МИНОБРНАУКИ РОССИИ

ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

КАФЕДРА СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ДИСЦИПЛИН

Рабочая программа дисциплины (модуля)
ЛЕЧЕБНОЕ ПЛАВАНИЕ

Направление и направленность (профиль)
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура). Физическая реабилитация

Год набора на ОПОП
2026

Форма обучения
очная

Владивосток 2026

Рабочая программа дисциплины (модуля) «Лечебное плавание» составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) (утв. приказом Минобрнауки России от 19.09.2017г. №942) и Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры (утв. приказом Минобрнауки России от 06.04.2021 г. N245).

Составитель(и):

Мазитова Н.В.

Утверждена на заседании кафедры спортивно-педагогических дисциплин от 23.04.2026 , протокол № 8

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий кафедрой (разработчика)

Барабаш О.А.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат	1575558447
Номер транзакции	0000000000F74C3F
Владелец	Барабаш О.А.

1 Цель, планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)

Цель дисциплины «Лечебное плавание» – подготовить студента к деятельности в области адаптивной физической культуры и педагогической антропологии, где он является активным субъектом формирования и совершенствования человека в процессе онтогенеза, приобщения лиц с отклонениями в состоянии здоровья к физической культуре и саморазвитию, достижению качественно нового более высокого от исходного уровня физического, интеллектуального и общественного развития.

Задачи дисциплины:

1. Углубленное изучение дидактических закономерностей, свойств и явлений взаимоотношений человека и водной среды, в том числе инвалида, изучение закономерностей формирования и совершенствования человека; возможностей его развития; влияния занятий в водной среде на формирование социального статуса человека; особенностей становления качественно нового более высокого от исходного уровня жизненного самообеспечения и повышения физической, интеллектуальной и общественной активности.
2. Освоение современных методов педагогической гидрореабилитации, улучшения физической и интеллектуальной подготовленности и оздоровления инвалида различных половозрастных групп и инвалидности.
3. Овладение следующими видами профессиональной деятельности: гидрореабилитационной, оздоровительной, спортивно-педагогической, образовательно-профессиональной, коррекционной и консультационной, научно-исследовательской и научно-методической, организационно-управленческой.

Планируемыми результатами обучения по дисциплине (модулю), являются знания, умения, навыки. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы, представлен в таблице 1.

Таблица 1 – Компетенции, формируемые в результате изучения дисциплины (модуля)

Название ОПОП ВО, сокращенное	Код и формулировка компетенции	Код и формулировка индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине		
			Код результата	Формулировка результата	
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» (Б-ФЗ)	ПКВ-1 : Способность эффективно осуществлять комплексный индивидуальный маршрут реабилитации в соответствии с возможностями самого реабилитанта, его ближайшего окружения и средовых ресурсов.	ПКВ-1.1.1к : Разрабатывает и предлагает варианты индивидуальных и профильных маршрутов реабилитации в соответствии с рекомендациями специалистов реабилитационной команды, возможностями самого реабилитанта, его ближайшего окружения и в рамках	РД1	Знание	Знает сущностные аспекты реабилитации занимающихся с опорой на возможности самого реабилитанта, в рамках возможных средовых и личностных ресурсов

		определенных возможных ресурсов			
		ПКВ-1.1.2к : Аргументирует взаимодействие членов реабилитационной команды с ближайшим окружением реабилитанта, социальной, медицинской и другими службами по вопросам комплексной реабилитации для решения задач эффективного завершения реабилитационного случая	РД2	Умение	Умеет анализировать реабилитационный случай для аргументированного взаимодействие с членами реабилитационной команды, ближайшим окружением реабилитанта, специальными службами по вопросам комплексной реабилитации
		ПКВ-1.1.3к : Рассматривает возможные варианты в рамках поставленной цели реабилитации и предлагает оптимальные методы и средства физической реабилитации, двигательные режимы, физические упражнения в соответствии с потребностями и возможностями реабилитанта	РД3	Навык	Владеет навыками постановки и реализации задач по физической реабилитации занимающихся посредством оптимизации двигательных режимов, эффективных средств и методов адаптивного физического воспитания с учетом потребностей, и возможностей реабилитанта

В процессе освоения дисциплины решаются задачи воспитания гармонично развитой, патриотичной и социально ответственной личности на основе традиционных российских духовно-нравственных и культурно-исторических ценностей, представленные в таблице 1.2.

Таблица 1.2 – Целевые ориентиры воспитания

Воспитательные задачи	**Формирование ценностей**	**Целевые ориентиры**
Формирование гражданской позиции и патриотизма		
Формирование толерантности и уважения к представителям различных национальностей и культур, проживающих в России	Взаимопомощь и взаимоуважение	Активная жизненная позиция
Формирование духовно-нравственных ценностей		

Развитие культуры здорового образа жизни	Жизнь	Приверженность здоровому образу жизни
Формирование научного мировоззрения и культуры мышления		
Развитие творческих способностей и умения решать нестандартные задачи	Взаимопомощь и взаимоуважение	Гибкость мышления
Формирование коммуникативных навыков и культуры общения		
Развитие умения эффективно общаться и сотрудничать	Коллективизм	Коммуникабельность

2 Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП

Изучение дисциплины «Лечебное плавание» предусмотрено в части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений.

3. Объем дисциплины (модуля)

Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу с обучающимися (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу, приведен в таблице 2.

