

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Ганеев Бикер Валеевич
Должность: Директор
Дата подписания: 20.10.2026 11:37:42
Уникальный программный ключ:
fceb25d7092f3bfff743e8ad3f8d57fddc1f9e66

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Уфимский университет науки и технологий»
Институт среднего профессионального образования
Бирский филиал
Колледж

ОДОБРЕНО

на заседании ПЦК педагогических
дисциплин
протокол №01 от «30» августа 2026 г.

Председатель ПЦК



С.В.Якина

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий колледжем



А.А.Русинов

«30» августа 2026 г.

ПРОГРАММА ПРАКТИКИ

УП.01.01 Учебная практика по ПМ 01/ ПМ.01

*Организация физкультурно-спортивной деятельности лиц с ограниченными
возможностями здоровья*

49.02.02 Адаптивная физическая культура

Педагог по адаптивной физической культуре и спорту

Форма обучения: очная

Бирск 2026

Программа практики разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности *49.02.02 Адаптивная физическая культура*, утвержденного приказом Минпросвещения России от 28.08.2023г. № 640

Организация-разработчик: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Уфимский университет науки и технологий», *Бирский филиал*

Оглавление

1. Перечень планируемых результатов обучения при прохождении практики.....	4
1.1. Область применения рабочей программы.....	4
1.2. Перечень планируемых результатов освоения образовательной программы	4
1.3. Перечень планируемых результатов обучения при прохождении практики, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	5
2. Место практики в структуре основной образовательной программы.....	8
3. Объем практики в часах с указанием количества недель.....	Ошибка! Закладка не определена.
4. Содержание практики	8
5. Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации обучающихся по практике	12
6. Учебно-методическое и информационное обеспечение практики.....	12
6.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для проведения практики.....	12
6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее - сеть «Интернет»), необходимых для проведения практики....	Ошибка! Закладка не определена.
6.3. Перечень информационных технологий, используемых при проведении практики, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)	Ошибка! Закладка не определена.
7. Методические указания для обучающихся по прохождению практики	133

1. Перечень планируемых результатов обучения при прохождении практики

1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа практики является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС для специальности: 49.02.02. Адаптивная физическая культура базового уровня подготовки, разработанной в соответствии с ФГОС СПО.

Содержание рабочей программы учебной практики направлено на освоение вида профессиональной деятельности: Организация физкультурно-спортивной деятельности лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Учебная и производственная практика направлена на приобретение обучающимися первоначального практического опыта для последующего освоения общих (ОК) и профессиональных компетенций (ПК) по данному виду профессиональной деятельности.

1.2. Перечень планируемых результатов освоения образовательной программы

Выпускник, освоивший программу подготовки специалистов среднего звена, в рамках практики, должен обладать компетенциями, соответствующими виду (видам) профессиональной деятельности, на который (которые) ориентирована программа:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях;

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения;

ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;

ОК 09. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и

иностранном языке.

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.

ПК 1.3. Организовывать спортивно-массовые соревнования и мероприятия по выполнению инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья норм всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.

ПК 1.4. Организовывать деятельность волонтеров при проведении мероприятий и занятий по адаптивной физической культуре.

ПК 1.5. Анализировать физкультурно-спортивную работу с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья.

1.3. Перечень планируемых результатов обучения при прохождении практики, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Планируемые результаты освоения образовательной программы (компетенции)	Этапы формирования компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
ПК 1.1. Планировать физкультурно-спортивную работу с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья.	1 этап: Знания	Обучающийся должен знать: нормативные документы, регламентирующие организацию физкультурно-спортивной работы с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья (ЛОВЗ) в РФ, цели и задачи физкультурно-спортивной работы с инвалидами и ЛОВЗ в РФ направления, содержание и формы организации физкультурно-спортивной работы с инвалидами и ЛОВЗ, технологию планирования воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работы современные методики организации занятий адаптивной физической культурой (АФК) при различных нарушениях функций организма
	2 этап: Умения	Обучающийся должен уметь: определять цель, задачи и содержание физкультурно-спортивной работы с инвалидами и ЛОВЗ разрабатывать документы планирования физкультурно-спортивной работы планировать занятия по АФК по программам и методикам адаптивного физического воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации разрабатывать планы проведения мероприятий и занятий: групповых, индивидуальных, воспитательных, рекреационно-досуговых,

