

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
КАФЕДРА МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИХ ДИСЦИПЛИН

Рабочая программа дисциплины (модуля)
БАЛЬНЕОЛЕЧЕНИЕ

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
2023

Форма обучения
очная

Владивосток 2025

Рабочая программа дисциплины (модуля) «Бальнеолечение» 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., кандидат педагогических наук, доцент, Кафедра спортивно-педагогических дисциплин, Nataliya.Mazitova@vvsu.ru

Утверждена на заседании кафедры медико-биологических дисциплин от 12.09.2025
, протокол № 1

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий кафедрой (разработчика)

Журавская Н.С.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ	
Сертификат	1599855048
Номер транзакции	0000000000EA5B64
Владелец	Журавская Н.С.

1 Цель, планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)

Цель дисциплины «Бальнеолечение» сформировать у студентов необходимые компетенции для профессиональной деятельности в сфере реабилитации в организациях и учреждениях образования, здравоохранения, физической культуры и спорта, на основе использования средств водолечения.

Задачи

- формирование способность эффективно осуществлять комплексный индивидуальный маршрут реабилитации на основе применения средств бальнеотерапии в соответствии с возможностями самого реабилитанта;

- формировать умения и навыки проводить мониторинг результатов бальнеотерапии и оперативную корректировку реабилитационного воздействия используемых средств

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-Ф3)	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	РД1	Знание Знает сущностные аспекты реабилитации занимающихся с опорой на возможности самого реабилитанта, в рамках возможных средовых и личностных ресурсов
		ПКВ-1.1.2к : Аргументирует взаимодействие членов реабилитационной команды с ближайшим окружением реабилитанта, социальной, медицинской и другими службами	РД2	Умение Умеет анализировать реабилитационный случай для аргументированного взаимодействие с членами реабилитационной команды, ближайшим окружением реабилитанта, специальными службами по вопросам комплексной реабилитации

		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	РДЗ	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
-----------------------	------------------------	-------------------

2 Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП

Дисциплина «Бальнеолечение» относится к части элективные дисциплины (модули)

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	Семestr (ОФО) или курс (ЗФО, ОЗФО)	Трудоемкость	Объем контактной работы (час)					СРС	Форма аттестации
					Аудиторная		Внеаудиторная				
				(З.Е.)	Всего	лек.	прак.	лаб.	ПА	КСР	

49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)	ОФО	Б1.ДВ.Б	6	5	55	18	36	0	1	0	125	Э
--	-----	---------	---	---	----	----	----	---	---	---	-----	---

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	Природные лечебные ресурсы и физиотерапевтические факторы лечебно-профилактических процессов	РД1, РД2, РД4	2	4	0	16	Тестирование
2	Характеристика бальнеотерапии. Классификация минеральных вод	РД4	2	6	0	16	Собеседование
3	Лечебно-профилактическое применение хлоридно-натриевых ванн. Мониторинг результатов реабилитации.	РД3, РД5, РД6	2	4	0	16	Собеседование
4	Лечебно-профилактическое применение углекислых ванн. Мониторинг результатов реабилитации.	РД3, РД5, РД6	2	4	0	16	Собеседование
5	Лечебное-профилактическое применение сульфидных ванн. Мониторинг результатов реабилитации.	РД3, РД5, РД6	2	4	0	16	Собеседование
6	Лечебно-профилактическое применение йодобромных ванн. Мониторинг результатов реабилитации.	РД3, РД5, РД6	2	4	0	16	Собеседование
7	Лечебно-профилактическое применение радоновых ванн	РД3, РД5, РД6	2	4	0	16	Собеседование
8	Лечебно-профилактическое применение ингаляционной терапии. Мониторинг результатов реабилитации.	РД3, РД5, РД6	4	6	0	13	Собеседование
Итого по таблице			18	36	0	125	

4.2 Содержание разделов и тем дисциплины (модуля) для ОФО

Тема 1 Природные лечебные ресурсы и физиотерапевтические факторы лечебно-профилактических процессов .

Содержание темы: Задачи физиопрофилактики. Средства физиопрофилактики. Характеристика профилактических эффектов. Физические факторы. Комплексное

применение нескольких факторов. Первичная реакция на действие физического фактора. Специфика ответной реакции организма на воздействие физических факторов.

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

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: подготовка к тестированию.

Тема 2 Характеристика бальнеотерапии. Классификация минеральных вод.

Содержание темы: Минеральные воды- подземные воды, оказывающие лечебное действие на организм человека, обусловленное их ионно-солевым составом, повышенным содержанием биологически активных микрокомпонентов, радиоактивных элементов, их изотопов, газов, а также молекулярным строением самой воды и ее температурой. По бальнеотерапевтическому назначению воды подразделяются на минеральные природные столовые, лечебно-столовые, питьевые лечебные и бальнеологического (наружного) применения. В лечебно-профилактических целях используют также искусственно приготовленные минерализованные (в отличии от минеральных) воды. Происхождение минеральных вод неразрывно связано с развитием представлений о формировании структуры земной коры и об объеме и составе водной оболочки земли, о происхождении жизни на земле и о генезисе многих полезных ископаемых (помимо широкого использования минеральных вод в курортном деле из некоторых их типов добывают ценные химические элементы). Можно выделить три главных генетических типа подземных вод: • воды выщелачивания атмосферного происхождения; их состав формируется в результате воздействия воды на твердые составные части горных пород и перехода их в раствор; • воды морского генезиса - седиментационные воды, сохранившиеся в измененном виде в осадочных породах со временем их отложения и отражающие в известной мере состав тех водоемов, в которых отлагались осадки; сюда входят также воды диагенеза и эпигенеза; • воды возрожденные, возникшие при нагревании горных пород вблизи магматических очагов и входящие в современный сток за счет перехода их связанного состояния в свободное (гравитационные воды). Различия условий формирования определяют характерные гидрогоеохимические признаки каждого генетического типа вод - специфические черты ионного и газового состава и более или менее определенные соотношения между микро- и макроэлементами. .

