

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Зекрин Фанави Уайблатманович  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 04.11.2023 19:03:08  
Уникальный программный ключ:  
8d1b39193cdad8918b8873b6591d9ef237c1a2d2

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЧАЙКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И  
СПОРТА»  
(ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)

**ОТЧЕТ**  
**о прохождении практики**

**обучающегося**

Иванова Павла Васильевича

**Направление подготовки**

49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»

**Профиль**

«Физическая реабилитация»

**Вид, тип практики**

Производственная, профессионально-ориентированная

**Наименование профильной организации**

Адаптивной физической культуры и медико-биологических дисциплин

**Кафедра**

**Руководитель практики от кафедры**

Кашина А.В.

**Руководитель от профильной организации**

Чайковский 2023

## **Перечень документов отчета по учебной практике: ознакомительной**

1. Дневник по практике.
2. Лист инструктажа
3. Индивидуальное задание на период прохождения практики.
4. Отзыв руководителя практики от профильной организации.
5. Конспекты занятий по лечебной физической культуре: всего 4 конспекта.
6. Конспект зачетного занятия по лечебной физической культуре – 1 шт.
7. Протокол педагогического наблюдения и анализа занятия по ЛФК – 1 шт.
8. Протокол пульсометрии у занимающихся на занятии по ЛФК – 1 шт.
9. Конспект проведения процедуры массажа.
10. Оценка и анализ функционального состояния организма занимающихся (проведение не менее трех функциональных проб или тестов).
11. Беседа по формированию гигиенических умений и навыков, профилактике осложнений и прогрессированию заболеваний в ЛФК/ реабилитационном спорте у занимающихся – 1 шт.
12. Заключение по практике (краткий описательный анализ результатов прохождения практики).

### **В приложении к отчету должны быть включены следующие материалы:**

1. Расписание занятий по ЛФК на период практики.
2. Копия программы физической реабилитации/ справок и ИПРА (при наличии).

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЧАЙКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»  
(ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)

**Индивидуальное задание**

выполняемое в период производственной: профессионально-ориентированной практики

студента (ки) \_\_\_\_\_ 47 гр \_\_\_\_\_

(ФИО студента, группа)

обучающегося(йся) по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)», профиль «Физическая реабилитация»

Сроки практики:

Задания по практике	Код индикатора достижения компетенци й	Сроки выполнения
1. Пройти вводный и первичный инструктаж на рабочем месте по ОТ; инструктаж по пожарной безопасности и другие по требованию профильной организации.	УК-8.2 УК-8.3	1 день
2. Ознакомиться с организацией работы и планированием процесса физической реабилитации в профильной организации.	УК-3.2 УК-3.3	1 неделя
3. Разработка индивидуального плана прохождения практики.	ПК-5.3 ПК-5.4	1 неделя
4. Разрабатывать конспекты занятий по ЛФК. Проводить занятия в качестве инструктора по ЛФК по разработанному конспекту.	ПК-6.2 ПК-6.3	1-6 недели
5. Разработать конспект зачетного занятия по ЛФК. Провести зачетное занятие по ЛФК, по разработанному конспекту.	ПК-6.2 ПК-6.3	6 неделя
6. Разработать конспект процедуры массажа	ПК-5.8	1-6 недели
7. Разработать содержание беседы по формированию правил личной гигиены и профилактике осложнений у занимающихся в ЛФК. Провести беседу/ разместить на информационном стенде.	ПК-7.2 ПК-7.3	3-тья или 4-ая недели
8. Провести педагогическое наблюдение занятий по ЛФК и проанализировать полученные результаты.	ПК-5.2 ПК-5.3	2 раза в неделю со 2 по 5 неделю
9. Провести пульсометрию и анализ распределения нагрузки на занятия по ЛФК.	ПК-5.7	2 раза в неделю со 2 по 5 неделю
10 Провести оценку функционального состояния организма занимающихся, проанализировать полученные данные	ПК-5.7	2 и 6 недели практики
11. Провести самоанализ выполненной работы за день в соответствии с рабочей программой практики. Записать в дневник практики.	УК-3.2 УК-3.3	Ежедневно: с 1 дня и включая последний день - проведение

