

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»

Институт дополнительного образования

Кафедра физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической  
культуры им. И.М. Саркисова-Серазини

**Рабочая программа практики**

**ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ОРИЕНТИРОВАННАЯ ПРАКТИКА**

для обучающихся по дополнительной профессиональной программе  
профессиональной переподготовки  
**«Лечебная физическая культура»**

*Форма обучения:* очная, очно-заочная

Москва, 2025

Программа утверждена и рекомендована к использованию  
Межфакультетским советом РУС «ГЦОЛИФК»,  
протокол № 01-09-25 от «25» сентября 2025 г.

Разработчик:

**Михайлова М.Г.** – к.п.н., доцент, доцент кафедры физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркисова-Серазини РУС «ГЦОЛИФК».

Рецензент:

**Ткаченко С.А.** – к.п.н., доцент

Программа практики составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)», утвержденного приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 г. № 942; Профессионального стандарта 05.004 «Инструктор-методист по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту», утвержденного приказом Минтруда России от 02 апреля 2019 г. № 197н; на основе учебного плана ДПП ПП «Лечебная физическая культура».

## 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОХОЖДЕНИЯ ПРАКТИКИ

**Целью** прохождения профессионально-ориентированной практики является закрепление теоретических представлений и знаний слушателей, овладение на этой основе профессиональными умениями и навыками, необходимыми в практической деятельности тренера при организации и проведении физкультурно-оздоровительной, учебно-тренировочной, воспитательной работы с занимающимися лечебной физической культурой.

**Задачи практики:**

- изучить систему работы базы практики, особенности управления организациями, работающими в сфере лечебной физической культуры, содержание деятельности инструктора по лечебной физической культуре, особенности организации и условия проведения физкультурно-оздоровительного и реабилитационного процесса на базе практики;
- довести качество педагогических умений и навыков до уровня, позволяющего самостоятельно решать практические задачи в сфере лечебной физической культуры;
- содействовать дальнейшему формированию профессионально значимых качеств личности, обусловливающих устойчивый интерес, активное и творческое отношение к работе инструктора по лечебной физической культуре.

## 2. МЕСТО ПРАКТИКИ В СТРУКТУРЕ ПОДГОТОВКИ СЛУШАТЕЛЯ

Профессионально-ориентированная практика является неотъемлемой частью подготовки слушателя по ДПП ПП «Лечебная физическая культура».

Практика проводится с целью преобразования теоретических знаний в широкий комплекс профессиональных умений и навыков, необходимых для решения практических задач в сфере лечебной физической культуры. Профессионально-ориентированная практика является важнейшей основой для формирования углубленного понимания будущей профессиональной деятельности слушателя.

Для решения поставленных задач практики необходимо предшествующее прохождение таких базовых дисциплин, как ««Медико-биологические основы физической культуры и спорта», «Основы биомеханики и биомеханического контроля в спорте», «Психолого-педагогические основы физической культуры и спорта», «Правовые основы профессиональной деятельности», «Теория и методика физической культуры и спорта», «Базовые виды спорта (гимнастика, легкая атлетика, плавание, спортивные игры)», а также специальным дисциплинам по лечебной физической культуре. Завершается практика засчетом.

## 3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ПРАКТИКИ

Слушатель в результате прохождения практики должен обладать следующими компетенциями:

**Профессиональные компетенции**

*ПК 1.1 - Способность проводить с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья занятия по программам адаптивного физического воспитания и индивидуальным планам физической реабилитации.*

**Знать:**

- Теорию и методику адаптивной физической культуры;
- Теорию и методику лечебной физической культуры;
- Основы коррекционной педагогики и коррекционной психологии;

- Анатомию человека;
- Физиологию человека;
- Гигиенические основы физического воспитания;
- Современные методики организации занятий по лечебной и адаптивной физической культуре при различных заболеваниях и нарушениях функций организма инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
- Правила техники безопасности при проведении занятий лечебной и адаптивной физической культурой и основы организации первой помощи инвалидам, лицам с отклонениями в состоянии здоровья;
- Медицинские основы адаптивной физической культуры и спорта;
- Первые признаки утомления инвалидов, лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
- Порядок составления индивидуальной программы физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов, плана-конспекта проведения индивидуального и группового занятия по лечебной гимнастике с лицами с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидами;
- Правила использования оздоровительно-реабилитационного оборудования и инвентаря для занятий лечебной и адаптивной физической культурой;
- Формы составления отчета о проведении индивидуального или группового занятия по лечебной и адаптивной физической культуре.

