


МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего  
образования «Вятский государственный университет»  
(ВятГУ)  
г. Киров

Утверждаю  
Директор/Декан Ковязина Г. В.



Номер регистрации  
РПД\_3-49.03.02.51\_2020\_114047  
Актуализировано: 27.02.2021

**Рабочая программа дисциплины**  
**Методические основы гидрореабилитации**

	наименование дисциплины
Квалификация выпускника	Бакалавр
Направление подготовки	49.03.02 шифр
	Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) наименование
Направленность (профиль)	3-49.03.02.51 шифр
	Инструктор-методист по адаптивной физической культуре наименование
Формы обучения	Заочная, Очная наименование
Кафедра-разработчик	Кафедра спортивных дисциплин и адаптивной физической культуры (ОРУ) наименование
Выпускающая кафедра	Кафедра спортивных дисциплин и адаптивной физической культуры (ОРУ) наименование

Киров, 2020 г.

## Сведения о разработчиках рабочей программы дисциплины

Овсянникова Елена Юрьевна

---

ФИО

## Цели и задачи дисциплины

Цель дисциплины	Обеспечить теоретико-методическую и практическую подготовку студентов в области оздоровительного, лечебного и адаптивного плавания. Подготовить их к работе в качестве бакалавра по адаптивной физической культуре
Задачи дисциплины	<ul style="list-style-type: none"> <li>– сформировать у студентов понимание возрастных и индивидуальных особенностей формирования навыков плавания у лиц с нарушениями процессов жизнедеятельности для их психофизического развития;</li> <li>– обеспечить овладение студентами основами обучения человека с ограниченными возможностями двигательным действиям в водной среде; знаниями о закономерностях формирования двигательных умений и навыков, методики обучения плавательным движениям лиц с ограниченными возможностями; умением организовывать и руководить разнообразными формами двигательной деятельности человека с нарушениями процессов в условиях водной среды;</li> <li>– сформировать у студентов умение осуществлять методическое руководство физическим воспитанием и самовоспитанием в процессе занятий оздоровительным, лечебным и адаптивным плаванием;</li> <li>– подготовить студентов к профессиональной деятельности в области адаптивного плавания в образовательных учреждениях различного вида;</li> <li>– сформировать у студентов умение анализировать разнообразные системы и теории обучения плаванию, творчески использовать новейшие исследования в области адаптивного плавания как вида адаптивной физической культуры;</li> <li>– воспитывать у студентов: любовь и желание заниматься деятельностью в сфере адаптивного, оздоровительного и лечебного плавания, а также профессионально-значимые и личностные качества.</li> </ul>

### Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

#### Компетенция ПК-1

Способен осуществлять руководство методическим обеспечением организации физкультурной и спортивной деятельности лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп		
Знает	Умеет	Владеет
Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп;	Осуществлять методическое обеспечение организации гидрореабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп	Навыками руководства по разработке методической документации и обеспечения организации гидрореабилитации для лиц с ограниченными возможностями здоровья всех возрастных групп

методические основы гидрореабилитации		
---------------------------------------	--	--

### **Компетенция ПК-2**

Способен осуществлять руководство методическим сопровождением деятельности специалистов образовательной организации, организации спортивной подготовки и других организаций, осуществляющих деятельность в области адаптивной физической культуры и спорта

Знает	Умеет	Владеет
основы руководства и методического сопровождения деятельности специалистов образовательной организации в области адаптивной физической культуры	Использовать современные технологии проведения гидрореабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп	Навыками осуществления руководства методическим сопровождением в области гидрореабилитации для специалистов образовательной организации

**Структура дисциплины**  
**Тематический план**

№ п/п	Наименование разделов дисциплины	Шифр формируемых компетенций
1	Лечебное плавание	ПК-1, ПК-2
2	Адаптивное плавание	ПК-1, ПК-2
3	Подготовка и прохождение промежуточной аттестации	ПК-1, ПК-2

