



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
Лечебно-оздоровительная физическая культура

---


Министерство науки и высшего образования Российской Федерации

**ИВАНОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**

Кафедра безопасности жизнедеятельности и общемедицинских знаний

ОДОБРЕНО:

Руководитель ОП

 Т.В.Карасёва  
(подпись)

« 13 » июня 20 18 г.

**Рабочая программа производственной практики по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности**

Уровень высшего образования:	Бакалавриат
Квалификация выпускника:	Бакалавр
Направление подготовки:	49.03.01 Физическая культура
Направленность (профиль) образовательной программы:	Лечебно-оздоровительная физическая культура
Тип образовательной программы:	программа прикладного бакалавриата



## **1. Цель практики**

Производственная практика проводится для получения профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности, а также закрепления, систематизации и углубления теоретических знаний.

## **2. Вид, тип, форма, способы и основные базы проведения практики**

Вид практики – производственная.

Тип практики – для получения профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности.

Форма проведения практики – дискретная.

Способы проведения практики – стационарная, выездная.

Базами проведения практики могут быть учреждения и организации физической культуры и спорта, оздоровительные детские лагеря, рекреационные и реабилитационные учреждения, учреждения общего и дополнительного образования, здравоохранения, выпускающие кафедры университета, санаторий-профилакторий университета, а также любые учреждения и организации, располагающие материально-техническими и кадровыми ресурсами для осуществления лечебно-оздоровительной физкультурной деятельности.

## **3. Место практики в структуре ОП**

Производственная «Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности» является обязательной; относится к базовой части образовательной программы. Успешное освоение данной дисциплины будет способствовать готовности студентов к освоению дальнейшего прохождения преддипломной практики, государственной итоговой аттестации. Студент, приступающий к прохождению производственной практики, должен обладать знаниями, полученными ранее в ходе изучения дисциплин: «Массаж», «Частные методики лечебно-оздоровительной культуры».

Прохождение практики будет способствовать формированию готовности студентов к освоению разделов УП: Преддипломная практика, Государственная итоговая аттестация.

Продолжительность практики составляет 8 недель для всех форм обучения.

Практика проводится для очной формы обучения на 4 курсе, в течение 7 семестра, для заочной формы обучения на 5 курсе, в течение 9 семестра, для заочной ускоренной формы обучения на 3 курсе, в течение 5 семестра.

Общая трудоемкость практики составляет 12 зачетных единиц, 432 часа. Формой отчётности является зачет с оценкой.

## **4. Перечень планируемых результатов обучения при прохождении практики.**

### **4.1. Компетенции, формированию которых способствует данная практика**

При проведении практики формируются следующие компетенции в соответствии с ФГОС ВО по данному направлению подготовки:

ПК-18 - способностью выбирать средства и методы двигательной рекреации для коррекции состояния обучающихся различного пола и возраста с учетом их профессиональной деятельности;

ПК-19 - способностью реализовывать программы оздоровительной тренировки для различного контингента обучающихся, включающие в себя технологии управления массой тела, рационального питания и регуляции психического состояния;

ПК-20 - способностью организовывать и проводить туристско-экологические, туристско-спортивные и туристско-оздоровительные мероприятия для различных групп населения

### **4.2. Планируемые результаты обучения при прохождении практики, соотношенные с формируемыми компетенциями**

В результате прохождения практики обучающийся должен:

**Знать:**



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
Лечебно-оздоровительная физическая культура

- методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ПК18-ПК20);

**Уметь:**

- организовывать и вести рекреационную деятельность в организациях различного типа с учетом особенностей обучающихся, а также гигиенических и естественно-средовых факторов(ПК18-ПК20);

- реализовывать систему отбора в ЛОФК с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся(ПК18-ПК19);

**Владеть:**

- методикой использования средств и методов профилактики травматизма и заболеваний (ПК18-ПК19);

- методикой спортивного массажа(ПК18-ПК19)

**5. Содержание практики**

Объем практики составляет 12 зачетных единиц, (432 час., 8 недель),

из них контактная работа с преподавателем – 48 часов, самостоятельная работа – 348 часов.