**Уметь:**

- Планировать процесс физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов с учетом индивидуальной программы реабилитации;
- Планировать групповое или индивидуальное занятие по лечебной и адаптивной физической культуре по индивидуальной программе физической реабилитации;
- Демонстрировать лицам с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидам элементы техники выполнения упражнений; проводить самостоятельно занятия ЛФК при наиболее распространенных заболеваниях и травмах;
- Использовать спортивное и оздоровительно-реабилитационное оборудование, инвентарь, контрольно-измерительные приборы для занятий по адаптивной физической культуре и лечебной физической культуре;
- Оценивать уровень подготовленности лиц с отклонениями в состоянии здоровья лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов;
- Контролировать физическое, функциональное и психическое состояние лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов, во время проведения занятия по лечебной и адаптивной физической культуре;
- Проводить корректировку плана-конспекта индивидуального или группового занятия по лечебной и адаптивной физической культуре с учетом показателей контроля функционального состояния и физической подготовленности лиц с отклонениями в состоянии здоровья лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов;
- Определять признаки переутомления, перенапряжения, варьировать степенью и направленностью физической нагрузки;
- Разъяснять правила техники безопасности при выполнении упражнений;
- Вести отчетную документацию по результатам проведения занятий по адаптивной физической культуре и лечебной физической культуре.

**Владеть навыками (иметь практический опыт):**

- Составления индивидуальной программы физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов;
- Применения методики проведения занятий по лечебной физической культуре и адаптивной физической культуре при заболеваниях и травмах опорно-двигательного аппарата, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой и

нервной систем;

- Разработки плана-конспекта проведения индивидуального и группового занятия по лечебной и адаптивной физической культуре согласно индивидуальной программе физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов;
- Контроля подготовленности лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов к занятию лечебной и адаптивной физической культурой;
- Проведения занятия по лечебной и адаптивной физической культуре согласно индивидуальной программе физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов;
- Регулирования физической нагрузки в соответствии с задачами, формой организации лечебной физической культуры, характером типичных нарушений функций организма, функциональных возможностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов;
- Контроля и оперативная коррекция выполнения двигательных действий лицами с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидами;
- Оценки адекватности физической нагрузки и эффективности выполнения индивидуальной программы физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов;
- Обеспечения безопасного проведения занятия по лечебной и адаптивной физической культуре;
- Составления методических рекомендаций лицам с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидам, их законным представителям о проведении занятий по лечебной и адаптивной физической культуре в домашних условиях;
- Подготовки отчета о проведении занятия по лечебной и адаптивной физической культуре.

*ПК 1.2 - Способность проводить воспитательную, рекреационно-досуговую, оздоровительную работу с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья.*

**Знать:**

- Специальную педагогику и специальную психологию;
- Психологию и педагогику;
- Методы общения с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья, методы общения с лицами, имеющими поражения отдельных органов чувств;
- Правила этики и деонтологии в сфере взаимодействия с лицами с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидами;
- Порядок составления и ведения документации по воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работе с лицами с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидами.

**Уметь:**

- Проводить коммуникации с лицами с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидами с учетом нравственных и деонтологических норм;
- Использовать методы словесного, наглядного и сенсорно-коррекционного воздействия при показе техники выполнения упражнений;
- Планировать и проводить занятия и мероприятия по воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работе с лицами с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидами, готовить необходимые методические материалы;
- Оценивать результаты коррекционно-развивающей направленности педагогических воздействий в отношении лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов при проведении тренировочных, воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных занятий и мероприятий, готовить обоснованные предложения по

корректировке планов мероприятий;

- Мотивировать лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов к участию в воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных мероприятиях;
- Своевременно выявлять угрозы и оценивать степень опасности внешних и внутренних факторов, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять алгоритмы действий для устранения или снижения опасности последних.

