

**Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Национальный государственный Университет  
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,  
Санкт-Петербург»**

**Кафедра теории и методики адаптивного спорта**

Рабочая программа практики

**ПМ.01 ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ  
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ РАБОТЫ С  
ИНВАЛИДАМИ И ЛИЦАМИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ  
ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

**УП.01.01 УЧЕБНАЯ ПРАКТИКА**

Основная профессиональная образовательная программа  
среднего профессионального образования – программа подготовки  
специалистов среднего звена по специальности

**49.02.02 Адаптивная физическая культура**

Квалификация:

**Педагог по адаптивной физической культуре и спорту**

Форма обучения:

**Заочная**

Санкт-Петербург, 2025

## 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРАКТИКИ

### 1.1. МЕСТО ПРАКТИКИ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

Программа учебной практики является подготовительным элементом для освоения профессионального модуля «Организация и проведение физкультурно-спортивной работы с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья». Практический опыт, полученный в ходе прохождения практики, будет использован при дальнейшем обучении в профессиональных модулях:

ПМ.02 Методическое обеспечение физкультурной и спортивной деятельности с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья;

ПМ.03 Проведение групповых и индивидуальных занятий по программам адаптивного физического воспитания и индивидуальным планам физической реабилитации, в том числе по инклюзивной программе

### 1.2. ЦЕЛЬ И ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОХОЖДЕНИЯ ПРАКТИКИ:

**Цель прохождения практики - первичное ознакомление с организацией и проведением физкультурно-спортивной работы с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья.**

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общие компетенции	ОК 01 Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам
	ОК 04 Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде
Профессиональные компетенции	ПК 1.1 Планировать физкультурно-спортивную работу с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья
	ПК 1.2 Проводить воспитательную, рекреационно-досуговую, оздоровительную работу с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья
Личностные результаты	ЛР 13 Непрерывно совершенствующий профессиональные навыки через получение опыта практической деятельности с различными категориями населения, совершенствование культуры профессиональной коммуникации и опыта общения с коллегами, обладающий критическим мышлением в отношении выбора и использования современных и традиционных

	педагогических технологий в работе с лицами с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов. Умеющий принимать решения на основе научно и математико-статистически обоснованных фактов.
	ЛР 16 Проектно-мыслящий, эффективно взаимодействующий с членами команды и сотрудничающий с другими людьми, осознанно выполняющий профессиональные требования, ответственный, пунктуальный, дисциплинированный, трудолюбивый, критически мыслящий, нацеленный на достижение поставленных целей; демонстрирующий профессиональную жизнестойкость
	ЛР 17 Соблюдающий в своей профессиональной деятельности общие этические и моральные принципы: честности, независимости, противодействия коррупции и экстремизму, обладающий системным мышлением и умением принимать решение в условиях риска и неопределенности

### 1.3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОХОЖДЕНИЯ ПРАКТИКИ:

Планируемые результаты освоения дисциплины	Содержание планируемых результатов освоения дисциплины
Знания	<ul style="list-style-type: none"> <li>– актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить;</li> <li>– основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем;</li> <li>– в профессиональном и/или социальном контексте;</li> <li>– алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях;</li> <li>– методы работы в профессиональной и смежных сферах;</li> <li>– структуру плана для решения задач;</li> <li>– порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности;</li> <li>– направления, содержание, формы организации физкультурно-спортивной работы с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>– требования к планированию и технологии планирования физкультурно-спортивной работы с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>– технологию планирования воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работы с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>– современные формы организации воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работы с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья</li> </ul>
Умения	<ul style="list-style-type: none"> <li>– распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте;</li> <li>– анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части;</li> <li>– определять этапы решения задачи;</li> <li>– составлять план действия;</li> <li>– овладеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах;</li> <li>– эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;</li> <li>– взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности;</li> <li>– определять цель, задачи и содержание физкультурно-спортивной работы с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>– оценивать результаты коррекционно-развивающей направленности педагогических воздействий в отношении инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья при проведении воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных занятий и мероприятий, готовить обоснованные предложения по корректировке планов мероприятий</li> </ul>
Владение навыками	

