

**МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра спортивной медицины и адаптивной физической культуры

Рабочая программа  
обсуждена на заседании кафедры  
протокол № 2  
«04» апреля 2023 г  
Заведующая кафедрой Н.И. Федорова  
Н.И. Федорова

УТВЕРЖДАЮ  
И.о. проректор по учебной работе  
И.А. Дьячук  
«4» апреля 2023 г

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ  
(ПРЕДДИПЛОМНОЙ) ПРАКТИКИ**

Основной профессиональной образовательной программы  
по направлению подготовки: **49.03.02 «Физическая культура для лиц с  
отклонениями в состоянии здоровья адаптивная физическая культура»**  
Направленность (профиль программы): **«Физическая реабилитация»**

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: заочная

Курс - 5

Семестр – 10

Итоговая форма контроля – дифференцированный зачет

Рабочую программу разработала:  
д.п.н., доцент Федорова Н.И.

Смоленск, 2023

Год набора 2023,2024

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Введение.....	3
2. Результаты обучения по практике.....	6
3. Место практики в структуре ОПОП.....	13
4. Содержание практики.....	13
5. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по практике.....	15
6. Перечень учебной литературы.....	23
7. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет».....	24
8. Материально-техническое обеспечение дисциплины.....	24

## 1. ВВЕДЕНИЕ

Программа по (производственной) преддипломной практике составлена в соответствии с ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)», утвержденным Приказом Минобрнауки России № 942 от 19 сентября 2017 года.

В программе содержится комплекс вопросов по организации, руководству и прохождению преддипломной практики; излагается программа, порядок распределения заданий практик, отчетные документы и другие материалы, связанные с прохождением практики.

Области профессиональной деятельности и (или) сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу, могут осуществлять профессиональную деятельность:

02 Здравоохранение (в сфере реабилитации в организациях здравоохранения);

03 Социальное обслуживание (в сфере реабилитации в организациях и учреждениях социального обслуживания населения);

### **ЦЕЛЬ ПРАКТИКИ:**

Рабочая программа преддипломной практики составлена в соответствии с учебным планом подготовки *бакалавров* по направлению 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования.

Целью практики является освоение студентами системы научно-практических компетенций и реализация их в своей профессиональной деятельности, анализа данных научных исследований и подготовки выпускной квалификационной работы.

### **ЗАДАЧИ ПРАКТИКИ**

Результаты освоения практики определяются способностью применять знания, умения и личные качества в соответствии с задачами профессиональной деятельности.

*Бакалавр* по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» должен решать следующие профессиональные задачи в соответствии с видами профессиональной деятельности и профилем подготовки:

- проводить научные исследования по определению эффективности различных видов деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием опробованных методик;

- осуществлять научный анализ, обобщение и оформление результатов исследований;

- использовать информационные технологии для планирования и коррекции процессов профессиональной деятельности, контроля состояния

занимающихся, обработки результатов исследования, решения других практических задач.

**1. ВИД ПРАКТИКИ:** производственная.

**2. Тип практики:** преддипломная.

*Место проведения практики:* практика проводится на кафедрах вуза, реализующих подготовку бакалавров по выборному профилю.

Виды профессиональной деятельности	Типы задач профессиональной деятельности
<b><i>Профиль подготовки «Физическая реабилитация»</i></b>	
Предоставление комплексной реабилитационной помощи уязвимым категориям граждан	педагогические; развивающие; реабилитационные (восстановительные); компенсаторные; профилактические; научно-исследовательские; организационно-управленческие.
Педагогическая деятельность в профессиональном обучении, профессиональном образовании, дополнительном профессиональном образовании	
Коррекция отклонений в состоянии здоровья, компенсация ограничений жизнедеятельности инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, проходящих спортивную подготовку, спортсменов-инвалидов посредством их физической реабилитации, развития и поддержания спортивного потенциала для достижения высоких спортивных результатов	

## **2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ПРАКТИКЕ:**

В результате освоения практики формируются следующие универсальные компетенции (УК):

УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач

УК-4. Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)

Общепрофессиональные (ОПК):

ОПК-12. Способен проводить исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере адаптивной физической культуры с использованием современных методов исследования

В результате прохождения практики студент будет:

Результаты освоения	Соотнесенные профессиональные стандарты	Формируемые компетенции
<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• теоретические и эмпирические аспекты современных проблем в сфере адаптивной физической культуры;</li> <li>• специфику научных исследований в сфере адаптивной физической культуры;</li> <li>• основные составляющие методологии научного исследования;</li> <li>• методы обработки и анализа эмпирического материала;</li> <li>• правила ведения научной дискуссии в процессе представления результатов собственных научных исследований;</li> </ul>	<p>05.004 Инструктор-методист по АФК и адаптивному спорту В/04.6 05.015 Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре и спорту В/02.6</p>	
<p>Уметь</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• анализировать проблемы теории и практики спортивной подготовки в избранном виде спорта на основе изучения данных литературы, информационных источников, архивных материалов, протоколов соревнований, личных дневников тренеров и спортсменов и других источников;</li> <li>• формулировать цели и задачи исследования, обосновывать выбор соответствующих апробированных методик исследования;</li> <li>• анализировать данные эмпирического исследования;</li> <li>• применять методы обработки результатов исследований с использованием методов математической статистики информационных технологий;</li> <li>• использовать результаты исследований в практической деятельности;</li> </ul>	<p>05.004 Инструктор-методист по АФК и адаптивному спорту В/04.6 05.015 Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре и спорту В/02.6</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul>	<p><b>УК-1 УК-2 ОПК-12</b></p>
<p>Иметь опыт</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• навыками методологического анализа;</li> <li>• навыками организации и проведения педагогического исследования;</li> <li>• навыками обработки и анализа эмпирических данных;</li> <li>• опытом проведения научного анализа результатов исследования;</li> <li>• опытом представления обобщений и выводов в форме доклада и участия в научной дискуссии;</li> </ul>	<p>05.004 Инструктор-методист по АФК и адаптивному спорту В/04.6 05.015 Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре и спорту В/02.6</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul>	

### 3. МЕСТО ПРАКТИКИ В СТРУКТУРЕ ОП

Практика относится к блоку 2 «Практики», обязательной части программы бакалавриата. В соответствии с учебным планом преддипломная практика проводится по заочной форме обучения на 5 курсе в 10 семестре в течение 4 недель. Вид промежуточной аттестации: *дифференцированный зачет*.

Преддипломная практика как часть основной образовательной программы входит в завершающий этап обучения и проводится после освоения студентом основных программ теоретического и практического обучения.

### 5. ОБЪЕМ ПРАКТИКИ

6 зачетных единицы

4 недели

216 часов

### 6. СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИКИ

Содержание разделов практики	Трудоемкость		Формы текущего контроля
	1	2	
Реализация планирования и сроков выполнения ВКР	8		Черновой вариант ВКР
Редактирование основных положений выпускной квалификационной работы: актуальности, цели и задач, гипотезы, объекта и предмета исследования, новизны, теоретической и практической значимости работы	16		Доклад с презентацией
Ознакомление с требованиями, предъявляемыми к выпускным квалификационным работам, со стандартами и инструкциями, определяющими правила оформления научных работ	16		Черновой вариант выпускной квалификационной работы
Систематизация и анализ научной информации по разделам обзора научной литературы в рамках подготовки выпускной квалификационной работы.	32		Первая глава выпускной квалификационной работы
Систематизация использованных методов по сбору и обработке научных данных.	24		Вторая глава выпускной квалификационной

			работы
Анализ и математическая обработка результатов научного исследования по теме выпускной квалификационной работы.	12	6	Третья глава выпускной квалификационной работы
Анализ и обобщение, научная интерпретация результатов проведенных исследований.		12	Третья глава выпускной квалификационной работы
Редактирование, обобщение и оформление результатов научного исследования. В соответствии с требованиями, предъявляемыми к ВКР.		18	Выпускная квалификационная работа
Подготовка отчетной документации по преддипломной практике.		6	Отчетная документация
Представление результатов исследования в форме научного доклада, умение вести научную дискуссию.		6	Апробация результатов выпускной квалификационной работы на выпускающей кафедре.
<b>ИТОГО</b>	<b>108</b>	<b>108</b>	

## **5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

<p>УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач</p> <p>УК-2. Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений</p>	<p>05.004 Инструктор-методист по АФК и адаптивному спорту В/04.6</p> <p>05.015 Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре и спорту В/02.6</p>	<p>Знать</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• теоретические и эмпирические аспекты современных проблем в сфере адаптивной физической культуры;</li> <li>• специфику научных исследований в сфере адаптивной физической культуры;</li> <li>• основные составляющие методологии научного исследования;</li> <li>• методы обработки и анализа эмпирического материала;</li> <li>• правила ведения научной дискуссии в процессе представления результатов собственных научных исследований;</li> </ul>
<p>ОПК-12. Способен проводить исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере адаптивной физической культуры с использованием современных методов исследования</p>	<p>05.004 Инструктор-методист по АФК и адаптивному спорту В/04.6</p> <p>05.015 Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре и спорту В/02.6</p>	<p>Уметь</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• анализировать проблемы теории и практики спортивной подготовки в избранном виде спорта на основе изучения данных литературы, информационных источников, архивных материалов, протоколов соревнований, личных дневников тренеров и спортсменов и других источников;</li> <li>• формулировать цели и задачи исследования, обосновывать выбор соответствующих апробированных методик исследования;</li> <li>• анализировать данные эмпирического исследования;</li> <li>• применять методы обработки результатов исследований с использованием методов математической статистики информационных технологий;</li> <li>• использовать результаты исследований в практической деятельности;</li> </ul>
	<p>05.004 Инструктор-методист по АФК и адаптивному спорту В/04.6</p> <p>05.015 Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре и спорту В/02.6</p>	<p>Иметь опыт</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• навыками методологического анализа;</li> <li>• навыками организации и проведения педагогического исследования;</li> <li>• навыками обработки и анализа эмпирических данных;</li> <li>• опытом проведения научного анализа результатов исследования;</li> <li>• опытом представления обобщений и выводов в форме доклада и участия в научной дискуссии.</li> </ul>



## **ФОРМЫ ОТЧЕТНОСТИ ПО ПРАКТИКЕ**

Основными документами отчетности для студентов, отражающими участие в преддипломной практике, являются:

1. Полностью оформленная, в соответствии с предъявляемыми требованиями выпускная квалификационная работа (ВКР).
2. Доклад с презентацией, предоставляемый на защиту выпускной квалификационной работы.
3. Отзыв научного руководителя.

