



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
Физкультурно-оздоровительная деятельность

---


**Министерство науки и высшего образования Российской Федерации**

**ИВАНОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**

**Кафедра физической культуры и безопасности жизнедеятельности**

ОДОБРЕНО:

Руководитель ОП

  
\_\_\_\_\_  
(подпись) Т.В. Карасёва

«30» августа 2023 г.

**Рабочая программа производственной практики, профессионально-ориентированной**

Уровень высшего образования:	бакалавриат
Квалификация выпускника:	бакалавр
Направление подготовки:	49.03.01 Физическая культура
Направленность (профиль) образовательной программы:	Физкультурно-оздоровительная деятельность



---

## **1. Цель практики**

Образовательная деятельность при проведении практики осуществляется в форме практической подготовки.

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

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

Вид практики – производственная.

Тип практики – профессионально-ориентированная.

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, кафедра ФК и БЖД университета, а также любые учреждения и организации, располагающие материально-техническими и кадровыми ресурсами для осуществления рекреационной и физкультурно-оздоровительной деятельности.

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

Производственная практика, профессионально-ориентированная относится к части ОП, формируемой участниками образовательных отношений. Успешное прохождение практики будет способствовать готовности студентов к прохождению преддипломной практики и сдаче государственной итоговой аттестации. Студент, приступающий к прохождению производственной, профессионально-ориентированной практики должен обладать знаниями, полученными ранее в ходе изучения дисциплин: «Частные методики ОФК и рекреации», «Массаж», «Лечебная физическая культура», «Рекреация и физическая реабилитация».

Для прохождения практики обучающийся должен:

Знать: основы рекреации, ТиМФКиС, основы массажа и ЛФК

Уметь: планировать занятия и мероприятия с использованием средств рекреации

Иметь практический опыт/Иметь навыки: пропаганды ЗОЖ, проведения занятий по оздоровительной и лечебной ФК

## **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-2 - Способен осуществлять профессиональную деятельность с учетом современных теоретических основ организации массового спорта, спортивно-массовой работы и общеоздоровительной физической культуры и рекреации;

ПК-4 - Способен выбирать и применять на практике методы и средства ФК для оздоровительных, реабилитационных и рекреационных целей.

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

В результате прохождения практики обучающийся должен:

**Знать:**

- теоретические основы организации массового спорта, спортивно-массовой работы и рекреации (ПК-2.1.; ПК-4.1.);
- требования профессионального стандарта «Инструктор-методист» (ПК-2.1.; ПК-4.1.);

**Уметь:**

- организовывать и вести рекреационную деятельность в организациях различного типа



Основная профессиональная образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура  
Физкультурно-оздоровительная деятельность

с учетом современных подходов (ПК-2.2.; ПК-4.2).

**Иметь:**

-навыки использования средств и методов физкультурно-оздоровительной деятельности для оздоровительных, реабилитационных и рекреационных целей (ПК-2.3.; ПК-4.3).

## 5. Содержание практики

Общая трудоемкость практики составляет 9 зачетных единиц (324 академических часа). Образовательная деятельность в форме практической подготовки организуется при проведении практики в полном объеме путем непосредственного выполнения обучающимися определенных видов работ, связанных с будущей профессиональной деятельностью.

Продолжительность практики составляет 6 недель.

№ 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, разработка индивидуального плана на период практики. Знакомство с требованиями профессионального стандарта «Инструктор-методист». Написание реферата «Требования к подготовке инструктора-методиста к рекреационной деятельности».	Собеседование по технике безопасности
2.	Основной этап	2-5 неделя 216 час. Практическое использование средств рекреации. Разработка 3 конспектов занятий по оздоровительной физической культуре. Разработка 3 конспектов занятий по лечебной физической культуре. Разработка 1 конспекта плана оздоровительного или СПА-массажа. Разработка конспекта беседы (мероприятия) по пропаганде ЗОЖ. Проведение занятий в качестве инструктора-методиста.	Собеседование по выполнению заданий, в т.ч. индивидуальных
3.	Заключительный этап	6 неделя – 54 час. Оформление отчетной документации по практике (дневник - отчет практики; реферат, конспекты занятий, бесед, оздоровительных мероприятий и т.д.). Сдача отчета.	Зачет с оценкой



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

Перечень основной документации, предоставляемой студентом руководителю практики:

1. Дневник-отчет о практике с характеристикой руководителя базы практики.
2. Реферат и конспекты.

Оценка по практике выставляется по результатам проверки отчетности.

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 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 срок отчетную документацию.

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. 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. ; URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459406> (30.05.2019).

2. 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).

Дополнительная литература:

1. 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).

2. 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).

3. Медицинская реабилитация детей с разными формами ожирения: методическое пособие для врачей / А.В. Сукало, А.В. Солнцева, Т.А. Емельянцева, О.Ю. Загребаяева; 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).

4. 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).

5. Макаридин, Д.Н. Основы профессионального мастерства в физкультурно-оздоровительной сфере: учебно-методическое пособие по организации самостоятельной работы студентов III-IV курсов очной и заочной форм обучения направления 49.03.01 «Физическая культура» : [16+] / Д.Н. Макаридин ; Министерство образования и науки Российской Федерации, ФГБОУ ВПО Тюменский государственный университет, Институт физической культуры, Кафедра теоретических основ физического воспитания. - Тюмень : Издательство Тюменского государственного университета, 2015. - 81 с. : ил. - Режим доступа: по подписке. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=567337>

6. 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: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=445142> (12.01.2017).

7. 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: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430635> (12.01.2017).

8. 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).

9. Сапего, А.В. Физическая реабилитация / А.В. Сапего, О.Л. Тарасова, И.А. Полковников ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Кемеровский государственный университет», Кафедра медико-биологических основ физического воспитания и спортивных дисциплин. -



Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. – 210 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278925>

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);  
<http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/polnotekstovye-resursy/ebs-universitetskaya-biblioteka>

Электронная библиотека ИвГУ <http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/polnotekstovye-resursy/elibnew>

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

Программное обеспечение: операционная система Microsoft Windows, пакет офисных программ Microsoft Office, интернет-браузер Yandex Browser.

## **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.

**Авторы рабочей программы практики:** профессор кафедры, доктор медицинских наук, профессор Т.В. Карасева.

Программа рассмотрена на заседании кафедры физической культуры и безопасности жизнедеятельности

« 30 » 08 2023г., протокол № 1

Программа обновлена

протокол заседания кафедры № \_\_\_\_\_ от « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ года

Согласовано:

Руководитель ОП \_\_\_\_\_ Т.В.Карасева

(подпись)