, соответствующих специфике соревновательной деятельности техники вида спорта с целью развития технической подготовки соответствии Государственным образовательным стандартом</p>	<p>тренажерных устройств соответствии Государственным образовательным стандартом.</p> <p>Уметь: применять основы комплекса общеразвивающих и специальных упражнений, в том числе использованием различных отягощений тренажерных устройств соответствии Государственным образовательным стандартом.</p> <p>Владеть: основами комплекса общеразвивающих и специальных упражнений, в том числе использованием различных отягощений тренажерных устройств соответствии Государственным образовательным стандартом</p>
	<p>ПК-5.3. Реализует конкретизирует медицинские, возрастные психофизические требования лицам, проходящим подготовку в группах адаптивной подготовки на различных этапах: этапа начальной подготовки, этапа совершенствования спортивного мастерства и этапа высшего спортивного мастерства.</p>	<p>Знать: основы комплекса общеразвивающих и специальных упражнений, в том числе использованием различных отягощений тренажерных устройств соответствии Государственным образовательным стандартом.</p> <p>Уметь: применять основы комплекса общеразвивающих и специальных упражнений, в том числе использованием различных отягощений тренажерных устройств соответствии Государственным образовательным стандартом.</p> <p>Владеть: основами комплекса общеразвивающих и специальных упражнений, в том числе использованием различных отягощений тренажерных устройств соответствии Государственным образовательным стандартом</p>
ПК-6 Способен проводить с лицами, имеющими ограниченные возможности здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп, тренировки на основе	<p>ПК-6.1 Способен решать общепедагогические задачи (образовательные, воспитательные, оздоровительные) и специфические задачи (коррекционные, компенсаторные, профилактические) в</p>	<p>Знать: основу комплекса общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для освоения элементов и формирования простых целостных двигательных действий в соответствии с групповыми программами и расписанием занятий.</p> <p>Уметь: проводить с лицами, имеющими ограниченные возможности здоровья (основу</p>

<p>комплекса общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для освоения элементов и формирования простых целостных двигательных действий в соответствии с групповыми программами и расписанием занятий</p>	<p>процессе тренировок с разными возрастными и нозологическими группами.</p>	<p>комплекса общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для освоения элементов и формирования простых целостных двигательных действий в соответствии с групповыми программами и расписанием занятий.</p> <p>Владеть: основами комплекса общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для освоения элементов и формирования простых целостных двигательных действий в соответствии с групповыми программами и расписанием занятий</p>
	<p>ПК-6.2 Способствует обучению и формированию простых двигательных действий у лиц, имеющих ограниченные возможности здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп.</p>	<p>Знать: основу комплекса общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для освоения элементов и формирования простых целостных двигательных действий в соответствии с групповыми программами и расписанием занятий.</p> <p>Уметь: проводить с лицами, имеющими ограниченные возможности здоровья (основу комплекса общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для освоения элементов и формирования простых целостных двигательных действий в соответствии с групповыми программами и расписанием занятий).</p> <p>Владеть: основами комплекса общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для освоения элементов и формирования простых целостных двигательных действий в соответствии с групповыми программами и расписанием занятий</p>
	<p>ПК-6.3 Способен планировать учебный и учебно-тренировочный процесс с лицами, имеющими ограниченные возможности здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп при использовании комплексов общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для освоения элементов и формирования простых целостных двигательных</p>	<p>Знать: основу комплекса общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для освоения элементов и формирования простых целостных двигательных действий в соответствии с групповыми программами и расписанием занятий.</p> <p>Уметь: проводить с лицами, имеющими ограниченные возможности здоровья (основу комплекса общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для освоения элементов и формирования простых целостных двигательных действий в соответствии с групповыми программами и расписанием занятий).</p> <p>Владеть: основами комплекса</p>

	действий в соответствии с групповыми программами и расписанием занятий.	общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для освоения элементов и формирования простых целостных двигательных действий в соответствии с групповыми программами и расписанием занятий
ПК -7 Способен проводить с обучающимися подвижные и спортивные игры, организовывать участие обучающихся в подвижных и спортивных играх в соответствии с групповыми программами и расписанием занятий	ПК-7.1. Знает теоретические основы и методику обучения спортивными играми	Знать: определение, признаки, суть, значения игровой деятельности обучающимися подвижные и спортивные игры. Уметь: Классифицировать в соответствии с их методическими особенностями проведения на занятиях. Владеть: Навыками практического применения методов, организационно-методическими методами в соответствии с групповыми программами и расписанием занятий
	ПК-7.2. Реализует методы и средства обучения конкретно в каждой игре, организовывает участие обучающихся в подвижных и спортивных играх в соответствии с групповыми программами и расписанием занятий	Знать: системный характер, структуру спортивной подготовки в игровых видах спорта Уметь: классифицировать технические приемы и тактические действия проводить с обучающимися подвижные и спортивные игры Владеть: методикой судейства и терминологией
	ПК-7.3. Владеет специальными знаниями о структуре соревновательной-игровой деятельности, технике и тактике игры в процессе обучения в соответствии с групповыми программами и расписанием занятий	Знать: Структуру соревновательной деятельности, виды соревнований, нормативные документы. Уметь: классифицировать игры в соответствии с групповыми программами и расписанием занятий Владеть: методическими особенностями проводить с обучающимися подвижные и спортивные игры

## 5. Место проведения практики

№ п/п	Название организации
1.	Государственное бюджетное специальное (коррекционное) образовательное учреждение для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат № 5 г. О. Тольятти
2.	МБОУ «Школа № 16»



	Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение городского округа Тольятти «Школа с углубленным изучением отдельных предметов № 16 имени Н.Ф. Семизорова»
3.	Самарская региональная общественная организация «Дети-Ангелы»
4.	Автономная некоммерческая организация «Спорт для инвалидов «ДЭВИС+»
5.	Государственное бюджетное специальное (коррекционное) образовательное учреждение для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат № 4 г. О. Тольятти
6.	Государственное учреждение Самарской области «Тольяттинский социальный приют для детей и подростков «Дельфин»
7	Общество с ограниченной ответственностью физкультурно-оздоровительный центр Адели
8.	Тольяттинская городская общественная организация инвалидов-опорников «КЛИО»

Примечание: Базами проведения практики являются дошкольные учреждения, специальные (коррекционные) учреждения, общеобразовательные школы, детско-юношеские спортивные школы, фитнес центры и клубы, реабилитационные центры, ТГУ (кафедра «Адаптивная физическая культура, спорт и туризм», кафедра «Физическое воспитание», ФОК), имеющие необходимые материально-технические условия и высококвалифицированных кадров для руководства практикой обучающихся.

## 7. Структура и содержание практики

Вид учебной работы	Этапы практики	Семестр	Объем, ч.	Баллы	Формы текущего контроля (наименование оценочного средства)
ИФ	Организационно-ознакомительная работа.	7	-	10	наличие оформленного отчета
ИФ	Методическая работа.	7	-	20	наличие оформленного отчета
ИФ	Учебная работа.	7	-	30	наличие оформленного отчета
ИФ	Воспитательная работа.	7	-	10	наличие оформленного отчета
ИФ	Физкультурно-массовая работа	7	-	10	наличие оформленного отчета
ИФ	Учебно-исследовательская работа	7	-	20	наличие оформленного отчета
Форма (формы) отчетности по практике					наличие оформленного отчета
Итого:			216	10	

## **8. Образовательные технологии**

Для повышения качества образовательного процесса по производственной практике использовали следующие образовательные технологии:

а) технологии модульного обучения (перед прохождением производственной практики):

- лекция-консультация;
- самостоятельная работа;

Методы обучения: самостоятельная работа, консультация, индивидуальная работа.

б) интерактивные технологии (после прохождением производственной практики):

- семинар-дискуссия;
- семинар «круглый стол»

Методы обучения: презентационный метод, демонстрационный метод, работа в парах, работа в группах, самооценка.

## **9. Методические указания**

**Методические указания к заданию №1. Раздел «Организационно-ознакомительная работа»:**

- Определиться с базой практики. При необходимости, составить договор о прохождении практики с базой практики.
- Встретиться с директором учреждения или представителем администрации.
- Изучить программу производственной практики.
- Принять участие в конференциях (вводной и итоговой) по производственной практике.
- Составить индивидуальный график и план работы студента (содержание работы) по практике на весь период её прохождения.

Образец составления плана работы студента (еженедельный экран работы) по практике на весь период её прохождения. (см. таблицу1)

**Методические указания к заданию № 2. Раздел «Методическая работа»:**

Образец составления план-конспекта занятия и (или) урока, учебно-тренировочного занятия, комплекса общеразвивающих упражнений для контингента, с которым проводятся занятия (уроки) на производственной (профессионально-ориентированной) практике. (см. таблицу 2).

Таблица 1

**1. Экран еженедельного учёта работы**

Дата	Подготовка к урокам (кол-во конспектов)	Проведение занятий (кол-во проведённых занятий)	УИРС	Секционная работа	Спортивно-массовая работа	Оформление документации	Оценка за неделю, подпись
	2	3	4	5	6	7	8
I неделя							
II неделя							
III неделя							
IV неделя							

**Примечание:**

- в графе 4 (УИРС – учебно-исследовательская работа) указываются мероприятия исследовательского характера (например: психолого-педагогические наблюдения за учащимися, практикантами; педагогические наблюдения по анализу урока; определение плотности урока путём хронометрирования; проведение пульсометрии; определение уровня здоровья, физического развития, физической подготовленности учащихся; мероприятие по гигиенической оценке спортивного зала и урока физической культуры в школе, и т.п.);
- в графе 5 записывается вид секционной работы, в которой студенты принимают непосредственное участие в качестве педагога (например: футбол, волейбол, баскетбол и т.п.);
- в графе 6 описываются, как предварительные (подготовительные) мероприятия, так и непосредственное проведение различных спортивно-массовых мероприятий.

**ПЛАН-КОНСПЕКТ**  
урока по гимнастике в 5Б классе

Задачи:

- разучить прыжок, согнув ноги через коня, совершенствовать подъём переворотом махом одной толчком другой на перекладине;
- воспитание координации, силы, смелости, дисциплинированности;
- укрепление здоровья, улучшение осанки.

Дата проведения: «\_\_»\_\_\_\_\_20\_\_г.