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИКИ

### 2.1. ОБЪЕМ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
		2
Контактная работа преподавателей с обучающимися	2	2
в том числе:		
Практические занятия	2	2
Самостоятельная работа	106	106
Общая трудоемкость	108	108

## 2.2. СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИКИ:

№ П/П	Наименование разделов практики	Виды работ на практике	Объем часов	Форма отчетности	Результаты обучений в виде знаний, умений, навыков
1	<b>Организационно-методический раздел</b>	Участие во вступительной конференции по практике	2	Письменный анализ в дневнике практики Учет в дневнике практики Индивидуальное задание и Рабочий график прохождения практики в дневнике студента-практиканта Портфолио	- актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить - основные источники информации - и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; - алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях, - методы работы в профессиональной и смежных сферах; - структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности, - направления, содержание, формы организации физкультурно-спортивной работы с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья; - требования к планированию и технологии планирования физкультурно-спортивной работы с инвалидами и лицами с ограниченными
		Участие в беседах с персоналом кафедры,	2		
		Участие в беседах с учителем/инструктором, проводящим занятие по адаптивной физической культуре, адаптивному спорту, физической реабилитации	2		
		Разработка индивидуально плана прохождения программы практики	4		
		Участие в методических занятиях бригады студентов	6		
		Оформление отчета-портфолио	10		
		Участие в заключительной конференции по практике	2		

					<p>возможностями здоровья;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- технологию планирования воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работы с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- современные формы организации воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работы с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья</li> </ul>
2	<b>Учебно-методический раздел</b>	Реферат	12	Реферат, методическая разработка 1 в дневнике практики	- взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности - определять цель, задачи и содержание физкультурно-спортивной работы с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья
		Разработка проекта документа планирования, раскрывающего методические аспекты процесса, реализуемого с выбранным контингентом (методическая разработка 1)	16		
3	<b>Контрольно-аналитический раздел</b>	Проведение частичных тематических наблюдений	16	Частичные тематические наблюдения, полные пед. наблюдения, хронометрирование, пульсометрия, дневник практики	- распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте - анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части - определять этапы решения задачи
		Проведение полных педагогических наблюдений	8		
		Проведение хронометрирования и анализа плотности занятий	8		
		Проведение пульсометрии и	8		

	анализа распределения нагрузки на занятии		<ul style="list-style-type: none"> <li>- составлять план действия</li> <li>- овладеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах</li> <li>- оценивать результаты коррекционно-развивающей направленности педагогических воздействий в отношении инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья при проведении воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных занятий и мероприятий, готовить обоснованные предложения по корректировке планов мероприятий</li> </ul>
	Проведение ежедневного самоанализа выполнения программы практики	12	
<b>ИТОГО</b>		108	

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ПРАКТИКИ**

УП.01.01 Учебная практика реализуется на кафедре, за которой закреплены практиканты, с посещением учреждений, осуществляющих физкультурно-спортивную деятельность с лицами с ограниченными возможностями, включая инвалидов из сфер: физической культуры и спорта, образования, социальной защиты населения, здравоохранения. Во время посещения учреждений, под контролем методиста, практиканты осуществляют сбор эмпирического материала с помощью методов: педагогическое наблюдение, хронометрирование, пульсометрия. Полученные материалы подвергаются анализу и интерпретации посредством выполнения методических разработок и заданий, представленных в дневнике практики и размещенных на платформе дистанционного образования НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург <https://do-ngu.lesgaft.spb.ru/course/view.php?id=3340>.

#### **3.1. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ ПРАКТИКИ**

Учебные аудитории для проведения учебных занятий оснащены оборудованием и техническими средствами обучения:

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

## **3.2. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ПРАКТИКИ**

Информационное обеспечение прохождения практики реализуются на платформе дистанционного образования НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург.