Таблица 2 – Общая трудоемкость дисциплины

Название ОПОП ВО	Форма обучения	Часть УП	Семестр (ОФО) или курс (ЗФО, ОЗФО)	Трудоемкость (З.Е.)	Объем контактной работы (час)						СРС	Форма аттестации
					Всего	Аудиторная			Внеаудиторная			
						лек.	прак.	лаб.	ПА	КСР		
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)	ОФО	Б1.В	5	2	37	18	18	0	1	0	35	З

4 Структура и содержание дисциплины (модуля)

4.1 Структура дисциплины (модуля) для ОФО

Тематический план, отражающий содержание дисциплины (перечень разделов и тем), структурированное по видам учебных занятий с указанием их объемов в соответствии с учебным планом, приведен в таблице 3.1

Таблица 3.1 – Разделы дисциплины (модуля), виды учебной деятельности и формы текущего контроля для ОФО

№	Название темы	Код результата обучения	Кол-во часов, отведенное на				Форма текущего контроля
			Лек	Практ	Лаб	СРС	

1	Основы гидрореабилитации	РД1	2	2	0	4	Собеседование
2	Технологии и принципы гидрореабилитации	РД1	2	2	0	6	Собеседование
3	Гидрореабилитация лиц разных групп инвалидности	РД2	2	2	0	4	Разноуровневые задачи и задания
4	Средства и методы обучения, оздоровления и гидрореабилитации	РД3	2	2	0	4	Разноуровневые задачи и задания
5	Особенности двигательных действий ребенка-инвалида в условиях водной среды	РД2	4	4	0	4	Разноуровневые задачи и задания
6	Технологии гидрореабилитации ребенка-инвалида в условиях плавательного бассейна	РД3	2	2	0	4	Разноуровневые задачи и задания
7	Общая и специальная подготовка специалиста по гидрореабилитации	РД3	2	2	0	4	Разноуровневые задачи и задания
8	Средства и методы предупреждения и преодоления критических ситуаций в процессе гидрореабилитации	РД2	2	2	0	5	Разноуровневые задачи и задания
Итого по таблице			**18**	**18**	**0**	**35**	

4.2 Содержание разделов и тем дисциплины (модуля) для ОФО

Тема 1 Основы гидрореабилитации.

Содержание темы: История гидрореабилитации. Определение и содержание предмета. Классификация и терминология. Дидактическое, воспитательное и прикладное значение гидрореабилитации. Задачи и содержание курса гидрореабилитации. Организация занятий. Зачетные и экзаменационные требования. Правила поведения в процессе гидрореабилитации. Профессии связанные с использованием водной среды и деятельностью в водной среде.

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: лекционные и практические занятия.

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: подготовка к собеседованию.

Тема 2 Технологии и принципы гидрореабилитации.

Содержание темы: Взаимоотношения гидропедагогической системы «педагог-студент-ученик» и окружающей пространственно - временной контактной, социальной, аудио и видео среды. Структура и составляющие компоненты системы. Принципы педагогической гидрореабилитации: духовной потребности; долготерпения; непрерывных взаимоотношений; однородности; одновременной противоположности; изменения параметров взаимоотношений; замены качества взаимоотношений; периодических взаимоотношений; магнитогидродинамического взаимодействия; местного качества; симметрии – асимметрии; объединения и универсальности; предвидения и предупреждения; преодоления; качественного перехода; алогичности; обратной связи; самообслуживания; копирования; использования фазовых переходов; температурного режима. .

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: лекционные и практические занятия.

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: подготовка к собеседованию.

Тема 3 Гидрореабилитация лиц разных групп инвалидности.

Содержание темы: Гидрореабилитация лиц разных групп инвалидности: слепых и слабовидящих, глухих и слабослышащих, с поражением опорно-двигательного аппарата, с

проблемами умственного и психического развития, лиц с отставанием и задержкой развития, комплексом поражений и заболеваний.

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: лекционные и практические занятия.

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: подготовка к реализации разноуровневых задач и заданий.

Тема 4 Средства и методы обучения, оздоровления и гидрореабилитации.

Содержание темы: Средства и методы обучения, оздоровления и гидрореабилитации: средства обучения и самообучения в периоды зачатия, беременности, рождения, новорожденности, грудного, ясельного, дошкольного, младшего, среднего и старшего школьного возраста; взрослого.

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: лекционные и практические занятия.

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: подготовка к реализации разноуровневых задач и заданий.

Тема 5 Особенности двигательных действий ребенка-инвалида в условиях водной среды.

Содержание темы: Особенности двигательных действий ребенка-инвалида в условиях водной среды: Двигательные действия ребенка-инвалида в условиях водной среды при: сколиозе, неврологических заболеваниях, детском церебральном параличе, аутизме, болезни Дауна, олигофрении, шизофрении, эпилепсии, гемофилии, гидроцефалии, микроцефалии, соматических заболеваниях, заболеваниях сердца, заболеваниях почек, диабета, ожирения, ампутации, переломах, ушибах, отклонениях по зрению и слуху.

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: лекционные и практические занятия.

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: подготовка к реализации разноуровневых задач и заданий.

Тема 6 Технологии гидрореабилитации ребенка-инвалида в условиях плавательного бассейна .

Содержание темы: Технологии гидрореабилитации ребенка-инвалида в условиях плавательного бассейна: Технология гидрореабилитации в бассейне. Беседа с родителями. Проход в бассейн. Раздевалка. Душевая установка. Туалет. Ожидание спуска в воду. Вход в воду. Обучение с плавательной доской, с поддерживающим поясом.

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: лекционные и практические занятия.

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: подготовка к реализации разноуровневых задач и заданий.

Тема 7 Общая и специальная подготовка специалиста по гидрореабилитации.