№ п/п	Раздел (этапы) практики	Виды учебной работы на практике, включая самостоятельную работу студента, трудоемкость (в часах)	Формы текущего контроля успеваемости, форма промежуточной аттестации
1	Подготовительный этап	1 неделя - 54 час. Конференция по практике, производственный инструктаж, знакомство с базой практики и коллективом, документацией практики, изучение целей, задач, содержания практики, разработать индивидуальный план на период практики	<i>План график Отчет-анализ</i>
2	Основной этап	2-8 неделя 351 час. Практическое использование средств лечебной физической культуры в различных учреждениях (разработать и провести 12 конспектов занятий по лечебно-оздоровительной физкультуре), овладение средствами пропаганды ЗОЖ (провести физкультурно-оздоровительную работу в учреждениях образования и беседу по формированию здорового образа жизни)	<i>Отчет-анализ</i>



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
Лечебно-оздоровительная физическая культура

3.	Заключительный этап	8 неделя – 27 час. Оформление отчетной документации по практике (дневник практики; конспекты занятий по лечебной гимнастике и сценарии оздоровительных мероприятий и т.д.). Сдача отчета, в т.ч. по научно-исследовательской работе.	<i>Собеседование на зачете, Зачет с оценкой</i>
----	---------------------	--	---

**6. Характеристика форм отчетности и оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по практике**

Перечень основной документации, предоставляемой студентом курсовому руководителю практики за неделю до зачета:

1. Характеристика руководителя базы практики (по числу баз практики).
2. Дневник-отчет о практике.

При оценке результатов практики учитывается количество и качество выполнения практикантами всех предусмотренных программой видов деятельности, а также качество оформления отчетной документации и своевременная сдача ее на кафедру.

Работа студентов в период практики оценивается отметкой, в соответствии с программой практики.

Формой промежуточной аттестации по производственной практике, кроме научно-исследовательской работы, является зачет с оценкой.

**Критерии отметки зачета с оценкой:**

- «ОТЛИЧНО» ставится студенту, который выполнил в срок и на высоком уровне все виды работ, предусмотренных программой практики, проявил самостоятельность, творческий подход и инициативу, в установленные сроки представил качественный и аккуратно оформленный отчет.
- «ХОРОШО» ставится студенту, который полностью выполнил весь намеченный объем практики, но не проявил инициативу, допустил небрежности и неточности в оформлении отчетной документации.
- «УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО» ставится студенту, который выполнил программу практики, но не проявил глубоких теоретических знаний и умений применять их на практике, допустил ошибки в оформлении отчетной документации.
- «НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО» ставится студенту, который не выполнил программу практики и не представил в установленный деканатом срок отчетную документацию методистам.

Обучающиеся, не выполнившие программу практики без уважительной причины или не прошедшие промежуточную аттестацию по практике, считаются имеющими академическую задолженность.

**7. Учебно-методическое и информационное обеспечение практики**

Основная литература:

1. Бальсевич, В.К. Очерки по возрастной кинезиологии человека / В.К. Бальсевич. - М. : Советский спорт, 2009. - 220 с. - ISBN 978-5-9718-0311-9 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: [/biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210354](http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210354) (12.01.2017).
2. Башта, Л.Ю. Теоретические и практические основы двигательной рекреации : учебное пособие / Л.Ю. Башта ; Министерство спорта Российской Федерации,



- Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики гимнастики и режиссуры. - Омск : Издательство СибГУФК, 2015. - 132 с. : табл. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459406> (30.05.2019).
3. Гайворонский, И.В. Анатомия здорового и нездорового образа жизни / И.В. Гайворонский, П.К. Яблонский, Г.И. Ничипорук. - СПб. : СпецЛит, 2014. - 183 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-299-00599-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=253739> (12.01.2017).  
б) дополнительная литература:
  1. Бабушкин, Г.Д. Психодиагностика личности при занятиях физической культурой и спортом : учебное пособие / Г.Д. Бабушкин ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск : Издательство СибГУФК, 2012. - 328 с. : схем., табл. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274516> (30.05.2019).
  2. Иванова, С.В. Физкультурно-спортивная работа с населением: средовый подход : монография / С.В. Иванова, И.В. Манжелей. - 2-е изд., стер. - М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2016. - 243 с. : ил., табл. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-7029-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=443420> (12.01.2017).
  3. Дворкина, Е.М. Проектирование технологии спортивно-оздоровительной направленности в физическом воспитании студенток медицинского вуза / Е.М. Дворкина, В.В. Пономарев ; Министерство образования и науки Российской Федерации, ФГБОУ ВПО «Сибирский государственный технологический университет». - Красноярск : СибГТУ, 2013. - 165 с. : табл., схем. - Библиогр. в кн.. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=428855> (12.01.2017).
  4. Димова, А.Л. Социально-биологические основы физической культуры. Лекция для преподавателей / А.Л. Димова, Р.В. Чернышова. - Смоленск : Маджента, 2004. - 28 с. - ISBN 5-98156-024-X ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210370> (12.01.2017).
  5. Козырева, О.В. Физическая реабилитация: Лечебная физическая культура. Кинезитерапия : словарь-справочник / О.В. Козырева, А.А. Иванов. - М. : Советский спорт, 2010. - 280 с. - ISBN 978-5-9718-0429-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210441> (12.01.2017).
  6. Медицинская реабилитация детей с разными формами ожирения: методическое пособие для врачей / А.В. Сукало, А.В. Солнцева, Т.А. Емельянцева, О.Ю. Загребаева; Национальная академия наук Беларуси, Отделение медицинских наук, Белорусский государственный медицинский университет, Республиканский научно-практический центр психического здоровья. - Минск : Беларуская навука, 2016. - 64 с. : табл. - Библиогр.: с. 60-61. - ISBN 978-985-08-1944-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=443865> (12.01.2017).
  7. Санаторная кардиологическая реабилитация / О.Ф. Мисюра, В.Н. Шестаков, И.А. Зобенко, А.В. Карпукhin. - СПб. : СпецЛит, 2013. - 192 с. : табл., ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-299-00534-9 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=253813> (12.01.2017).
  8. Семашко, Л.В. Пять минут для здоровья. Универсальный восстановительно-развивающий комплекс упражнений / Л.В. Семашко. - М. : Советский спорт, 2012. - 96 с. - ISBN 978-5-9718-0598-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210480> (12.01.2017).