Место проведения: спортивный зал МОУ сш. №\_\_\_\_\_

Конспект составил: Ф.И.О. студента, курс, группа

Конспект проверил: Ф.И.О. преподавателя, дата, оценка, подпись

Часть урока	Содержание урока	Дозировка	Организационно-методические указания
I 12-15 мин	<p>I. Построение. Рапорт. Сообщение задач урока.</p> <p>II. Строевые приёмы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- повороты направо;</li> <li>- повороты налево;</li> <li>- повороты кругом;</li> </ul> <p>III. Задание на внимание в сомкнутом строю:</p> <p>1-2 – шаг правой</p> <p>3-4 – поворот налево</p> <p>5-6 – шаг левой влево</p> <p>7-8 – поворот направо</p> <p>IV. Ходьба:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- на носках, руки вверх;</li> <li>- на пятках, руки за спину;</li> <li>- ...;</li> </ul> <p>V. Бег:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- с согнутыми ногами вперёд, руки на пояс;</li> <li>- ...;</li> </ul>	<p>30 с.-1 мин</p> <p>1-2 раза</p> <p>1-2 раза</p> <p>1-2 раза</p> <p>2-3 раза</p> <p>1.30-2 мин</p> <p>1/2 круга</p> <p>1/2 круга</p> <p>...</p> <p>2-3 мин</p>	<p>Следить за осанкой, за дисциплиной ...</p> <p>Плечи расправить, руки прижать вдоль туловища, чётче выполнять повороты, ...</p> <p>Выполнять задание по рассказу, выделить наиболее внимательных учащихся, которые сразу смогли понять и правильно выполнить задание.</p> <p>Идти друг за другом, углы не срезать, дистанция в два шага.</p> <p>Выше подниматься на носках, спина прямая.</p> <p>Вперёд не наклоняться, голову не опускать вниз, смотреть вперёд, плечи расправить.</p> <p>Соблюдать дистанцию в 2 шага, углы не срезать.</p> <p>Выше бедро, активнее движения.</p> <p>Задание выполнять по сигналу: 1 хлопок – упор</p>

<p>VI. Бег с заданием: - упор присев; - поворот кругом, бег в противоположном направлении; - ...</p> <p>VII. Ходьба с восстановлением дыхания: 1- руки вверх, вдох 2- руки вниз, выдох</p> <p>VIII. Перестроение из колонны по одному в колонну по три в движении.</p> <p>IX. ОРУ</p> <p>1) И.П. – о.с. 1- наклон головы вперёд, руки вперёд 2- и.п. 3- наклон головы назад, руки в стороны 4- и.п. 5- наклон головы вправо, правая рука в сторону 6- и.п. 7- наклон головы влево, левая рука в сторону 8- и.п.</p> <p>2) И.П. – стойка ноги врозь, руки на пояс 1- поворот вправо, руки в стороны 2- и.п. 3- поворот влево, руки в стороны 4- и.п. 5- наклон вперёд, руки вперёд 6- и.п. 7- наклон назад 8- и.п.</p> <p>3) И.П.-... ...</p>	1 круг ... 30 сек-1 мин	присев; 2 хлопка - поворот кругом, бег в противоположном направлении; по свистку – бег. Отметить наиболее внимательных, быстро реагирующих. Глубокий вдох и выдох. Руки при опускании вниз расслаблять.
	20-30 сек	Подается команда: «В колонну по три, налево – МАРШ! Следить за равенством в колоннах. При перестроении задать интервал и дистанцию в три шага.
	15-20 сек	Проверить положение учащихся перед ОРУ. Уточнять и.п., следить за правильностью выполнения упражнения, слушать счёт. Ниже наклоны головы, руки прямые...
	5-7 мин 4-6 раз	
	4-6 раз	Больше повороты, руки точно в сторону.
		Руки прямые.
		Ниже наклоны. Ноги не сгибать...
		Выполнять точно под счёт. Выше выпрыгивать.

	<p>7) И.П.- стойка руки на пояс  1-2 – 2 прыжка на правой  3-4 - 2 прыжка на правой  5-8 - 4 прыжка на двух  8) Ходьба на месте</p>	<p>...</p> <p>6-8 раз</p> <p>15-20 сек.</p>	<p>Перейти на ходьбу после прыжков без остановки.  Восстанавливать дыхание.</p>
<p>II  22-25 мин</p>	<p>X. Выполнение заданий по станциям:</p> <p>1. Разучивание прыжка согнув ноги через коня:  1) Рассказ.  2) Показ.  3) Подводящие упражнения:  - ...</p> <p>2. Совершенствование подъёма переворотом махом одной толчком другой на перекладине:  1) Рассказ.  2) Показ.  3) Подводящие упражнения:  - ...</p> <p>3. ОФП:  - прыжки через скакалку;  - сгибание и разгибание рук в упоре лёжа;  - приседания с выпрыгиванием вверх;  - поднимание и опускание туловища из положения лёжа на спине, ноги согнуты, руки за головой;</p> <p>XI. Подвижная игра: «Вызов номеров»</p>	<p>18-20 мин</p> <p>5-6 мин</p> <p>5-6 мин</p> <p>5-6 мин  2 подхода  х 100 раз  2х10 раз  2х15 раз  2х20 раз  4-5 мин</p>	<p>Перед выполнением заданий по станциям поделить класс на три команды: 1 команда идёт на опорный прыжок, 2-я – на перекладину, 3-я - на ОФП. После выполнения заданий происходит смена мест занятия по круговой системе.  ... обращать внимание на ошибки при выполнении упражнений, исправлять ошибки, использовать страховку...  Ставить оценки учащимся за выполнение упражнений на станциях, а также - за переходы.</p> <p>...</p> <p>Сгибать руки до касания груди пола, руки выпрямлять до конца, в спине не прогибаться  Выше выпрыгивать, глубже присед.  Выполнять упражнение до положения сидя.</p> <p>Обратить внимание на правила игры...</p>
<p>III  3-5 мин</p>	<p>XII. Построение. Игра на внимание «Класс – смирно!»  XIII Подведение итогов урока. Выставление оценок за урок.</p>	<p>3-5 мин</p>	<p>Выделить наиболее внимательных учащихся.  Отметить наиболее старательных и активных учащихся на протяжении всего урока. Отметить присутствующих на уроке и выставить оценки в журнал.</p>

### Методические указания к заданию № 3: Раздел «Учебная работа».

#### 1. Протокол анализа практического занятия (урока).

Дата \_\_\_\_\_ Класс \_\_\_\_\_ Школа \_\_\_\_\_ Проводил урок \_\_\_\_\_  
Количество занимающихся \_\_\_\_\_ Количество учеников в классе \_\_\_\_\_  
Урок \_\_\_\_\_

Задачи урока: 1.