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 Лечебно-профилактическое применение хлоридно-натриевых ванн. Мониторинг результатов реабилитации.

Содержание темы: Определение. Механизмы лечебных эффектов. Показания. Противопоказания.

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

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: подготовка к собеседованию.

Тема 4 Лечебно-профилактическое применение углекислых ванн. Мониторинг результатов реабилитации.

Содержание темы: Определение. Механизмы лечебных эффектов. Основные показания к применению. Противопоказания.

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

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: подготовка к собеседованию.

Тема 5 Лечебно-профилактическое применение сульфидных ванн. Мониторинг результатов реабилитации.

Содержание темы: Определение. Механизмы лечебных эффектов. Основные показания к применению. Противопоказания.

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

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: подготовка к собеседованию.

Тема 6 Лечебно-профилактическое применение йодобромных ванн. Мониторинг результатов реабилитации.

Содержание темы: Механизмы лечебных эффектов. Основные показания к применению. Противопоказания.

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

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: подготовка к собеседованию.

Тема 7 Лечебно-профилактическое применение радоновых ванн.

Содержание темы: Определение. Механизмы лечебных эффектов. Основные показания к применению. Противопоказания.

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

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: подготовка к собеседованию.

Тема 8 Лечебно-профилактическое применение ингаляционной терапии. Мониторинг результатов реабилитации.

Содержание темы: Определение. Общая характеристика аэрозолей. Физиологическое и лечебное действие аэрозолей. Аппаратура и виды ингаляции. Паровые. Тепловлажные. Влажные (аэрозоли комнатной температуры). Масляные. Ингаляции порошков. Ультразвуковые ингаляции. Правила приема ингаляций. Основные показания к применению. Противопоказания.

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

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: подготовка к собеседованию.

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

Контрольная работа. Самостоятельный труд студента, который способствует углублённому изучению пройденного материала. Подготовку к контрольной работы следует начинать с повторения соответствующего раздела учебника, учебных пособий по данной теме и конспектов лекций, прочитанных ранее. Приступить к выполнению работы без изучения основных положений и понятий науки, не следует, так как в этом случае студент, как правило, плохо ориентируется в материале, не может ограничить смежные вопросы и сосредоточить внимание на основных, первостепенных проблемах рассматриваемой темы.

Семинар-дискуссия. Обучающимся предлагаются осмысливать 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.

Методические указания по сдаче зачета / экзамена

Зачет 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.

6.2 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. Кулишова, Т. В. Общая физиотерапия : учебно-методическое пособие / Т.В. Кулишова, Н.А. Табашникова, А.Н. Каркавина. — 2-е изд., стер. — Москва : ИНФРА-М, 2024. — 131 с. — (Высшее образование: Специалитет). — DOI 10.12737/textbook_5d4d82d8501985.76802939. - ISBN 978-5-16-015324-7. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/2082925> (Дата обращения - 05.09.2025)

2. Самко, Ю. Н. Физиология : учебное пособие / Ю.Н. Самко. — Москва : ИНФРА-М, 2022. — 144 с. — (Высшее образование). — DOI 10.12737/3416. - ISBN 978-5-16-009659-9. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1843774> (дата обращения: 01.03.2023). – Режим доступа: по подписке.

7.2 Дополнительная литература

1. Булнаева, Г. И. Медицинская реабилитация при заболеваниях органов дыхания : учебное пособие / Г. И. Булнаева. — Иркутск : ИГМУ, 2022. — 80 с. — Текст :

электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/343460> (дата обращения: 17.05.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

2. Венцак Е. В. Физиотерапия : Учебные пособия [Электронный ресурс] : Иркутский государственный медицинский университет , 2020 - 142 - Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/213449>

3. Горелик, В. В. Комплексная реабилитация в адаптивной физической культуре : учебное пособие / В. В. Горелик. — Тольятти : ТГУ, 2023. — 133 с. — ISBN 978-5-8259-1308-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/328634> (дата обращения: 27.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

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

1. Электронно-библиотечная система "ZNANIUM.COM"
2. Электронно-библиотечная система "ZNANIUM.COM" - Режим доступа: <https://znanium.com/>
3. Электронно-библиотечная система "ЛАНЬ"
4. Электронно-библиотечная система "Лань" - Режим доступа: <https://e.lanbook.com/>
5. Open Academic Journals Index (OAJI). Профессиональная база данных - Режим доступа: <http://oaji.net/>
6. Президентская библиотека им. Б.Н.Ельцина (база данных различных профессиональных областей) - Режим доступа: <https://www.prlib.ru/>
7. 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

Программное обеспечение:

- Adobe Acrobat Reader
- Microsoft Office 2010 Standart

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
КАФЕДРА МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИХ ДИСЦИПЛИН

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

БАЛЬНЕОЛЕЧЕНИЕ

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
2023

Форма обучения
очная

Владивосток 2025

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 ре- з- та	ти- п- ре- з- 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 определенных возможных ресурсов	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	Уме ни е	Умеет анализировать реабилитационный случай для аргументированного взаимодействия 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	На вы к	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 существенные аспекты реабилитации занимающихся с опорой на возможности самого реабилитанта, в рамках возможных средовых и личностных ресурсов	1.1. Природные лечебные ресурсы и физиотерапевтические факторы лечебно- профилактических процессов	Тест	Список вопросов
РД2	Умение : Умеет анализировать реабилитационный случай для аргументированного взаимодействия с членами реабилитационной команды, ближайшим окружением реабилитанта, специальными службами по вопросам комплексной реабилитации	1.1. Природные лечебные ресурсы и физиотерапевтические факторы лечебно- профилактических процессов	Собеседование	Список вопросов
РД3	Навык : Владеет навыками постановки и реализации задач по физической	1.3. Лечебно-профилактическое применение хлоридно-натриевых ванн.	Собеседование	Список вопросов