Содержание темы: Задачи и средства общей подготовки. Особенности методики и формы построения занятий с общей направленностью. Задачи и средства специальной подготовки специалиста по гидрореабилитации. Виды и методика развития силовых качеств, скоростных способностей, выносливости, гибкости, координационных способностей. Классификация передвижений и погружений. Понятие о технике совместного передвижений и погружений преподавателя и ученика в воде. Факторы, обуславливающие технологию передвижений и погружений в условиях водной среды и влияющие на нее. Сравнительная характеристика техники передвижений и погружений специалиста и плавания кролем на груди, кролем на спине, брассом на груди, брассом на

спине, на боку. Самостоятельное погружение-спуск инвалида в воду. Подъем (выход) инвалида из воды. Обеспечение безопасности инвалида. .

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: лекционные и практические занятия.

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: подготовка к реализации разноуровневых задач и заданий.

Тема 8 Средства и методы предупреждения и преодоления критических ситуаций в процессе гидрореабилитации.

Содержание темы: Подготовительные упражнения по освоению с водой. Изучение техники плавания способами кроль на груди, кроль на спине, брасс на груди и на спине, на боку. Последовательность изучения элементов техники способов плавания. Упражнения применяемые на суше и на воде. Организация и методика проведения упражнений на суше и на воде.

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: лекционные и практические занятия.

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: подготовка к реализации разноуровневых задач и заданий.

5 Методические указания для обучающихся по изучению и реализации дисциплины (модуля)

5.1 Методические рекомендации обучающимся по изучению дисциплины и по обеспечению самостоятельной работы

Общие рекомендации: изучение дисциплины следует начинать с проработки настоящей рабочей программы, методических указаний и разработок, указанных в программе, особое внимание уделяется целям, задачам, структуре и содержанию курса.

Работа с конспектом

Просмотрите конспект сразу после занятий. Пометьте материал конспекта, который вызывает затруднения для понимания. Попытайтесь найти ответы на затруднительные вопросы, используя предлагаемую литературу. Если самостоятельно не удалось разобраться в материале, сформулируйте вопросы и обратитесь на текущей консультации или на ближайшей лекции за помощью к преподавателю.

Каждую неделю рекомендуется отводить время для повторения пройденного материала, проверяя свои знания, умения и навыки по пройденным темам

Изучение и конспектирование научной литературы

Наиболее распространенным видом самостоятельной работы является конспектирование научной литературы. Конспект – это наиболее совершенная форма записей. Это слово произошло от лат (conspectus), что означает обзор, изложение. В конспекте, составленном по правилам, сосредоточено самое главное, основное в изучаемой теме, разделе или произведении. В нем сосредоточено внимание на самом существенном, в кратких обобщенных формулировках приведены важнейшие теоретические положения. Конспектирование способствует глубокому пониманию и прочному усвоению изучаемого материала; помогает выработке умений и навыков правильного, грамотного изложения в письменной форме теоретических и практических вопросов; формирует умения ясно излагать чужие мысли своими словами.

Конспект может быть текстуальным и тематическим. В текстуальном конспекте сохраняется логика и структура изучаемого текста. Запись делается в соответствие с расположением материала в тексте или книге. В тематическом конспекте это делается иначе: за его основу берется не план произведения, а содержание темы, проблемы.

Текстуальный конспект. Этапы работы.

1. Конспектирование делается только после того, как прочитано, усвоено и продумано все произведение.

2. Необходимо мысленно или письменно составить план произведения. По этому плану и будет строиться текстуальный конспект далее.

3. Составление самого конспекта. Можно сказать, что конспект – это расширенные тезисы, дополненные рассуждениями и доказательствами, содержащимися в произведении, а также собственными мыслями и положениями составителя конспекта. Конспект также включает и выписки. В него могут включаться отдельные дословно цитируемые места произведения или материала, а также примеры, цифры, факты, схемы, взятые из конспектируемого произведения. Конспект требует большего наполнения знаниями, чем только фиксация неких сведений. Поэтому для полноценного и успешного конспектирования требуется дальнейшая работа над материалом и определения, связи того или иного произведения с другими в данной тематике или проблематике.

4. Оформление конспекта. Приступая к конспектированию, следует подумать и о его оформлении. Для этого требуется указать:

• имя автора,

• полное название работы,

• место и год издания,

• для статьи указывается, где и когда она была напечатана,

• страницы изучаемого произведения, чтобы можно было, руководствуясь записями, быстро отыскать в тексте нужное место.

Писать конспект рекомендуется четко и разборчиво. Небрежная запись со временем становится малопонятной даже для ее автора. Существует общее правило: конспект, составленный для себя, должен быть написан так, чтобы его легко прочитал кто-нибудь другой.

При конспектировании допускается сокращение слов, но здесь следует допускать известную осторожность и меру. Использование общеупотребительных сокращений не вызывает сомнений и опасений. В большинстве же случаев каждый составитель вырабатывает свои сокращения. Однако если они не систематизированы, то лучше их не применять. Случайные сокращения ведут к тому, что спустя некоторое время конспект становится непонятным и неудобочитаемым. Недопустимы сокращения в наименованиях и фамилиях.

В конспекте можно выделять места текста в зависимости от их значимости. Для этого применяются различного размера буквы, подчеркивания, замечания на полях. В конспекте могут быть диаграммы, таблицы, схемы, которые придают ему наглядность, способствуют лучшему усвоению изучаемого материала. Конспект, обычно ведется в тетрадях или на отдельных листках.

Записи в тетрадях легче оформить, они занимают меньше места, их удобно брать и носить с собой на лекцию, семинары и т.д. Рекомендуется оставлять в тетрадях поля для последующей работы над конспектом, для дополнительных записей, замечаний, пунктов плана. Тетрадный конспект вести намного легче, чем конспектировать на листках. Однако конспект в тетради имеет и недостатки: в нем мало место для пополнения новыми сведениями, материалами, выводами, обобщениями.