2.

3.

1. Конспект урока (соответствие задач рабочему плану и типу урока, соответствие материала упражнений поставленным задачам и возрастным возможностям учащихся. Разнообразие и оригинальность упражнений, наличие и правильность методических указаний, внешний вид конспекта) \_\_\_\_\_

#### 2 Проведение урока

Организация (выбор места занятий, использование групповодов, размещение занимающихся, использование оборудования и мелкого инвентаря, распределение упражнений по времени, обеспечение дисциплины, плотности занятий) \_\_\_\_\_

3 Методика обучения и воспитания (соблюдение дидактических принципов, разнообразие методов и приемов, соответствие их направленности к поставленным задачам, подготовленности занимающихся, характеру учебного материала, условиям проведения занятия.) Регулирование нагрузки, обеспечение помощи и страховки \_\_\_\_\_

4 Поведение педагога (внешний вид, умение держаться, командный голос, выбор места, педагогический такт, культура речи) \_\_\_\_\_

Степень выполнения основных задач урока и намеченного содержания конспекта \_\_\_\_\_

Пожелания

практиканту \_\_\_\_\_

Оценка урока \_\_\_\_\_

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

Подпись преподавателя \_\_\_\_\_

#### 2. Частичные педагогические наблюдения по схеме анализа урока.

##### Тема 1. Подготовка педагога к уроку



- определение и формулировка задач урока;
- разработка содержания" урока (его соответствие четвертному плану и программным требованиям; особенностям данной группы учащихся, условия проведения занятий);
- дозировка упражнений и их последовательность в конспекте;
- отражение в конспекте организационно-методических моментов урока.

## **Тема 2. Организация проведения урока**

- подготовка мест занятий, наличие учебных пособий и необходимого спортивного инвентаря;
- обеспечение необходимых санитарно-гигиенических условий;
- наличие специальных поручений при проведении урока;
- распределение времени по частям урока, по отдельным заданиям;
- использование площади зала, размещение на площадке;
- перестроения и передвижения, их рациональность;
- методы организации учащихся, их целесообразность, соответствие задачам урока и возрасту учащихся.

## **Тема 3. Анализ средств, используемых в уроке**

- анализ средств подготовительной, основной и заключительной части уроков зависимости от задач урока, возраста и количества учеников,
- реализация принципов доступности, прочности, системности и индивидуальности

## **Тема 4. Анализ методов, используемых в уроке**

- использование метода слова;
- использование методов наглядности;
- обеспечение взаимосочетания методов слова и наглядности;
- качество владения методами практического разучивания, целесообразности их подбора,
- качество владения методами предупреждения и исправления ошибок;
- умение оказать страховку.

## **Тема 5. Методика воспитания физических качеств**

- формирование правильной осанки,
- использование методов воспитания физических качеств, их рациональность, разнообразие, соответствие возможностям занимающихся;
- рациональность распределения во времени упражнений для развития физических качеств.

## **Тема 6. Воспитательная работа педагога**

- решение воспитательной задачи;
- решение задачи нравственного воспитания в уроке
- решение задачи умственного воспитания в уроке;
- решение задачи эстетического воспитания в уроке;
- решение задачи трудового воспитания в уроке;
- проявление личной активности учащихся.
- оказание взаимопомощи учащимся.

### 3. Протокол определения нагрузки на уроке (по характеру пульсовой кривой).

#### Методические рекомендации:

1. Заранее подготовить форму протокола.
2. Иметь при себе секундомер.
4. Для наблюдения выбрать среднего по уровню физической подготовленности ученика основной медицинской группы.
5. Измерить пульс до и после упражнений различных по нагрузке, при этом находиться вблизи ученика, не мешать учителю и классу, не отрывать ученика от выполнения упражнений, стараться не допускать длительных (более 5 минут) перерывов между замерами.
6. Измеряя пульс, задерживать ученика не более 15 сек, данные занести в протокол и подробно записать все, что выполнил или будет выполнять наблюдаемый.
7. Вычертить график кривой по пульсу.
8. Дать письменный, профессионально грамотный анализ полученных данных

#### Протокол определения нагрузки на уроке по частоте сердечных сокращений

Урок физической культуры в 11 А классе МОУ№\_\_\_\_\_

Дата\_\_\_\_\_

Место проведения: спортзал МОУ№\_\_\_\_\_

Количество занимающихся\_\_\_\_\_ Количество учеников в классе\_\_\_\_\_

Ф.И. ученика\_\_\_\_\_ Проводил урок\_\_\_\_\_

Задачи урока:

- 1) Совершенствовать технику метания учебной гранаты.
- 2) Развивать силу мышц плечевого пояса, спины, силу мышц ног.
- 3) Формировать положительное отношение к легкой атлетике, воспитывать интерес к данному виду спорта.

Часть урока	№ п/п	Время измерения	Пульс за 10''	Пульс за 1'	Упражнения до и после которых подсчитывался пульс
Вводно-подг.	1	0'	12	72	В покое до начала урока
	2	5'	15	90	Ходьба, строевые упражнения

	3	10'	17	103	Бег, ОРУ
	4	15'	18	110	Наклоны, приседания, отжимания.
Основная	5	20'	21	123	Подводящие упражнения для техники выполнения метания гранаты
	...	...	...	...	...
Заключит.	...	...	...	...	...
	...	...	...	...	...

**Примечание:** таким образом, ведется наблюдение на протяжении всего урока, подробно записываются упражнения, действия до или после которого рассчитывается пульс. Далее по протоколу вычерчивается график кривой нагрузки по пульсу.

#### **Анализ кривой нагрузки по ЧСС**

Кривая нагрузки по пульсу полностью соответствует задачам вводно-подготовительной, основной и заключительной частей урока.