**Формы промежуточной аттестации**

Зачет	8 семестр (Очная форма обучения) 8 семестр (Заочная форма обучения)
Экзамен	Не предусмотрен (Очная форма обучения) Не предусмотрен (Заочная форма обучения)
Курсовая работа	Не предусмотрена (Очная форма обучения) Не предусмотрена (Заочная форма обучения)
Курсовой проект	Не предусмотрена (Очная форма обучения) Не предусмотрена (Заочная форма обучения)

### Трудоемкость дисциплины

Форма обучения	Курсы	Семестры	Общий объем (трудоемкость)		Контактная работа, час	в том числе аудиторная контактная работа обучающихся с преподавателем, час				Самостоятельная работа, час	Курсовая работа (проект), семестр	Зачет, семестр	Экзамен, семестр
			Часов	ЗЕТ		Всего	Лекции	Семинарские, практические занятия	Лабораторные занятия				
Очная форма обучения	4	8	144	4	99.5	66	18	48	0	44.5		8	
Заочная форма обучения	4	7, 8	144	4	6.5	6	0	6	0	137.5		8	

## Содержание дисциплины

### Очная форма обучения

Код занятия	Наименование тем занятий	Трудоемкость, академических часов
<b>Раздел 1 «Лечебное плавание»</b>		<b>62.00</b>
<b>Лекции</b>		
Л1.1	Организационно-методические основы лечебного плавания	4.00
Л1.2	Методы и средства лечебного плавания	4.00
Л1.3	Показания и противопоказания к лечебному плаванию	4.00
<b>Семинары, практические занятия</b>		
П1.1	Организационно-методические основы лечебного плавания	4.00
П1.2	Методы и средства лечебного плавания	4.00
П1.3	Показания и противопоказания к лечебному плаванию	4.00
П1.4	Плавание для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата	6.00
П1.5	Плавание при заболеваниях внутренних органов	6.00
<b>Самостоятельная работа</b>		
С1.1	Организационно-методические основы лечебного плавания	12.00
С1.2	Методы и средства лечебного плавания	14.00
<b>Раздел 2 «Адаптивное плавание»</b>		<b>78.00</b>
<b>Лекции</b>		
Л2.1	Адаптивное плавание лиц с ограниченными возможностями	4.00
Л2.2	Формы организации адаптивного плавания	2.00
<b>Семинары, практические занятия</b>		
П2.1	Адаптивное плавание лиц с ограниченными возможностями	6.00
П2.2	Формы организации адаптивного плавания	6.00
П2.3	Методика обучения плаванию лиц с нарушениями развития	6.00
П2.4	Методика обучения плаванию лиц с заболеваниями внутренних органов	6.00
<b>Самостоятельная работа</b>		
С2.1	Плавание в системе адаптации лиц с ограниченными возможностями	3.00
С2.2	Формы организации адаптивного плавания	3.00
С2.3	Методика обучения плаванию лиц с нарушениями развития	3.00
С2.4	Методика обучения плаванию лиц с заболеваниями внутренних органов	3.00
С2.5	Организация плавания для лиц с ограниченными возможностями в Кировской области	3.00

<b>Контактная внеаудиторная работа</b>		
КВР2.1	Контактная внеаудиторная работа	33.00
<b>Раздел 3 «Подготовка и прохождение промежуточной аттестации»</b>		<b>4.00</b>
33.1	Подготовка к сдаче зачета	3.50
КВР3.1	Сдача зачета	0.50
<b>ИТОГО</b>		<b>144.00</b>