Конспект на отдельных листках. Из него удобно извлечь отдельную, понадобившуюся запись; его можно быстро пополнить листками с новыми сведениями и материалами, выводами и обобщениями; при подготовке выступлений лекций, докладов легко подобрать листики из различных конспектов, свести их вместе; в результате конспект может стать тематическим. Недостатки конспекта на отдельных листках: а) необходимы папки для их хранения, которые можно перепутать, рассыпать; б) возникает также необходимость писать на них порядковый номер или какой-нибудь индекс, название

конспектируемого произведения. Однако такая затрата времени окупается мобильными и удобными преимуществами.

Методические указания по проведению практических занятий

Творческое задание. Обучающимся предлагают осмыслить реальную педагогическую ситуацию. В процессе ее разрешения студенту требуется актуализировать знания, полученные ранее, а если знаний не хватает, то найти их и применить. При этом зачастую сама проблема не имеет однозначных решений, что позволяет преподавателю варьировать ход занятия. Этот метод активного обучения, предназначен для совершенствования навыков и получения опыта в следующих областях: выявление, отбор и решение проблем; работа с информацией — осмысление значения деталей, описанных в ситуации; анализ и синтез информации и аргументов; работа с предположениями и заключениями; оценка альтернатив; принятие решений; слушание и понимание других людей. Непосредственная цель реализации творческого задания совместными усилиями группы студентов проанализировать педагогическую ситуацию в конкретных условиях физкультурно-спортивной деятельности, и выработать практическое решение. Окончание процесса – оценка и выбор лучшего алгоритма действий в контексте поставленной проблемы.

Кейс-задание. Кейс-задания - основной элемент метода case-study, который относится к неигровым имитационным активным методам обучения. Метод case-study или метод конкретных ситуаций (от английского case – случай, ситуация) представляет собой метод активного проблемно ситуационного анализа, основанный на обучении путем решения конкретных задач – ситуаций (выполнения кейс-заданий). Кейс (в переводе с англ. - случай) представляет собой проблемную ситуацию, предлагаемую студентам в качестве задачи для анализа и поиска решения. Обычно кейс содержит схематическое словесное описание педагогической ситуации, статистические данные. Кейс дает возможность приблизиться к практике, встать на позицию человека, реально принимающего решения. Метод case-study – инструмент, позволяющий применить теоретические знания к решению практических задач. С помощью этого метода студенты имеют возможность проявить и совершенствовать аналитические и оценочные навыки, научиться работать в команде, находить наиболее рациональное решение поставленной проблемы.

Методические указания по сдаче зачета / экзамена

Экзамен по дисциплине проводится согласно рейтингу дисциплины в последнюю неделю теоретического обучения по дисциплине.

При выставлении оценки экзаменатор учитывает:

- знание фактического материала по программе, в том числе; знание обязательной литературы, современных публикаций по программе курса, а также истории науки;
- степень активности студента на семинарских занятиях;
- логику, структуру, стиль ответа; культуру речи, манеру общения; готовность к дискуссии, аргументированность ответа; уровень самостоятельного мышления; умение приложить теорию к практике, решить задачи;
- наличие пропусков семинарских занятий по неуважительным причинам.

Рекомендации по работе с литературой

Рекомендуется использовать методические указания по курсу, текст лекций преподавателя. Однако теоретический материал курса становится более понятным, когда дополнительно к прослушиванию лекции и изучению конспекта, изучаются и книги. Легче освоить курс придерживаясь одного учебника и конспекта. Рекомендуется, кроме «заучивания» материала, добиться состояния понимания изучаемой темы дисциплины. С этой целью рекомендуется после изучения очередного параграфа выполнить несколько простых упражнений на данную тему, либо ответить на ряд вопросов, которые соответствуют данной теме.

Методические рекомендации по обеспечению самостоятельной работы

Самостоятельная работа, наряду с лекционным курсом и практическими занятиями, является неотъемлемой частью изучения курса.

Приступая к изучению дисциплины, студенты должны ознакомиться с учебной программой, учебной, научной и методической литературой, имеющейся в библиотеке, получить в библиотеке рекомендованные учебники и учебно-методические пособия, завести тетради для конспектирования лекций и практических занятий.

В ходе самостоятельной работы изучить основную литературу, ознакомиться с дополнительной литературой, научными статьями и материалы демографических исследований. При этом учесть рекомендации преподавателя и требования учебной программы. Подготовить тезисы для выступлений по всем учебным вопросам, выносимым на семинар. Готовясь к докладу или реферативному сообщению, обращаться за методической помощью к преподавателю.

При подготовке к экзамену повторять пройденный материал в строгом соответствии с учебной программой, примерным перечнем учебных вопросов, выносящихся на экзамен и содержащихся в данной программе. Использовать конспект лекций и литературу, рекомендованную преподавателем. Обратить особое внимание на темы учебных занятий, пропущенных студентом по разным причинам. При необходимости обратиться за консультацией и методической помощью к преподавателю.

В процесс освоения дисциплины выделяют два вида самостоятельной работы:

- аудиторная;
- внеаудиторная.

Аудиторная самостоятельная работа по дисциплине выполняется на учебных занятиях под непосредственным руководством преподавателя и по его заданию. Внеаудиторная самостоятельная работа выполняется студентом по заданию преподавателя, но без его непосредственного участия. Содержание внеаудиторной самостоятельной работы определяется в

соответствии с рекомендуемыми видами заданий согласно рабочей программе дисциплины. Видами заданий для внеаудиторной самостоятельной работы являются:

- для овладения знаниями: чтение текста (учебника, дополнительной литературы), составление плана текста, конспектирование текста, выписки из текста, учебно-исследовательская работа, использование аудио- и видеозаписей, компьютерной техники и Интернета и др.