***Владеть навыками (иметь практический опыт):***

- Анализа планов и программ, регламентирующих содержание воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работы с лицами с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидами.
- Разработки рабочих планов мероприятий по воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работе с лицами с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидами, подготовка методических материалов для проведения занятий и мероприятий.
- Разработки и проведения мероприятий по формированию устойчивого интереса к занятиям оздоровительной физической культурой среди лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.
- Формирования индивидуальной/групповой программы поддержания и совершенствования физической работоспособности с использованием средств и методов оздоровительной физической культуры, с учётом возраста, пола и характера деятельности;
- Контроля соблюдения графика занятий и мероприятий по воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работе с лицами с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидами.

*ПК 2.1 - Управление процессами методического обеспечения реабилитационной (восстановительной) деятельности с помощью средств физической культуры, спортивной подготовки инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья.*

***Знать:***

- Нормативные правовые акты в области физической культуры и спорта в части регулирования и развития адаптивной физической культуры, адаптивного спорта;
- Приоритетные направления развития адаптивной физической культуры и спорта;
- Теорию и методику физической культуры;
- Теорию и методику адаптивной физической культуры;
- Основы спортивно-медицинской, спортивно-функциональной и гандикапной классификаций;
- Биомеханику двигательной деятельности;
- Анатомию человека;
- Физиологию человека;
- Принципы и формы организации реабилитационной (восстановительной) деятельности инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья с использованием средств физической культуры, направленные на восстановление нарушенных или временно утраченных функций организма человека и способностей к общественной и профессиональной деятельности;
- Медицинские основы адаптивной физической культуры и спорта;
- Правила техники безопасности при осуществлении реабилитационной (восстановительной) деятельности с использованием средств физической культуры, спортивной подготовки инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;
- Основы коррекционной педагогики и коррекционной психологии;
- Методическое обеспечение адаптивного физического воспитания, адаптивной двигательной рекреации, физической реабилитации, активного отдыха, включая современные методы и инновационные технологии;
- Содержание когнитивного и двигательного (моторного) обучения, основанного

на единстве механизмов формирования ориентированной основы умственных, сенсорных, перцептивных и двигательных действий и понятий;

- Методы сбора, систематизации и статистической обработки информации;
- Методы оценки качества и результативности работы инструкторов-методистов по лечебной физической культуре.

**Уметь:**

- Определять задачи и делегировать полномочия инструкторам-методистам по лечебной физической культуре, вести контроль их деятельности;
- Разрабатывать программы, планы-конспекты и методическое сопровождение лечебной физической культуры, физической реабилитации, активного отдыха;
- Оценивать уровень и составлять планы развития профессиональных компетенций инструкторов-методистов по лечебной физической культуре;
- Систематизировать методические и информационные материалы по обеспечению реабилитационной (восстановительной) деятельности с использованием средств физической культуры, спортивной подготовки лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов;
- Пользоваться современными технологиями реализации компетентного подхода, реабилитационными (восстановительными) технологиями в отношении лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов;
- Координировать тренировочный, воспитательный и реабилитационный (восстановительный) процессы, оптимизировать физические потенции лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов .соответствии с видами лечебной физической культуры;
- Проводить корректировку методик сопровождения реабилитационной (восстановительной) деятельности с использованием средств физической культуры лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.

**Владеть навыками (иметь практический опыт):**

- Разработка программ, планов физической реабилитации, активного отдыха, оздоровительной физической культуры в физкультурно-спортивной или организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта;
- Управления разработкой комплексов занятий по лечебной физической культуре;
- Оценка эффективности применяемых методов оздоровительной физической культуры и методов физкультурно-спортивной деятельности лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов, разработка предложений по совершенствованию физкультурно-оздоровительно работы в области адаптивной лечебной физической культуры;
- Координации тренировочного, воспитательного и реабилитационного (восстановительного) процессов в организации спортивной подготовки и организациях, осуществляющих деятельность в области адаптивной физической культуры и спорта;
- Мониторинга уровня профессиональной подготовленности инструкторов-методистов по лечебной физической культуре, планирование мероприятий по развитию их профессиональных компетенций;
- Контроля формирования банка педагогической, психологической, научно-методической, методической информации, нормативных правовых актов в области лечебной и адаптивной физической культуры;
- Управления деятельностью инструкторов-методистов по лечебной физической культуре по распространению современных технологий в области реабилитации.