9. Сладкова, Н.А. Организация физкультурно-оздоровительной и спортивной работы в клубах инвалидов / Н.А. Сладкова. - М. : Советский спорт, 2012. - 215 с. - ISBN 978-5-9718-0591-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: [//biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210492](http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210492) (12.01.2017).
10. Токмаков, А.А. Двигательная рекреация и социальная адаптация лиц с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата средствами доступного туризма : научное издание / А.А. Токмаков, О.С. Коган, С.Д. Галиуллина ; Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования "Уфимский государственный университет экономики и сервиса" (УГУЭС), Министерство образования и науки Российской Федерации. - Уфа : Уфимский государственный университет экономики и сервиса, 2014. - 82 с. : ил., табл., схем. - Библиогр. в кн.. - ISBN 978-5-88469-676-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: [//biblioclub.ru/index.php?page=book&id=445142](http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=445142) (12.01.2017).
11. Юдин, В.Е. Совершенствование этапной медицинской реабилитации больных ишемической болезнью сердца после коронарного шунтирования с применением организационных технологий : монография / В.Е. Юдин, А.М. Щегольков, О.Ф. Шкарупа ; Министерство обороны Российской Федерации, Федеральное казенное учреждение «Медицинский учебно-научный клинический центр имени П. В. Мандрыка». - М. : Институт психологии РАН, 2014. - 142 с. : ил., табл., схем. - Библиогр. в кн.. - ISBN 978-5-89353-438-2; То же [Электронный ресурс]. - URL: [//biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430635](http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430635) (12.01.2017).
12. Уколов, А.В. Формирование мотивации занятия спортом школьников: теоретические и практические аспекты / А.В. Уколов, С.К. Рябинина, В.В. Пономарев ; Министерство образования и науки Российской Федерации, ФГБОУ ВПО «Сибирский государственный технологический университет». - Красноярск : СибГТУ, 2013. - 125 с. : табл., схем. - Библиогр. в кн.; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=428892> (30.05.2019).

Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

Система электронной поддержки образовательного процесса «Мой университет»  
<https://uni.ivanovo.ac.ru>

Профессиональные базы данных и информационно-справочные системы:

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

Электронная библиотека ИвГУ <http://lib.ivanovo.ac.ru>

Электронный каталог НБ ИвГУ <http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/ek>

СПС «КонсультантПлюс».

Программное обеспечение: операционная система Microsoft Windows, пакет офисных программ Microsoft Office и(или) LibreOffice, интернет-браузер Microsoft Edge и(или) Yandex Browser.

Интернет-ресурсы:

1. **[reabilitaciya.com](http://reabilitaciya.com)** –реабилитационный портал

На сайте представлена информация следующего содержания:

- Подробное описание заболевания.
- Профилактика осложнений при инсультах или травмах.
- Основы реабилитации восстановительного периода при данных заболеваниях.
- Обзор реабилитационного и вспомогательного оборудования для больных.
- Помощь в подборе специалистов по реабилитации.

2. **[www.rfpi.ru/oooiva/01\\_4.php](http://www.rfpi.ru/oooiva/01_4.php)** - Комплексная реабилитация инвалидов вследствие боевых действий и военной травмы. Подробная информация о



комплексной реабилитации инвалидов вследствие боевых действий и военной травмы в условиях реабилитационного центра.

3. [www.rehacomp.ru/services](http://www.rehacomp.ru/services) /Rehabilita -Комплексная реабилитация инвалидов по зрению. Реабилитационно-образовательная деятельность. Обучение по различным программам. Социальная реабилитация инвалидов по зрению. Профессиональная реабилитация инвалидов по зрению. Социокультурная реабилитация инвалидов по зрению. Социально-профессиональная реабилитация слепоглухих.