- для закрепления и систематизации знаний: работа с конспектом лекции, обработка текста, повторная работа над учебным материалом, (составление плана, составление таблиц для систематизации учебного материала, ответ на контрольные вопросы, заполнение рабочей тетради, аналитическая обработка текста), подготовка мультимедиа сообщений/докладов к выступлению на семинаре, подготовка реферата, тестирование и др.

- для формирования умений: решение практических ситуаций и заданий.

Самостоятельная работа может осуществляться индивидуально или группами студентов в зависимости от цели, объема, конкретной тематики самостоятельной работы, уровня сложности, уровня умений студентов.

Контроль результатов внеаудиторной самостоятельной работы студентов может осуществляться в пределах времени, отведенного на обязательные учебные занятия по дисциплине и внеаудиторную самостоятельную работу студентов по дисциплине, может проходить в письменной, устной или смешанной форме.

5.2 Особенности организации обучения для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

При необходимости обучающимся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов (по заявлению обучающегося) предоставляется учебная

информация в доступных формах с учетом их индивидуальных психофизических особенностей:

- для лиц с нарушениями зрения: в печатной форме увеличенным шрифтом; в форме электронного документа; индивидуальные консультации с привлечением тифлосурдопереводчика; индивидуальные задания, консультации и др.
- для лиц с нарушениями слуха: в печатной форме; в форме электронного документа; индивидуальные консультации с привлечением сурдопереводчика; индивидуальные задания, консультации и др.
- для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в печатной форме; в форме электронного документа; индивидуальные задания, консультации и др.

6 Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

В соответствии с требованиями ФГОС ВО для аттестации обучающихся на соответствие их персональных достижений планируемым результатам обучения по дисциплине (модулю) созданы фонды оценочных средств. Типовые контрольные задания, методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений и навыков, а также критерии и показатели, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и характеризующие этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы, представлены в Приложении 1.

7 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

7.1 Основная литература

1. Плавание : учебник / Н.Ж. Булгакова, С.Н. Морозов, О.И. Попов [и др.] ; под общ. ред. Н. Ж. Булгаковой. — Москва : ИНФРА-М, 2025. — 290 с. — (Высшее образование). — DOI 10.12737/19706. - ISBN 978-5-16-018687-0. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.ru/catalog/product/2175265 (дата обращения: 31.05.2026)
2. Рипа М. Д., Кулькова И. В. ЛЕЧЕБНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В АДАПТИВНОМ ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ 2-е изд., испр. и доп. Учебное пособие для вузов [Электронный ресурс] : Москва : Издательство Юрайт , 2022 - 158 - Режим доступа: https://urait.ru/book/lechebno-ozdorovitelnye-tehnologii-v-adaptivnom-fizicheskom-vospitanii-492763

7.2 Дополнительная литература

1. Адаптивное плавание : учебник для вузов / под редакцией Н. Ж. Булгаковой. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 361 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-18621-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/556311 (дата обращения: 01.09.2025).
2. Оздоровительное и спортивное плавание для людей с ограниченными возможностями : монография / Н. Ж. Булгакова, С. Н. Морозов, С. М. Никитина [и др.] ; под ред. Н. Ж. Булгаковой. — Москва : ИНФРА-М, 2026. — 313 с. — (Научная мысль). - ISBN 978-5-16-015465-7. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.ru/catalog/product/2139296 (дата обращения: 31.05.2026)

7.3 Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", включая профессиональные базы данных и информационно-справочные системы (при необходимости):

1. Образовательная платформа "ЮРАЙТ"
2. Электронно-библиотечная система "ZNANIUM.COM"
3. Электронно-библиотечная система ЮРАЙТ - Режим доступа: https://urait.ru/
4. Open Academic Journals Index (OAJI). Профессиональная база данных - Режим доступа: http://oaji.net/
5. Президентская библиотека им. Б.Н.Ельцина (база данных различных профессиональных областей) - Режим доступа: https://www.prlib.ru/
6. Информационно-справочная система "Консультант Плюс" - Режим доступа: http://www.consultant.ru/

8 Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля) и перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения

Основное оборудование:

- Компьютеры
- Проектор
- Физкультурное оборудование

Программное обеспечение:

- Adobe Connect Lic General 9.0 MUL SERVER V9
- Microsoft Office Professional Plus 2010 Russian

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

КАФЕДРА СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ДИСЦИПЛИН

Фонд оценочных средств
для проведения текущего контроля
и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

ЛЕЧЕБНОЕ ПЛАВАНИЕ

Направление и направленность (профиль)
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура). Физическая реабилитация

Год набора на ОПОП
2026

Форма обучения
очная

Владивосток 2026

1 Перечень формируемых компетенций

Название ОПОП ВО, сокращенное	Код и формулировка компетенции	Код и формулировка индикатора достижения компетенции
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» (Б-ФЗ)	ПКВ-1 : Способность эффективно осуществлять комплексный индивидуальный маршрут реабилитации в соответствии с возможностями самого реабилитанта, его ближайшего окружения и средовых ресурсов.	ПКВ-1.1.1к : Разрабатывает и предлагает варианты индивидуальных и профильных маршрутов реабилитации в соответствии с рекомендациями специалистов реабилитационной команды, возможностями самого реабилитанта, его ближайшего окружения и в рамках определенных возможных ресурсов
		ПКВ-1.1.2к : Аргументирует взаимодействие членов реабилитационной команды с ближайшим окружением реабилитанта, социальной, медицинской и другими службами по вопросам комплексной реабилитации для решения задач эффективного завершения реабилитационного случая
		ПКВ-1.1.3к : Рассматривает возможные варианты в рамках поставленной цели реабилитации и предлагает оптимальные методы и средства физической реабилитации, двигательные режимы, физические упражнения в соответствии с потребностями и возможностями реабилитанта

Компетенция считается сформированной на данном этапе в случае, если полученные результаты обучения по дисциплине оценены положительно (диапазон критериев оценивания результатов обучения «зачтено», «удовлетворительно», «хорошо», «отлично»). В случае отсутствия положительной оценки компетенция на данном этапе считается несформированной.