### ***Критерии оценки работы студентов-практикантов***

Результаты преддипломной практики оцениваются научным руководителем по следующим показателям, за каждый из которых выставляется дифференцированная оценка:

**1. Отношение студента к практике.** При этом учитывается ответственность, добросовестность, исполнительность, рабочая дисциплина, творчество, инициативность студента, качество подготовленной выпускной квалификационной работы, выполнение текущих распоряжений научного руководителя.

**2. Выполнение всего комплекса программных заданий,** отраженных в программе преддипломной практики и качество их выполнения.

**3. Степень овладения студентами основами научно-исследовательской деятельности.**

**4. Качество составления отчетной документации** (профессиональная грамотность, своевременность и самостоятельность в разработке отчетной документации).

Все эти определяющие критерии официально признаются равноценными, т. е. если по любому из них студент оценивается неудовлетворительно, то общая положительная оценка за практику невозможна.

**Методические подходы к выставлению итоговой дифференцированной оценки по преддипломной практике** соответствуют общепринятым в высшей школе критериям и заключаются в следующем:

- оценка **«отлично»** выставляется студенту, который на высоком уровне выполнил в полном объеме все задания по программе практики; проявил при этом умения, опираясь на теоретические знания

изученных в академии дисциплин; правильно определял и эффективно решал задачи научно-исследовательской работы; проявил самостоятельность, творческий, исследовательский подход и предоставил акты внедрения результатов работы в практику;

- оценка **«хорошо»** ставится студенту, который выполнил в основном программу преддипломной практики; проявил умения, опираясь на теоретические знания изученных дисциплин в университете; определял основные задачи по организации научно-исследовательской работы и находил способы их решения; проявил инициативу, но в проведении отдельных видов работ допустил незначительные ошибки;
- оценка **«удовлетворительно»** ставится студенту, который выполнил в основном программу преддипломной практики; однако, не показал глубоких теоретических знаний; не в полной мере овладел умением их применять; допускал ошибки в планировании и проведении отдельных видов работ;
- оценка **«неудовлетворительно»** выставляется студенту, который не выполнил основных заданий по преддипломной практике и не предоставил ВКР для итоговой аттестации по практике.

***Студенты, получившие за преддипломную практику оценку «неудовлетворительно» подлежат отчислению из академии.***

## **6. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

*Основная литература:*

1. Грец, И. А. Основы научно - методической деятельности в сфере физической культуры и спорта: учеб. пособие / И.А. Грец, Т.М. Булкова, И.М. Силованова. - Смоленск: Принт-Экспресс, 2010. - 176с.
2. Грец, И. А. Основы научно-методической деятельности в сфере физической культуры и спорта: учеб. пособие / И.А. Грец, Т.М. Булкова, И.М. Силованова; ФГБОУ ВПО СГАФКСТ. - 2-е изд., испр. и доп. - Смоленск, 2013. - 174 с. : ил.
3. Грибкова Л.П. Положение о выпускной квалификационной работе/ Л.П. Грибкова, О.Е. Лихачев, В.Г. Семенов.- Смоленск: СГАФКСТ,2010. – 21 с.
4. Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: учебное пособие/ Ю.Д. Железняк, П.К. Петров. – М.: Физическая культура и спорт, 2007.-272 с.
5. Теория и методика физической культуры: учебник для ИФК/ под ред. Ю.Ф. Курамшина. – изд. 2-е, допол., перераб. – М.: Советский спорт, 2010. – 464 с.
6. Язынина, Н.Л. Основы научных исследований по теории и методике физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : учебное пособие /

В. В. Ермаков, Н.Л. Язынина .— Смоленск : СГАФКСТ, 2013 .— 136 с. —  
Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/706554>

*Дополнительная литература:*

1. Врублевский, Е.П. Технология подготовки письменных работ в физкультурных вузах: учебное пособие / Е.П. Врублевский с соавт. – Смоленск, 2002. – 133 с.
2. Евдокимов, В.И. Методология и методика проведения научной работы по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]: науч.-метод. пособие / О.А. Чурганов, В.И. Евдокимов.— 2-е изд., испр. и доп. — М.: Советский спорт, 2010.— 125 с. — ISBN 978-5-9718-0451-2.— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/225200>
3. Железняк, Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте / Ю.Д. Железняк. – М.: Академия, 2007. – 265 с.
4. Никитушкин, В.Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебник / В.Г. Никитушкин.— М.: Советский спорт, 2013.— 280 с. — ISBN 978-5-9718-0616-5.— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/225204>
5. Современные проблемы физической культуры и спорта. Юбилейный сборник научных трудов кафедры ТиМФКиС / под ред. В.В. Ермакова. – Смоленск, 2006. – 224 с.

**Перечень ресурсов информационно – коммуникационной сети  
«ИНТЕРНЕТ»:**

- <http://www.edu-suppot.ru/statya=48> Методические рекомендации по написанию диссертационного исследования (структура диссертационного исследования)
- <http://www.sgafkst.ru/>

**10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРАКТИКИ**

Оборудование для проведения научных исследований в соответствии с заданием по практике и требованиями по соответствующим дисциплинам.

Для проведения предзащиты должно быть предоставлено: специализированная аудитория для проведения семинарских занятий, оборудованная мультимедийным комплексом.

**Лицензионное программное обеспечение дисциплины**

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
2	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений
3	Яндекс Браузер  Лицензионное соглашение на использование программы Браузер «Яндекс» <a href="https://yandex.ru/legal/browser_agreement/">https://yandex.ru/legal/browser_agreement/</a>	16.08.2016	Интернет-браузер (в реестре отечественного ПО номер 3722)
4	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО (в реестре отечественного ПО номер 3205)


Согласовано:

Зав.библиотекой

\_\_\_\_\_ 

Павликова Е.В.

Ответственная за ОПОП

\_\_\_\_\_ 

Федорова Н.И.

**МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА»

Кафедра спортивной медицины и адаптивной физической культуры

Рабочая программа  
обсуждена на заседании кафедры  
протокол № 2  
«04» апреля 2023 г  
Заведующая кафедрой Н.И. Федорова  
Н.И. Федорова

УТВЕРЖДАЮ  
И.о. проректор по учебной работе  
И.А. Дьячук  
«4» мая 2023 г

## **Программа производственной (профессионально-ориентированной) практики**

основной профессиональной образовательной программы  
по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»  
*Направленность (профиль программы): физическая реабилитация*

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: очная

Курс 5

Семестр 9

**Итоговая форма контроля – дифференцированный зачет**

Рабочую программу разработал:  
к.м.н., доцент кафедры спортивной медицины  
и АФК Миронов Ю.В.

Смоленск  
2023

Год набора 2023,2024

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение	3
1. Результаты обучения по практике	4
2. Место практики в структуре образовательной программы	6
3. Объем и содержание практики	6
4. Формы отчетности по практике	8
5. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации по практике	8
5.1. Этапы формирования компетенций	8
5.2. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе прохождения практики	9
5.3. Типовые задания или иные материалы	14
5.4. Методические материалы, определяющие процедуру оценивания	18
6. Перечень учебной литературы и ресурсов сети «Интернет»	20
7. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы	23
8. Материально-техническое обеспечение дисциплины	23
Приложение	24

## ВВЕДЕНИЕ

Программа по (производственной) профессионально-ориентированной практике составлена в соответствии с ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)», утвержденным Приказом Минобрнауки России № 942 от 19 сентября 2017 года.

В программе содержится комплекс вопросов по организации, руководству и прохождению производственной практики; излагается программа, порядок распределения заданий по неделям, отчетные документы и другие материалы, связанные с прохождением производственной практики в лечебно-профилактических и специальных образовательных учреждениях.

Среди различных требований к умениям выпускников академий и институтов физической культуры подавляющее большинство предъявлено к *методико-практическим умениям*. Данные умения формируются на основе знаний, полученных в процессе изучения комплекса теоретических дисциплин, на специальных методических занятиях и учебной практике.

Несмотря на специфику содержания обучения, требования к методической подготовленности специалистов разных специализаций остаются одинаковыми. Главные из них – *умение ставить задачи и подбирать средства для их решения в соответствии с индивидуальными особенностями занимающихся; применять эффективные методики обучения, воспитания и развития физических качеств; умение управлять нагрузками и оценивать их влияние на организм.*

Производственная (профессионально-ориентированная) практика в лечебно-профилактических и специальных учреждениях является обязательной частью профессионально – учебной подготовки и представляет собой важную форму взаимосвязанного процесса обучение в ВУЗе с будущей практической деятельностью.