	ой реабилитации занимающихся посредством оптимизации двигательных режимов, эффективных средств и методов адаптивного физического воспитания с учетом потребностей, и возможностей реабилитанта	Мониторинг результата в реабилитации.		
		1.4. Лечебно-профилактическое применение углекислых ванн. Мониторинг результатов реабилитации.	Собеседование	Список вопросов
		1.5. Лечебное-профилактическое применение сульфидных ванн. Мониторинг результатов реабилитации.	Собеседование	Список вопросов
		1.6. Лечебно-профилактическое применение йодобромных ванн. Мониторинг результатов реабилитации.	Собеседование	Список вопросов
		1.7. Лечебно-профилактическое применение радионовых ванн	Собеседование	Список вопросов
		1.8. Лечебно-профилактическое применение ингаляционной терапии. Мониторинг результатов реабилитации.	Собеседование	Список вопросов
РД4	Знание : Знает структуру, содержание и приоритетность реабилитационных мероприятий для достижения реабилитационного результата с использованием российского и зарубежного опыта	1.1. Природные лечебные ресурсы и физиотерапевтические факторы лечебно-профилактических процессов	Собеседование	Список вопросов
		1.2. Характеристика бальнеотерапии. Классификация минеральных вод	Собеседование	Список вопросов
РД5	Умение : Умеет организовать мониторинг результатов комплексных реабилитационных мероприятий для максимально возможного устранения ограничений жизнедеятельности реабилитанта	1.3. Лечебно-профилактическое применение хлоридно-натриевых ванн. Мониторинг результата в реабилитации.	Собеседование	Список вопросов
		1.4. Лечебно-профилактическое применение углекислых ванн. Мониторинг результатов реабилитации.	Собеседование	Список вопросов
		1.5. Лечебное-профилактическое применение сульфидных ванн. Мониторинг результатов реабилитации.	Собеседование	Список вопросов
		1.6. Лечебно-профилактическое применение йодобромных ванн. Мониторинг результатов реабилитации.	Собеседование	Список вопросов
		1.7. Лечебно-профилактическое применение радионовых ванн	Собеседование	Список вопросов
		1.8. Лечебно-профилактическое применение ингаляционной терапии. Мониторинг результатов реабилитации.	Собеседование	Список вопросов

РД6	Навык : Владеет формами и методами оперативной коррекции комплексного индивидуального маршрута реабилитации с учетом рекомендаций членов реабилитационной команды и реабилитационного потенциала занимающегося	1.3. Лечебно-профилактическое применение хлоридно-натриевых ванн. Мониторинг результатов реабилитации.	Тест	Список вопросов
		1.4. Лечебно-профилактическое применение углекислых ванн. Мониторинг результатов реабилитации.	Тест	Список вопросов
		1.5. Лечебно-профилактическое применение сульфидных ванн. Мониторинг результатов реабилитации.	Тест	Список вопросов
		1.6. Лечебно-профилактическое применение йодобромных ванн. Мониторинг результатов реабилитации.	Тест	Список вопросов
		1.7. Лечебно-профилактическое применение радионовых ванн	Тест	Список вопросов
		1.8. Лечебно-профилактическое применение ингаляционной терапии. Мониторинг результатов реабилитации.	Тест	Список вопросов

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					
	Тестирование №1-2 (по 10 баллов за каждое)	Собеседование №1-2 (по 10 баллов за каждое)	Собеседование №3-4 (по 10 баллов за каждое)	Собеседование №5-6 (по 10 баллов за каждое)	Список вопросов	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, умеет применять 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 Примеры тестовых заданий

Тест 1

1. Основной задачей первичной физиопрофилактики является:

- А. лечение хронического заболевания
- Б. предупреждение развития заболевания
- В. лечение острого заболевания
- Г. предупреждение обострения хронического заболевания
- Д. правильно а) и г)

2. Основными средствами физиопрофилактики являются:

- А. ультрафиолетовые облучения
- Б. ингаляции фитонцидов
- В. контрастные ванны
- Г. души
- Д. все перечисленное

3. Профилактические эффекты в действии физических факторов характеризуются всем перечисленным, кроме:

- А. снижения фосфорно-кальциевого обмена
- Б. стимуляции симпато-адреналовой системы
- В. повышения иммунологического реагивности организма
- Г. образования витамина D в организме

4. Тренировка к действию низких температур, температурных и метеорологических контрастов обусловлена всем перечисленным, кроме:

- А. повторяющихся и длительных воздействий на организм применяемого фактора
- Б. постепенного повышения интенсивности воздействия раздражителя
- В. постепенного снижения интенсивности воздействия раздражителя
- Г. сочетания закаливающего фактора с физическими упражнениями

5. В построении и реализации профилактических программ роль физических факторов определяется:

- А. повышением эффективности лечения заболевания
- Б. потенцированием действием медикаментозного лечения
- В. уменьшением лекарственной аллергии
- Г. всем перечисленным
- Д. только а) и б)

6. Нецелесообразно комбинировать в один день с морскими купаниями все перечисленные процедуры, кроме:

- А. грязевых аппликаций
- Б. индуктотермии
- В. солнечных ванн
- Г. влажных укутываний