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИКИ

**Общая трудоемкость практики – 20 часов.**

#### Учебно-тематический план практики

№	Раздел (тема) практики	Общая трудоемкость	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу слушателей и трудоемкость (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации
			Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа	
1.	Организационный этап	2	-	2	-	Заполнение дневника. Написание раздела отчета.
2.	Производственный этап	12	-	12	-	Заполнение дневника. Написание раздела отчета.
3.	Заключительный этап	4	-	4	-	Завершение и оформление документов практики
4.	<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>Зачет</b>
	<b>Всего</b>	<b>20</b>	<b>-</b>	<b>20</b>	<b>-</b>	

#### Содержание учебного материала по практике

##### **Раздел 1. Организационный этап.**

Организационный этап предполагает выполнение следующих видов работ:

- ознакомление с организацией - базой практики: организационная структура, основные направления деятельности, распределение обязанностей, система повышения квалификации и тарификации работников, организация воспитательной и методической работы и т.п.;
- постановка целей, задач, содержания и проведения практики;
- инструктаж по прохождению практики, ознакомление с распорядком дня базы практики, требованиями, предъявляемыми к слушателям администрацией базы практики;
- инструктаж по охране труда и технике безопасности;
- ведение дневника прохождения практики.

##### **Раздел 2. Производственный этап.**

Производственный этап предполагает выполнение следующих видов работ:

- знакомство с содержанием деятельности инструктора по лечебной физической культуре
  - изучение программ по лечебной физической культуре;
  - ознакомление с нормативными, правовыми учебно-методическими документами, сопровождающими физкультурно-оздоровительный и реабилитационный процесс;
  - анализ занятия по лечебной физической культуре;

- анализ эффективности применения средств лечебной физической культуры;
- проведение занятия по лечебной физической культуре в целом и по частям (подготовительная, основная, заключительная), постановка и решение задач, выбор средств и методов;
- ведение дневника прохождения практики.

### **Раздел 3. Заключительный этап.**

Заключительный этап предполагает выполнение следующих видов работ:

- анализ хода практики и полученных материалов;
- подготовка отчета практики и его согласование с руководителями практики;
- защита отчета по практике.

## **5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ**

### **5.1. Организация образовательного процесса**

В образовательном процессе используются следующие *виды учебной деятельности*:

- Практические занятия. Проводятся для освоения представленных в программе концепций, идей и техник, развития и закрепления навыков их применения в различных практических ситуациях. Занятия основаны на использовании эффективных методов групповой или индивидуальной работы и обмена опытом.

При реализации различных видов учебной деятельности применяются следующие *образовательные технологии*:

- технология работы в малых группах по этапам: исследование, дискуссия и рефлексия;
- технология организации дискуссии и развития коммуникативных навыков;
- компетентностный подход с акцентированием не на сумме усвоенных знаний, а на способности обучающегося успешно действовать в различных ситуациях;
- личностно-ориентированный подход;
- рефлексивный подход.

### **5.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение**

#### *a) Основная литература:*

1. Вайнер, Э.Н. Лечебная физическая культура: учебник / Э.Н. Вайнер. – 4-е изд., стер. – М.: ФЛИНТА, 2018. – 420 с. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=500656>

2. Лечебная физическая культура: учеб.-метод. пособие [для бакалавриата]: направление подгот. 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» / А.Ю. Дронь, Ф.Н. Солдатенков, Н.А. Бойко. - Сургут: РИО СурГПУ, 2018. - 159 с. – URL: <https://lib.rucont.ru/efd/683828>

3. Основы физической реабилитации: учебник / А.Н. Налобина, Т.Н. Фёдорова, И.Г. Таламова, Н.М. Курч; ред. А.Н. Налобина; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта – Омск: Изд-во СибГУФК, 2017. – 329 с.: ил. – URL: <https://lib.rucont.ru/lfi/tool?goto=640959>

4. Швыгина, Н.В. Лечебная физическая культура в ортопедии: курс лекций / Н.В. Швыгина. – М.: РГУФКСМиТ, 2021. - 156 с.: ил. – URL: <https://lib.rucont.ru/efd/786538>

#### *б) Дополнительная литература:*

1. Избранные лекции по лечебной физической культуре: учебное пособие: в 3 частях: [12+] / сост. Л.П. Черапкина; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017. – Часть 1. Общие основы лечебной физической культуры, лечебная физическая культура при травмах,