В первой части урока начинается резкое повышение ЧСС, она достигает своего пика, после чего наблюдается закономерный спад. С этим значением ЧСС ученик начинает выполнять задания основной части урока. Кривая нагрузки по ЧСС полностью соответствует норме: I часть урока – повышение, II часть урока – два закономерных пика, III часть урока – ЧСС ученика должна понижаться, что соответствует восстановлению организма и подготовке к последующей интеллектуальной деятельности.

#### **Вопросы к анализу кривой нагрузки по ЧСС**

1. Соответствует ли кривая нагрузки по пульсу задачам подготовительной и заключительной частей урока.
2. Ошибки в регулировании нагрузки и пути их устранения.
3. Соответствует ли кривая нагрузки по пульсу задачам основной части урока (разбирать каждое задание отдельно).
4. Допущенные ошибки и пути их устранения.

#### **4. Определение плотности урока по физической культуре**

Одним из показателей эффективности урока является его плотность. Различают общую (педагогическую) и двигательную (моторную) плотность урока.

**Общая плотность** - это отношение педагогически оправданных (рациональных) затрат времени к общей продолжительности урока.

Для расчёта суммируются показатели времени активной деятельности на уроке. Сюда входит время, затраченное на выполнение физических упражнений, слушание, наблюдение и организацию урока, кроме времени на неоправданные ожидание и простои.

Общая плотность рассчитывается по формуле:

Общая плотность  $= (t_o : t_y) \times 100 \%$ , где

- $t_o$  – педагогически оправданное время, кроме простоя,
- $t_y$  – продолжительность всего урока.

Общая плотность должна равняться 100 %.

**Моторной (двигательной) плотностью** принято считать отношение времени, использованного непосредственно на любую двигательную деятельность занимающихся во время урока, к его общей продолжительности и вычисляется по формуле:

Моторная плотность  $= (t_p : t_y) \times 100 \%$ , где

- $t_p$  – время выполнения физических упражнений,
- $t_y$  – продолжительность всего урока.

Прежде, чем сделать вывод - хорошая или плохая моторная плотность урока, необходимо знать: какая задача решалась на уроке. Если научить технике..., то 50 % считается как хороший показатель; если совершенствовать технику..., то 50% считается как неважный показатель, а хорошим принято считать 70-80 %.

Зависимость моторной плотности от:

- возраста, пола, физической степени подготовленности занимающихся.
- материально-технической базы школы.
- количества учащихся в классе.
- подготовки преподавателя к уроку.
- задачи, решаемой на уроке.
- типа урока.
- способа организации учащихся на уроке.

С целью оценки расхода времени и одновременного определения общей и двигательной плотности урока наблюдают и хронометрируют деятельность занимающихся. В качестве субъекта наблюдения выбирается так называемый средний ученик, достаточно активный и дисциплинированный. Обработка данных хронометрирования производится после окончания урока.

После получения данных общей и моторной плотности урока необходимо их проанализировать в соответствии с поставленными перед уроками задачами, особенностями занимающихся и условий проведения урока. Оценку следует сопровождать своими рекомендациями по средствам и методам повышения общей и двигательной плотности данного урока.

### **Протокол определения плотности урока по физической культуре**

Урок физической культуры в 11 А классе МОУ № \_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_

Место проведения: спортзал МОУ № \_\_\_\_\_

Количество занимающихся \_\_\_\_\_ Количество учеников в классе \_\_\_\_\_

Ф.И. ученика \_\_\_\_\_ Проводил урок \_\_\_\_\_

Задачи урока:

- 1) Совершенствовать технику метания учебной гранаты.
- 2) Развивать силу мышц плечевого пояса, спины, силу мышц ног.
- 3) Формировать положительное отношение к легкой атлетике, воспитывать интерес к данному виду спорта.

Виды деятельности учащихся	Показание секундомера	Объяснение, показ	Двигательная активность	Вспомогат. действия	Ожидание, отдых	Простой
Построение	0:00					
Объяснение задач урока	0:40		0:40			
Строевые упражнения	1:00	0:20				
Переход на ходьбу	2:10		1:10			
Переход на бег	4:00		1:50			
Переход на ходьбу	5:50		0:15			
Построение	6:05		0:10			
Объяснение техники упр.	6:10			0:10		
Выполнение упражнения	6:20		5:20			
Переход на ходьбу	11:40		0:17			
Берет скакалку	11:47			0:28	1:00	
.....						
.....						
Звонок на перемену	40:00					
	40:00	9:00	26:40	3:20	1:00	0:00

Общая плотность урока:

$$\text{ОПУ} = \frac{39:00}{40:00} \times 100\% = 97\%$$

Двигательная (моторная) плотность урока:

$$\text{ДПУ} = \frac{30:00}{40:00} \times 100\% = 75\%$$

Объяснение, показ:

$$\text{Объяснение, показ} = \frac{9:00}{40:00} \times 100\% = 23\%$$

Общие вспомогательные действия:

$$\text{ОВД} = \frac{3:20}{40:00} \times 100\% = 8\%$$

Ожидание:

$$\text{Ожидание} = \frac{3:20}{40:00} \times 100\% = 8\%$$

- I часть урока = 18:20 Двигательная активность = 13:50 (77%)  
 II часть урока = 18:31 Двигательная активность = 14:16 (78%)  
 III часть урока = 3:30 Двигательная активность = 1:90 (43%)

#### Методические указания к заданию № 4: Раздел «Воспитательная работа».

##### 1. Оформление плана воспитательной работы в прикрепленном классе.

Цель воспитательной работы: ...

Задачи: ...