7. *Первичная реакция на действие физического фактора:*

- А. отличается от последующих реакций
- Б. не отличается от последующих реакций
- В. является срочной адаптацией
- Г. представляет долговременную адаптацию
- Д. правильно а) и в)

8. *Комплексное применение нескольких факторов предусматривает все перечисленное, кроме:*

- А. потенцирования действия одного из факторов
- Б. устранения нежелательного эффекта одного из факторов
- В. воздействия на разные звенья патогенеза
- Г..вычленения одного из факторов за счет подавления другого

9. *Комплексная программа физиопрофилактики предусматривает применение физических факторов с целью:*

- А.предупреждения развития заболеваний
- Б.закаливания организма
- В. повышения сопротивляемости к профессиональным раздражителям
- Г..предупреждения обострения хронических заболеваний
- Д. всего перечисленного

10. *В основе механизма действия минеральных вод и лечебных грязей лежат:*

- А. сложные влияния на организм температурного, химического и механического факторов
- Б. местные сдвиги, вызванные непосредственно влиянием механического, температурного и химического факторов на кожные покровы и слизистые оболочки
- В. приспособительные реакции, развивающиеся по нервно-рефлекторному и гуморальному пути
- Г. длительность курса лечения

11. *Теоретической основой физиотерапии являются:*

- А. идеи нервизма
- Б. гуморальная теория
- В. "функциональная система" П.К.Анохина
- Г. тепловое действие физических факторов

Тест 2

1. *Ответственность за безопасность работы и правильную эксплуатацию физиотерапевтической аппаратуры возлагается:*

- А. на руководителя лечебного учреждения
- Б. на заместителя руководителя по медчасти
- В. на заместителя руководителя по АХР
- Г. на врача-физиотерапевта

2. *Для профилактики артериальной гипертонии I ст. не показано назначение:*

- А. лекарственного электрофореза
- Б. индуктотермии
- В. хвойных ванн
- Г. электросна

3. *Для профилактики обострения язвенной болезни показано назначение всех перечисленных факторов, кроме:*

- А. хвойных ванн
- Б. индуктотермии
- В. лекарственного электрофореза
- Г. электросна

4. *Организация первичной физиопрофилактики предусматривает наличие:*

- А. фотария
- Б. ингалятория
- В. водолечебного отделения
- Г. всего перечисленного
- Д. только а) и б)

5. *Организация вторичной физиопрофилактики предусматривает наличие А электросветолечебного отделения*

- Б водолечебного отделения
- В теплолечения
- Г всего перечисленного
- Д только б) и в)

6. *Физиопрофилактика рахита у детей и подростков включает назначение:*

- А. общих ультрафиолетовых облучений
- Б. соляных ванн
- В. массажа и лечебной гимнастики
- Г. всего перечисленного
- Д. только а) и в)

7. *Обеспечение лечебных учреждений концентрированными растворами радона производят:*

- А. кустовые радоновые лаборатории
- Б. ординарные радоновые лаборатории
- В. радоновые курорты
- Г. правильно а) и б)
- Д. правильно б) и в)

8. *Установка компрессора в лечебном учреждении необходима для проведения:*

- А подводного душа-массажа
- Б. жемчужной ванны
- В. углекислой ванны
- Г. восходящего душа

9. *Помещение для лечебно-плавательного бассейна включает в себя все перечисленное, кроме:*

- А бассейна
- Б. раздевальни
- В. туалета
- Г. душевой

Краткие методические указания

- изучить теоретическую информацию
- изучить основные и дополнительные источники литературы по теме
- внимательно прочитать вопросы теста
- выбрать правильный ответ и записать

Шкала оценки

Оценка	Баллы	Описание
5	9-10	выставляется студенту, если студент всесторонне ответил правильно на все вопросы
4	7-8	выставляется студенту, если студент в ответах допустил незначительные неточности
3	5-6	выставляется студенту, если студент неполно ответил на вопросы теста
2	3-4	выставляется студенту, если студент плохо осветил тему
1	1-2	Выставляется студенту, если студент не ответил

5.2 собеседование

Примерные темы для проведения собеседования

1. Минеральные воды как основной природный лечебный фактор, используемый на курортах, санаториях. Классификация минеральных вод. Бальнеологические типы минеральных вод.
2. Курорты (санатории) с углекислыми минеральными водами. Бальнеологические свойства, показания и противопоказания для использования углекислых минеральных вод.
3. Курорты (санатории) с сульфидными минеральными водами. Бальнеологические свойства, показания и противопоказания для использования сульфидных минеральных вод.
4. Курорты (санатории) с радоновыми минеральными водами. Бальнеологические свойства, показания и противопоказания для использования радоновых минеральных вод.
5. Приморские климатические курорты (санатории). Морская вода как бальнеологический фактор.
6. Мониторинг результатов реабилитации бальнеотерапией

Краткие методические указания

Для того, чтобы 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 ситуацию, где бы решался ключевой аспект вопроса;
- после 20-25 мин подготовки проходит собеседование с преподавателем.

Шкала оценки

Оценка	Баллы	Описание
5	9–10	Студент предложил исчерпывающие варианты, эффективных педагогических действия с прогнозируемым результатом которые могли бы привести к положительному результату решения педагогической ситуации.
4	7–8	Студент предложил конкретные, последовательные и достаточно полные педагогические действия, которые могли бы привести кциальному результату решения педагогической ситуации.
3	5–6	Студент предложил некоторые действия по разрешению педагогической ситуации, однако не последовательно и не полно.
2	3–4	Студент не смог решить педагогическую ситуацию, либо предложил педагогические действия, которые не решили бы положительно предложенную педагогическую ситуацию.
1	1-2	Выставляется студенту, если студент не раскрыл тему

5.3 Список вопросов к устному собеседованию

Вопросы:

1. Бальнеотерапия. Основные методы бальнеологического лечения.
2. Бальнеотерапия. Классификация водолечебных процедур. Механизм действия на организм.
3. Минеральные ванны. Их характеристика, методика отпуска процедур. Лечебное действие. Показания и противопоказания к назначению.
4. Йодобромные ванны, их характеристика и особенности лечебного действия на организм.. Методики отпуска процедур. Показания и противопоказания к применению.