		оздоровительных определять цель, задачи, содержание и формы мероприятий с учётом возрастного-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей занимающихся и специфики заболевания
	3 этап: Иметь практический опыт	Обучающийся должен иметь практический опыт: проведения мероприятий и занятий по АФК проведения инструктажа по технике безопасности в процессе организации и проведения мероприятий и занятий проведения занятий с инвалидами и ЛОВЗ по формированию гигиенических знаний, умений и навыков разработки и проведения занятия для подготовки инвалидов и ЛОВЗ к выполнению нормативов ВФСК ГТО
ПК 1.2. Проводить воспитательную, рекреационно-досуговую, оздоровительную работу с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья.	1 этап: Знания	Обучающийся должен знать: технологию планирования воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работы с инвалидами и ЛОВЗ современные формы организации воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работы с инвалидами и ЛОВЗ цели, задачи, содержание и формы мероприятий и занятий по воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работе методики проведения мероприятий и занятий по адаптивной физической культуре методику проведения спортивно-оздоровительных соревнований в рамках мероприятий и занятий по АФК
	2 этап: Умения	Обучающийся должен уметь: планировать и проводить занятия и мероприятия по воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работе с инвалидами и ЛОВЗ использовать различные формы адаптивного физического воспитания, средства и методы физической реабилитации отбирать типовые методики проведения занятий с учётом типичных нарушений функций организма регулировать физическую нагрузку в соответствии с задачами, формой организации, характером нарушений и функциональными возможностями занимающихся контролировать выполнение упражнений и технических приёмов, находить и исправлять ошибки пользоваться специализированным спортивным инвентарём и оборудованием для занятий АФК, техническими средствами реабилитации инвалидов составлять комплексы упражнений ЛФК при различных заболеваниях
	3 этап: Иметь практический опыт	Обучающийся должен иметь практический опыт: проведения мероприятий и занятий по адаптивной физической культуре (воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной направленности) проведения инструктажа по технике безопасности в процессе организации и проведения мероприятий и занятий проведения занятий с инвалидами и ЛОВЗ по формированию гигиенических знаний, умений и навыков

ПК 1.3. Организовывать спортивно- массовые соревнования и мероприятия по выполнению инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья норм всероссийского физкультурно- спортивного комплекса.	1 этап: Знания	Обучающийся должен знать: основные положения всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» состав и содержание испытаний (тестов) ВФСК ГТО для инвалидов и ЛОВЗ классификацию лиц для выполнения норм ВФСК ГТО для инвалидов и ЛОВЗ (по нозологическим группам, возрастным ступеням, степени функциональных возможностей) содержание и методику проведения занятий для подготовки инвалидов и ЛОВЗ к выполнению нормативов ВФСК ГТО в соответствии с установленной ступенью
	2 этап: Умения	Обучающийся должен уметь: оформлять документы при подготовке, организации и проведении спортивных соревнований, мероприятий по выполнению инвалидами и ЛОВЗ норм всероссийского физкультурно-спортивного комплекса пользоваться контрольно-измерительными приборами и средствами измерений уровня физической подготовленности определять содержание и проводить занятия для подготовки инвалидов и ЛОВЗ к выполнению нормативов ВФСК ГТО в соответствии с установленной ступенью разрабатывать планы занятий с учётом нозологических групп, возраста и функциональных возможностей занимающихся
	3 этап: Иметь практический опыт	Обучающийся должен иметь практический опыт: разработки и проведения занятия для подготовки инвалидов и ЛОВЗ к выполнению норм всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
ПК 1.4. Организовывать деятельность волонтеров при проведении мероприятий и занятий по адаптивной физической культуре.	1 этап: Знания	Обучающийся должен знать: цель, задачи и содержание волонтерской деятельности в области АФК и спорта методику подготовки волонтеров в области адаптивной физической культуры
	2 этап: Умения	Обучающийся должен уметь: определять состав и направления работы волонтеров в области адаптивной физической культуры и спорта распределять задачи между волонтерами с учётом направленности и особенностей конкретного мероприятия или занятия координировать работу волонтеров в процессе проведения мероприятий и занятий по АФК
	3 этап: Иметь практический опыт	Обучающийся должен иметь практический опыт: организации деятельности волонтеров в области адаптивной физической культуры и спорта определения содержания и направлений работы волонтеров в области АФК и спорта
ПК 1.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической	1 этап: Знания	Обучающийся должен знать: методики контроля физического, функционального, психического состояния инвалидов и ЛОВЗ показатели контроля подготовленности занимающихся признаки утомления и переутомления, способы их выявления и профилактики технику безопасности, способы и приёмы предупреждения травматизма при проведении мероприятий и занятий по АФК