№ п/п	Содержание работы	Сроки выполнения	Обязанности практиканта	Отметки о выполнении
1	2	3	4	5

##### 2. Сценарий проведения воспитательного мероприятия.

- План мероприятия.
- Основная цель мероприятия.
- Подготовка наглядного материала (иллюстрации, слайды и т.д.).
- Конспект и основные тезисы беседы.
- Возможные вопросы для обсуждения.
- Выводы.

#### Методические указания к заданию № 5:

##### Раздел «Внеклассная физкультурно-массовая работа».

##### 1. Положение спортивного мероприятия (соревнования), физкультурно-оздоровительного праздника.

1. Цель и задачи соревнований.
2. Сроки и место проведения.
3. Руководство соревнованиями.
4. Участники соревнования.
5. Программа соревнований.
6. Определение победителей.
7. Награждение победителей.

8. Форма заявки.

**10.1. Паспорт оценочных средств**

<b>Код контролируемой компетенции (или ее части)</b>	<b>Наименование оценочного средства</b>
УК-1, УК-5, УК-7, УК-8	Наличие оформленного отчета
ПК-1, ПК-2, ПК-3, ПК-4, ПК-5, ПК-6, ПК-7	Наличие оформленного отчета

**10.2. Типовые задания или иные материалы, необходимые для текущего контроля успеваемости**

**Задание №1:** Выполнить мероприятия по разделу «Организационно-ознакомительная работа»:

- Определиться с базой практики. При необходимости составить договор с базой практики.
- Встретиться с директором учреждения или представителем администрации.
- Изучить программу по производственной практике.
- Принять участие в конференциях (вводной и итоговой) по производственной практике.
- Составить учёт работы студента (содержание работы) на практике на весь период её прохождения. Заполнить табличку.

**Задание № 2.** Выполнить следующие задания по разделу «Методическая работа»:

- Составить комплекс общеразвивающих упражнений для контингента, с которым проводятся занятия (уроки) на практике.
- Составить план-конспект занятия и (или) урока, учебно-тренировочного занятия (не менее 5).
- Провести измерение пульса у занимающихся в процессе занятия, составить протокол регистрации и график изменения ЧСС.

2. Определить плотность урока по физической культуре, составить протокол регистрации и график по частям урока.

**Задание № 3:** Выполнить задания по разделу «Учебная работа»:

- Провести практические занятия и (или) уроки, учебно-тренировочные занятия (не менее 72 часов).
- Составить анализ проведения практического занятия (урока).

**Задание № 4:** Выполнить следующие задания по разделу «Воспитательная работа»:

- план воспитательной работы с детьми (учащимися, занимающимися).

- план мероприятия (беседы, классного часа и др.) по пропаганде физической культуры, вида спорта, здорового образа жизни на нравственные, эстетические или другие темы, имеющие воспитательное значение.
- психолого-педагогическую характеристику на занимающегося.
- психолого-педагогическую характеристику на детей, учеников (занимающихся) прикрепленной группы (класса).

**Задание № 5:** Выполнить задания по разделу «Внеклассная физкультурно-массовая работа»:

- Составить Положение о проведении спортивного мероприятия (соревнования), физкультурно-оздоровительного праздника.

### **10.3.Оценочные средства для промежуточной аттестации**

#### **10.3.1. Вопросы к промежуточной аттестации**

№ п/п	Вопросы к зачету с оценкой
1.	В чем заключаются цели и задачи профессионально-ориентированной практики по адаптивной физической культуре?
2.	Дайте определение адаптивной физической культуры.
3.	Какие категории лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) выделяют в адаптивной физической культуре?
4.	Перечислите основные направления адаптивной физической культуры.
5.	Какие виды адаптивного спорта существуют? Приведите примеры.
6.	В чем особенности организации занятий для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата?
7.	Каковы особенности проведения занятий с лицами с нарушениями слуха?
8.	Какие методы коммуникации используются при работе с людьми с нарушением зрения?
9.	Какие требования предъявляются к составлению индивидуальной программы занятий для лиц с ОВЗ?
10.	Как проводится первичная диагностика физических возможностей занимающихся с ОВЗ?
11.	Техника безопасности при проведении учебных и учебно-тренировочных занятий по физической культуре.
12.	Какие методы мотивации используются в работе с людьми с инвалидностью?
13.	Как обеспечить безопасность на занятиях по адаптивной физической культуре?
14.	Какие документы необходимо оформить по итогам прохождения практики?
15.	Какова роль инструктора/тренера в процессе реабилитации лиц с ОВЗ средствами физической культуры?
16.	В чем заключается специфика работы с детьми-инвалидами?
17.	Особенности проведения учебных и учебно-тренировочных занятий по АФК
18.	Особенности организации основных направлений работы учреждения, где проводится производственная (профессионально-ориентированная) практика: традиции, правила внутреннего распорядка; права детей (учащихся,