### Заочная форма обучения

Код занятия	Наименование тем занятий	Трудоемкость, академических часов
<b>Раздел 1 «Лечебное плавание»</b>		<b>34.00</b>
<b>Лекции</b>		
Л1.1	Организационно-методические основы лечебного плавания	
Л1.2	Методы и средства лечебного плавания	
Л1.3	Показания и противопоказания к лечебному плаванию	
<b>Семинары, практические занятия</b>		
П1.1	Организационно-методические основы лечебного плавания	
П1.2	Методы и средства лечебного плавания	
П1.3	Показания и противопоказания к лечебному плаванию	
П1.4	Плавание для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата	2.00
П1.5	Плавание при заболеваниях внутренних органов	2.00
<b>Самостоятельная работа</b>		
С1.1	Организационно-методические основы лечебного плавания	16.00
С1.2	Методы и средства лечебного плавания	14.00
<b>Раздел 2 «Адаптивное плавание»</b>		<b>106.00</b>
<b>Лекции</b>		
Л2.1	Адаптивное плавание лиц с ограниченными возможностями	
Л2.2	Формы организации адаптивного плавания	
<b>Семинары, практические занятия</b>		
П2.1	Адаптивное плавание лиц с ограниченными возможностями	
П2.2	Формы организации адаптивного плавания	
П2.3	Методика обучения плаванию лиц с нарушениями развития	2.00
П2.4	Методика обучения плаванию лиц с заболеваниями внутренних органов	
<b>Самостоятельная работа</b>		
С2.1	Плавание в системе адаптации лиц с ограниченными возможностями	20.00
С2.2	Формы организации адаптивного плавания	20.00



C2.3	Методика обучения плаванию лиц с нарушениями развития	22.00
C2.4	Методика обучения плаванию лиц с заболеваниями внутренних органов	22.00
C2.5	Организация плавания для лиц с ограниченными возможностями в Кировской области	20.00
<b>Контактная внеаудиторная работа</b>		
КВР2.1	Контактная внеаудиторная работа	
<b>Раздел 3 «Подготовка и прохождение промежуточной аттестации»</b>		<b>4.00</b>
33.1	Подготовка к сдаче зачета	3.50
КВР3.1	Сдача зачета	0.50
<b>ИТОГО</b>		<b>144.00</b>

Содержание дисциплины данной рабочей программы используется при обучении по индивидуальному учебному плану, при ускоренном обучении, при применении дистанционных образовательных технологий и электронном обучении (при наличии).

## Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Успешное освоение дисциплины предполагает активное, творческое участие обучающегося на всех этапах ее освоения путем планомерной, повседневной работы. Обучающийся обязан посещать лекции, семинарские, практические и лабораторные занятия (при их наличии), получать консультации преподавателя и выполнять самостоятельную работу.

Изучение дисциплины следует начинать с проработки настоящей рабочей программы, методических указаний и разработок, указанных в программе, особое внимание уделить целям, задачам, структуре и содержанию дисциплины.

Главной задачей каждой лекции является раскрытие сущности темы и анализ ее основных положений. Тематика лекций определяется настоящей рабочей программой дисциплины.

Лекции – это систематическое устное изложение учебного материала. На них обучающийся получает основной объем информации по каждой конкретной теме. Лекции обычно носят проблемный характер и нацелены на освещение наиболее трудных и дискуссионных вопросов.

Предполагается, что обучающиеся приходят на лекции, предварительно проработав соответствующий учебный материал по источникам, рекомендованным программой. Часто обучающимся трудно разобраться с дискуссионными вопросами, дать однозначный ответ. Преподаватель, сравнивая различные точки зрения, излагает свой взгляд и нацеливает их на дальнейшие исследования и поиск научных решений. После лекции желательно вечером перечитать и закрепить полученную информацию, тогда эффективность ее усвоения значительно возрастает. При работе с конспектом лекции необходимо отметить материал, который вызывает затруднения для понимания, попытаться найти ответы на затруднительные вопросы, используя предлагаемую литературу. Если самостоятельно не удалось разобраться в материале, сформулируйте вопросы и обратитесь за помощью к преподавателю.

Целью семинарских занятий является проверка уровня понимания обучающимися вопросов, рассмотренных на лекциях и в учебной литературе.

Целью практических и лабораторных занятий является формирование у обучающихся умений и навыков применения теоретических знаний в реальной практике решения задач; восполнение пробелов в пройденной теоретической части курса.

Семинарские, практические и лабораторные занятия в равной мере направлены на совершенствование индивидуальных навыков решения теоретических и прикладных задач, выработку навыков интеллектуальной работы, а также ведения дискуссий. Для успешного участия в семинарских, практических и лабораторных занятиях обучающемуся следует тщательно подготовиться.

Основной формой подготовки обучающихся к практическим (лабораторным) занятиям является самостоятельная работа с учебно-методическими материалами, научной литературой, статистическими данными и т.п.

