

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой: <https://stuservis.ru/otchet-po-praktike/274846>

**Тип работы:** Отчет по практике

**Предмет:** Физическая культура и спорт

Содержание

Введение 3

1. Общие сведения об организации – базе практики 5
2. Расписание занятий АФК 9
3. Медико-педагогический анализ занятия по лечебной гимнастике 10
4. Протокол хронометрирования занятия лечебной гимнастики 13
5. Протокол пульсометрии и определение физической нагрузки на занятии лечебной гимнастики 16
6. Методическая разработка «Функции АФК» 18

Заключение 21

Список использованной литературы 24

Приложение 1 26

Введение

Мной пройдена практика с 24 сентября по 30 октября в Реабилитационной школе-интернате № 32 . Цель практики заключается в выполнении профессиональных функций инструктора-методиста по адаптивной физической культуре на основе закономерностей восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для наиболее типичных нозологических форм, видов инвалидности, гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

Задачи практики:

- закрепить, углубить и расширить знания, умения и опыт профессиональной деятельности в области адаптивной физической культуры;
- совершенствовать профессионально-педагогические компетенции инструктора-методиста АФК;
- совершенствовать творческий и исследовательский потенциал студентов в процессе практики в качестве инструктора-методиста АФК.

Содержание индивидуального задания на практику:

1. Участие в установочной конференции по практике.
2. Составление индивидуального плана работы на период практики.
3. Изучение документов организации – базы практики.
4. Изучение учебно-методической литературы.
5. Анализ эффективности реабилитационной деятельности организации.
6. Организация и проведение воспитательных, спортивных и иных мероприятий учреждения.
7. Наблюдение и анализ занятия специалистов (по физической реабилитации, лечебной и адаптивной физической культуры)
8. Письменный анализ занятий специалистов и членов бригады (по физической реабилитации, адаптивной физической культуры)
9. Разработка конспектов занятия АФК в зависимости от заболевания и этапа реабилитации.
10. Изучение эффективности занятий АФК с использованием методов диагностики.
11. Наблюдение за психо-функциональным состоянием занимающегося на занятии по АФК.
12. Ведение дневника с записями о выполнении еженедельной работы.
13. Оформление дневника и отчёта по практике.

1. Общие сведения об организации – базе практики

Реабилитационная школа-интернат № 32 находится по адресу г. Москва, ул. Адмирала Лазарева, д. 53 (метро Бунинская аллея).

В Реабилитационной школе-интернате № 32 (РШИ № 32), подведомственной столичному Департаменту труда и соцзащиты, для детей с заболеваниями крови и нарушениями эндокринной системы, которые учатся в этом учреждении, специалисты используют междисциплинарный подход для всесторонней, непрерывной комплексной реабилитации. В течение всего лета школа проводит набор на последующий учебный год. И специалисты по реабилитации, и педагоги, и другие сотрудники учреждения всегда рады встречать новых учеников, чтобы помочь им не только получить образование по основным и адаптированным программам, но и регулярно в период обучения пользоваться услугами по медицинской, социальной и профессиональной реабилитации и абилитации, в том числе и сразу после оказания им специализированной медицинской помощи.

При назначении любых процедур для каждого ребенка учитываются медицинские заключения, назначения лечащего врача и специально разработанный индивидуальный реабилитационно-образовательный маршрут.

Медицинская реабилитация включает в себя различные виды массажа и физиотерапии: грязелечение, водолечение, сухой гидромассаж, парафинолечение, механотерапию, светокислородную терапию, сеансы в альфа-окси-спа-капсуле, фитопарасауне, инфракрасной сауне, а также физиотерапию.

Кроме того, для обучающихся в РШИ № 32 ежедневно проводится «Час здоровья», а состояние детей круглосуточно контролируют школьные медицинские работники. Вместе с детской поликлиникой школа ежегодно проводит диспансеризацию для всех ребят — это помогает проводить всестороннюю диагностику и на ранней стадии выявить вероятность каких-либо негативных проявлений, чтобы вовремя начать профилактику.

В РШИ № 32 постоянно проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия, где специалисты помогают детям развить внутреннюю мотивацию к самооздоровлению и прививают любовь к занятиям спортом.

У ребенка должен быть выбор, чем заниматься, чтобы он не терял интереса к физкультурно-оздоровительному процессу. Это помогает индивидуализировать подход, снизить утомляемость.

Так можно создать внутреннюю мотивацию к оздоровлению и желанию двигаться.