***Цель профессионально-ориентированной практики: научиться применять полученные в ходе изучения дисциплин профессионального цикла знания, умения и компетенции в практической деятельности бакалавра по адаптивной физической культуре.***

***Задачи профессионально-ориентированной практики:***

- 1) совершенствование умений и навыков, приобретенных в процессе обучения в академии;
- 2) участие студентов в организации и проведении занятий лечебной физкультурой, процедур массажа и санитарно-просветительской работы;
- 3) формирование навыков и умений в проведении физкультурно-оздоровительной работы по адаптивному физическому воспитанию в спец. образовательных учреждениях;
- 4) знакомство с работой медицинского и педагогического персонала специализированных учреждений;
- 5) разработка эффективных форм профилактики и оздоровления детей имеющих отклонения в состоянии здоровья;
- 6) изучение и использование передового профессионального опыта в работе;

***Вид практики:*** производственная.

***Способы организации и проведения практики***

***Тип практики:*** профессионально-ориентированная.

***Способ организации практики:*** стационарная.

***Место проведения практики:*** практика проводится в лечебно-профилактических учреждениях, специальных (коррекционных) образовательных учреждениях для детей.

Виды профессиональной деятельности	Типы задач профессиональной деятельности
<b>Профиль подготовки «Физическая реабилитация»</b>	
Предоставление комплексной реабилитационной помощи уязвимым категориям граждан	педагогические; развивающие; реабилитационные (восстановительные); компенсаторные; профилактические; научно-исследовательские; организационно-управленческие.
Педагогическая деятельность в профессиональном обучении, профессиональном образовании, дополнительном профессиональном образовании	
Коррекция отклонений в состоянии здоровья, компенсация ограничений жизнедеятельности инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, проходящих спортивную подготовку, спортсменов-инвалидов посредством их физической реабилитации, развития и поддержания спортивного потенциала для достижения высоких спортивных результатов	

## 1. РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ПРАКТИКЕ

В соответствии с задачами профессиональной деятельности и целями основной образовательной программы бакалавр в результате прохождения производственной практики должен овладеть общекультурными, общепрофессиональными и профессиональными компетенциям.

В результате прохождения практики формируются следующие *универсальные компетенции (УК)*:

УК-5. Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах

УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

*профессиональные компетенции (ПК)*:

ПК – 2. Способен составлять комплекс мероприятий на основе средств и методов физического воздействия с целью восстановления нарушенных или временно утраченных функций, а также после физических нагрузок

ПК - 3. Способен развивать физические качества, обучать новым способам двигательной деятельности лиц с отклонениями в состоянии здоровья, исходя из нарушенных или навсегда утраченных функций

**Прохождение практики формирует следующие знания, умения, навыки**

Результаты освоения	Соотнесенные профессиональные стандарты	Формируемые компетенции
<b>Знать</b> - закономерности развития физических качеств и	05.004 Инструктор-методист по АФК и	УК- 5,6,7 ПК- 2,3



<p>формирования двигательных умений у субъектов профессиональной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- этиологии и патогенеза основных заболеваний лиц с отклонениями в состоянии здоровья;</li> <li>- морфофункциональных, социально-психологических особенностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья различных нозологических форм, возрастных и тендерных групп.</li> <li>- концепции организации двигательной, оздоровительной и спортивной деятельности с учетом физической, функциональной и индивидуальной подготовки занимающихся.</li> </ul>	<p>адаптивному спорту В/04.6 05.015 Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре и спорту В/02.6</p>	
<p><b>Уметь</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- работать в коллективе, толерантно воспринимать социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия;</li> <li>- использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;</li> <li>- обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья двигательным действиям, позволяющим реализовывать потребности, характерные для конкретного вида адаптивной физической культуры;</li> <li>- определять цели и задачи адаптивной физической культуры как фактора гармоничного развития личности, укрепления здоровья, физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья;</li> <li>- работать в междисциплинарной команде специалистов, реализующих процесс восстановления лиц с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- проводить с занимающимися комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на лиц с отклонениями в состоянии здоровья с целью восстановления у них нарушенных или временно утраченных функций;</li> <li>- использовать методы измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния лиц с отклонениями в состоянии здоровья и внесению коррекций в восстановительные воздействия в зависимости от результатов измерений и рекомендаций членов междисциплинарной комиссии;</li> <li>- производить комплекс восстановительных мероприятий у лиц с отклонениями в состоянии здоровья после выполнения ими физических нагрузок;</li> </ul>	<p>05.004 Инструктор-методист по АФК и адаптивному спорту В/04.6 05.015 Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре и спорту В/02.6</p>	<p>УК- 5,6,7 ПК- 2,3</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- развивать оставшиеся после болезни или травмы функции организма человека с целью частичной или полной замены навсегда утраченных функций в результате заболевания, травмы;</li> <li>- проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности;</li> <li>- проводить педагогический анализ занятия ЛФК, процедуры массажа, давать оценку проведенным занятиям.</li> </ul>		
<p><b>Имеет опыт</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- владеть навыками проведения комплекса физических упражнений, применения физических средств и методов воздействия на человека с целью предупреждения возможного возникновения или прогрессирования заболевания, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья;</li> <li>- владеть навыками диагностики и коррекции нарушений двигательной сферы больных, имеющих отклонения в состоянии здоровья;</li> <li>- владеть навыками составления планов-конспектов занятий по ЛФК и массажу;</li> <li>- владеть навыками педагогического контроля за занимающимися;</li> <li>- организацией комплексного контроля, методикой проведения тестирования двигательных и функциональных качеств с учетом индивидуальных особенностей занимающихся;</li> <li>- владеть навыками проведения бесед, консультаций по формированию здорового образа жизни с родителями и учащимися коррекционного учреждения;</li> </ul>	<p>05.004 Инструктор-методист по АФК и адаптивному спорту В/04.6 05.015 Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре и спорту В/02.6</p>	<p>УК- 5,6,7 ПК- 2,3</p>

## 2. МЕСТО ПРАКТИКИ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Практика относится ко второму блоку учебного плана «Практики» (Б2.В.01.01 (п)).

В соответствии с учебным планом практика проходит на 5 курсе заочной формы обучения.

Итоговая форма контроля: дифференцированный зачет.

Для успешного прохождения практики необходимы входные знания, умения и навыки студента, полученные по следующим дисциплинам: педагогика, психология, теория и методика физической культуры, анатомия, физиология человека, безопасность жизнедеятельности, биомеханика, история физической культуры, теория и методика обучения базовым видам спорта, лечебная физическая культура, теория и методика адаптивной физической культуры, общая и частная патология, массаж, частные методики АФК.

### 3. ОБЪЕМ ПРАКТИКИ

Общая трудоемкость производственной (профессионально-ориентированной) практики составляет 6 зачетных единиц, что соответствует 216 часам. Продолжительность учебной практики – 4 недели.

### 4. СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИКИ

Виды учебной работы, на практике включая самостоятельную работу студентов	Трудоемкость в часах	Формы текущего контроля
<b>Организационно-ознакомительный раздел</b>		
Участие во вводной организационно-методической конференции по учебной практике.	2	Оценка сформированности общего представления о предстоящей деятельности. Оценка сформированности представления о содержании документов планирования учебного процесса.
Ознакомление с организацией лечебно-оздоровительной работы в базовом учреждении.	2	
Ознакомление с принципами комплектования групп больных для занятий ЛФК и массажем.	2	
Изучение учетно-отчетной документации по ЛФК и массажу.	2	
Ознакомление с комплексами ЛФК и процедурами массажа применяемыми в учреждении.	2	
Ознакомление с методикой проведения занятий по ЛФК и процедур по массажу в учреждении.	12	
Знакомство с материально-технической базой отделения ЛФК и кабинета массажа.	4	
<b>Учебно-методический раздел</b>		
Составление индивидуального плана работы практиканта.	6	Анализ и оценка набора знаний и умений у студента-практиканта для решения профессиональных задач. Предоставление и оценка необходимой отчетной документации.
Составление комплексов упражнений по ЛФК и процедур массажа применяемых при различных заболеваниях и травмах.	10	
Проведение занятия ЛФК в качестве помощника инструктора лечебной физической культуры.	11	
Проведение анализа занятий по ЛФК и массажу студента-практиканта.	6	
Составление плана проведения занятий по ЛФК и массажу на период практики.	10	
Проведение процедуры массажа в качестве помощника массажиста.	14	
Проведение занятий по ЛФК и массажу самостоятельно.	44	
Проведение процедуры гигиенической гимнастики с больными.	8	
Проведение и составление хронометрирования (определение общей и двигательной плотности) занятия лечебной физической культуры, проводимого студентом-практикантом.	8	
Проведение и составление пульсометрии на уроке лечебной физической культуры, проводимого	8	

студентом-практикантом.		
Заполнение учетных карточек и журналов занятий по ЛФК.	10	
Участие в занятиях по повышению квалификации инструкторов по ЛФК.	4	
Работа со специальной литературой	25	
Проведение контрольного занятия по лечебной физической культуре. и процедуры массажа.	14	
<b>Физкультурно-оздоровительный раздел</b>		
Участие в организации и проведении всех физкультурно-оздоровительных праздников базового учреждения.	2	Своевременное предоставление отчетной документации. Оценка организаторских способностей.
Оказание помощи в оборудовании уголков физической культуры в выпуске санитарного бюллетеня.	2	
Подготовка и проведение лекций и бесед с больными о пользе ЛФК при лечении болезней и травм.	4	
Ремонт спортивного инвентаря, оборудования.	2	
Сбор информации для студенческой научной работы.	2	
<b>ИТОГО</b>	<b>216</b>	

## **5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

Форма итогового контроля – дифференцированный зачет после окончания практики.