Изучив конкретную тему, обучающийся может определить, насколько хорошо он в ней разобрался. Если какие-то моменты остались непонятными, целесообразно составить список вопросов и на занятии задать их преподавателю. Практические (лабораторные) занятия предоставляют обучающемуся возможность творчески раскрыться, проявить инициативу и развить навыки публичного ведения дискуссий и общения.

Самостоятельная работа обучающихся включает в себя выполнение различного рода заданий (изучение учебной и научной литературы, материалов лекций, систематизацию прочитанного материала, подготовку контрольной работы, решение

задач, подготовка докладов, написание рефератов, публикация тезисов, научных статей, подготовка и защита курсовой работы / проекта и другие), которые ориентированы на глубокое усвоение материала изучаемой дисциплины.

Обучающимся рекомендуется систематически отводить время для повторения пройденного материала, проверяя свои знания, умения и навыки.

Внутренняя система оценки качества освоения дисциплины включает входной контроль уровня подготовленности обучающихся, текущий контроль успеваемости, промежуточную аттестацию, направленную на оценивание промежуточных и окончательных результатов обучения по дисциплине (в том числе результатов курсового проектирования (выполнения курсовых работ) при наличии).

При проведении промежуточной аттестации обучающегося учитываются результаты текущего контроля, проводимого в течение освоения дисциплины.

Процедура оценивания результатов освоения дисциплины осуществляется на основе действующих локальных нормативных актов ФГБОУ ВО «Вятский государственный университет», с которыми обучающиеся знакомятся на официальном сайте университета [www.vyatsu.ru](http://www.vyatsu.ru).

## **Учебно-методическое обеспечение дисциплины, в том числе учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающегося по дисциплине**

### **Учебная литература (основная)**

1) Ушакова, М. Ю. Организационные и методические основы гидрореабилитации : учебное пособие по дисциплине «гидрореабилитация» для обучающихся по направлению 034400.62 физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), профиль подготовки «адаптивное физическое воспитание» / М. Ю. Ушакова, И. М. Сазонова, Т. А. Крохина. - Волгоград : ВГАФК, 2015. - 114 с. - Б. ц. - URL: <https://e.lanbook.com/book/158038> (дата обращения: 15.05.2020). - Режим доступа: ЭБС Лань. - Текст : электронный.

2) Комплексная профилактика заболеваний и реабилитация больных и инвалидов : учеб. пособие для вузов / В. А. Лисовский [и др.]. - М. : Сов. спорт, 2001. - 320 с. - Библиогр.: с. 312 - 319. - ISBN 5-85009-660-4 : 119.46 р. - Текст : непосредственный.

### **Учебная литература (дополнительная)**

1) Булгакова, Нина Жановна. Лечебная и адаптивная физическая культура. Плавание : Учебное пособие Для СПО / Н. Ж. Булгакова, С. Н. Морозов, О. И. Попов, Т. С. Морозова. - 3-е изд., пер. и доп. - Москва : Юрайт, 2020. - 399 с. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-08973-8 : 939.00 р. - URL: <https://urait.ru/bcode/455543> (дата обращения: 20.04.2020). - Режим доступа: Образовательная платформа Юрайт. - Текст : электронный.

### **Учебно-методические издания**

1) Кислица, Н. Т. Плавание : учебно-методическое пособие / Н.Т. Кислица. - Елец : ЕГУ им. И.А. Бунина, 2011. - 149 с. - Б. ц. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272201/> (дата обращения: 24.03.2020). - Режим доступа: ЭБС Университетская библиотека ONLINE. - Текст : электронный.

2) Козырева, Ольга Владимировна. Физическая реабилитация. Лечебная физическая культура. Кинезитерапия : учеб. слов.-справ. : учеб. пособие / О. В. Козырева, А. А. Иванов. - М. : Сов. спорт, 2010. - 280 с. - ISBN 978-5-9718-0429-1 : 92.10 р., 250.00 р. - Текст : непосредственный.