заболеваниях и деформациях опорно-двигательного аппарата. – 116 с. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483288>

2. Лечебная физическая культура и массаж / М.В. Тапхаров, В.Б. Гармаев, Л.Д. Айсуев. - Улан-Удэ: Бурятский государственный университет, 2025. - 195 с. – URL: <https://lib.rucont.ru/efd/924052>

3. Частные методики адаптивной физической культуры: учебник / ред. Л.В. Шапкова. – М.: Советский спорт, 2009. - 608 с.: ил. – URL: <https://lib.rucont.ru/efd/747888>

4. Частные методики адаптивной физической культуры: учебное пособие: в 2 частях / сост. Е.С. Стоцкая; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. – Часть 1. Частные методики адаптивной физической культуры у детей с нарушением слуха, речи, умственной отсталостью, общими расстройствами поведения. – 197 с.: ил. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573581>

*в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:*

1. Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система. - URL: <https://www.informio.ru/>

2. Федеральный портал Российской образование – информационная система. - URL: [www.edu.ru](http://www.edu.ru).

3. Официальный сайт Министерства спорта РФ. - URL: [www.minsport.gov.ru](http://www.minsport.gov.ru)

4. «Университетская библиотека онлайн» - ЭБС. - URL: [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)

5. Национальный цифровой ресурс «Руконт» - ЭБС. - URL: [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)

6. «Юрайт» - ЭБС. - URL: [www.biblio-online.ru](http://www.biblio-online.ru)

### **5.3. Материально-техническое обеспечение**

Для проведения практики используются:

- база практики: профильные организации с оборудованием;
- учебные аудитории для проведения самостоятельной работы обучающихся и учебно-методическими и научно-методическими материалами кафедры, комплектом аудиторной мебели, ученической доской;
- залы: библиотека, читальный зал с выходом в сеть Интернет;
- видео-, аудиовизуальные средства обучения.

Обучающийся должен быть обеспечен доступом к материалам, регламентирующим реализацию программ и мероприятий Практики по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности.

### **5.4. Кадровое обеспечение**

Требования к квалификации руководителей практики: высшее образование по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» и/или практический опыт в сфере деятельности по лечебной физической культуре.

Для руководства практикой, проводимой в РУС «ГЦОЛИФК», назначается руководитель (руководители) практики от Университета из числа лиц, относящихся к профессорско-преподавательскому составу, участвующему в реализации ДПП в ИДО РУС «ГЦОЛИФК».

Для руководства практикой, проводимой в профильной организации, назначается руководитель (руководители) практики из числа лиц, относящихся к профессорско-преподавательскому составу, участвующему в реализации ДПП в РУС «ГЦОЛИФК», и руководитель (руководители) практики из числа работников профильной организации (далее – руководитель практики от профильной организации).

## **6. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ ПО ПРАКТИКЕ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**

### **6.1. Формы текущей аттестации и оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости**

Применяемые формы текущего контроля успеваемости:

- выполнение индивидуальных и групповых заданий;
- заполнение дневника прохождения практики;
- написание разделов отчета по практике.

Текущий контроль осуществляется в течение всего прохождения практики. Процедура прохождения профессионально-ориентированной практики включает в себя следующие этапы: подготовительный, основной, заключительный. Содержание деятельности практиканта на каждом этапе описано в п. 4 данной программы практики.

#### **Методические рекомендации и требования к выполнению**

В ходе прохождения практики осуществляется текущий контроль за процессом формирования компетенций. Задания предусматривают овладение компетенциями на разных уровнях: базовом и повышенном. Базовый уровень предусматривает виды деятельности, охватывающие все этапы деятельности по организации тренерской практики. Повышенный уровень требует от слушателей проявления высокой заинтересованности в тренерской деятельности, инициативности, проявления креативности, изучения и использование опыта ведущих тренеров в применении инновационных технологий в спортивной подготовке.

При прохождении практики необходимо:

1. Вести дневник с учетом всех видов работ.
2. Ознакомиться и соблюдать инструктаж по технике безопасности.
3. Разрабатывать план-конспекты занятий;
4. Выполнить письменный отчет слушателя о выполнении программы практики;
5. Подготовить доклад к устной защите отчета по практике с использованием компьютерных презентаций.