2 Показатели оценивания планируемых результатов обучения

Компетенция ПКВ-1 «Способность эффективно осуществлять комплексный индивидуальный маршрут реабилитации в соответствии с возможностями самого реабилитанта, его ближайшего окружения и средовых ресурсов.»

Таблица 2.1 – Критерии оценки индикаторов достижения компетенции

Код и формулировка индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине			Критерии оценивания результатов обучения
	Код рез-та	Тип рез-та	Результат	
ПКВ-1.1.1к : Разрабатывает и предлагает варианты индивидуальных и профильных маршрутов реабилитации в соответствии с рекомендациями специалистов реабилитационной команды, возможностями самого реабилитанта, его ближайшего окружения и в рамках о	РД 1	Знание	Знает сущностные аспекты реабилитации занимающихся с опорой на возможности самого реабилитанта, в рамках возможных средовых и личностных ресурсов	Дает характеристику и анализирует возможные траектории реабилитации занимающихся; учитывает особенностей ближайшего окружения реабилитанта и его индивидуальные психофизические ресурсы

пределенных возможных ресурсов				
ПКВ-1.1.2к : Аргументирует взаимодействие членов реабилитационной команды с ближайшим окружением реабилитанта, социальной, медицинской и другими службами по вопросам комплексной реабилитации для решения задач эффективного завершения реабилитационного случая	РД 2	Умение	Умеет анализировать реабилитационный случай для аргументированного взаимодействие с членами реабилитационной команды, ближайшим окружением реабилитанта, специальными службами по вопросам комплексной реабилитации	Проводит комплексную реабилитацию с привлечением социальных и медицинских служб, реабилитационной команды и ближайшего окружения реабилитанта
ПКВ-1.1.3к : Рассматривает возможные варианты в рамках поставленной цели реабилитации и предлагает оптимальные методы и средства физической реабилитации, двигательные режимы, физические упражнения в соответствии с потребностями и возможностями реабилитанта	РД 3	Навык	Владеет навыками постановки и реализации задач по физической реабилитации занимающихся посредством оптимизации двигательных режимов, эффективных средств и методов адаптивного физического воспитания с учетом потребностей, и возможностей реабилитанта	Подбирает и оптимизирует содержание физических упражнений и реабилитационную направленность двигательных режимов для решения конкретных реабилитационных задач, опираясь на возможности и особенности занимающихся

Таблица заполняется в соответствии с разделом 1 Рабочей программы дисциплины (модуля).

3 Перечень оценочных средств

Таблица 3 – Перечень оценочных средств по дисциплине (модулю)

Контролируемые планируемые результаты обучения		Контролируемые темы дисциплины	Наименование оценочного средства и представление его в ФОС	
			Текущий контроль	Промежуточная аттестация
Очная форма обучения				
РД1	Знание : Знает сущностные аспекты реабилитации и занимающихся с опорой на возможности самого реабилитанта, в рамках возможных средовых и личностных ресурсов	1.1. Основы гидрореабилитации	Собеседование	Зачет в письменной форме
		1.2. Технологии и принципы гидрореабилитации	Собеседование	Зачет в письменной форме
РД2	Умение : Умеет анализировать реабилитационный случай для аргументированного взаимодействие с членами реабилитационной команды, ближайшим окружением реабилитанта, специальным и службами по вопросам комплексной реабилитации	1.3. Гидрореабилитация лиц разных групп инвалидности	Разноуровневые задачи и задания	Зачет в письменной форме
		1.5. Особенности двигательных действий ребенка-инвалида в условиях в одной среды	Разноуровневые задачи и задания	Зачет в письменной форме
		1.8. Средства и методы предупреждения и преодоления критических ситуаций в процессе гидрореабилитации	Разноуровневые задачи и задания	Зачет в письменной форме
РД3	Навык : Владеет навыками постановки и реализации задач по физическ	1.4. Средства и методы обучения, оздоровления и гидрореабилитации	Разноуровневые задачи и задания	Зачет в письменной форме

	ой реабилитации занимающихся посредством оптимизации двигательных режимов, эффективных средств и методов адаптивного физического воспитания с учетом потребностей, и возможностей реабилитанта	1.6. Технологии гидрореабилитации ребенка-инвалида в условиях плавательного бассейна	Разноуровневые задачи и задания	Зачет в письменной форме
		1.7. Общая и специальная подготовка специалиста по гидрореабилитации	Разноуровневые задачи и задания	Зачет в письменной форме

4 Описание процедуры оценивания

Качество сформированности компетенций на данном этапе оценивается по результатам текущих и промежуточных аттестаций при помощи количественной оценки, выраженной в баллах. Максимальная сумма баллов по дисциплине (модулю) равна 100 баллам.

Вид учебной деятельности	Оценочное средство					
	Собеседование 1	Собеседование 2	Разноуровневые задачи изадания №1	Разноуровневые задачи изадания №2	Зачет в письменной форме	Итого
Лекционные занятия	20					20
Практические занятия			20	20		40
Самостоятельная работа		20				20
Промежуточная аттестация					20	20
Итого	20	20	20	20	20	100

Сумма баллов, набранных студентом по всем видам учебной деятельности в рамках дисциплины, переводится в оценку в соответствии с таблицей.