Ученики занимаются популярными направлениями физкультуры — аквааэробикой, скандинавской ходьбой, совершают конные прогулки на занятиях иппотерапией. Там им удастся не только подышать свежим воздухом, но и погладить лошадь, покормить ее, а общение с животными — это всегда положительные эмоции.

Ученики развиваются на занятиях по адаптивной физической культуре, где педагог учитывает особенности и потребности каждого ребенка. В школе есть бассейн, где ребята учатся плавать в различных техниках и укрепляют свой организм. На занятиях танцетерапией можно улучшить координацию и пластику движений, развить эстетический взгляд на мир и просто отдохнуть после учебного дня.

Относительно новое и необычное направление физкультурно-оздоровительной работы — антигравитационная йога. Суть метода в том, что упражнения выполняются в подвешенном положении тела — над землей. Достигается оно благодаря специальным широким страховочным лентам, закрепленным на потолке. Антигравитационная йога позволяет не только улучшить физическую форму, но и дарит хорошее настроение за счет ощущения полета.

Антигравитационная йога имеет ряд противопоказаний, и сотрудники РШИ № 32 внимательно следят за занятиями: специалистом по адаптивной физической культуре разработана адаптированная программа с учетом индивидуальных потребностей учеников.

Социальная реабилитация помогает усилить эффект от медицинских процедур и физкультурно-оздоровительных мероприятий — это неотъемлемая часть процесса, которая позволяет ученикам с особыми потребностями развивать личностный потенциал. На занятиях ручным творчеством и арт-терапией школьники создают картины и поделки.

Список использованной литературы

1. Билич, Б. Л. Анатомия человека. Атлас. В 3 томах. Том 1. Опорно-двигательный аппарат / Б.Л. Билич, В.А. Крыжановский. - Москва: ИЛ, 2018. - 800 с.
2. Борзяк, Э. И. Анатомия человека. Фотографический атлас. В 3 томах. Том 1. Опорно-двигательный аппарат. Учебное пособие / Э.И. Борзяк, Г. фон Хагенс, Путалова. - Москва: СИНТЕГ, 2019. - 480 с.

3. Возможности обезболивания и иммобилизации при повреждениях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата. - М.: Сам Полиграфист, 2019. - 248 с.
4. Гайдук, А.А. Диагностика, классификация и медицинская реабилитация функциональных нарушений опорно-двигательного аппарата у детей и подростков / А.А. Гайдук. - М.: Эко-Вектор, 2019. - 321 с.
5. Епифанов, Александр Витальевич Восстановительное лечение при повреждениях опорно-двигательного аппарата / Епифанов Александр Витальевич. - М.: Товарищество научных изданий КМК, 2017. - 934 с.
6. Епифанов, В. А. Восстановительное лечение при повреждениях опорно-двигательного аппарата / В.А. Епифанов, А.В. Епифанов. - М.: Авторская академия, КМК, 2019. - 480 с.
7. Изель, Татьяна Николаевна Дифференциальная диагностика заболеваний опорно-двигательного аппарата. Практическое руководство / Изель Татьяна Николаевна. - М.: Медицинское Информационное Агентство (МИА), 2017. - 171 с.
8. Корзунова, Алевтина Индийский лук и заболевания опорно- двигательного аппарата / Алевтина Корзунова. - М.: Научная книга, 2019. - 882 с.
9. Кузнецов, С.В., Колодеев Е.П. Предупреждение рисков травматизма на занятиях // Юридическая техника. 2019. № 13
10. Леонтьева, Н. Н. Анатомия и физиология детского организма: (Основы учения о клетке и развитии организма, нервная система, опорно- двигательный аппарат) / Н.Н. Леонтьева, К.В. Маринова. - М.: Просвещение, 2017. - 288 с.
11. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник. В 2 т. Т.1: Введение в специальность. История, организация и общая характеристика адаптивной физической культуры /Под общей ред. проф. С.П. Евсеева. - М.: Советский спорт, 2005. - 296.
12. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник. В 2 т. Т.2: Содержание методики адаптивной физической культуры и характеристика ее основных видов/Под общей ред. проф. С.П. Евсеева. - М.: Советский спорт, 2005. - 448 с.
13. Ужегов, Генрих Болезни опорно-двигательного аппарата. Народный лечебник: моногр. / Генрих Ужегов. - Москва: Наука, 2017. - 192 с.
14. Федякин, А.А. Адаптивное физическое воспитание лиц с нарушениями регуляторных функций сердечнососудистой системы / А.А. Федякин, Ю.А. Тумасян, Ж.Г. Кортава // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. - 2014. - № 4 (110). - С. 187-190.

*Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой: <https://stuservis.ru/otchet-po-praktike/274846>*