Формы документов для заполнения представлены в Приложении 1 данной программы.

### **6.2. Формы промежуточной аттестации и оценочные средства для проведения промежуточного контроля успеваемости**

Формой промежуточной аттестации является *зачет*.

Зачет по практике проводится при наличии заполненного отчета по практике с характеристикой руководителей практики в форме публичной защиты представляемого обучающимся отчёта о проведенных мероприятиях и сформированных материалах по итогам пройденной практики.

#### **Методические рекомендации и требования к выполнению**

Методические материалы для обучающихся по прохождению практики и подготовке отчета для прохождения промежуточной аттестации по практике представлены в Приложении 1 данной программы.

### **6.3. Критерии оценивания защиты отчета о прохождении практики.**

В качестве критериев защиты отчета о прохождении практики рассматриваются:

- презентация отчета – умение представить информацию, изложив основные задачи и полученные результаты в отведенное время;
- полнота и точность ответов на вопросы.

Основываясь на указанных критериях:

**«Зачтено»** ставится при условии, что:

- изложение материалов полное, последовательное, грамотное;
- все задания по практике выполнены;
- содержание отчета в основном соответствует требованиям, установленным Программой практики;

- отчет сдан в установленный срок.

**«Не зачтено»** ставится при условии, что:

- изложение материалов неполное, бессистемное;
  - Программа практики не выполнена;
  - существуют ошибки, содержание отчета не соответствует требованиям, установленным Программой практики;
- отчет не сдан в установленный срок.

**Приложение 1****Методические материалы для обучающихся по прохождению практики*****Макет дневника прохождения практики***

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»

Институт дополнительного образования

**Отчет**  
***по профессионально-ориентированной практике***

---

(Фамилия, имя, отчество слушателя)

обучающегося по дополнительной профессиональной программе профессиональной  
переподготовки  
*«Лечебная физическая культура»*

Москва – 20\_\_\_\_ г.

**Место прохождения практики** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Сроки прохождения практики:** с «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_г. по «\_\_»  
\_\_\_\_\_ 20\_\_г.

**Вид практики:** профессионально-ориентированная

**Цель практики** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Руководитель практики от РУС «ГЦОЛИФК»:**

(ФИО, должность, степень, звание)

**Руководитель практики от профильной организации:**

(ФИО, должность, степень, звание)

Инструктаж обучающегося по ознакомлению с требованиями охраны труда, техники безопасности, пожарной безопасности, а также правилами внутреннего трудового распорядка организации проведен «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_г.

**Руководитель практики  
от профильной организации**

(личная подпись)

(должность, ФИО)

## **Анализ деятельности базы практики**

(Описать направление деятельности, материально-техническое обеспечение, штатный состав и состав занимающихся на базе практики)



**Примерный комплекс занятия лечебной гимнастикой**  
**(№1)**

Дата «\_\_» 20\_\_ г.

Время проведения \_\_\_\_\_

Инструктор ЛФК \_\_\_\_\_

Группа, пациент \_\_\_\_\_

Количество человек \_\_\_\_\_

Диагноз (ы) \_\_\_\_\_

Период ЛФК \_\_\_\_\_

Место проведения \_\_\_\_\_

Тема занятия \_\_\_\_\_

Инвентарь \_\_\_\_\_

Задачи занятия \_\_\_\_\_

Часть занятия	И.п.	Описание упражнения	Дозировка	Методическ. рекомендации
Вводная	1.			
	2.			
	3.			
	4.			
	5.			
Основная	1.			
	2.			
	3.			
	4.			
	5.			
	6.			
	7.			
	8.			
	9.			

	10.			
	11.			
	12.			
	13.			
	14.			
	15.			
	16.			
	17.			
	18.			
	19.			
	20.			
Заключи- тельная	1.			
	2.			
	3.			
	4.			
	5.			