4. <http://rehab.blog.ru> - Журнал «Комплексная реабилитация больных и инвалидов».

Восстановительная медицина. Физическая терапия и двигательная реабилитация. Вопросы социальной медицины. Технологии и программы комплексной реабилитации инвалидов

Лечебная и коррекционная педагогика. Социально-бытовая реабилитация и эргономика

Социализация и интеграция личности. Психолого-педагогическая реабилитация. Профессионально-трудовая реабилитация. Ближайшее окружение. Социум (доступность объектов инфраструктуры, проблемы интеграции, отношение к инвалидам, художественное и литературное творчество инвалидов и пр.). Реабилитационная индустрия и вопросы использования технических средств реабилитации. Вопросы управления в реабилитации. Вопросы социальной политики.

5. [www.twirpx.com/file/415588](http://www.twirpx.com/file/415588) - Зозуля Т. В. Комплексная реабилитация инвалидов. М.: Академия, 2005. 304 с. В учебном пособии рассматриваются теоретические и практические вопросы комплексной социальной реабилитации инвалидов, социальные и психологические проблемы людей с нарушением слуха, зрения, интеллекта, расстройствами опорно-двигательного аппарата и других органов и систем, организация медико-социальной реабилитации как приоритетного направления государственной политики в отношении инвалидов; приводятся технологии социальной реабилитации разных категорий инвалидов. Для студентов и аспирантов социальных вузов, специализирующихся в области социальной реабилитации инвалидов, а также для психологов, медицинских работников и других специалистов реабилитационных учреждений системы социальной защиты населения.

6. [www.bookshunt.ru/b247276\\_kompleksnaya\\_reabilitaciya\\_detej](http://www.bookshunt.ru/b247276_kompleksnaya_reabilitaciya_detej) -

- Комплексная реабилитация детей. Шуплецова Т.С. Васильева Л.П. Эта книга в форме методических рекомендаций дает задачи и принципы организации абилитационно-реабилитационных мероприятий. Приведены различные индивидуальные типовые программы абилитации и реабилитации детей с ограниченными физическими возможностями неврологического и офтальмологического профилей. Рассмотрен порядок их оформления. Даны методические рекомендации. Книга ориентирована на реабилитологов, специалистов лечебно-профилактических и коррекционно-реабилитационных детских учреждений, врачей МРЭК и других служб детской реабилитации.

7. [meduniver.com/Medical/Book/37.htm](http://meduniver.com/Medical/Book/37.htm) - [Книги по реабилитации и лечебной физкультуре бесплатно. Скачать ...](#)

8. [www.massage.ru/](http://www.massage.ru/) [Энциклопедия массажа](#). Информация о различных видах массажа. Форум, вакансии и курсы для массажистов, массажеры, оборудование. Школа массажиста

9. [www.koob.ru/fokin\\_vn/fokin\\_massazh](http://www.koob.ru/fokin_vn/fokin_massazh) Учебное пособие Фокин В.Н. Полный курс массажа. Учебное пособие скачать. Новая книга В.Н.Фокина, создавшего свою школу оздоровительного и лечебного массажа.





---

10. [www.massage.ru/forum](http://www.massage.ru/forum) Массаж. Ру • Форум - Книги и учебные пособия по массажу.

---

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

Учебные аудитории:

- для проведения занятий лекционного типа с комплектом специализированной учебной мебели и техническими средствами обучения, служащими для предоставления учебной информации большой аудитории;
- для проведения занятий семинарского типа, консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации с комплектом специализированной учебной мебели и техническими средствами обучения.







Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
Лечебно-оздоровительная физическая культура


**Авторы рабочей программы практики:** зав. кафедрой, доктор медицинских наук, профессор Т.В. Карасева, доцент, кандидат педагогических наук, С.Ю. Толстова.

Программа рассмотрена на заседании кафедры безопасности жизнедеятельности и общемедицинских знаний

« 28 » августа 2016 г., протокол № 1

Программа обновлена  
протокол заседания кафедры № 1 от « 29 » августа 2017 года  
Согласовано:  
Руководитель ОП  Т.В.Карасева  
(подпись)

Программа обновлена  
протокол заседания кафедры № 9 от « 8 » июня 2018 года  
Согласовано:  
Руководитель ОП  Т.В.Карасева  
(подпись)

Программа обновлена  
протокол заседания кафедры № 1 от « 30 » августа 2019 года  
Согласовано:  
Руководитель ОП  Т.В.Карасева  
(подпись)

Программа обновлена  
протокол заседания кафедры № \_\_\_\_\_ от « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ года  
Согласовано:  
Руководитель ОП \_\_\_\_\_ Т.В.Карасева  
(подпись)