	занимающихся) и требования, предъявляемые к ним.
19.	Педагогические умения, приобретаемые в ходе производственной (профессионально-ориентированной) практики (организационные, конструктивные, коммуникативные, гностические).
20.	Опишите структуру учебно-тренировочного занятия по адаптивной физической культуре.
21.	Компетенции, формируемые студентом в результате прохождения производственной (профессионально-ориентированной) практики.
22.	Материально-техническое оснащение спортивных залов
23.	Какие виды контроля и оценки эффективности занятий применяются в АФК?
24.	Уровень физического развития детей (учащихся, занимающихся и др.), с которыми проводится педагогическая работа по АФК
25.	Уровень физической подготовленности детей (учащихся, занимающихся и др.), с которыми проводится педагогическая работа по АФК
26.	Организация проведения занятий по адаптивной физической культуре в зависимости от состояния здоровья, медицинской группы здоровья, возраста и т.п.
27.	Методика проведения занятий по адаптивной физической культуре в зависимости от состояния здоровья, медицинской группы здоровья, возраста и т.п.
28.	Документы планирования и учета педагогического и учебно-тренировочного процесса в образовательных и других видах учреждениях (детском саду, школе, ВУЗе, ДЮСШ и т.п.). В зависимости от базы практики.
29.	Какие основные трудности возникают при организации занятий для людей с ментальными нарушениями?
30.	Индивидуальный план прохождения практики.
31.	Правила составления комплексов общеразвивающих упражнений для детей, учащихся, молодёжи разной возрастной группы (зависит от того, с каким контингентом работает практикант).
32.	Использование терминологии физических упражнений при составлении конспектов уроков (занятий).
33.	Подводящие упражнения при обучении двигательному действию.
34.	Планирование уроков (занятий) по АФВ.
35.	Методика обучения двигательному действию.
36.	Индивидуальный подход при обучении двигательному действию.
37.	Контроль уровня и динамики нагрузки на занятиях, уроках, учебно-тренировочных занятиях (по фитнесу) с помощью регистрации ЧСС.
38.	Протокол регистрации ЧСС в течение одного занятия. Построение графика изменения ЧСС.
39.	Анализ и оценка проведения занятия (урока) по АФВ.
40.	Содержание и организация воспитательной работы с детьми в образовательных учреждениях.
41.	Планирование воспитательной работы с детьми в образовательных учреждениях.
42.	Составление психолого-педагогической характеристики на одну группу (класс) (на одного учащегося (занимающегося)).

43.	Роль классного руководителя в образовательных учреждениях.
44.	Функции родительского комитета.
45.	Планирование физкультурно-массовых и спортивных мероприятий в образовательных и других видах учреждений.
46.	Составление положения о проведении физкультурно-массовых и спортивных мероприятий в образовательных и других видах учреждений.
47.	Пропаганда ценностей здоровья, здорового образа жизни при работе с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.
48.	Содержание отчета по практике и форма представления на заключительной конференции.
49.	Содержание и правила оформления отчёта по практике.
50.	Роль науки в сфере физической культуры, спорта, адаптивной физической культуры.
51.	Научное знание, научное исследование.
52.	Проблематика научных исследований по общим основам теории и методики физической культуры, спорта, адаптивной физической культуры.
53.	Каковы особенности проведения массовых спортивных мероприятий среди лиц с ОВЗ?
54.	Перечислите основные меры профилактики травматизма на занятиях АФК.
55.	Какие санитарно-гигиенические требования предъявляются к залам и площадкам для занятий АФК?
56.	В чем заключается значение физической активности для социальной интеграции людей с инвалидностью?
57.	Как организовать работу с группой, состоящей из лиц с разными нозологиями?
58.	Какие современные технологии используются в АФК для повышения эффективности занятий?
59.	Как вы оцениваете собственный профессиональный рост за период практики?
60.	Проблематика научных исследований в адаптивном физическом воспитании.

Семестр	Форма проведения промежуточной аттестации	Критерии и нормы оценки	
7	Зачет с оценкой (по накопительному рейтингу)	«отлично»	85-100 баллов
		«хорошо»	70-84 баллов
		«удовлетворительно»	55-69 баллов
		«неудовлетворительно»	0-54 и менее баллов

Форма проведения промежуточной аттестации	Критерии и нормы оценки	
зачет с оценкой	«отлично»	Посещение производственной практики не

(устно)		менее 80%. В случае большего % отсутствия необходимо предоставить соответствующие документы (медицинская справка о болезни, справка-вызов на спортивные сборы или соревнования, и т.п.). Выполнение всех условий допуска. Сделан устный отчет с представлением презентационного материала на отчетной конференции по отчёту практики. Представлен отчёт практики со всеми правильно заполненными разделами.
	«хорошо»	Посещение производственной практики не менее 80%. В случае большего % отсутствия необходимо предоставить соответствующие документы (медицинская справка о болезни, справка-вызов на спортивные сборы или соревнования, и т.п.). Выполнение всех условий допуска. Сделан устный отчет с представлением презентационного материала на отчетной конференции. Представлен отчёт практики со всеми правильно заполненными разделами. Имеются небольшие недочеты и замечания.
	«удовлетворительно»	Посещение производственной практики менее 50% (нет уважительной причины отсутствия на практике). Частичное выполнение всех условий допуска. Представлен не полностью заполненный отчёт и (или) имеются в отчете значительные ошибки.
	«неудовлетворительно»	Не сделан устный отчет на отчетной конференции. Не представлен отчёт практики. Отсутствие на практике.

## 11. Учебно-методическое и информационное обеспечение практики

## 11. Учебно-методическое и информационное обеспечение практики

### 11.1. Обязательная литература

№ п/п	Авторы, составители	Заглавие (заголовок)	Тип (учебник, учебное пособие, учебно-методическое пособие, практикум, др.)	Год издания	Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС
1	Белова Ю. В.	Теория и технология физического воспитания детей	учебно-методическое пособие	2018	ЭБС "IPRbooks"
2	Коломиец С. В., Соколовская Л. В.	Подвижные игры как средство формирования личности детей и подростков в летнем лагере	учебное пособие	2019	ЭБС «IPRbooks»
3	Липунова. О. В.	Основы специальной педагогики и психологии	учебное пособие	2019	ЭБС "IPRbooks"
4	Михалина Г. М., Игонова Е. С.	Начальная спортивная подготовка средствами гимнастики : для студентов вузов физической культуры и спорта	учебное пособие	2022	IPR SMART
5	Лебедихина Т. М.	Гимнастика: теория и методика преподавания	учебное пособие	2021	IPR SMART
6	Борисова В. В., Руднева Л. В.	Гимнастика: школа предметов	учебно-методическое пособие	2021	IPR SMART
7	Ботяев В. Л., Дмитриева Е. В.	Урок гимнастики в современной школе	учебное пособие	2021	IPR SMART
8	Фоменко А. В. , Загной Т. В.	Подвижные игры с методикой преподавания. Ч. 1 и Ч. 2.. Организация и проведение подвижных игр для школьников	учебное пособие	2021	ЭБС "IPRbooks"