### **ФОРМЫ ОТЧЕТНОСТИ ПО ПРАКТИКЕ**

1. Индивидуальный план работы студента.
2. Расписание занятий ЛГ и процедур массажа.
3. Конспекты занятий по ЛГ при различных заболеваниях, в том числе зачетного занятия (10 конспектов).
4. Конспекты процедур массажа при различных заболеваниях, в том числе зачетной процедуры (10 конспектов).
5. Комплекс утренней гигиенической гимнастики для больных.
6. Индивидуальное задание больному для самостоятельного занятия.
7. Медико-педагогический анализ занятия по ЛГ с определением нагрузки занимающихся (приложить протокол пульсометрии с графиком).
8. Медико-педагогический анализ процедуры массажа.
9. Карта лечащегося (форма №042/У) с результатами тестирования больных и выводами.
10. Тезисы беседы (лекции) о роли лечебного воздействия физических упражнений на больных.
11. Отчет о практике.
12. Характеристика на студента практиканта, подписанная гл. врачом больницы, методистом ЛФК и методистом академии с датой выдачи и печатью лечебного учреждения.

## Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе прохождения практики

Показатели	Критерии оценивания	Средства оценивания
<b>Универсальные компетенции (УК-5,6,7)</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- способность анализировать основные этапы и закономерности исторического развития общества для формирования гражданской позиции;</li> <li>- способность использовать основы экономических знаний в различных сферах жизнедеятельности;</li> <li>- способность использовать основы правовых знаний в различных сферах жизнедеятельности;</li> <li>- способность работать в коллективе, толерантно воспринимать социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия;</li> <li>- способность к самоорганизации и самообразованию;</li> <li>- способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;</li> <li>- способность использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- готовность к достижению должного уровня физической подготовленности, необходимого для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;</li> <li>- способность к обобщению, анализу, восприятию информации, постановке цели и выбору путей ее достижения;</li> <li>- готовность критически оценить свои достоинства и недостатки, наметить пути и выбрать средства развития достоинств и устранения недостатков;</li> <li>- осознанием социальной значимости своей будущей профессии, обладанием высокой мотивацией к выполнению профессиональной деятельности;</li> <li>- использование основных законов естественнонаучных дисциплин в профессиональной деятельности, применением методов математического анализа и моделирования, теоретического и экспериментального исследования;</li> </ul>		
<i>Знать</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- основы психологии межличностных отношений и факторы эффективного взаимодействия в профессиональной педагогической деятельности.</li> <li>- организацию двигательной, оздоровительной и спортивной работы с учетом с учетом физической подготовки занимающихся.</li> </ul>	<p>изучение опыта работы методиста;</p> <p>посещение занятий инструкторов лечебной физической культуры;</p> <p>взаимопосещение и обсуждение занятий ЛФК и процедур массажа, в том числе и контрольных, у всех студентов бригады</p>
<i>Уметь:</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать различные формы, виды устной и письменной коммуникации в профессиональной деятельности.</li> <li>- Применять современные технологии, способы организации физкультурной и спортивной деятельности</li> </ul>	<p>ассистирование занятий ЛФК (оказание дополнительной страховки на занятиях и т.д.)</p>
<i>Иметь навыки и (или) опыт деятельности:</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- методами организации эффективного взаимодействия субъектов в сфере</li> </ul>	<p>анализ занятия одного из практикантов, инструктора лечебной физической культуры</p>

	профессиональной педагогической деятельности. - владеть средствами и методами самообразования и самоконтроля	
<i>Знать:</i>		устный опрос
<i>Уметь:</i>		тесты
<i>Иметь навыки и (или) опыт деятельности:</i>		собеседование
<p style="text-align: center;">Профессиональные компетенции (ПК-2,3)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знание компенсаторных возможностей, оставшихся после болезни или травмы функций организма человека для наиболее типичных нозологических форм, видов инвалидности, различных возрастных и тендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья;</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 и (или) травмы;</li> <li>- знание закономерностей развития различных видов заболеваний и поражений организма человека, вторичных отклонений, обусловленных основным заболеванием и поражением, сопутствующих основному дефекту, заболеванию и поражению;</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> <li>- способность осуществлять простейшие психотерапевтические приемы по профилактике прогрессирования и (или) устранению психологических комплексов, характерных для различных нозологических форм, возрастных и тендерных групп, занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья;</li> <li>- способность проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности.</li> </ul>		
<i>Знать:</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- особенности обучения двигательным действиям и развития физических качеств, форм построения занятий в разных видах АФК при проведении занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья и инвалидами различных нозологических групп</li> <li>- цель и основные задачи адаптивной физической культуры; частные задачи АФК</li> <li>- знает основные понятия (терминологию) лечебной физической культуры;</li> </ul>	устный опрос, контрольная работа, оценка уровня технической подготовленности практиканта по правильности проведения контрольно-педагогических испытаний

	<p>анатомическое строение и функции органов и систем организма, закономерности физического, психического развития и особенности их проявления в разные возрастные периоды.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знает место и значение ЛФК в комплексном лечении и реабилитации при конкретном заболевании</li> <li>- знает особенности проведения занятий лечебной гимнастики в разных возрастных группах</li> <li>- комплексы физических упражнений и методы физического воздействия при различных заболеваниях человека</li> </ul>	
<i>Уметь:</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-разрабатывать современные технологии проведения занятий во всех видах адаптивной физической культуры</li> <li>- ставить цель и выбирать задачи адаптивной физической культуры для лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов</li> <li>- умеет определять функциональное состояние, физическое развитие и уровень подготовленности занимающихся в различные периоды возрастного развития.</li> <li>- умеет организовывать и проводить в доступных формах научные исследования в сфере профессиональной деятельности</li> <li>- умеет практически применять основные методики лечебной физической культуры</li> <li>- составления индивидуальных программ восстановления для лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов после выполнения ими физических нагрузок</li> </ul>	тесты, реферат, собеседование, контроль правильности оценки физической и функциональной подготовленности реабилитируемых
<i>Иметь навыки и (или) опыт деятельности:</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-обучения двигательным действиям лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов</li> <li>- выбора цели и задач адаптивной физической</li> </ul>	деловая игра, кейс-задание, контроль правильности тестирования реабилитируемых в процессе проведения занятий

	<p>культуры при конкретном заболевании, дефекте с учетом особенности заболевания или дефекта, индивидуальных особенностей больного</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- владеет методами оценки физических способностей и функционального состояния обучающихся.</li> <li>- владеет навыками работы в команде</li> <li>- владеет проведением анализа эффективности занятий лечебной гимнастики</li> <li>- организации комплексного контроля, методики проведения тестирования двигательных качеств и функциональных возможностей реабилитируемых</li> <li>- владеет проведением анализа эффективности занятий лечебной гимнастики</li> </ul>	АФК
--	--	-----

### **Типовые контрольные задания или иные материалы**

#### ***Установочные и ознакомительные мероприятия***

##### *Вводная организационно-методическая конференция по практике*

В своих выступлениях руководитель практик, инструкторы-методисты лечебной физической культуры лечебно-профилактических учреждений освещают следующие вопросы: задачи практики и ее значение, объем учебных заданий и методику их выполнения, организацию и сроки прохождения учебной практики, оценку результатов практики, порядок заполнения отчетной документации, составы бригад.

В отчете о конференции (в дневнике практики) студент проставляет дату ее проведения и кратко излагает основное содержание всех выступлений. В заключении он записывает выводы, которые сделал для себя из этих выступлений.

После завершения установочной конференции студенты, распределенные по бригадам, вместе с методистом академии отправляются в лечебно-профилактические и специальные учреждения, где будут проходить производственную практику.

В лечебно-профилактическом и специальном учебном учреждении со студентами-практикантами проводят беседы заведующий отделением, директор специального учебного учреждения, инструктора лечебной физической культуры, классные руководители, врачи.

В дневнике практики студент должен отразить основные моменты бесед с вышеперечисленными людьми.

#### ***Запись ознакомительных бесед***

При оформлении ознакомительных бесед указывается фамилия, имя и отчество проводящего, а так же дата и время проведения. Затем излагается содержание

##### *Беседа с инструктором лечебной физической культуры*

Проводит беседу наиболее опытный инструктор лечебной физкультуры, который рассказывает о том, как выполняются процедуры лечебной физической культуры и массажа в данном учреждении.



При этом освещаются следующие основные моменты: организация и назначение процедур, педагогический и медицинский контроль за состоянием занимающихся, коррекция уровня нагрузки во время занятий.

Инструктор знакомит студентов-практикантов с основными документами планирования лечебной работы по ЛФК, АФК и массажу, со спецификой работы инструкторов лечебной и адаптивной физической культуры, массажистов.

#### *Беседа с врачом учреждения*

Врач рассказывает о врачебных обследованиях больных и учащихся, о занятиях лечебной и адаптивной физической культурой о соблюдении и соответствии физических нагрузок половым и индивидуальным особенностям пациентов.

Рассказывает о контроле за санитарным состоянием мест занятий лечебной и адаптивной физической культурой, о санитарно-просветительной работе в учреждении.

#### *Ознакомление с материальной базой учреждения*

Ознакомившись с материальной базой учреждения, студент в своем отчете приводит перечень всех помещений которые используются для проведения процедур ЛФК, АФК, массажа и физиолечения.

Перечисляются основное оборудование, инвентарь и наглядные пособия, которые имеются в наличии.