**Примерный комплекс занятия лечебной гимнастикой  
(№2)**

Дата «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Время проведения \_\_\_\_\_

Инструктор ЛФК \_\_\_\_\_

Группа / пациент \_\_\_\_\_

Количество человек \_\_\_\_\_

Диагноз (ы) \_\_\_\_\_

Период ЛФК \_\_\_\_\_

Место проведения \_\_\_\_\_

Тема занятия \_\_\_\_\_

Инвентарь \_\_\_\_\_

Задачи занятия \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Часть занятия	И.п.	Описание упражнения	Дозировка	Методическ. рекомендации
Вводная	1.			
	2.			
	3.			
	4.			
	5.			
Основная	1.			
	2.			
	3.			
	4.			
	5.			
	6.			
	7.			
	8.			
	9.			

	10.			
	11.			
	12.			
	13.			
	14.			
	15.			
	16.			
	17.			
	18.			
	19.			
	20.			
Заключи- тельная	1.			
	2.			
	3.			
	4.			
	5.			

**Примерный комплекс занятия лечебной гимнастикой  
(№3)**

Дата «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Время проведения \_\_\_\_\_

Инструктор ЛФК \_\_\_\_\_

Группа/ пациент \_\_\_\_\_

Количество человек \_\_\_\_\_

Диагноз (ы) \_\_\_\_\_

Период ЛФК \_\_\_\_\_

Место проведения \_\_\_\_\_

Тема занятия \_\_\_\_\_

Инвентарь \_\_\_\_\_

Задачи занятия \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Часть занятия	И.п.	Описание упражнения	Дозировка	Методическ. рекомендации
Вводная	1.			
	2.			
	3.			
	4.			
	5.			
Основная	1.			
	2.			
	3.			
	4.			
	5.			
	6.			
	7.			
	8.			
	9.			

	10.			
	11.			
	12.			
	13.			
	14.			
	15.			
	16.			
	17.			
	18.			
	19.			
	20.			
Заключи- тельная	1.			
	2.			
	3.			
	4.			
	5.			

## **Развёрнутый педагогический анализ занятия ЛГ**

Примерный план: 1. Тема и задачи занятия ЛГ. 2. Характеристика контингента занимающихся (группа, пациент, диагноз, период ЛФК). 3. Подготовка инструктора ЛФК к занятию (наличие плана-конспекта или примерного комплекса занятия ЛГ и др.). 4. Краткий анализ частей занятия ЛГ. 5. Анализ данных врачебно-педагогических наблюдений. 6. Сделать вывод о том, были ли решены на уроке поставленные задачи и соответствовала нагрузка подготовленности занимающихся. 7. Просчёты и ошибки. 9. Положительные аспекты в работе инструктора (организационного и методического характера) 10. Предложения и рекомендации инструктору ЛФК по проведению занятия.

## Программа курса ЛФК

Диагноз занимающегося (занимающихся) \_\_\_\_\_

Возраст, пол \_\_\_\_\_

Этап реабилитации \_\_\_\_\_

Период ЛФК (продолжи- тельность)	Задачи реабилитации	Средства и формы реабилитации	Дозировка	Методические указания

## **Анализ эффективности применения средств и форм ЛФК**

В зависимости от контингента занимающихся (конкретного диагноза) в данном учреждении описать используемые методы оценки эффективности применения средств и форм ЛФК и оценить результаты, которых добился обучающийся, работая с пациентом по разработанному курсу ЛФК

## Индивидуальное задание (содержание и результаты) практики

### ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ОРИЕНТИРОВАННАЯ ПРАКТИКА

обучающегося по дополнительной профессиональной программе профессиональной переподготовки «Лечебная физическая культура»

Фамилия И.О. \_\_\_\_\_

способ проведения практики: непрерывно.

Сроки практики: с « \_\_\_\_ » 20 \_\_\_\_ г. по « \_\_\_\_ » 20 \_\_\_\_ г.