Сумма баллов по дисциплине	Оценка по промежуточной аттестации	Характеристика качества сформированности компетенции
от 91 до 100	«зачтено» / «отлично»	Студент демонстрирует сформированность дисциплинарных компетенций, обнаруживает всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного материала, усвоил основную литературу и знаком с дополнительной литературой, рекомендованной программой, умеет свободно выполнять практические задания, предусмотренные программой, свободно оперирует приобретенными знаниями, умениями, применяет их в ситуациях повышенной сложности.
от 76 до 90	«зачтено» / «хорошо»	Студент демонстрирует сформированность дисциплинарных компетенций: основные знания, умения освоены, но допускаются незначительные ошибки, неточности, затруднения при аналитических операциях, переносе знаний и умений на новые, нестандартные ситуации.
от 61 до 75	«зачтено» / «удовлетворительно»	Студент демонстрирует сформированность дисциплинарных компетенций: в ходе контрольных мероприятий допускаются значительные ошибки, проявляется отсутствие отдельных знаний, умений, навыков по некоторым дисциплинарным компетенциям, студент испытывает значительные затруднения при оперировании знаниями и умениями при их переносе на новые ситуации.
от 41 до 60	«не зачтено» / «неудовлетворительно»	У студента не сформированы дисциплинарные компетенции, проявляется недостаточность знаний, умений, навыков.
от 0 до 40	«не зачтено» / «неудовлетворительно»	Дисциплинарные компетенции не сформированы. Проявляется полное или практически полное отсутствие знаний, умений, навыков.

5 Примерные оценочные средства

5.1 Собеседование – защита индивидуального задания

Вопросы для собеседования по теме №1. Основы гидрореабилитации.

1. Введение в специализацию. (История лечебного плавания. Определение и содержание предмета. Классификация и терминология.)

2. Дидактические основы лечебного плавания. (Передача двигательного и общественного опыта. Проявление двигательного и общественного опыта. Педагогический контроль и самоконтроль. Гидропедагогика.)

Вопросы для собеседования по теме №3. Гидрореабилитация лиц разных групп инвалидности

1. Особенности двигательных действий ребенка-инвалида в условиях водной среды.

2. Технологии лечебного плавания ребенка-инвалида в условиях плавательного бассейна**.**

3. Отклонения в состоянии развития ребенка-инвалида.

4. Специальные средства и методы гидрореабилитации с учетом индивидуальных ограниченных возможностей.

Краткие методические указания

Каждое собеседование оценивается из 20 баллов.

Для того, чтоб успешно пройти собеседование по основанным вопросам дисциплины (темы) студенту необходимо изучить материалы лекций, ознакомится с содержанием рекомендуемой литературы, составить краткие тезисы по ключевым вопросам пройдённых тем, составить план изложения предложенных для собеседования вопросов.

Сама процедура собеседования предполагает следующий алгоритм действий:

- студент выбирает билет, в котором два вопроса из предложенного выше списка;
- самостоятельно готовит устные ответы (письменный краткий план ответа – обязателен).
- по каждому вопросу составляет «живой» пример педагогическую ситуации, где бы решался ключевой аспект вопроса;
- после 20-25 мин подготовки проходит собеседование с преподавателем.

Шкала оценки

Оценка	Баллы	Описание
5	19–20	Студент предложил исчерпывающие варианты, эффективных педагогических действия с прогнозируемым результатом которые могли бы привести к положительному результату решения педагогической ситуации.
4	16–18	Студент предложил конкретные, последовательные и достаточно полные педагогические действия, которые могли бы привести к положительному результату решения педагогиче ской ситуации.
3	13–15	Студент предложил некоторые действия по разрешению педагогической ситуации, однак о не последовательно и не полно.
2	9–12	Студент не смог решить педагогическую ситуацию, либо предложил педагогические дей ствия, которые не решили бы положительно предложенную педагогическую ситуацию.
1	1-8	Выставляется студенту, если студент не раскрыл тему

5.2 Пример разноуровневых задач и заданий

Студент выполняет конспект по теме №8 Средства и методы предупреждения и преодоления критических ситуаций в процессе гидрореабилитации

Тема: «Подвижные игры на воде для детей с нарушением интеллекта»

Конспект урока №1

Место проведения _____

Группа занимающихся (класс)_____

Задачи урока _____

Инвентарь _____

Преподаватель _____

Дата проведения _____

Часть урока	Частные задачи	Содержание	Дозировка	Организационно-мет одические указания

Подготовительная				
Основная				
Заключительная				

Краткие методические указания

Обучающимся предлагают осмыслить реальную педагогическую ситуацию. В процессе ее разрешения студенту требуется актуализировать знания, полученные ранее, а если знаний не хватает, то найти их и применить. Предлагантся две разноуровневые задачи, каждая из которых оценивается из 20 баллов.

Шкала оценки

Оценка	Баллы	Описание
5	19–20	Студент предложил исчерпывающие варианты, эффективных педагогических действия с прогнозируемым результатом которые могли бы привести к положительному результату решения педагогической ситуации.
4	16–18	Студент предложил конкретные, последовательные и достаточно полные педагогические действия, которые могли бы привести к положительному результату решения педагогиче ской ситуации.
3	13–15	Студент предложил некоторые действия по разрешению педагогической ситуации, однак о не последовательно и не полно.
2	9–12	Студент не смог решить педагогическую ситуацию, либо предложил педагогические дей ствия, которые не решили бы положительно предложенную педагогическую ситуацию.
1	1-8	выставляется студенту, если студент не раскрыл тему

5.3 Вопросы к зачету (письменная форма)

Вопросы к зачету

1. Истоки становления, формирования и развития гидрореабилитации, ее роль и место в образовательных дисциплинах и научных направлениях
2. Принципы гидрореабилитации.
3. Особенности гидрореабилитация лиц разных групп инвалидности (по выбору студента).
4. Средства и методы обучения, оздоровления и гидрореабилитации.
5. Особенности двигательных действий ребенка-инвалида в условиях водной среды, при: сколиозе, неврологических заболеваниях, детском церебральном параличе, аутизме, болезни Дауна, олигофрении, шизофрении, эпилепсии, гемофилии, гидроцефалии, микроцефалии, соматических заболеваниях, заболеваниях сердца, заболеваниях почек, диабета, ожирения, ампутации, переломах, ушибах, отклонениях по зрению и слуху (по выбору студента).
6. Проявление двигательной, общественной и психической деятельности ребенка-инвалида на суше и в условиях водной среды.
7. Начальное освоение ребенка-инвалида взаимоотношений с водой.
8. Способы и приемы поддержки ребенка в воде
9. Технология гидрореабилитации в бассейне: беседа с родителями, проход в бассейн, раздевалка, душевая установка, туалет, ожидание спуска в воду, вход / выход в воду / из воды.