5. Газовые ванны, их характеристика и особенности лечебного действия на организм, (углекислые). Методики отпуска процедур. Показания и противопоказания к применению.

6. Газовые ванны, их характеристика и особенности лечебного действия на организм, (кислородные). Методики отпуска процедур. Показания и противопоказания к применению.

7. Газовые ванны, их характеристика и особенности лечебного действия на организм, (азотные). Методики отпуска процедур. Показания и противопоказания к применению.

8. Газовые ванны, их характеристика и особенности лечебного действия на организм, (жемчужные). Методики отпуска процедур. Показания и противопоказания к применению.

9. Сульфидные ванны, их характеристика и особенности лечебного действия на организм. Методики отпуска процедур. Показания и противопоказания к применению.

10. Радоновые ванны. Основной действующий фактор. Механизм действия на организм. Методики проведения искусственных радоновых ванн. Показания и противопоказания к назначению.

11. Минеральные воды как основной природный лечебный фактор, используемый на курортах. Классификация минеральных вод. Бальнеологические типы минеральных вод.

12. Ингаляционная терапия. Их характеристика и особенности лечебного действия на организм. Показания и противопоказания к применению.

13. Курорты с углекислыми минеральными водами. Бальнеологические свойства, показания и противопоказания для использования углекислых минеральных вод.

14. Курорты с сульфидными минеральными водами. Бальнеологические свойства, показания и противопоказания для использования сульфидных минеральных вод.

15. Курорты с радоновыми минеральными водами. Бальнеологические свойства, показания и противопоказания для использования радоновых минеральных вод.

16. Приморские климатические курорты. Морская вода как бальнеологический фактор

Краткие методические указания

Для того, чтобы успешно пройти промежуточную аттестацию 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 предполагает следующий алгоритм действий:

- студент выбирает билет, в котором два вопроса из предложенного выше списка;
- самостоятельно готовит ответа.
- по каждому вопросу составляет «живой» пример педагогическую ситуацию, 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 педагогической ситуации.
3	13–15	Студент предложил некоторые действия по разрешению педагогической ситуации, однако не последовательно и не полно.
2	9–12	Студент не смог решить педагогическую ситуацию, либо предложил педагогические действия, которые не решили бы положительно предложенную педагогическую ситуацию.
1	1-8	Выставляется студенту, если студент не раскрыл тему

Ключи к оценочным материалам по дисциплине «Бальнеолечение»

1. Примерные ответы на вопросы для собеседования

Вопросы для собеседования по теме №1. Основы Бальнеолечения.

Введение в специализацию.

1. История Бальнеолечение.

Впервые термин «Бальнеолечение» как педагогическое и научное направление появляется по инициативе Российских ученых на международном симпозиуме «Biomechanics and medicine in swimming» в 1998 году в Финляндии, с тех пор гидрореабилитация включена в программы многих международных конференций по реабилитации.

С 2000 года бальнеолечение в России активно начала развиваться как учебная дисциплина на базе Национального государственного университета физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта в Санкт-Петербурге на кафедре «Теории и методики гидрореабилитации».

С 2012 года в Санкт-Петербургском Государственном Педиатрическом Университете на кафедре «Реабилитологии ФП и ДПО» организованы курсы повышения квалификации для врачей реабилитологов по «Гидрокинезиотерапии». С 2015 года курс повышения квалификации проводится на базе водно-оздоровительного центра Reasun.

В 2016 году создана Ассоциация медицинской и спортивной гидрореабилитологии – МСГР. (Association «Medical and sports hydro rehabilitation», ASSC «MSHR»).

В настоящее время бальнеолечение активно развивается во всем мире и входит во многие международные стандарты по реабилитации для разных патологий и различных групп населения.

2. Определение и содержание предмета.

бальнеолечение – это метод восстановления нарушенных функций организма, основанный на использовании водной среды. Он включает в себя комплекс мероприятий, таких как лечебное плавание, подводный массаж и применение ортопедических приспособлений. Гидрореабилитация применяется для детей и взрослых с различными заболеваниями и состояниями, включая детский церебральный паралич, аутизм, синдром Дауна, а также для восстановления после травм

Содержание предмета бальнеолечение:

Лечебное плавание: использование различных стилей плавания (брасс, кроль и т.д.) для улучшения равновесия, координации и укрепления мышечного корсета.

Подводный массаж: воздействие на мышцы и ткани с помощью струи воды, что способствует расслаблению, улучшению кровообращения и уменьшению болевого синдрома.

Использование ортопедических приспособлений: применение специальных средств для поддержки и фиксации тела в воде, что позволяет выполнять упражнения более безопасно и эффективно.

Психологическая поддержка: занятия в воде могут оказывать положительное влияние на психоэмоциональное состояние, снижать уровень тревожности и повышать уверенность в себе.

Профилактика: бальнеолечение также может использоваться для профилактики заболеваний опорно-двигательного аппарата и коррекции нарушений осанки.

В целом, гидрореабилитация направлена на комплексное восстановление организма, улучшение физической формы, психологического состояния и повышение качества жизни.