8	Дубов А.М., Кулькова И.В., Бурнашова Н.Ю.	Элективные курсы по физической культуре и спорту на основе спортивных игр	учебно-методическое пособие	2021	ЭБС "IPRbooks"
10	Болдырева В. Б., Кузьменко М. В., Дюкова С. В.	Базовые виды двигательной деятельности: подвижные игры	учебно-методическое пособие	2019	ЭБС "IPRbooks"
11	Губа В. П.	Теория и методика спортивных игр	учебник	2020	ЭБС "IPRbooks"

## 11.2. Дополнительная литература

№ п/п	Авторы, составители	Заглавие (заголовок)	Тип (учебник, учебное пособие, учебно-методическое пособие, практикум, др.)	Год издания	Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС
1	Ветков Н. Е.	Спортивные и подвижные игры	учебно-методическое пособие	2016	ЭБС "IPRbooks"
2	Лазунина И. В.	Учебная и профессионально-ориентированная практика студентов	электрон. учеб. пособие	2015	Репозиторий ТГУ
3	Яковлева Б. П., Бабушкина Г. Д.	Психология физической культуры	учебник	2016	ЭБС "IPRbooks"
4	Третьякова Н. В. Андрюхина Т. В., Кетриш Е. В.	Теория и методика оздоровительной физической культуры	учебное пособие	2016	ЭБС "IPRbooks"
5	Пиянзин А. Н., Джалилов А. А.	Теория физической культуры и спорта	учебное пособие	2017	Репозиторий ТГУ

### 11.3. Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

- WebofScience[Электронный ресурс] : мультидисциплинарная реферативная база данных. – Philadelphia: ClarivateAnalytics, 2016– . – Режим доступа : apps.webofknowledge.com. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.
- Scopus[Электронный ресурс] : реферативная база данных. – Netherlands: Elsevier, 2004– . – Режим доступа : scopus.com. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.
- Elibrary[Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. – Москва : НЭБ, 2000– . – Режим доступа : elibrary.ru. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.
- SpringerLink[Электронный ресурс] : [база данных]. – Switzerland: SpringerNature, 1842– . – Режим доступа : link.springer.com. – Загл. с экрана. – Яз. англ.
- ScienceDirect[Электронный ресурс] : коллекция электронных книг издательства Elsevier. – Netherlands: Elsevier, 2018– . – Режим доступа : sciencedirect.com. – Загл. с экрана. – Яз. англ.
- Cambridgeuniversitypress[Электронный ресурс] : журналы издательства. – Cambridge: Cambridgeuniversitypress, 2018– . – Режим доступа : cambridge.org. – Загл. с экрана. – Яз. англ.
- NEICON[Электронный ресурс] : электронная информация : архив научных журналов. – Москва : НЭИКОН, 2002– . – Режим доступа : neicon.ru/resources/archive. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.

- <https://e.lanbook.com/>
- <https://dspace.tltsu.ru/>
- <http://www.studentlibrary.ru/>
- <https://new.znaniium.com/>
- <http://www.iprbookshop.ru/>

### 11.4. Перечень программного обеспечения

п/п	Наименование ПО	Реквизиты договора (дата, номер, срок действия)
1	Windows: WinPro 10 RUS Upgrd OLP NL Acdmc	договор № 757 от 04.07.2018, срок действия – бессрочно; контракт № 1653 от 14.12.2018, срок действия – бессрочно
2	Office Standard: Office Stdandard 2013 Russian OLP NL AcademicEdition	договор № 690 от 19.05.2015, срок действия – бессрочно
3	Mirapolis Human Capital Management	лицензионный договор № 1256 от 15.12.2023, срок действия – бессрочно

**11.5. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине**

№ п/п	Наименование оборудованных учебных кабинетов, лабораторий, мастерских и др. объектов для проведения практических и лабораторных занятий, помещений для самостоятельной работы обучающихся (номер аудитории)	Перечень основного оборудования
1	Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа. Учебная аудитория для курсового проектирования (выполнения курсовых работ). Учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций. Учебная аудитория для проведения занятий текущего контроля и промежуточной аттестации (У-125)	Парты (моноблок) двухместные; стол преподавательский ; стул, доска аудиторная; проектор.
2	Помещение для самостоятельной работы (У-221)	Столы ученические двухместные, стол преподавательский, стулья, доска аудиторная (меловая), компьютеры с выходом в сеть Интернет
3	Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа. Учебная аудитория для практических занятий. Учебная аудитория для выполнения учебных, курсовых и дипломных работ. Учебная аудитория для курсового проектирования (выполнения курсовых работ). Учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций. Учебная аудитория для проведения занятий текущего контроля и промежуточной аттестации (У-329).	Столы ученические двухместные (моноблок), стол преподавательский, стул преподавательский, доска аудиторная (меловая).
4	Компьютерный класс. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа. Учебная аудитория для проведения лабораторных работ. Учебная аудитория для практических занятий. Учебная аудитория для выполнения учебных, курсовых и дипломных работ. Учебная аудитория для курсового проектирования (выполнения курсовых работ). Учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций Учебная аудитория для проведения занятий текущего контроля и промежуточной аттестации (У-211)	Столы ученические двухместные, стол преподавательский, стулья, доска аудиторная (маркерная), компьютеры с выходом в сеть Интернет.