В заключении дается вывод о том, насколько материальное оснащение учреждения по лечебной и адаптивной физической культуре, массажу обеспечивает эффективную реабилитацию пациентов и учащихся а также прохождение производственной практики.

#### *Просмотр занятий по лечебной и адаптивной физической культуре*

Просмотр занятий по лечебной и адаптивной физической культуре как вид учебно-методической работы решает задачи ознакомления с особенностями практической деятельности инструктора. Наблюдения могут проводиться, как по заданию методиста бригады, так и самостоятельно.

При просмотре занятия студент-практикант должен обратить внимание на следующие аспекты деятельности инструктора:

- организацию занятия: начало, сообщение задач занятия, подготовка инвентаря, построение и перестроение занимающихся, сочетание индивидуальной и групповой работы, окончание занятия;
- обучение и воспитание: показ, объяснение упражнений, методические указания при выполнении заданий, выбор места инструктора в различных частях занятия, методика исправления ошибок, проверка и оценка знаний занимающихся, воспитательные воздействия на занимающихся, подведение итогов занятия;
- отношения занимающихся к процедуре в целом и к инструктору: методы поддержания дисциплины, стиль руководства и стиль общения инструктора с занимающимися, отношения между занимающимися (соперничество, взаимопомощь, конфликты).

По окончании занятия методистом и инструктором лечебной физической культуры проводится подробный анализ просмотренного урока, где отмечается качество решения задач занятия, целесообразность применения использованных средств и методов, особенности организации занимающихся и т.д. Рекомендуются выслушать мнение студентов о качестве проведения занятия.

#### *Проведение занятия по лечебной физической культуре в качестве помощника инструктора*

Проведение занятия в качестве помощника инструктора лечебной физической культуры предусматривает выполнение практической работы по проведению отдельных фрагментов занятия, чаще подготовительной или заключительной частей занятия, или фрагмента основной части, предполагающего решение одной из задач занятия. Возможно также выполнение работы в качестве 2-го инструктора на подгруппе.

За день до проведения запланированного занятия инструктор должен сообщить студенту тему занятия и ознакомить его с содержанием и методикой проведения данного занятия. В зависимости от условий и подготовленности студента инструктор лечебной физической культуры может предложить и самостоятельную разработку организации и проведения фрагмента занятия. Результаты выполнения этого вида работы фиксируются в дневнике практики.

***Проведение занятия по лечебной физической культуре в качестве инструктора***

Успех проведения занятия по лечебной физической культуре предопределяется в процессе подготовки к нему - при разработке конспекта. Однако, не следует забывать и о том, что конкретная ситуация не всегда может быть предусмотрена, а это в свою очередь требует перестройки уже в процессе занятия.

Студент-практикант должен знать особенности проведения занятия по лечебной физической культуре.

*Необходимо отметить, что подготовительная часть, как правило, должна решать следующие задачи:*

- организовать занимающихся и психологически настроить их на выполнение поставленных задач,
- эмоционально настроить их на продуктивную работу;
- подготовить занимающихся к овладению упражнениями определенного характера и сложности;
- функционально подготовить организм занимающихся для выполнения упражнений различной интенсивности и объема.

Из сказанного видно, что подготовительная часть решает задачи, связанные с обеспечением наилучших условий реализации главных задач занятия, однако одновременно с этим она может иметь и относительно самостоятельное значение.

Занятие должно начинаться общим построением группы и рапортом о готовности к началу занятия.

Обычно, средствами подготовительной части занятия являются построения, различные виды ходьбы и бега, преодоление препятствий, упражнения на внимание, а также самые разнообразные комплексы общеразвивающих упражнений. Для выполнения этих упражнений используются самые разнообразные формы построений занимающихся: в разомкнутом и сомкнутом строю, кругу и т.д.

При выполнении общеразвивающих упражнений студент-практикант может пользоваться подсчетом, хлопками, самостоятельным подсчетом занимающихся; проводить ОРУ под музыку, по заданию на результат.

При любом способе управления инструктор должен иметь возможность делать замечания, исправлять ошибки, подбадривать занимающихся. Общая продолжительность подготовительной части 5-7 минут.

*Основная часть занятия призвана решить следующие задачи:*

- приобретение занимающимися знаний, умений, навыков в выполнении физических упражнений, предусмотренных конспектом данного занятия;
- обучение занимающихся самостоятельно заниматься физическими упражнениями;
- развитие физических качеств, интеллекта, психических способностей;
- содействие моральному, эстетическому воспитанию, укреплению воли и здоровья.

В основной части занятия инструктор должен обеспечить достаточно высокий уровень физической нагрузки, путем варьирования ее интенсивности. Для этого следует максимально использовать все имеющиеся условия материальной базы.

Проводя занятия на свежем воздухе необходимо помнить, что в холодную погоду следует избегать длительных объяснений, ограничиваясь краткими указаниями и командами, насыщать занятие интенсивными упражнениями.

В жаркую погоду нужно опасаться перегрева, для чего место занятия выбирать, по возможности, в тени, внимательно наблюдая за состоянием занимающихся, чередуя упражнения повышенной интенсивности с малоинтенсивными.

Желательно, чтобы расстановка и уборка инвентаря осуществлялась по ходу занятия, без выделения на это специального времени. Убирать следует только те снаряды, которые мешают дальнейшему ходу занятия.

Значительное место в ходе занятия должно занимать формирование у занимающихся теоретических знаний.

Большой эффективности можно добиться, если при сообщении теоретических сведений использовать межпредметные связи. Важнейшим условием усвоения теоретических знаний является предоставление занимающимся возможности прочувствовать необходимость этих знаний.

Обязательным условием эффективности основной части урока является обеспечение оптимального эмоционального состояния занимающихся. Как показывают исследования, положительные эмоции содействуют обучению двигательным действиям, развитию физических качеств, формированию устойчивых мотиваций к занятиям лечебной физической культурой.

Непременное условие результативности занятия - наблюдение за правильностью выполнения заданий, упражнений и их оценка. Не опасаясь снижения моторной плотности, необходимо исправлять допускаемые ошибки и вносить необходимые коррективы даже в ход всего занятия, так как плотность не является самоцелью, а лишь является одним из условий успешного решения поставленных задач.

*Заключительная часть занятия* используется для постепенного снижения уровня физического и эмоционального возбуждения. Но этим задачи заключительной части не исчерпываются. Главной задачей заключительной части является подведение итогов, которое немислимо без оценки деятельности занимающихся со стороны инструктора и самооценки занимающихся.

Результаты проведения занятия студентом-практикантом оцениваются инструктором лечебной физической культуры и вместе с замечаниями и оценкой фиксируются в конспекте занятия.

### ***Проведение контрольного занятия по лечебной физической культуре***

Проведение контрольного занятия по лечебной физической культуре осуществляется по той же схеме, что и проведение обычного занятия. Отличие заключается в том, что при проведении контрольного занятия результаты оцениваются методистом, инструктором лечебной физической культуры, факультетским руководителем.

При проведении контрольного занятия обязательно присутствие всех студентов-практикантов данной бригады.

Оценки за контрольные занятия выставляются не только в конспект, но и в ведомость успеваемости.

## **Методические материалы, определяющие процедуру оценивания**

### ***Критерии оценки работы студентов-практикантов***

Результаты производственной практики оцениваются методистами бригад совместно с инструкторами лечебной физической культуры по следующим показателям, за каждый из которых выставляется дифференцированная оценка:

**1. Отношение студента к практике.** При этом учитывается его ответственность, добросовестность, исполнительность, рабочая дисциплина, творчество, инициативность, качество подготовленности к занятиям, выполнение текущих распоряжений методиста, инструктора, бригадира, отношение к занимающимся и т.д.

По своей значимости этот критерий существенно определяет вообще весь ход и эффект производственной практики.

**2.Выполнение всего комплекса программных заданий,** отраженных в индивидуальном плане студента, и их качество (участие в организации и проведении физкультурно-оздоровительной работы).

**3.Степень овладения студентами профессионально-педагогическими навыками и умениями, оценка за контрольное занятие** При этом желательно учитывать уровень, на который стабильно вышел студент при ведении занятий с разными группами.

**4. Качество составления отчетной документации** (профессиональная грамотность, степень теоретической и методической подготовки, своевременность и самостоятельность в разработке отчетной документации).

**5. Уровень воспитательной работы** (по характеристике и оценке инструктора).

Все эти четыре определяющих критерия официально признаются равноценными, т. е. если по любому из них студент оценивается неудовлетворительно, то общая положительная оценка за практику невозможна.

Методические подходы к выставлению итоговой дифференцированной оценки по учебной практике соответствуют общепринятым в высшей школе критериям и заключаются в следующем:

- оценка **«отлично»** выставляется студенту, который на высоком уровне выполнил в полном объеме все задания по программе практики; проявил при этом умения, опираясь на теоретические знания изученных в институте дисциплин; правильно определял и эффективно решал задачи учебно-воспитательной, физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы; проявил самостоятельность, творческий, исследовательский подход и выполнил некоторые виды дополнительных работ;
- оценка **«хорошо»** ставится студенту, который выполнил в основном программу практики; проявил умения, опираясь на теоретические знания изученных дисциплин в институте; определял основные задачи по организации учебно-воспитательной, физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы и находил способы их решения; проявил инициативу, но в проведении отдельных видов работ допустил незначительные ошибки;
- оценка **«удовлетворительно»** ставится студенту, который выполнил в основном программу практики; однако, не показал глубоких теоретических знаний; не в полной мере овладел умением их применять; допускал ошибки в планировании и проведении отдельных видов работ;
- оценка **«неудовлетворительно»** выставляется студенту, который не выполнил основных заданий по практике; имел слабые теоретические знания и не овладел умением ставить и решать конкретные учебно-воспитательные, физкультурно-оздоровительные задачи; не научился устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с учащимися; пропустившему практику без уважительной причины (более 50% рабочих дней).