3. Классификация бальнеолечение

бальнеолечение, или водолечение, может быть классифицирована по различным признакам, включая:

По форме воздействия:

Механическое воздействие: обусловлено давлением воды, выталкивающей силой, гидростатическим давлением, турбулентностью потоков воды. К этой категории относятся ванны, души, плавание, аквааэробика.

Термическое воздействие: основано на тепловых свойствах воды (холодная, прохладная, теплая, горячая). Примеры: контрастные ванны, прохладные обертывания.

Химическое воздействие: применение различных добавок в воду (соли, экстракты трав, лекарственные препараты), которые оказывают лечебное действие на кожу и организм в целом.

Биологическое воздействие: связанное с воздействием на организм микроорганизмов, присутствующих в воде (минеральные воды, грязевые ванны).

По целям реабилитации:

Восстановительная гидрореабилитация: направлена на восстановление утраченных функций после травм, заболеваний, хирургических вмешательств.

Поддерживающая гидрореабилитация: используется для поддержания достигнутого уровня здоровья, предотвращения обострений хронических заболеваний.

Профилактическая гидрореабилитация: направлена на предотвращение развития заболеваний, укрепление здоровья, повышение адаптационных возможностей организма.

По виду используемой воды:

Пресная вода: используется в бассейнах, ваннах.

Минеральная вода: обогащенная минеральными веществами, оказывает лечебное воздействие.

Морская вода: богата солями, микроэлементами, оказывает общеукрепляющее и закаливающее действие.

Грязевые ванны: используются лечебные грязи, оказывающие тепловое, механическое и химическое воздействие.

По возрасту пациентов:

Детское бальнеолечение: направлена на решение проблем развития детей, в том числе детей с ДЦП и других нозологических групп.

Взрослое бальнеолечение: применяется для восстановления после травм, лечения заболеваний опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой системы, нервной системы.

Гериатрическая бальнеолечение: специально разработана для пожилых людей с учетом возрастных особенностей.

По форме проведения:

Индивидуальные занятия: проводятся с учетом особенностей конкретного пациента.

Групповые занятия: направлены на решение общих задач.

Самостоятельные занятия: под руководством инструктора или врача.

Примерные ответы на вопросы для собеседования №2. Бальнеолечение лиц разных групп инвалидности

1. Двигательные действия ребенка-инвалида в условиях водной среды.

Двигательные действия ребенка-инвалида в условиях водной среды, такие как гидрореабилитация, могут значительно улучшить равновесие, координацию и общую моторику. Водная среда оказывает благотворное влияние на укрепление мышц, улучшение работы сердечно-сосудистой и дыхательной систем, а также на снижение нервного напряжения. Важно помнить о безопасности и соблюдать правила поведения на воде, особенно для детей с ограниченными возможностями.

2. Технологии бальнеолечения ребенка-инвалида в условиях плавательного бассейна.

Технологии бальнеолечения детей-инвалидов в условиях плавательного бассейна включают в себя комплекс упражнений и занятий, направленных на улучшение двигательных навыков, координации, мышечной силы и общего физического состояния.

Водная среда обеспечивает поддержку тела, снижает нагрузку на суставы и позволяет выполнять движения, которые могут быть затруднительны на суше. Это способствует развитию моторики, повышает уверенность в себе и улучшает психоэмоциональное состояние.

Основные направления бальнеолечение:

Упражнения на координацию и равновесие: в воде легче удерживать равновесие, что позволяет детям с двигательными нарушениями отрабатывать координацию движений и улучшать осанку.

Укрепление мышечной системы: вода создает сопротивление, что способствует укреплению мышц корпуса, рук и ног.

Улучшение подвижности суставов: водная среда облегчает движения в суставах, что особенно важно для детей с контрактурами или мышечными спазмами.

Развитие дыхательной системы: плавание и дыхательные упражнения в воде способствуют улучшению функции дыхания.

Психологическая бальнеолечение: вода успокаивает, снижает стресс и тревожность, улучшает настроение и повышает самооценку.

Методики бальнеолечение: индивидуальные занятия:

Разрабатываются с учетом особенностей ребенка, его диагноза, возраста и уровня физической подготовки.

Групповые занятия:

Помогают в социальной адаптации и развитии навыков взаимодействия со сверстниками.

3. Специальные средства бальнеолечение

Основные средства бальнеолечение:

Вода: как основная среда для проведения занятий, вода может быть пресной или минеральной, с различной температурой.

Бассейн: специально оборудованные бассейны с различной глубиной и температурой воды.

Вспомогательные средства: нудлы (поплавки), аквагантели, доски для плавания и другие приспособления, облегчающие выполнение упражнений и повышающие эффективность занятий.

Специальное оборудование: подводные тренажеры, гидромассажные установки и другие устройства для улучшения лечебного эффекта.

Основные методы бальнеолечение:

Упражнения в воде: Комплексы упражнений, направленные на разработку суставов, растяжку мышц, улучшение осанки и равновесия.

Гидромассаж: массаж с помощью водных струй, который помогает расслабить мышцы, улучшить кровообращение и уменьшить болевые ощущения.

Контрастные ванны: чередование теплой и прохладной воды, которое способствует закаливанию организма, улучшению тонуса сосудов и укреплению иммунитета.

Лечебные процедуры: например, подводное вытяжение позвоночника, которое может использоваться для лечения заболеваний опорно-двигательного аппарата.

5.2 Примеры заданий для выполнения практических работ

Обучающимся предлагаются осмыслить реальную педагогическую ситуацию. В процессе ее разрешения студенту требуется актуализировать знания, полученные ранее.

Студент выполняет конспект по бальнеолечение (по выбору) и проводит занятие на студентах своей группы.

