

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Факультет фізичного виховання, здоров'я та туризму**

ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор з науково-педагогічної
та навчальної роботи

Олександр ГУРА

2024



НАСКРІЗНА ПРОГРАМА ПРАКТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ

РІВЕНЬ ВИЩОЇ ОСВІТИ	БАКАЛАВРСЬКИЙ
СПЕЦІАЛЬНІСТЬ	017 Фізична культура і спорт
ОСВІТНЬО-ПРОФЕСІЙНА ПРОГРАМА	Фітнес та рекреація
ОСВІТНЯ КВАЛІФІКАЦІЯ	Бакалавр фізичної культури і спорту


Запоріжжя, 2024

РОЗРОБЛЕНО кафедрою терапії та реабілітації факультету фізичного виховання здоров'я та туризму Запорізького національного університету

РОЗРОБНИКИ ПРОГРАМИ: зав. кафедри терапії та реабілітації, професор, д.б.н. Н.В. Богдановська, доц. кафедри терапії та реабілітації, к.мед.н. І.В. Кальнова, доц. кафедри терапії та реабілітації, к.пед.н. О.В. Бессарабова

ОБГОВОРЕНО ТА РЕКОМЕНДОВАНО ДО ЗАТВЕРДЖЕННЯ КАФЕДРОЮ терапії та реабілітації «29» серпня 2024, протокол № 1

Завідувач кафедри терапії та реабілітації

професор, д.б.н.  Надія БОГДАНОВСЬКА
(підпис)

Схвалено науково-методичною радою факультету фізичного виховання здоров'я та туризму

Протокол від «29» серпня 2024 № 1

Голова НМР факультету  Вероніка ДОРОШЕНКО
(підпис)

ВСТУП

Наскрізна програма практики є основним навчально-методичним документом, що забезпечує комплексний підхід до організації практичної підготовки, системність, безперервність та послідовність змісту і завдань виробничої практики спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» освітньо-професійної програми «Фітнес та рекреація»

Наскрізна програма практичної підготовки складена на основі освітньо-професійної програми першого (бакалаврського) рівня «Фітнес та рекреація» (пр. № 8 від 27.02.2024 р. та пр. № 16 від 19.08.2024 р. Вченої ради ЗНУ) та відповідає Стандарту вищої освіти України першого (бакалаврського) рівня галузі знань 01 Освіта/Педагогіка спеціальності 017 «Фізична культура і спорт».

Навчальні та виробничі практики спрямовані на формування умінь, навичок, компетентностей, що відповідають кваліфікації та програмним результатам навчання за освітньо-професійною програмою, які отримує здобувач ступеня вищої освіти бакалавра та дає можливість займати відповідні первинні посади.

Рівень вищої освіти	Бакалаврський
Спеціальність	017 Фізична культура і спорт
Освітньо-професійна програма	Фітнес та рекреація
Освітня кваліфікація	Бакалавр фізичної культури і спорту

№ п/п	Вид практики	Обсяг кредитів	Місце проведення практики (організації, підприємства, установи)	Первинна посада, за якою проходить практика	Вміння, (компетентності, якими повинен оволодіти студент)
1	Навчальна практика	4	Навчальні, освітні (дошкільні, шкільні, поза шкільні) та інші установи, які надають рекреаційні послуги	Практикант з фітнесу та рекреації	ЗК 1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями. ЗК 9. Навички міжособистісної взаємодії. СК 3. Здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення. СК 18. Здатність надавати персональні рекомендації щодо ведення здорового способу життя та організації рухової активності з урахуванням статевих, вікових та індивідуальних особливостей організму людини.
2	Навчальна практика	4	Фітнес клуби, фітнес центри, басейни, спортивні клуби різних форм власності	Практикант з фітнесу та рекреації	ЗК 1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями. ЗК 4. Здатність працювати в команді. ЗК 9. Навички міжособистісної взаємодії. СК 3. Здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення. СК 10. Здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію

					<p>людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми.</p> <p>СК 12. Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.</p> <p>СК 13. Здатність застосовувати сучасні технології управління суб'єктами сфери фізичної культури і спорту, фітнесу та рекреації.</p> <p>СК 17. Здатність проводити сучасні методи оцінки функціонального стану, рівня фізичного розвитку та індивідуального здоров'я організму індивіда.</p> <p>СК 18. Здатність надавати персональні рекомендації щодо ведення здорового способу життя та організації рухової активності з урахуванням статевих, вікових та індивідуальних особливостей організму людини.</p>
3	Виробнича практика	6	Фітнес центри оздоровчо-корекційної та реабілітаційної спрямованості	Практикант з фітнесу та рекреації	<p>ЗК 4. Здатність працювати в команді.</p> <p>ЗК 12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.</p> <p>СК 1. Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості.</p> <p>СК 5. Здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя.</p> <p>СК 8. Здатність проводити біомеханічний аналіз рухових дій людини.</p> <p>СК 10. Здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми.</p> <p>СК 11. Здатність аналізувати прояви психіки людини під час занять фізичною культурою і спортом.</p> <p>СК 13. Здатність застосовувати сучасні технології управління суб'єктами сфери фізичної культури і спорту, фітнесу та рекреації.</p> <p>СК 14. Здатність до безперервного професійного розвитку.</p> <p>СК 16. Здатність використовувати сучасні технології організованої рухової активності різних верств населення під час дозвілля задля відновлення працездатності, збереження здоров'я та покращення якості життя;</p> <p>СК 17. Здатність проводити сучасні</p>

					<p>методи оцінки функціонального стану, рівня фізичного розвитку та індивідуального здоров'я організму індивіда.</p> <p>СК 18. Здатність надавати персональні рекомендації щодо ведення здорового способу життя та організації рухової активності з урахуванням статевих, вікових та індивідуальних особливостей організму людини.</p> <p>СК 19. Здатність безпечно та ефективно реалізовувати рекреаційну (оздоровчу) та/або фітнес програму, проводити оперативний та поточний контроль ефективності програм фітнесу та/або рекреації, та, за потреби, модифікувати поточну діяльність.</p>
--	--	--	--	--	---

МЕТА ПРАКТИКИ

Метою навчальної практики (4 семестр) є сприяння професійному становленню студента як майбутнього фахівця в галузі фізичної культури і спорту, зокрема у фітнесі та рекреації; отримання уявлення про майбутню професію, формування професійних навичок фахівця з рекреації, здорового способу життя та рухової активності; набуття досвіду з надання рекреаційних послуг особам різних вікових груп.

Програмні результати навчання:

ПР 2. Спілкуватися українською та іноземною мовами у професійному середовищі, володіти фаховою термінологією та професійним дискурсом, дотримуватися етики ділового спілкування.

ПР 5. Засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.

ПР 10. Оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми кондиційного тренування, організовувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи.

ПР 17. Знати та розуміти сутність, принципи, методи, форми та організацію процесу навчання і виховання людини.

ПР 25. Організовувати та проводити змагання з різних видів масового спорту для широких верств населення.

Метою початкової практики (6 семестр) є) є сприяння професійному становленню студента як майбутнього фахівця в галузі фізичної культури і спорту, зокрема у фітнесі та рекреації; формування та вдосконалення професійних вмінь і навичок з вирішення практичних завдань, пов'язані з організацією, підготовкою та впровадженням різноманітних групових та індивідуальних фітнес-програм для осіб різного віку, статі та стану здоров'я. У змісті практики пріоритет належить удосконаленню практичних навичок щодо надання послуг з фітнесу клієнтам різних вікових груп з метою зміцнення здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя.

Програмні результати навчання:

ПР 2. Спілкуватися українською та іноземною мовами у професійному середовищі, володіти фаховою термінологією та професійним дискурсом, дотримуватися етики ділового спілкування.

ПР 3. Уміти обробляти дані з використанням сучасних інформаційних та комунікаційних технологій.

ПР 5. Засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.

ПР 9. Демонструвати готовність до зміцнення особистого та громадського здоров'я шляхом використання рухової активності людини та інших чинників здорового способу життя, проведення роз'яснювальної роботи серед різних груп населення.