В случае пропуска практикантом свыше 40% рабочих дней по уважительной причине по решению методиста бригады, согласованному с курсовым руководителем практики, зачеты по проведению уроков могут быть приняты комиссией без продления практики. При этом выполнение всех разделов программы практики обязательно. **Студенты, получившие за практику оценку «неудовлетворительно» подлежат отчислению из академии.**

При оценке результатов работы студента-практиканта используются следующие методы:

- анализ документации студентов по практике (отчетов, конспектов, планов);
- наблюдение за студентами в процессе практики и анализ качества отдельных видов работ (учебной, воспитательной, методической, исследовательской и др.);
- анализ и оценка проведения контрольного занятия по лечебной физической культуре;
- анализ характеристик студентов, написанных педагогами-наставниками;

- самооценка студентами степени подготовленности их к выполнению профессиональных функций и качества своей работы;
- обобщение данных выполнения занимающимися учебных заданий, их успеваемости, дисциплины и т.д.

#### *Подведение итогов практики*

По окончании практики студент составляет письменный отчет о достигнутых результатах. Содержание отчета определяется настоящей программой (приложение 1). Отчеты студентов рассматриваются руководителями базы практики, курсовым руководителем и методистами бригад.

Методист бригады совместно с руководителями практики базовых образовательных учреждений дают отзыв (характеристику) о работе каждого студента, отмечая в нем (ней) выполнение программы практики, овладение профессиональными умениями и качествами, отношении к работе, трудовую дисциплину.

Форма и вид отчета студентов о прохождении практики устанавливается вузом с учетом требований ФГОС ВО.

Итоговая оценка утверждается на защите результатов практики после анализа курсовым руководителем отчетной документации студента-практиканта.

Практикант, не выполнивший программу, получивший отрицательный отзыв о работе или не защитивший результаты практики, считается не прошедшим производственную практику. Оценка на практике приравнивается к оценкам теоретического обучения и учитывается при подведении итогов общей успеваемости студентов.

## **6. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ И РЕСУРСОВ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ»**

### *Основная литература:*

1. Лечебная физическая культура: учебник для студентов высших учебных заведений. /Под ред. С.Н. Попова, М.: Академия. 2004. - 416 с.

2. Трегубова, И.А. Лечебная физическая культура [Электронный ресурс]: учеб.пособие / Н.А. Куропаткина, И.А. Трегубова.— Волгоград: ВГАФК, 2010.— 140 с. : ил. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/229002>

### *Дополнительная литература:*

1. Емельянова, Л.А. Лечебная физкультура и физические тренировки в системе реабилитации больных, перенесших инфаркт миокарда [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пособие / Л.А. Емельянова.— Волгоград: ВГАФК, 2010.— 83 с. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/229003>

2. Белая Н.А. Лечебная физкультура и массаж: учеб.-метод. пособие для мед. работников / Н.А. Белая. - Москва: Советский спорт, 2001. - 272 с. : ил.

3. Лечебная физическая культура в педиатрии [Электронный ресурс]: учебное пособие / Т.В. Карасева, Т.В. Гиголаева, А.И. Замогильнов, А.Н. Нестеров, Е.В. Перевозчикова, С.Ю. Толстова, Е.В. Руженская, А.С. Махов.— Шуя: ФГБОУ ВПО "ШГПУ", 2010.— 225 с. — ISBN 978-5-86229-191-9.— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/152934/>

4. Козырева, О.В. Физическая реабилитация. Лечебная физическая культура. Кинезитерапия [Электронный ресурс]: учеб.словарь-справочник / А.А. Иванов, О.В. Козырева.— М. : Советский спорт, 2010.— 141 с. — ISBN 978-5-9718-0429-1 .— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/187914>

## **7. Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet,**

1. Электронно-библиотечная система «Рукопт» [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/>
2. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://elibrary.ru/>
3. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс].- Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru>
4. Спортивная электронная библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: <http://sportfiction.ru/>
5. Медицинская библиотека [Электронный ресурс].- Режим доступа: <http://www.booksmed.com/>

## **8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ**

Для обеспечения самостоятельной работы студентов разработаны следующие дидактические материалы:

1. Миронов Ю.В., Виноградова Л.В., Виноградов В.С., Комачева О.А. Производственная практика студентов 4 курса направления 49.03.02. «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья»: учебное пособие- Смоленск: СГАФКСТ, 2016 – 127 с.
2. Рабочая программа по производственной практике.

## **9 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ**

Методический кабинет оснащенный компьютерной техникой, наглядными пособиями, образцами отчетной документации по учебной практике.

Клиническая больница скорой медицинской помощи города Смоленска, областной физкультурный диспансер, школа 1-2 вида города Смоленска, специализированные детские сады для детей с патологией зрения, опорно-двигательного аппарата, реабилитационный центр «Вишенки».

### **Лицензионное программное обеспечение**

№ п/п	Тип, номер лицензии, наименование продукта	Дата выдачи первоначальной лицензии	Вид программного обеспечения
1	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Windows 10 Prof Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Системное ПО, операционная система
2	Microsoft Open License, Тип Academic, номер 67295483, продукт Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic ONL 1Lic No level	16.08.2016	Прикладное ПО, пакет офисных приложений
3	Яндекс Браузер Лицензионное соглашение на использование программы Браузер	16.08.2016	Интернет-браузер (в реестре)

	«Яндекс» <a href="https://yandex.ru/legal/browser_agreement/">https://yandex.ru/legal/browser_agreement/</a>		отечественного ПО номер 3722)
4	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	26.06.2023	Антивирусное ПО (в реестре отечественного ПО номер 3205)

## ПРИЛОЖЕНИЕ



**ПРИМЕРНЫЕ ОБРАЗЦЫ ОТЧЕТНЫХ ДОКУМЕНТОВ ПО ПРАКТИКЕ  
УТВЕРЖДАЮ**

методист

Петров А. А.

« \_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

**Индивидуальный план работы студента-практиканта факультета физическая культура и оздоровительные технологии группы 3-45 на практике в КБСМП  
г. Смоленска Иванова И. И.**

№ п/п	Мероприятия	Сроки выполн.	Отметк а о вып.
1	2	3	4
<b>I. ОРГАНИЗАЦИОННАЯ РАБОТА</b>			
1.	Участие в установочной конференции по практике, совещаниях, консультациях.	16.01.23	Выполн ено
2.	Знакомство с главным врачом, заведующими отделениями, методистами ЛФК, массажистами. (обязательно указать их Ф.И.О.).		
3.	Знакомство с материально-технической базой отделения (кабинета) ЛФК и массажа, планом работы, учетно-отчетной документацией отделения (кабинета) ЛФК и массажа.		
4.	Изучение профессиональной деятельности инструктора-методиста по ЛФК и массажу.		
5.	Знакомство с историями болезни, учетными карточками (форма № 042/у) больных и непосредственно с больными.		
6.	Знакомство со схемами процедур массажа и комплексами занятий по ЛГ.		
7.	Просмотр занятий по ЛГ и процедур массажа.		
8.	Участие в заключительной конференции по практике.		
<b>II. МЕТОДИЧЕСКАЯ РАБОТА</b>			
1.	Разработать план работы по ЛФК и массажу.		
2.	Составление конспектов занятий по ЛГ, комплексов утренней гигиенической гимнастики, индивидуальных занятий, процедур массажа.		
3.	Проведение медико-педагогического анализа занятий ЛГ (определение плотности занятия и физической нагрузки на занятии ЛГ).		
4.	Проведение медико-педагогического анализа процедуры массажа.		
5.	Участие в занятиях по повышению квалификации инструкторов по лечебной физкультуре (по плану отделения или кабинета ЛФК).		
6.	Провести зачетное занятие по ЛГ.		
7.	Провести зачетную процедуру по массажу.		
8.	Составить отчетную документацию по практике.		
9.	Участвовать в защите отчетной документации по практике.		
10.	Работа со специальной литературой.		
<b>III. ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА ПО ЛФК</b>			

1.	Проведение занятий по ЛГ в качестве помощника (2 занятия).		
2.	Проведение занятий по ЛГ самостоятельно (не менее 30 занятий).		
3.	Проведение процедур массажа в качестве помощника (2 занятия).		
4.	Проведение процедур массажа самостоятельно (не менее 30 процедур)		
5.	Подготовка и проведение гигиенической гимнастики с больными.		
6.	Обучение больного приемам самомассажа.		
7.	Подготовка и разучивание комплексов индивидуальных заданий с больными.		
8.	Заполнение учетных карточек и журналов занятий по ЛФК с больными		
<b>IV. САНИТАРНО-ПРОСВЕТИТЕЛЬНАЯ РАБОТА</b>			
1.	Подготовка и проведение лекций и бесед с больными и их родственниками.		
2.	Оказание помощи медицинскому персоналу отделения ЛФК в оформлении наглядной агитации.		
3.	Активно участвовать в занятиях по повышению квалификации среднего медицинского персонала (медсестер) по вопросам ЛФК и массажа.		
4.	Оказание помощи в организации и активное участие в спортивно-оздоровительных мероприятиях, проводимых в учреждении.		
<b>V. ХОЗЯЙСТВЕННАЯ РАБОТА</b>			
1.	Оказать помощь сотрудникам отделения в ремонте спортивного инвентаря, спортивного зала.		