<b>Индивидуальное задание:</b>	<b>Содержание практики:</b>	<b>Планируемые результаты практики:</b>
<p>1. Разработать индивидуальный план работы.</p> <p>2. Провести анализ деятельности базы практики.</p> <p>3. Составить примерные комплексы занятий леч. гимнастикой.</p> <p>4. Провести занятия леч. гимнастикой с пациентами с различной нозологией в качестве помощника руководителя и самостоятельно.</p> <p>5. Провести пед. анализ занятия ЛГ.</p> <p>8. Составление курса ЛФК.</p> <p>9. Провести анализ эффективности применения средств и форм ЛФК.</p>	<p>Ознакомление с деятельностью базы практики, документацией. Разработка индивидуального плана работы.</p> <p>Написание анализа деятельности базы практики. Просмотр занятий ЛГ, проводимых сотрудниками базы.</p> <p>Разработка примерных комплексов занятий лечебной гимнастикой.</p> <p>Проведение занятий ЛГ.</p> <p>Проведение педагогического анализа проведения занятия по лечебной гимнастике.</p> <p>Разработка программы физической реабилитации.</p> <p>Проведение и написание анализа эффективности применения средств физической реабилитации.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- умение работать в междисциплинарной команде специалистов, реализующих процесс восстановления лиц с ограниченными возможностями здоровья,</li> <li>- способность производить комплекс восстановительных мероприятий у лиц с отклонениями в состоянии здоровья после выполнения ими физич. нагрузок,</li> <li>- умение развивать оставшиеся после болезни или травмы функции организма человека с целью частичной или полной замены навсегда утраченных функций в результате того или иного заболевания или травмы,</li> <li>- умение проводить комплекс мероприятий по предупреждению прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов),</li> <li>- умение 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).</li> </ul>

Руководитель от профильной организации

\_\_\_\_\_ (ФИО)  
(подпись)

Руководитель практикой от РУС «ГЦОЛИФК»

\_\_\_\_\_ (ФИО)  
(подпись)

Характеристика работы обучающегося по месту прохождения практики (с указанием степени его теоретической подготовки, качества выполнения работы, трудовой дисциплины и недостатков, если они имели место):

---

---

---

---

---

---

---

---

Руководитель практики  
от профильной  
организации

(личная подпись)

(должность, ФИО)

Отзыв руководителя практики от РУС «ГЦОЛИФК» о работе обучающегося во время прохождения практики:

---

---

---

---

---

---

---

---

Руководитель практики  
от РУС «ГЦОЛИФК»

(личная подпись)

(должность, уч степень, уч звание, ФИО)

Промежуточная аттестация пройдена с оценкой \_\_\_\_\_

Руководитель практики  
от РУС «ГЦОЛИФК»

(личная подпись)

(должность, уч степень, уч звание, ФИО)

«\_\_\_» \_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

*Макет отчета о прохождении практики*

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»

Институт дополнительного образования

**ОТЧЕТ  
о прохождении практики**

---

(Фамилия, имя, отчество слушателя)

обучающегося по дополнительной профессиональной программе профессиональной  
переподготовки  
«Лечебная физическая культура»

Москва – 20\_\_\_\_ г.

## ТРЕБОВАНИЯ К СОДЕРЖАНИЮ И ОФОРМЛЕНИЮ ОТЧЕТА О ПРОХОЖДЕНИИ ПРАКТИКИ

В отчете о прохождении практики приводится краткое содержание практики с освещением следующих разделов:

1. История развития организации.
2. Организационная структура управления организацией.
3. Персонал организации и его классификация (верхнее звено, среднее звено, оперативное звено управления). Мотивация труда.
4. Проблемы и задачи, выбранные практикантом, способы их решения.
5. Полученные результаты и их оценка.
6. Самооценка и самоанализ персональной деятельности в данной организации (какие возникли трудности при прохождении практики, каких знаний, умений и навыков оказалось недостаточно для выполнения профессиональной деятельности).
7. Критические замечания по поводу постановки работы в данной организации.
8. Пожелания по поводу организации самой практики.
9. Используемые источники.
10. Приложения (материалы, подтверждающие проведение работы на практике).

Отчет оформляется в соответствии с предъявляемым к нему требованиям. Текст отчета набирается в Microsoft Word в формате А-4, шрифт Times New Roman – обычный, размер 14 пт; межстрочный интервал – полуторный; левое - 3 см, верхнее и нижнее поля – 2 см; правое поле – 1,5 см; абзац – 1,25 см (отчеты, выполненные в рукописном виде, не принимаются). Объем отчета должен быть 5-10 страниц.

В завершении отчета приводятся следующие сведения:

Дата: « \_\_\_ » 20 \_\_\_ г.

Практикант \_\_\_\_\_ Инициалы, Фамилия  
(подпись)

Руководитель  
практики от РУС «ГЦОЛИФК» \_\_\_\_\_ Инициалы, Фамилия  
(подпись)