ПР 10. Оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми кондиційного тренування, організовувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи.

ПР 18. Аналізувати психічні процеси, стани та властивості людини під час занять фізичною культурою і спортом.

ПР 22. Організовувати та проводити заходи з фізичної рекреації для підвищення рівня залучення різних груп населення до рухової активності.

ПР 25. Організовувати та проводити змагання з різних видів масового спорту для широких верств населення

Метою виробничої практики (7 семестр) є сприяння професійному становленню студента як майбутнього фахівця в галузі фізичної культури і спорту, зокрема у фітнесі та рекреації; формування та вдосконалення професійних вмінь і навичок з вирішення практичних завдань, пов'язані з організацією, підготовкою та впровадженням індивідуальних фітнес-програм оздоровчої та корекційної спрямованості для осіб різних вікових груп, які мають розлади основних фізіологічних систем організму, наслідки травм опорно-рухового апарату тощо. Основний зміст практики спрямований на вдосконалення практичних вмінь і навичок фахівця з фізкультурно-спортивної реабілітації та адаптивного спорту для збереження та відновлення здоров'я, формування і розвитку компенсаторно-приспосувальних навичок засобами фізичної культури.

Програмні результати навчання:

ПР 1. Здійснювати аналіз суспільних процесів у сфері фізичної культури і спорту, демонструвати власне бачення шляхів розв'язання існуючих проблем.

ПР 4. Показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення.

ПР 8. Здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань.

ПР 9. Демонструвати готовність до зміцнення особистого та громадського здоров'я шляхом використання рухової активності людини та інших чинників здорового способу життя, проведення роз'яснювальної роботи серед різних груп населення.

ПР 13. Використовувати засвоєнні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості.

ПР 15. Визначати функціональний стан організму людини та обґрунтовувати вибір засобів профілактики перенапруження систем організму осіб, які займаються фізичною культурою і спортом.

ПР 19. Аргументувати управлінські рішення для вирішення проблем, які виникають в роботі суб'єктів фізичної культури і спорту; мати навички лідерства.

ПР 20. Використовувати нормативні та правові акти, що регламентують професійну діяльність.

ПР 22. Організувати та проводити заходи з фізичної рекреації для підвищення рівня залучення різних груп населення до рухової активності.

КОНТРОЛЬ ЗА ПРОХОДЖЕННЯМ ПРАКТИКИ

Контроль за роботою студентів під час практики здійснюють:

– *від університету*: методисти від кафедр, керівники практики, які відповідають за організацію практики, завідувачі кафедр, які забезпечують проведення практики, заступник декана з навчальної роботи, декан факультету;

– *від бази практики*: керівник практики від бази практики

Види та форми поточного та підсумкового контролю визначаються силабусами практик та навчальними планами.

ВИМОГИ ДО ЗВІТНОЇ ДОКУМЕНТАЦІЇ

Основними видами звітної документації є звіт студента про проходження практики та щоденник практики. Інші види звітної документації визначаються силабусами практик, за пропозиціями випускових кафедр та затверджуються радами факультетів.

ПІДВЕДЕННЯ ПІДСУМКІВ ПРАКТИКИ

Критерії оцінювання роботи студентів під час проходження практик визначаються силабусами практик. Підсумки практик підводяться керівниками практики від кафедр на підставі оцінювання роботи студентів на базах практик, оформлення звітної документації та захисту звітів. Оголошення оцінок за проходження практик відбувається на підсумкових конференціях. Результати практик обговорюються на засіданнях кафедр, науково-методичній та вченій раді факультету фізичного виховання, здоров'я та туризму.

* Перелік баз практик, з якими укладені договори надаються на вебсайті у розділі організація проходження практики за посиланням:

http://sites.znu.edu.ua/navchalnyj_viddil/organizatsiya-praktik-na-fakultetakh.html.

* Рекомендації до організації та проходження практики, зразки звітної документації та вимоги до оформлення звіту з практики розміщено в СЕЗН ЗНУ: Факультет → Практична підготовка → за посиланням по кожній практиці.