## КОНСПЕКТ ПРОЦЕДУРЫ ПО ЛЕЧЕБНОЙ ГИМНАСТИКЕ

Место проведения КБСМП, отделение кардиологии

Дата проведения 16.01.2023г.

Наблюдаемый Иванов И.И.

(больной, группа больных)

Диагноз, стадия заболевания, двигательный режим, возраст больного  
ИБС (Крупноочаговый инфаркт миокарда), постельный режим, 57 лет

Задачи занятия:

I. Облегчение работы сердца.

I.1 Снизить тонус артериол, уменьшив сопротивление работе сердца

I.2 Увеличить приток крови к сердцу за счет «массирующего» действия на стенки полых вен.

I.3 Активизировать периферическое кровообращение за счет ритмичных движений в дистальных суставах и за счет повышения тонуса скелетной мускулатуры.

I.4 Увеличить артерио-венозную разность по кислороду при физической нагрузке, что позволит доставить кислород к тканям с меньшим напряжением в работе сердца.

1. Улучшение коронарного кровотока.

2. Профилактика тромбоэмболических осложнений.

3. Профилактика застойной пневмонии, запоров и метеоризма.

4. Воздействие на психические процессы и эмоциональную сферу больного.

Инвентарь: тонометр, фонендоскоп, секундомер.

Части	Частные задачи	Содержание занятия	Дозировка	Методические указания
1	2	3	4	5

Вводная 5 мин	Переход от сна к бодрствованию. Постепенно подготовить организм больного к возрастающей физической нагрузке	1. Лежа на спине, руки вдоль туловища. Аутогенная тренировка.	2-3 мин.	Полностью расслабиться.
		2. Лежа на спине, руки вдоль туловища. Поочередное поднятие рук: вверх – вдох, кратковременная задержка дыхания, опускание рук вниз – выдох.	3-4 раза	Вторая фаза упражнения выполняется с расслаблением.
		3. Лежа на спине, руки вдоль туловища. Поочередное сгибание ног в коленных суставах (пятка скользит по поверхности постели).	4-6 раз	Медленно, ритмично с расслаблением.
		4. Лежа на спине, руки вдоль туловища. Одновременное сгибание рук в локтевых суставах – вдох, разгибание – выдох.	4-6 раз	Медленно.
		5. Лежа на спине, руки вдоль туловища. Статическое дыхание.	5-7 раз	С кратковременной задержкой на высоте вдоха.

1	2	3	4	5
Основная 20 мин	Ускорение процессов реабилитации на данном этапе течения болезни с помощью выполнения специально подобранных физических упражнений	6. Лежа на спине, руки вдоль туловища. Одновременное сгибание и разгибание пальцев рук и стоп ног.	6-8 раз	В момент сгибания – вдох, разгибания – выдох.
		7. Лежа на спине, руки вдоль туловища. Скользящие движения рук до подмышечных впадин – вдох, исходное положение – выдох.	4-6 раз	Темп медленный. На высоте вдоха – задержка дыхания на 3-5 сек.
		8. Лежа на спине ноги согнуты в коленных суставах. Развести бедра в стороны – вдох, свести – выдох.	4 раза	Темп медленный
		9. Лежа на спине, руки вдоль туловища. Поочередное сгибание рук в локтевых суставах – вдох, разгибание – выдох.	5-7 раз	В сочетании с углубленным дыханием.
		10. Лежа на спине, руки согнуты в локтях, ноги в коленных суставах. Подъем таза.	3-4 раза	Дыхание произвольное, темп медленный.
		11. Лежа на спине, руки вдоль туловища. Поочередное отведение ног в сторону.	4 раза	Темп медленный, амплитуда отведения 30°, дыхание произвольное.

1	2	3	4	5
		12. Лежа на спине, руки согнуты в коленных суставах. Опускание согнутых ног вправо – выдох, и.п. – вдох, тоже в др. сторону. 13. Лежа на спине, руки вдоль туловища. Повороты головы вправо и влево.	4 раза  4-5 раз	Темп медленный, на высоте вдоха кратковременная задержка дыхания 3-5 сек.  Дыхание произвольное.
Заключительная 5 мин	Снижение общего физического напряжения, возвращение к исходному положению.	14. Лежа на спине, руки вдоль туловища. Одновременное поднятие прямых рук вверх – вдох, опустить руки – выдох. 15. Лежа на спине, руки вдоль туловища. Диафрагмальное дыхание. Аутогенная тренировка.	4 раза  5 раз	На высоте вдоха кратковременная задержка дыхания, вторая фаза с расслаблением.  Полностью расслабиться

Перед выполнением процедуры ЛГ рекомендуем вдыхание увлажненного кислорода в течение 3-5 минут.

Конспект написал (а) студент (ка) \_\_\_\_\_  
(подпись) (Ф.И.О.)

Оценка за конспект \_\_\_\_\_

Оценка за проведение занятия \_\_\_\_\_

Методист ЛФК \_\_\_\_\_  
(подпись) (Ф.И.О.)

Методист академии \_\_\_\_\_  
(подпись) (Ф.И.О.)

## КОНСПЕКТ ПРОЦЕДУРЫ МАССАЖА

Место проведения КБСМП, отделение кардиологии

Дата проведения 16.01.2023г.

Номер сеанса массажа по счету: 4

Наблюдаемый Иванова И. И. (больной, группа больных)

Диагноз, стадия заболевания, реактивность организма массируемого (пол, возраст, конституция) гипертоническая болезнь 1 стадии женщина 52 лет, реакция на массаж обычная имеет избыточный вес

Задачи процедуры массажа: снизить артериальное давление, уменьшить головную боль и головокружения, способствовать нормализации психоэмоционального состояния, содействовать предотвращению сосудистых кризов.

№ п/п	Область массажа (продолжительность массажа)	И.П. масир.	Виды массажа приемы массажа	Метод. указания
1.	Спина (верхняя часть) (2 мин)	Сидя	Классический, сегментарный, поглаживание, выжимание, разминание	Больной опирается головой на валик. Массажист стоит сзади больного. По всей спине от поясницы до основания шеи. На длинных и широчайших мышцах спины.
2.	Межлопаточная (2 мин)	Сидя	Растирание, вибрация	Вдоль позвоночника снизу вверх от D7 – D2.
3.	Передняя поверхность грудной клетки (2 мин)	Лежа на спине	Поглаживание, выжимание, разминание, потряхивание, поглаживание, выжимание	От грудины к подмышечной области.  Большой грудной мышцы.  На всей груди
4.	Воротниковая зона (2 мин)	Сидя	Поглаживание, выжимание, разминание, непрерывная вибрация, растирание	Голова на скрещенных пальцах рук с опорой на валик. Сначала массируется правая сторона затем левая.  В области затылка подушечками пальцев, в начале от одного уха к другому, затем от затылочной кости вдоль позвоночника вниз до основания шеи.

5.	Волосистая часть головы (2 мин)	Сидя	<p>Поглаживание,</p> <p>растирание, поглаживание, сдвигание,</p> <p>растирание,</p> <p>разминание,</p> <p>поглаживание</p>	<p>Подбородок на скрещенных пальцах рук. Массажист стоит сбоку от больного, ладони на темени, движения вниз. Стоя лицом к массируемому, движения вниз к ушам.</p> <p>Подушечками пальцев от макушки вниз.</p> <p>В сагиттальном и фронтальном направлении. В области сосцевидного отростка, медленно.</p> <p>От макушки вниз по всей голове фалангами согнутых пальцев.</p> <p>Всей головы.</p>
6.	Лобной и височной областей (2 мин)	Сидя	<p>Поглаживание, растирание,</p> <p>разминание, поглаживание, разминание, вибрация</p>	<p>Голова опирается на грудь массажиста стоящего сзади.</p> <p>Подушечками пальцев от середины лба к вискам, от надбровья к волосистой части головы, одновременно двумя руками.</p> <p>На надглазничных дугах. Височной области, подушечками пальцев. От глаз к затылку.</p> <p>В области выхода подглазничного нерва одновременно слева и справа.</p>
7.	Болевых точек (1 мин)	Сидя	<p>Поглаживание, растирание, надавливание, вибрация</p>	<p>Место прикрепления грудино-ключично-сосцевидной мышцы.</p> <p>Под затылочным бугром, между бровями.</p>
8.	Волосистая часть головы, воротниковая область (2 мин)	Сидя	<p>Поглаживание</p>	<p>Сверху вниз до плечевого сустава.</p>

Конспект написал(а) студент(ка) \_\_\_\_\_ (подпись) \_\_\_\_\_ (Ф.И.О.)

Оценка за конспект \_\_\_\_\_

Оценка за проведение процедуры массажа \_\_\_\_\_

Методист ЛФК \_\_\_\_\_ (подпись) \_\_\_\_\_ (Ф.И.О.)

Методист академии \_\_\_\_\_ (подпись) \_\_\_\_\_ (Ф.И.О.)



## КОМПЛЕКС УПРАЖНЕНИЙ УТРЕННЕЙ ГИГИЕНИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКИ

Больной (ая) – Иванов И.И. 53 года

Диагноз – ревматоидный артрит

Стадия заболевания – подострый

Двигательный режим – палатный

Воздействие физических упражнений на организм. Физические упражнения активизируют деятельность сердечно-сосудистой системы, дыхательной пищеварительной и ЦНС систем увеличивают объем движений и мышечную силу ослабленных мышц; предупреждают развитие деформаций суставов и корригируют ее.