3) Физическая реабилитация инвалидов с поражением опорно-двигательной системы : учеб. пособие для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлению 032100 Физ. культура (по магистер. программе "Адаптив. физ. культура") / С. П. Евсеев, С. Ф. Курдыбайло. - М. : Сов. спорт, 2010. - 488 с. : ил. - Библиогр. в конце глав. - ISBN 978-5-9718-0369-0 : 525.80 р. - Текст : непосредственный.

## Электронные образовательные ресурсы

- 1) Портал дистанционного обучения ВятГУ [электронный ресурс] / - Режим доступа: <http://mooc.do-kirov.ru/>
- 2) Раздел официального сайта ВятГУ, содержащий описание образовательной программы [электронный ресурс] / - Режим доступа: [https://www.vyatsu.ru/php/programms/eduPrograms.php?Program\\_ID=3-49.03.02.51](https://www.vyatsu.ru/php/programms/eduPrograms.php?Program_ID=3-49.03.02.51)
- 3) Личный кабинет студента на официальном сайте ВятГУ [электронный ресурс] / - Режим доступа: <https://new.vyatsu.ru/account/>
- 4) Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru/>

## Электронные библиотечные системы (ЭБС)

- ЭБС «Научная электронная библиотека eLIBRARY» (<http://elibrary.ru/defaultx.asp>)
- ЭБС «Издательства Лань» (<http://e.lanbook.com/>)
- ЭБС «Университетская библиотека online» ([www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru))
- Внутренняя электронно-библиотечная система ВятГУ (<http://lib.vyatsu.ru/>)
- ЭБС «ЮРАЙТ» (<https://urait.ru>)

## Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

- ГАРАНТ
- КонсультантПлюс
- Техэксперт: Нормы, правила, стандарты
- Роспатент (<https://www1.fips.ru/elektronnye-servisy/informatsionno-poiskovaya-sistema>)
- Web of Science® (<http://webofscience.com>)

## Материально-техническое обеспечение дисциплины

### Демонстрационное оборудование

Перечень используемого оборудования
Ноутбук Aser Extensa

### Специализированное оборудование

Перечень используемого оборудования
ВЕЛОТРЕНАЖЕР ДЛЯ БАСЕЙНА "ACTIVE AQUAVIKE"
ДОРОЖКА БЕГОВАЯ ДЛЯ БАСЕЙНА
ПОДЪЕМНИК МОБИЛЬНЫЙ ДЛЯ БАСЕЙНА "UNI-KART"

**Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, в том числе лицензионное и свободно распространяемое ПО (включая ПО отечественного производства)**

№ п.п	Наименование ПО	Краткая характеристика назначения ПО
1	Программная система с модулями для обнаружения текстовых заимствований в учебных и научных работах «Антиплагиат.ВУЗ»	Программный комплекс для проверки текстов на предмет заимствования из Интернет-источников, в коллекции диссертация и авторефератов Российской государственной библиотеки (РГБ) и коллекции нормативно-правовой документации LEXPRO
2	Microsoft Office 365 ProPlusEdu ALNG SubsVL MVL AddOn toOPP	Набор веб-сервисов, предоставляющий доступ к различным программам и услугам на основе платформы Microsoft Office, электронной почте бизнес-класса, функционалу для общения и управления документами
3	Office Professional Plus 2016	Пакет приложений для работы с различными типами документов: текстами, электронными таблицами, базами данных, презентациями
4	Windows Professional	Операционная система
5	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса	Антивирусное программное обеспечение
6	Справочная правовая система «Консультант Плюс»	Справочно-правовая система по законодательству Российской Федерации
7	Электронный периодический справочник ГАРАНТ Аналитик	Справочно-правовая система по законодательству Российской Федерации
8	Security Essentials (Защитник Windows)	Защита в режиме реального времени от шпионского программного обеспечения, вирусов.
9	МойОфис Стандартный	Набор приложений для работы с документами, почтой, календарями и контактами на компьютерах и веб браузерах

Обновленный список программного обеспечения данной рабочей программы находится по адресу:  
[https://www.vyatsu.ru/php/list\\_it/index.php?op\\_id=114047](https://www.vyatsu.ru/php/list_it/index.php?op_id=114047)