		отчета/ беседы по практике
12. Подготовить отчетную документацию по прохождению практики, согласовать ее и подписать руководителем от профильной организации и от кафедры. Получить отзыв (оценочный лист) сформированности компетенций от руководителя профильной организации.	УК-4.2 УК-4.3	Ежедневно, по мере выполнения и освоения видов деятельности
13. Пройти защиту отчета/ собеседование	УК-4.2	6 неделя последний день практики

Подпись студента \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ (ФИО)

Руководитель практики от кафедры \_\_\_\_\_

Кашина А.В. ст. преподаватель  
(ФИО, должность)

Руководитель практики от профильной организации \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ (ФИО, должность)

## ОТЗЫВ

О прохождении производственной: профессионально-ориентированной практики

обучающегося \_\_\_\_\_

(*ФИО обучающегося*)

Направление подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»

Направленность (профиль) Физическая реабилитация

Курс – 4                      Группа - 47

Место прохождения практики \_\_\_\_\_

(*полное название профильной организации*)

В должности: инструктора по АФК / инструктора по ЛФК/ инструктора по АФК и АС (*лишнее удалить*)

Сроки практики

Оценка освоения компетенций обучающимися

Код компетенции	Код индикатора достижения компетенции	Оценка результата (нужное подчеркнуть)	Отметка «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно»
<b>УК-3</b>	<b>УК-3.2</b> Умеет устанавливать и поддерживать взаимодействие, обеспечивающее успешную работу в коллективе <b>УК-3.3</b> Владеет навыками социального взаимодействия в профессиональной деятельности	сформирована / не сформирована	
<b>УК-4</b>	<b>УК-4.2</b> Умеет логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах) <b>УК-4.3</b> Владеет различными формами, видами устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)	сформирована / не сформирована	
<b>УК-8.1</b>	<b>УК-8.2</b> Умеет обеспечивать условия труда на рабочем месте, безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов <b>УК-8.3</b> Владеет методами прогнозирования возникновения опасных или чрезвычайных ситуаций; навыками по применению основных методов защиты в повседневной жизни и профессиональной деятельности, в том числе в условиях чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	сформирована / не сформирована	
<b>ПК-5</b>	<b>ПК-5.3</b> Умеет: планировать содержание физической реабилитации для наиболее типичных нозологических форм различных возрастных и гендерных групп	сформирована / не сформирована	

	<p><b>ПК-5.4 Умеет:</b> разрабатывать методики реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья с использованием различных средств и форм ЛФК, лечебного массажа и физиотерапевтических воздействий.</p> <p><b>ПК-5.6 Владеет:</b> навыками проведения занятия по ЛФК для реабилитантов с наиболее типичными нозологическими формами, различных возрастных и гендерных групп</p> <p><b>ПК-5.7 Владеет:</b> методами оценки степени восстановления функций организма человека для наиболее типичных нозологических форм, различных возрастных и гендерных групп.</p> <p><b>ПК-5.8 Владеет:</b> навыками мануального воздействия на организм человека с целью восстановления утраченных или временно нарушенных функций организма с учетом показаний и противопоказаний и механизмов воздействия</p>		
<b>ПК-6</b>	<p><b>ПК-6.2 Умеет:</b> разрабатывать методики ЛФК для лиц с отклонениями в состоянии здоровья с использованием различных средств и форм ЛФК.</p> <p><b>ПК-6.3 Владеет:</b> навыками проведения занятия по ЛФК для реабилитантов с наиболее типичными нозологическими формами, различных возрастных и гендерных групп</p>	сформирована / не сформирована	
<b>ПК-7</b>	<p><b>ПК-7.2 Умеет:</b> развивать навыки гигиены и самоконтроля у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.</p> <p><b>ПК-7.3 Владеет:</b> навыками пропаганды здорового образа жизни, разработки методик и методического обеспечения образовательных программ по физической реабилитации, профилактике и оздоровлению лиц с отклонениями в состоянии здоровья.</p>	сформирована / не сформирована	

Рекомендации по совершенствованию профессиональной подготовки бакалавров по направлению подготовки: \_\_\_\_\_

Руководитель практики  
от профильной организации

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /  
подпись / ФИО

Руководитель  
профильной организации  
МП

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /  
подпись / ФИО

Итоговая отметка за прохождение и защиту отчета по практике

(ставит руководитель практики от кафедры)