№	Описание упражнений	Дозировка	Методические указания
1.	Лежа на спине. Руки вдоль туловища ноги на ширине плеч 1-2 руки вверх, 3-4 – руки вниз.	4-6 раз.	1-2 вдох 3-4 выдох медленно
2.	Лежа на спине. Руки за голову. Сгибать и разгибать пальцы ног.	8-10 раз.	Начать медленно, постепенно ускоряя темп
3.	Лежа на спине. Руки за голову. Сжатие и разжатие кистей.	8-10 раз.	Начать медленно, постепенно ускорить темп. Дыхание произвольное.
4.	Лежа на спине. Руки за голову, ноги на ширине плеч. Круговые движения стопами.	8-10 раз.	Начать медленно, постепенно темп ускорить. Выполнить 8-10 движений в одном направлении, затем в другом. Дыхание произвольное.
5.	Лежа на спине, руки вдоль туловища. На 1-2 отводим прямую руку и ногу в сторону, на 3-4 в исходное положение. То же с другой стороны.	4-6 раз.	Отведение – вдох, и.п.- выдох. Медленно.
6.	Лежа на спине, руки согнуты в локтях и опираются о постель. Круговые движения в лучезапястных суставах.	8-10 раз.	Начать медленно, постепенно темп увеличить. Выполнить 8-10 движений.
7.	Лежа на спине, руки вдоль туловища. Попеременное сгибание и разгибание ног в коленных суставах (скольжение). На 1 – согнуть, 2 – выпрямить и т.д.	8-10 раз.	Начать медленно, постепенно увеличивая темп. Дыхание произвольное.
8.	Лежа на спине, руки согнуты в локтях и опираются о постель. Круговые движения предплечьями с полным расслаблением	8-10 раз.	Начать медленно постепенно темп увеличить. Кисти

	кистей.		предельно расслабить. 8-10 раз в одном направлении, столько же в другом направлении. Дыхание произвольное.
9.	Лежа на спине, ноги согнуты в коленном суставе, руки вдоль туловища. На 1-2 - руки в стороны, 3-4 – подтянуть колено к груди и обхватить его руками. То же другой ногой.	4-6 раз.	1-2 - вдох 3-4 - выдох
10.	Лежа на спине, ноги выпрямлены, руки вдоль туловища. На 1-2-3 сокращаем (напрягаем) мышцы ягодиц и бедер на 4-5-6 – расслабляем.	8-10 раз.	Ритмично, медленно. Дыхание произвольное.
11.	Лежа на спине, руки согнуты в локтях, пальцы сжаты. На 1-2 опираясь на локти прогнуться, поднять грудь, 3-4 - в и.п.	4-6 раз.	Медленно. Дыхание произвольное.
12.	Лежа на спине. Имитация ходьбы.	15-30 сек.	Медленно. Дыхание произвольное. Движение рук обязательно.
13.	Лежа на спине, руки вдоль туловища, ноги прямые. На 1-2 руки через стороны вверх и посмотреть на кончики пальцев, 3-4 – вернуть в и.п.	4-6 раз	1-2 вдох 3-4 - выдох
14.	Лежа на спине. Упражнение на координацию движений: правая рука дрова «колит», левая – «пилит»	15-30 сек.	Дыхание произвольное. Методист должен упражнение показать.
15.	Лежа на спине, руки вдоль туловища. Ноги приподнять и совершать круговые движения ногами («велосипед»).	15-30 сек.	Дыхание произвольное.
16.	Лежа на спине, Одна рука на животе, другая на груди. Диафрагмальное дыхание. На 1-2 – живот надуть. 3-4 – втянуть живот.	4-6 раз.	1-2 вдох 3-4 - выдох

Конспект написал (а) студент (ка) \_\_\_\_\_  
(подпись)

\_\_\_\_\_ (Ф.И.О.)

Оценка за конспект \_\_\_\_\_

Оценка за проведение гигиенической гимнастики \_\_\_\_\_

Методист ЛФК \_\_\_\_\_  
(подпись)

\_\_\_\_\_ (Ф.И.О.)

Методист академии \_\_\_\_\_  
(подпись)

\_\_\_\_\_ (Ф.И.О.)

## МЕДИКО ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ЗАНЯТИЯ ЛЕЧЕБНОЙ ГИМНАСТИКОЙ

I.1. 24 января 2023 года. Больной Петров В. В., 56 лет.

Диагноз ИБС (Крупноочаговый инфаркт миокарда), подострая стадия заболевания, постельный режим. Методист - Сергеев Виктор Петрович.

I.2. План-конспект проведения занятия проверен ассистентом и методистом, оценка за содержание – «5» (отлично). Место проведения занятия – палата кардиологического отделения больницы. Необходимый инвентарь (секундомер, тонометр, фонендоскоп) имеется. Пациент к проведению процедуры лечебной гимнастики готов.

I.3. Задачи процедуры ЛГ соответствуют диагнозу, периоду заболевания и двигательному режиму больного.

I.4. Время по частям занятия распределено правильно (подготовительная часть – 3 мин., основная часть – 10 мин и заключительная – 2 мин). Подготовительная, основная и заключительная части занятия соответствуют лечебным задачам ЛГ на данном этапе реабилитации.

Общеразвивающие, специальные, дыхательные упражнения подобраны в соответствии с физическими возможностями больного, диагнозом, периодом заболевания, двигательным режимом.

Упражнения по частям занятия распределены верно, что способствует решению поставленных лечебных задач на данном этапе реабилитации.

I.5. Метод проведения занятия – индивидуальный, что соответствует диагнозу заболевания, двигательному режиму, возрасту пациента, условиям проведения занятия.

I.6. Методист Сергеев В. П. хорошо освоил технику выполнения демонстрируемых им гимнастических упражнений. Упражнения в процедуре подобраны правильно, методами обучения выполнения упражнений (наглядности, словесное объяснение, команды) методист владеет.

I.7. Объем и интенсивность нагрузки соответствует общему состоянию пациента, клиническому диагнозу, течению заболевания, возрасту и индивидуальным особенностям больного.

Анализ «кривой нагрузки» свидетельствует о постепенном возрастании физической нагрузки от начала занятия до середины основной части, а затем – медленного и плавного ее снижения к концу процедуры. Уровень нагрузки умело регулируется подбором соответствующих упражнений, их продолжительностью числом повторений, темпом, амплитудой движений, выбором исходных положений, эмоциональным фактором.

I.8. Пациент активно и старательно выполнял упражнения которые ему демонстрировал методист. Больной дисциплинирован, на методические указания реагировал правильно. Педагогические навыки и умения методиста при работе с больным можно оценить на «4» (хорошо).

I.9. Заключение по занятию лечебной гимнастикой.

Лечебная ценность занятия – «4» (хорошо).

Образовательная ценность занятия (показ, обучение) – «4» (хорошо).

Воспитательная ценность занятия (дисциплина, общение) – «5» (отлично).

Рекомендации методисту:

1. При демонстрации процедуры лечебной гимнастики должно быть больше наглядности.

2. Команды для выполнения упражнений должны отдаваться четко и внятно.

Анализ проводил (а) студент (ка) \_\_\_\_\_

(подпись) (Ф.И.О.)

Методист ЛФК \_\_\_\_\_

(подпись) (Ф.И.О.)

Методист академии \_\_\_\_\_

## МЕДИКО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПРОЦЕДУРЫ МАССАЖА

1. Дата проведения – 25.01.2023 г.

Место проведения - КБСМП. Кабинет массажа

Сеанс массажа №5.

Обследуемый – Иванов М.С. – 50 лет.

Диагноз – Хроническая пневмония. Режим свободный.

Массажист Качанов А.С.

2. Внешний вид массажиста опрятный. Одежда медицинский халат с короткими рукавами, обувь на низком каблуке, руки перед процедурой массажа вымыты, на руках нет посторонних предметов, ногти коротко обстрижены. Имеется план – конспект процедуры массажа. Задачи процедуры массажа поставлены правильно: указаны области проведения массажа, последовательность проведения массажа по областям, рекомендуемые приемы массажа в зависимости от массируемой области, исходное положение в котором массируется та или иная область, даны методические рекомендации. Указано время, отведенное на процедуру массажа.

3. Место проведения массажа полностью подготовлено. Размер массажного кабинета 9 кв.м. Температура + 21 градус, освещенность естественная, световой коэффициент 1:6. Оснащение: массажная кушетка, валики, простыни, умывальник, мыло, полотенце, ширма, смазывающие средства, часы, стол, 2 стула.

4. При проведении процедуры массажа использовался классический массаж. Последовательность массажа различных областей проведена правильно. Сила и темп выполнения приемов соответствовал диагнозу, индивидуальным особенностям массируемого и поставленным задачам. Время, отведенное на процедуру массажа, выдержано правильно. Приемы массажа подобраны с учетом массируемой области. Качанов А.С. хорошо владеет техникой выполнения массажных приемов, рационально используя их в зависимости от массируемой области.

5. Процедура массажа имела лечебную и оздоровительную ценность. Задачи, поставленные перед процедурой массажа, выполнены. Общая оценка - «отлично».

С целью повышения эффективности процедуры массажа можно рекомендовать использование сегментарного массажа в сочетании с классическим. Чаще использовать вторую руку.

Анализ проводил студент Сидоров М.В.

Оценка – «отлично»

Методист ЛФК \_\_\_\_\_

(подпись)

Методист академии \_\_\_\_\_

(подпись)

Согласовано:

Зав.библиотекой \_\_\_\_\_



Павликова Е.В.

Ответственная за ОПОП \_\_\_\_\_



Федорова Н.И.