культурой спортом.	и	2 этап: Умения	Обучающийся должен уметь: оценивать результативность физкультурно-спортивной работы с инвалидами и ЛОВЗ анализировать физическое состояние занимающихся, динамику его изменения оценивать результаты коррекционно-развивающей направленности педагогических воздействий анализировать планы и программы, регламентирующие содержание работы по социализации инвалидов и ЛОВЗ пользоваться контрольно-измерительными приборами и средствами измерений уровня физической подготовленности
		3 этап: Иметь практический опыт	Обучающийся должен иметь практический опыт: наблюдения, анализа и самоанализа мероприятий и занятий по АФК разработки предложений по совершенствованию мероприятий и занятий анализа и оценки физкультурно-спортивной работы с инвалидами и ЛОВЗ оценки результатов коррекционно-развивающей направленности педагогических воздействий

2. Место практики в структуре основной образовательной программы

Практика реализуется в рамках обязательной части. Практика относится к профессиональному циклу, является частью профессионального модуля ПМ 01. Организация физкультурно-спортивной деятельности лиц с ограниченными возможностями здоровья

Для прохождения практики необходимы компетенции, сформированные в рамках изучения следующих дисциплин:

МДК.01.01. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой оздоровительной тренировки лиц с ограниченными возможностями здоровья

МДК.01.02. Организация физкультурно-спортивной работы с лицами, имеющими ограниченные возможности здоровья

МДК.01.03. Лечебная физическая культура и массаж

УП 01.01. - реализуется на базе образовательной организации - в колледже БФ БашГУ - Практика проводится на 2 курсе в 4 семестре

3. Объем практики в часах с указанием количества недель

Общая трудоемкость (объем) практики составляет 72 часа, 2 недели.

Наименование разделов, тем.	Содержание учебного материала, практические и теоретические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Формируемые компетенции ¹
1	2	3	4
Тема 1. Планирование физкультурно-спортивной работы с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья	Виды выполняемых работ: 1. изучение нормативных документов регламентирующих организацию физкультурно-спортивной работы с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья (ЛОВЗ) в РФ, цели и задачи физкультурно-спортивной работы с инвалидами и ЛОВЗ в РФ 2. Разработка планов проведения мероприятий и занятий: групповых, индивидуальных, воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных 3. Изучение и проведение инструктажа по технике безопасности в процессе организации и проведения мероприятий и занятий 4. Разработка планов и проведение занятий с инвалидами и ЛОВЗ по формированию гигиенических знаний, умений и навыков	4	1.1
Тема 2. Проведение воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работы с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья.	Виды выполняемых работ: 1. Планирование и проведение занятий и мероприятий по воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работе с инвалидами и ЛОВЗ 2. Изучение различных форм адаптивного физического воспитания, средств и методов физической реабилитации. 3. Изучение способов регулирования физической нагрузки в соответствии с задачами, формой организации, характером нарушений и функциональными возможностями занимающихся 4. проведения мероприятий и занятий по адаптивной физической культуре (воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной направленности) 5. проведения инструктажа по технике безопасности в процессе организации и проведения мероприятий и занятий 6. проведения занятий с инвалидами и ЛОВЗ по	8	1.2, 1.3

	формированию гигиенических знаний, умений и навыков		
Тема 3. Организация спортивно-массовых соревнований и мероприятий по выполнению инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья норм всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.	Виды выполняемых работ: 1.Изучение основных положений всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» состава и содержания испытаний (тестов) ВФСК ГТО для инвалидов и ЛОВЗ 2.Составление положения о проведении тестирования комплекса ГТО 3.Оформление протокола судейства, внесение результатов 4.Разработкам и комплексов упражнений для целенаправленного развития двигательных качеств необходимых для сдачи ГТО	36	1.2, 1.3
Тема 4. Организация деятельности волонтеров при проведении мероприятий и занятий по адаптивной физической культуре.	Виды выполняемых работ: 1. Изучение целей, задач и содержания волонтерской деятельности в области АФК и спорта 2. Изучение методики подготовки волонтеров в области адаптивной физической культуры.	6	1.2,1.3
Тема 5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом	Виды выполняемых работ: 1.Изучениеметодики контроля физического, функционального, психического состояния инвалидов и ЛОВЗ 2. Наблюдение, анализ и самоанализа мероприятий и занятий по АФК	12	1.4, 1.5
Тема 6. Оформление отчетной документации	Виды выполняемых работ: 1) Индивидуальный план работы студента, 2) Дневник практики; 3. Разработка конспекта урока для лиц с ограниченными возможностями здоровья (3 конспекта) 4.Наблюдение и анализ физкультурно-спортивных занятий (3 анализа) 5.Разработка программы по организации физкультурно оздоровительной работы для воспитанников специальной общеобразовательной школы интерната II вида 6.Разработать план физкультурно оздоровительного занятия, для определенной нозологической группы . 7.Разработка внеклассного физкультурно оздоровительного мероприятия. (Положение, сценарий и отчет) 8.Составить инструкцию по технике безопасности 9.Разработка конспектов подвижных игр для	6	1.1,1.2,1.3,1.4, 1.5,