Руководитель практики от кафедры

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /  
подпись / ФИО

**ДНЕВНИК  
прохождения практики**

<b>Дата</b>	<b>Вид и содержание работы</b>
Первый день	Прошел (ла) вводный инструктаж и первичный инструктаж на рабочем месте по ОТ; инструктаж по пожарной безопасности. Инструктажи провели: ответственный по ОТ :.....; ответственный по пожарной безопасности.....
Последний день	Защита отчета по практике

Подпись студента \_\_\_\_\_ (ФИО)

Руководитель практики от кафедры \_\_\_\_\_ (ФИО, должность)

Руководитель практики от профильной организации \_\_\_\_\_ (ФИО, должность)

**Лист инструктажа**  
**в организации по месту прохождения производственной практики,**  
**профессионально-ориентированной**  
Наименование организации:

---

Срок прохождения практики: 30.02 – 14.03.2023 г.

---

№ п/п	Наименование инструктажа	Дата проведения инструктажа	Фамилия, инициалы инструктирующего	Подпись инструктирующего, печать	Фамилия, инициалы обучающегося (инструктируемого)	Подпись обучающегося (инструктируемого)
1.	Вводный инструктаж					
2.	Первичный инструктаж на рабочем месте по ОТ					
3	Инструктаж по пожарной безопасности					



**КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ №**  
**по лечебной физической культуре для лиц с \_\_\_\_\_**

Дата проведения \_\_\_\_\_

Место проведения \_\_\_\_\_

Продолжительность занятия \_\_\_\_\_ мин

Тема занятия (или цель) \_\_\_\_\_

Задачи занятия:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

Двигательный режим, период \_\_\_\_\_

Занятие проводил \_\_\_\_\_

Инвентарь: \_\_\_\_\_

Часть занятия	Содержание	Дозировка (мин, с., раз, круг, кг., подходы)	Организационно – методические указания
I.	<b>Подготовительная</b> 1.1 Построение в шеренгу 1.2	4 мин	Вдоль линии
II.	<b>Основная</b> 2.1 2.2	23 мин	
III	<b>Заключительная</b>	3 мин	

Используемая литература: \_\_\_\_\_

Заключение по занятию:

Оценка за проведение («отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно», прописать): \_\_\_\_\_

Подпись студента \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ (ФИО)

Руководитель практики от кафедры \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ (ФИО, должность)

Руководитель практики от профильной организации \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ (ФИО, должность)

## КОНСПЕКТ ЗАЧЕТНОГО ЗАНЯТИЯ

по лечебной физической культуре для лиц с \_\_\_\_\_

Дата проведения \_\_\_\_\_  
 Место проведения \_\_\_\_\_  
 Продолжительность занятия \_\_\_\_\_ мин  
 Тема занятия (или цель) \_\_\_\_\_

Задачи занятия:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

Двигательный режим, период \_\_\_\_\_

Занятие проводил \_\_\_\_\_

Инвентарь: \_\_\_\_\_

Часть занятия	Содержание	Дозировка (мин, с., раз, круг, подходы)	Организационно – методические указания
I.	<b>Подготовительная</b> 1.1 Построение в шеренгу 1.2	4 мин	Вдоль линии
II.	<b>Основная</b> 2.1 2.2	23 мин	
III	<b>Заключительная</b>	3 мин	

Используемая литература: \_\_\_\_\_

Члены комиссии:

- |          |          |                    |
|----------|----------|--------------------|
| 1. _____ | _____    | _____              |
|          | (оценка) | (подпись) (Ф.И.О.) |
| 2. _____ | _____    | _____              |
|          | (оценка) | (подпись) (Ф.И.О.) |
| 3. _____ | _____    | _____              |
|          | (оценка) | (подпись) (Ф.И.О.) |

Краткий анализ урока (занятия) членами комиссии: \_\_\_\_\_

Заключение по занятию:

Оценка за проведение («отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно», прописать): \_\_\_\_\_

Подпись студента \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 (ФИО)

Руководитель практики от кафедры \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 (ФИО, должность)

Руководитель практики от профильной организации \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 (ФИО, должность)