Конспект занятия (основная часть занятия)

Тема: бальнеолечение при правостороннем грудном сколиозе 2-3 степени

Задачи урока:

Оздоровительная:

Повышение функциональных возможностей организма, укрепление мышечного корсета, умения восстанавливать дыхание.

Воспитательная:

Развитие волевых качеств, направленных на создание психоэмоционального настроя на дальнейшее лечение и приобщение к здоровому образу жизни.

Инвентарь: свисток, лопатки, плавательные доски.

Время проведения: с 8:30 до 9:15

Место проведения: Бассейн ФОК «Чемпион».

Форма одежды: купальный костюм (купальник, плавки), резиновая шапочка, сланцы.

Проводящий: группа БФЗА-21-ФР1, Баркина Дарья

Частная задача	Содержание	Дозировка	Организационно-методические указания
Выработка стереотипа дыхания	Выдохи в воду, поднимая и опуская лицо в воду	10 раз	Для вдоха поднимать голову лицом вперед, следить за полным выдохом и быстрым вдохом.
Коррекция деформации, укрепление мышечного корсета	Скольжение на груди, левая рука впереди, правая вдоль туловища, ладонью на воде	10 раз	Следить за ровным и вытянутым положением тела, а также сохранением устойчивого равновесия при скольжении
Коррекция деформации, укрепление мышечного корсета	Скольжение на спине, левая рука впереди, правая вдоль туловища, ладонью на воде	10 раз	Следить за ровным и вытянутым положением тела, а также сохранением устойчивого равновесия при скольжении
Развитие мышц туловища, коррекция деформации	Лежа на груди: правая рука работает брассом, левая – вытянута вперед, ноги при поясничном лордозе работают брассом, при сглаженном лордозе – «кролем»	2x12,5 м	Следить за положением коррекции, поворот вправо
Развитие мышц туловища, коррекция деформации	Лежа на спине: правая рука работает брассом, левая – вытянута вперед, ноги при поясничном лордозе работают брассом, при сглаженном лордозе – «кролем»	2x12,5 м	Следить за положением коррекции, поворот вправо
Развитие мышц туловища, коррекция деформации	Лежа на груди: левая рука вытянута вперед, правая работает «брассом» (отягощена перчаткой, лопаткой), ноги работают кролем	2x12,5 м	Следить за техникой выполнения

Развитие мышц туловища, коррекция деформации	Лежа на спине: левая рука вытянута вперед, правая работает «брассом» (отягощена перчаткой, лопаткой), ноги работают кролем	2x12,5 м	Следить за техникой выполнения
Коррекция деформации, тренировка мышц туловища и дыхательной мускулатуры	Плавание брассом на груди с удлиненной паузой скольжения	2x12,5 м	Следить за паузой скольжения и выдоха, поворот вправо
Коррекция деформации, тренировка мышц туловища и дыхательной мускулатуры	Плавание брассом на спине с удлиненной паузой скольжения	2x12,5 м	Следить за паузой скольжения и выдоха, поворот вправо
Коррекция деформации, тренировка мышц туловища и дыхательной мускулатуры	Плавание на боку, лежа на стороне выпуклости искривления	2x12,5 м	Следить за паузой скольжения и выдоха, поворот вправо

5.3 Вопросы к зачету (тестирование)

Выберите один или несколько правильных ответов.

Тестовые задания рассчитаны на самостоятельную работу без использования вспомогательных материалов. Тестовые задания содержат вопросы, на которые студент должен дать один или несколько вариантов правильного ответа из предложенного списка ответов. Для выполнения тестового задания, прежде всего, следует внимательно прочитать поставленный вопрос. После ознакомления с вопросом следует приступить к прочтению предлагаемых вариантов ответа. Необходимо прочитать все варианты и в качестве правильного ответа выбрать и записать один буквенный индекс, обозначающих ответ. Заданий, где правильный вариант отсутствует, в тесте не предусмотрено.

КОНТРОЛЬНЫЙ ТЕСТ-БИЛЕТ №1 по дисциплине «Бальнеолечение»

1. Ведущим ВУЗом, проводящим наибольшее количество исследований в области гидрореабилитации в Российской Федерации, где в 2000 г., была открыта кафедра «Теория и методика бальнеолечения», является:

- а. Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, г. Новосибирск
- б. Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодёжи и туризма (РГУФКСМИТ)
- в. Национальный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгата, г. Санкт-Петербурга»
- г. Институт физической культуры Тюменского государственного университета (ТюмГУ)

д. Институт гуманитарного образования и спорта СурГУ, г. Сургут

2. *Специалист _____, владеющий средствами, методами и приемами водной реабилитации, передающий занимающимся опыт, формирующий необходимые двигательные компетенции (умения и навыки), направленные на реабилитацию личности, обеспечивающий формирование и воспитание личности, способной к саморазвитию, самоопределению и дальнейшему самосовершенствованию её духовных, двигательных и интеллектуальных возможностей, имеющихся в данный возрастной период*

- а. тренер-преподаватель по АФК
- б. инструктор по спорту
- в. учитель физической культуры
- г. гидреабилитолог
- д. врач - физиотерапевт

3. *Основными показаниями к назначению физических упражнений в воде являются все перечисленные, кроме:*

- а. хронических болезней кожи
- б. заболеваний опорно-двигательного аппарата
- в. заболеваний внутренних органов при удовлетворительном функциональном состоянии
- г. заболеваний нервной системы
- д. гипокинезии
- е. дети с нарушением зрения, слуха, интеллекта

4. *Температура воды при индифферентных (Индифферентная температура, которая равна температуре кожных покровов) водных процедурах должна составлять, а температура воды при прохладных водных процедурах должна быть -*

- а. 40° - выше
- б. 37° - 39°
- в. 34° - 35°
- д. 23° - 34°
- г. 23° - и ниже

5. *Какой эффект возникает при нахождении тела в воде?*

- а. эффект гидродинамики;
- б. эффект гидростатики;
- в. эффект гидроневесомости;
- г. кумулятивный эффект.