### **3.2.1. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПРАКТИКИ:**

#### **ОСНОВНАЯ:**

1. Алхасов, Д. С. Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы : учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 144 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-15486-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/568321>
2. Григорьев, О. А. Организация физкультурно-оздоровительной работы в детском оздоровительном лагере : учебник для среднего профессионального образования / О. А. Григорьев, Е. А. Стеблецов. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 261 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13337-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/566759>
3. Ильина, И. В. Медицинская реабилитация : учебник для среднего профессионального образования / И. В. Ильина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 333 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-17225-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/561585>
4. Рипа, М. Д. Методы лечебной и адаптивной физической культуры : учебник для среднего профессионального образования / М. Д. Рипа, И. В. Кулькова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 158 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07858-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/563435>

#### **ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:**

1. Алхасов, Д. С. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам : учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, С. Н. Амелин. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 230 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-15734-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/541331>
2. Алхасов, Д. С. Организация и проведение внеурочной деятельности по физической культуре : учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 115 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-21717-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/581967>
3. Бегидова, Т. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник для среднего профессионального образования / Т. П. Бегидова. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 181 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-16755-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/563606>

4. Литош, Н. Л. Адаптивная физическая культура для детей с нарушениями в развитии : учебник для среднего профессионального образования / Н. Л. Литош. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 156 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13349-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/566949>
5. Манжелей, И. В. Теоретические и прикладные аспекты методической работы учителя физической культуры : учебник для среднего профессионального образования / И. В. Манжелей. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 182 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10801-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/565455>
6. Токарская, Л. В. Теория и методика физического воспитания детей и подростков с умственной отсталостью : учебник для среднего профессионального образования / Л. В. Токарская, Н. А. Дубровина, Н. Н. Бабийчук. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 185 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-19144-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/566498>
7. Федякин, А.А. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / А.А. Федякин. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 210 с. : рис., схем., табл.

### **3.2.2. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения программы практики:**

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Юрайт» <https://urait.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» <https://biblioclub.ru/>
- ЭБС «Лань» <https://e.lanbook.com/>
- ЭБС «Руконт» <https://lib.rucont.ru/>
- Национальная электронная библиотека (НЭБ) <https://rusneb.ru/>
- Российская Государственная Библиотека <https://www.rsl.ru/>
- Российская Национальная Библиотека <https://nlr.ru/>
- РИНЦ [https://elibrary.ru/project\\_risc.asp](https://elibrary.ru/project_risc.asp)
- Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU <https://elibrary.ru/>

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ПРОХОЖДЕНИЯ ПРАКТИКИ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
<b>Умения:</b>		
- распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте	<b>5 баллов</b> – задание выполнено в полном соответствии с требованиями программы практики, аккуратно, вовремя. При выполнении задания студент демонстрирует	Оценка за выполнение (по 5-бальной шкале)
- анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части	самостоятельность,	Оценка за выполнение (по 5-бальной шкале)
- определять этапы решения задачи	творческую активность, знание современных технологий и методик преподавания, хорошо владеет письменной и устной речью, грамотным языком, специальной терминологией и понятийным аппаратом, адекватным стилем общения.	Оценка за выполнение (по 5-бальной шкале)
- составлять план действия	Знает и реализует возможности занимающихся и специфику целей и задач учреждения,	Оценка за выполнение (по 5-бальной шкале)
- овладеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах	Учитывает требования всестороннего и гармоничного развития личности занимающихся, укрепления их здоровья. Своевременно и объективно осуществляет	Оценка за выполнение (по 5-бальной шкале)
- определять цель, задачи и содержание физкультурно-спортивной работы с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья	предварительный, текущий, итоговый и оперативный контроль результатов педагогического процесса, применяет адекватные критерии оценивания, владеет способами внесения оперативной коррекции в документы планирования и методику проведения занятий.	Оценка за выполнение (по 5-бальной шкале)
- взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности		Оценка за выполнение (по 5-бальной шкале)
- эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде:		Оценка за выполнение (по 5-бальной шкале)
- оценивать результаты коррекционно-развивающей направленности педагогических воздействий в отношении инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья при проведении воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных занятий и мероприятий, готовить обоснованные предложения по корректировке планов мероприятий		Оценка за выполнение (по 5-бальной шкале)
<b>Знания:</b>	<b>4 балла</b> – задание выполнено в соответствии с требованиями программы практики, аккуратно, вовремя.	
- актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить;	При выполнении задания студент демонстрирует стандартный подход, знание распространённых технологий и методик	Оценка за выполнение (по 5-бальной шкале)
- основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем; в профессиональном и/или социальном контексте;		Оценка за выполнение (по 5-бальной шкале)

- алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях;	преподавания, не достаточно хорошо владеет письменной и устной речью, не точно	Оценка за выполнение (по 5-бальной шкале)
- методы работы в профессиональной и смежных сферах;	применяет специальную терминологию и понятийный аппарат, стиль общения. Не всегда соответствует	Оценка за выполнение (по 5-бальной шкале)
- структуру плана для решения задач;	ситуации. Знает и реализует возможности занимающихся и специфику целей и задач	Оценка за выполнение (по 5-бальной шкале)
- порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности;	учреждения, не достаточно учитывает требования всестороннего и	Оценка за выполнение (по 5-бальной шкале)
- направления, содержание, формы организации физкультурно-спортивной работы с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья	гармоничного развития личности занимающихся, укрепления их здоровья. Реализует не все виды контроля результатов педагогического процесса,	Оценка за выполнение (по 5-бальной шкале)
- требования к планированию и технологии планирования физкультурно-спортивной работы с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья;	применяет информативные критерии оценивания, не своевременно корректирует документы планирования и методику проведения занятий.	Оценка за выполнение (по 5-бальной шкале)
- технологию планирования воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работы с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья;	<b>3 балла</b> – задание выполнено в соответствии с требованиями программы практики, но не аккуратно и позже утвержденного срока. При выполнении задания	Оценка за выполнение (по 5-бальной шкале)
- современные формы организации воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работы с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья	студент демонстрирует стандартный подход к технологии и методике преподавания. Не точно применяет специальную	Оценка за выполнение (по 5-бальной шкале)
- распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте	терминологию и понятийный аппарат.	Оценка за выполнение (по 5-бальной шкале)
- анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части	<b>2 балла</b> - задание выполнено в соответствии с требованиями программы практики, но не аккуратно и позже утвержденного срока. При выполнении задания	Оценка за выполнение (по 5-бальной шкале)
- определять этапы решения задачи	студент демонстрирует стандартный подход к	Оценка за выполнение (по 5-бальной шкале)
- составлять план действия	технологии и методике преподавания, плохо владеет	Оценка за выполнение (по 5-бальной шкале)
- овладеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах	письменной и устной речью. <b>1 балл</b> - задание не выполнено	Оценка за выполнение (по 5-бальной шкале)

- эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;		Оценка за выполнение (по 5-бальной шкале)
- взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности;		Оценка за выполнение (по 5-бальной шкале)
- определять цель, задачи и содержание физкультурно-спортивной работы с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья;		Оценка за выполнение (по 5-бальной шкале)
- оценивать результаты коррекционно-развивающей направленности педагогических воздействий в отношении инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья при проведении воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных занятий и мероприятий, готовить обоснованные предложения по корректировке планов мероприятий		Оценка за выполнение (по 5-бальной шкале)
<b>Навыки:</b>		

Автор-разработчик - Шелехов Алексей Анатольевич - канд. пед. наук, доцент,  
декан факультета образовательных технологий  
адаптивной физической культуры