## ПРОТОКОЛ

### педагогического наблюдения и анализа занятия по ЛФК

Дата проведения: \_\_\_\_\_

Продолжительность: \_\_\_\_\_

Проводил: \_\_\_\_\_

Контингент (возраст, диагноз, стадия заболевания): \_\_\_\_\_

Двигательный режим (этап реабилитации): \_\_\_\_\_

Место проведения: \_\_\_\_\_

Инвентарь, оборудование \_\_\_\_\_

Задачи занятия:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

**1. Определение и формулировка педагогом основных задач занятия (их соответствие возрасту, полу, диагнозу, имеющимся нарушениям)**

**2. Подбор физических упражнений для решения поставленных задач согласно частям занятия.**

Рациональность распределения времени по частям занятия:

- а) в подготовительной части занятия (разнообразие и эффективность физических упражнений в подготовке к решению основных задач занятия, их методическая последовательность);
- б) в основной части занятия (соответствие специальных физических упражнений поставленным задачам, целесообразность их методической последовательности на занятии; количество, характер и методическая последовательность подводящих упражнений; дозировка);
- в) в заключительной части занятия (разнообразие и эффективность физических упражнений в завершении занятия, их методическая последовательность);
- г) соответствие фактического материала занятия, запланированному в конспекте, и конкретно сложившимся условиям проведения.

**3. Используемые методы обучения и степень их эффективности:**

Знание методистом ЛФК техники изучаемых движений и методики обучения им. Владение методами обучения:

- а) методы слова (объяснения, команды, оценка и пр.), уровень речевой подготовленности педагога, знание терминологии, владение командным голосом;
- б) методы наглядности (показ действия, демонстрация плакатов и др.), качество показа, использование занимающихся для показа, сочетание показа со словом;
- в) методы обучения двигательным действиям (метод разучивания по частям, в целом, игровой, соревновательный и пр.);
- г) разнообразие применяемых на занятии методов, их соответствие поставленным задачам, условиям работы и индивидуальным особенностям занимающихся.

**4. Используемые формы организации работы занимающихся на занятии:**

- а) групповой;
- б) индивидуальный;
- в) обеспечение страховки, оказание помощи.

**5. Характеристика нагрузки на занятии и ее оценка.**

Определение объема нагрузки и ее интенсивность. Характеристика «кривой нагрузки». Соответствие объема и интенсивности нагрузки общему состоянию занимающегося по реакции ССС, особенностям клинического течения заболевания, возраста, степени тренированности и индивидуальным особенностям. Использование различных приемов регулирования нагрузки (выбор исходных положений, интервалы отдыха, темп, амплитуда, степень мышечного напряжения, эмоциональный фактор и т.д.).

**5. Подготовка педагога к занятию:**

- а) разработка конспекта занятия (его полнота, грамотность, качество оформления);
- б) подготовка места занятия, оборудования, учебных пособий;
- в) внешний вид педагога.

**6. Поведение занимающихся во время занятия:**

- а) отношение занимающихся к отдельным упражнениям и к занятию в целом (интерес, активность, настойчивость);
- б) дисциплина;
- в) внешний вид.

**7. Выводы по занятию**

**8. Рекомендации**

Подпись проводившего занятие (инструктор) \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
(ФИО)

Подпись студента \_\_\_\_\_  
(ФИО)

Руководитель практики от  
кафедры \_\_\_\_\_  
(ФИО)

Руководитель практики от  
профильной организации \_\_\_\_\_  
(ФИО)

## ПРОТОКОЛ

### пульсометрии у занимающихся на занятии по ЛФК

Дата проведения: \_\_\_\_\_

Наблюдение проводилось за занимающимся: \_\_\_\_\_  
(Ф.И.О., возраст, нозология)

Частота сердечных сокращений (ЧСС) занимающегося в покое: \_\_\_\_\_ ударов в минуту