10. Обучение с плавательной доской, с поддерживающим поясом.
11. Педагогическая гидрореабилитация: система взаимоотношений ребенка - тренера - воды
12. Организация и методика проведения упражнений на суше и на воде.
13. Особенности организации и проведения занятий по гидрореабилитации с учетом нозологических признаков заболеваний и поражений.
14. Опасные и особо опасные критические ситуации в процессе гидрореабилитации, их предупреждение.
15. Упражнения по ознакомлению ребенка-инвалида с физическими свойствами воды.

16. Техника и методика обучения: перемещение вместе с инвалидов в водной среде: с использованием неподвижной опоры (дно, бортик), с подвижной опорой, без опоры с ребенком в руках.

17. Способы и приемы перемещения с инвалидом в помещениях и службах мест проведения занятий по гидрореабилитацию.

18. Классификация критических ситуаций: при обучении плаванию и гидрореабилитации детей-инвалидов.

19. Опасные и особо опасные ситуации гидрореабилитации.

20. Особенности развития критических ситуаций в различных возрастных группах и при различных последствиях поражений и заболеваний.

21. Предупреждение и преодоление критических ситуаций гидрореабилитации.

22. Классификация спортсменов-инвалидов в спортивном плавании.

23. Проблемы развития паралимпийского плавания.

24. Спортивная классификация.

25. Функционально-медицинская классификация.

26. Основные тенденции развития плавания инвалидов в спорте.

27. Организация водных праздников для детей-инвалидов.

28. Организация соревнований по плаванию среди инвалидов.

29. Паралимпийские игры: программа соревнований, правила соревнований.

30. Федерация физической культуры и спорта инвалидов.

31. Паралимпийский комитет России.

32. Специальный Олимпийский комитет.

33. Общественные организации инвалидов.

34. Правила соревнований по плаванию.

35. Состав судейской коллегии на соревнованиях по плаванию среди спортсменов-инвалидов.

36. Перспективы развития теории и методики гидрореабилитации

37. Комплекс мер по пропаганде средств и методов педагогической гидрореабилитации.

38. Разработка новых средств и методов научных исследований в области подготовки специалистов по гидрореабилитации.

39. Совершенствование системы обеспечения и подготовки пловцов-спортсменов к паралимпийским, сурдолимпийским и специальным олимпийским играм.

40. Использование гидрореабилитации в работе со слепыми и слабовидящими людьми.

41. Использование гидрореабилитации в работе с глухими и слабовидящими людьми.

42. Использование гидрореабилитации в работе с лицами, имеющими нарушение интеллекта.

43. Использование гидрореабилитации в работе с лицами, имеющими нарушение речи.

44. Использование гидрореабилитации в работе с лицами, имеющие поражения опорно-двигательного аппарата.

45. Использование гидрореабилитации в работе с детьми, имеющих детский церебральный паралич.

46. Использование гидрореабилитации в работе с лицами, имеющими нарушение психики.

47. Применение гидрореабилитации в адаптивном физическом воспитании дошкольников.

48. Применение гидрореабилитации в адаптивном физическом воспитании школьников.

49. Применение гидрореабилитации в адаптивном физическом воспитании студентов.

50. Раскройте значение обучающих игр на воде в системе АФК.

51. Правила безопасности при занятиях плаванием с лицами, имеющими ограниченные возможности.

52. Оздоровительное и прикладное значение плавания. Воздействие физических свойств воды на тело человека.

53. Гидрореабилитация детей-инвалидов: новорожденных и грудного возраста.

54. Облегченные способы плавания.

Краткие методические указания

Для того, чтоб успешно пройти промежуточную аттестацию в письменном виде по основанным вопросам дисциплины студенту необходимо изучить материалы лекций, ознакомится с содержанием рекомендуемой литературы, составить краткие тезисы по ключевым вопросам пройдённых тем, составить план изложения предложенных вопросов.

Сама процедура сдачи зачета в письменном виде предполагает следующий алгоритм действий:

- студент выбирает билет, в котором два вопроса из предложенного выше списка;
- самостоятельно готовит письменный ответа.
- по каждому вопросу описывает пример педагогической ситуации, где бы решался ключевой аспект вопроса;
- время на подготовку 20-25 мин.

Шкала оценки

Оценка	Баллы	Описание
5	19–20	Студент предложил исчерпывающие варианты, эффективных педагогических действия с прогнозируемым результатом которые могли бы привести к положительному результату решения педагогической ситуации.
4	16–18	Студент предложил конкретные, последовательные и достаточно полные педагогические действия, которые могли бы привести к положительному результату решения педагогиче ской ситуации.
3	13–15	Студент предложил некоторые действия по разрешению педагогической ситуации, однак о не последовательно и не полно.
2	9–12	Студент не смог решить педагогическую ситуацию, либо предложил педагогические дей ствия, которые не решили бы положительно предложенную педагогическую ситуацию.
1	1-8	Выставляется студенту, если студент не раскрыл тему