	различных нозологических групп. 10.Оформление отчета п практике		
ВСЕГО		72 ч	

5. Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации обучающихся по практике

ФОС по учебной практике – включают задания и критерии их оценки, а также описания форм и процедур для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по учебной практике, предназначенные для определения качества освоения обучающимися результатов освоения учебной практики (умений, знаний, практического опыта, ПК). Приложение № 2

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение практики

6.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для проведения практики

Основная учебная литература:

Муллер А.Б. Физическая культура: учебник и практикум для СПО/А.Б. Муллер, Н.С. Дидячкина, Ю.А. Богащенко, А.Ю. Близневский, С.К. Рябинина.-М.: Издательство юрайт, 2017.-424,- (Среднее профессиональное образование) . ISBN 978-5-534-02612-2

Бурухин,С.Ф. Методика обучения физической культуре. Гимнастика: Учебное пособие для СПО/ С.Ф. Бурухин.- 3 изд.-М.: Издательство Юрайт,2017.-240 с. Серия: Профессиональное образование

Дополнительные источники:

Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с ограниченными возможностями здоровья [Электронный ресурс]: учебное пособие / Т. В. Андрюхина [и др.]; под общ. ред. Т. В. Андрюхиной. Екатеринбург: Изд-во Рос. гос. проф.-пед. ун-та, 2019. 158 с. Режим доступа: <http://elar.rsvpu.ru/978-5-8050-0665-5>.

ISBN 978-5-8050-0665-5

Виленский, Михаил Яковлевич. Физическая культура : учебник для СПО / М. Я. Виленский, А. Г. Горшков .— 3-е изд., стер. — Москва : КНОРУС, 2016 .— 214 с. : ил. — (Среднее профессиональное образование) .— Соответствует ФГОС СПО 3+ .— Книга доступна в электронно-библиотечной системе BOOK.ru .— Библиогр.: с. 214 .— ISBN 978-5-406-05218-1 : 524 p

6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее - сеть «Интернет»), необходимых для проведения практики

№	Наименование электронной библиотечной системы
1.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://elibrary.ru/ .
2.	Электронная библиотечная система «Лань» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://e.lanbook.com/ .

3.	Университетская библиотека онлайн biblioclub.ru [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://biblioclub.ru/ .
4.	Электронная библиотека УУНиТ [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://elib.bashedu.ru/ .
5.	Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.rsl.ru/ .
6.	Национальная электронная библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://xn--90ax2c.xn--p1ai/viewers/ .
7.	Национальная платформа открытого образования poed.ru [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://npod.ru/ .
8.	Электронное образование Республики Башкортостан [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://edu.bashkortostan.ru/ .
9.	Информационно-правовой портал Гарант.ру [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.garant.ru/ .

6.3. Перечень информационных технологий, используемых проведении практики, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)

Наименование программного обеспечения
Презентация на основе современных мультимедийных средств
Поиск информации с использованием возможностей телекоммуникационных сетей
Компьютерное тестирование

7. Методические указания для обучающихся по прохождению практики

Студент при прохождении практики обязан:

- полностью выполнять задания, предусмотренные программой практики;
 - подчиняться действующим правилам внутреннего трудового распорядка;
 - изучить и строго соблюдать правила охраны труда, техники безопасности;
 - нести ответственность за выполняемую работу и ее результаты;
 - вести дневник практики, в котором в соответствии с индивидуальным заданием прохождения практики необходимо фиксировать рабочие задания и основные результаты выполнения этапов работы;
 - при возникновении каких-либо препятствий или осложнений для нормального прохождения практики своевременно сообщать об этом руководителю практики;
- представить руководителю практики письменный отчет и сдать дифференцированный зачет по практике.