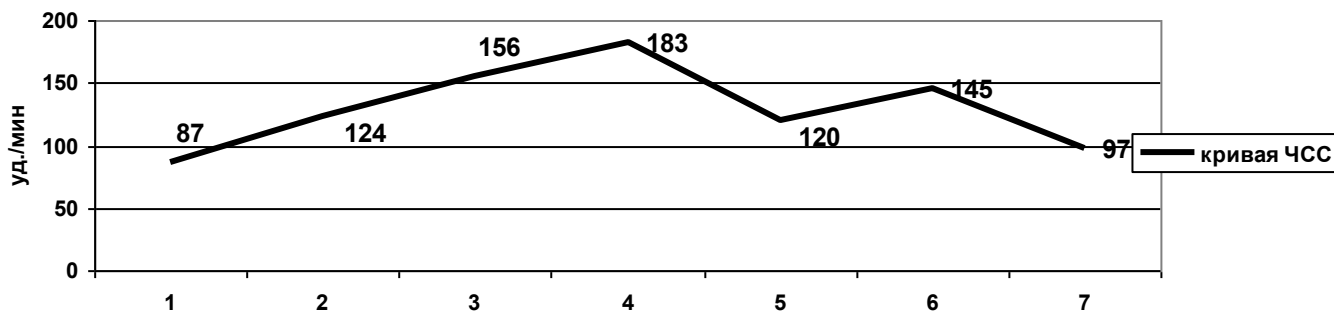
Тема занятия (цель): \_\_\_\_\_

Задачи:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

№ п/п	Виды деятельности	Время измерения ЧСС, части занятия	ЧСС за 15 с.	ЧСС за 1 мин.	Примечание
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					

Физиологическая кривая показателя физической нагрузки



**Заключение:** распределение физической нагрузки по частям занятия, пояснить реакцию организма занимающегося на физическую нагрузку по данным ЧСС с учетом возраста и нозологической группы

Подпись студента \_\_\_\_\_ (ФИО)

Руководитель практики от кафедры \_\_\_\_\_ (ФИО)

Руководитель практики от профильной организации \_\_\_\_\_ (ФИО)

## Конспект процедуры массажа

Номер сеанса массажа по счету \_\_\_\_\_

Дата проведения \_\_\_\_\_

Диагноз, стадия заболевания, возраст \_\_\_\_\_

Возраст пациента \_\_\_\_\_

Задачи процедуры массажа:

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

<b>№ п/п</b>	<b>Область массажа и исходное положение</b>	<b>Виды и приемы массажа</b>	<b>Дозировка (кол-во раз или минуты)</b>	<b>Организационно – методические указания</b>

Подпись студента \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

(ФИО)

Руководитель практики от кафедры \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

(ФИО)

Руководитель практики от профильной организации \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

(ФИО)

## Оценка и анализ функционального состояния организма занимающихся

На 2 и 6 неделях практики проводится оценка функционального состояния организма одного занимающегося. Для этого необходимо подобрать не менее трех тестов, оценивающих ту или иную систему исследуемого (например, ССС, дыхательную систему, ОДА и т.п.). По каждому тесту/пробе требуется описание его методики проведения и оценки результата. В конце исследования представить анализ по результатам проведенного тестирования. Все полученные данные должны быть внесены в протокол.

### Протокол (примерный) оценки функционального состояния организма

Возраст исследуемого:

Пол:

Диагноз:

Наименование теста	Дата первичного тестирования	Дата повторного тестирования
1.	результат	результат
2.		
3.		

Анализ по полученным результатам тестирования:

Подпись студента

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

(ФИО)

Руководитель практики от  
кафедры

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

(ФИО)

Руководитель практики от  
профильной организации

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

(ФИО)

**БЕСЕДА на тему «.....»**

Цель беседы: \_\_\_\_\_

Задачи:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_

Используемая литература

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_

Содержание

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_

Ход беседы (тезисы).

Подпись студента \_\_\_\_\_ (ФИО)

Руководитель практики от  
кафедры \_\_\_\_\_ (ФИО)

Руководитель практики от  
профильной организации \_\_\_\_\_ (ФИО)



## ЗАКЛЮЧЕНИЕ ПО ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ: ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ОРИЕНТИРОВАННОЙ ПРАКТИКЕ

---

(Ф.И.О. обучающегося, группа)

1. Количество просмотренных занятий по ЛФК \_\_\_\_\_.
2. Количество проведенных занятий \_\_\_\_\_ из них частей занятий \_\_\_\_\_
3. Раскрыть содержание воспитательной работы, проведенной в период практики (беседа)
4. Анализ организации ФР в профильной организации
5. Характеристика выполнения других разделов индивидуального плана и пр.
6. Замечания и предложения по совершенствованию профессионально-педагогической подготовки студентов до практики и в процессе учебной практики в профильной организации.

Подпись студента \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
(ФИО)

Дата