6. *Какие системы организма развиваются при плавании в первую очередь?*

- а. дыхательная и сердечно-сосудистая;
- б. мышечная и нервная;
- в. выделительная и мышечная;
- г. дыхательная и мышечная.

7. *Принципы гидрореабилитации:*

а. взаимоотношения гидропедагогической системы (педагог - ребенок - инвалид - вода), и окружающего пространства духовной потребности;

- б. принцип связи теории с практикой
- в. непрерывности взаимоотношений педагога и ребёнка-инвалида;
- г. принцип прочности;
- д. постепенности увеличения физических нагрузок на занятиях.

8. *Как выполняются упражнения для освоения с водой:*

- а. на вдохе;
- б. на выдохе;

в. с движениями конечностей.

9. Какое физическое свойство воды в большей мере влияет на плавучесть?
- а. плотность;
 - б. теплопроводность;
 - в. текучесть;
 - г. теплоемкость.

10. Как изменяется плотность человека при дыхании?

- а. при вдохе плотность увеличивается, при выдохе уменьшается;
- б. при вдохе плотность уменьшается, при выдохе увеличивается;
- в. при вдохе плотность не изменяется, при выдохе уменьшается;
- б. при вдохе и выдохе плотность не изменяется.

11. Вид плавания, направленный на формирование и развитие двигательных способностей и плавательной подготовленности лиц с ограниченными возможностями здоровья, в том числе, инвалидов.

- а. лечебно-оздоровительное (рекреационное) плавание
- б. аквааэробика
- в. кондиционное плавание
- г. адаптивное плавание

12. Система физических упражнений избирательной направленности, выполняемых в условиях водной среды

- а. гидрошнейпинг
- б. магнитогидродинамика
- в. аква-фитнес
- г. гидродинамика

13. Передача опыта двигательной, умственной, физической, соматической, духовной и волевой деятельности путем планирования, организации и проведения занятий в условиях водной среды для лиц с отклонениями в развитии – это:

- а. плавание пассивное
- б. плавание динамическое
- в. плавание реабилитационное
- г. плавание оздоровительное
- д. нет верного ответа

14. Педагогический процесс обучения и воспитания человека в условиях водной среды и средствами водной среды с целью формирования качественно нового, более высокого от исходного, уровня его двигательной и общественной активности. Процесс, который заключается в усвоении и передаче от тренера к ребенку-инвалиду накопленного опыта, знаний, умений и навыков различных видов деятельности: двигательной, психической, интеллектуальной и социальной, в условиях водной среды. Универсальное средство восстановления после травм, операций и различных заболеваний для укрепления организма.

- а. адаптивное плавание
- б. аквааэробика
- в. кондиционное плавание
- г. лечебно-оздоровительное (рекреационное) плавание
- д. гидротерапия

15. Лечебное действие физических упражнений в воде осуществляется на основе:

- а. тонизирующего влияния
- б. подготовки к сдаче ГТО - нормативов
- в. трофического действия
- г. формирование компенсации
- д. участия в соревнованиях по адаптивному плаванию
- е. нормализации функций и восстановление функций органа

Ответы на тестовые задания

Тест 1.

ключ: 1-в; 2-г; 3-а; 4-д; 5-в; 6-а; 7-а, в, д; 8-а, 9-а, 10-а, 11-б, 12-в, 13-д, 14-д, 15- а, в, г, е

КОНТРОЛЬНЫЙ ТЕСТ-БИЛЕТ №2 по дисциплине «Бальнеолечение»

В каждом предложенном вопросе укажите только один правильный вариант ответа

1. Какое физическое свойство воды в большей мере влияет на плавучесть?

- а) плотность
- б) теплопроводность
- в) текучесть
- г) теплоемкость

2. Как изменяется плотность человека при дыхании?

- а) при вдохе плотность увеличивается, при выдохе - уменьшается
- б) при вдохе плотность уменьшается, при выдохе - увеличивается
- в) при вдохе плотность не изменяется, при выдохе - уменьшается
- г) при вдохе и выдохе плотность не изменяется

3. Какая температура воды наиболее благоприятна для проведения гидрореабилитации в крытом (закрытом) бассейне?

- а) 20-22°C
- б) 24-26°C
- в) 26-28°C
- г) 30-32°C

4. Какова взаимосвязь температуры воды и реабилитации в бассейне при её незначительном понижении?

- а) незначительное понижение t°-воды не отразится на тренировке
- б) снижение t°-воды повысит утомляемость
- в) понижение t°-воды позволит менее комфортно производить работу и повысит эффект теплоотдачи и переохлаждения
- г) понижение t°-воды позволит более комфортно производить работу в воде, но повысит эффект теплоотдачи и переохлаждения

5. Что означает статическое плавание?

- а) отсутствие движения
- б) двигательные действия руками и ногами
- в) напряжение тела во время движений
- г) напряжение мышц рук и ног во время гребков

6. В чем суть закона Архимеда?

- а) на тело, погруженное в жидкость, действует сила тяжести
- б) плавучесть тела определяется его плотностью
- в) на тело, погруженное в жидкость, действует выталкивающая сила, равная весу того количества жидкости, которое вытеснено погруженной частью тела
- г) на тело в воде не действуют никакие силы, так как оно находится в невесомости

7. Что называется углом атаки тела?

- а) положение тела по отношению к обтекаемому потоку, замеряется между продольной осью тела и направлением движения
- б) положение конечностей тела по отношению к уровню воды
- в) положение туловища к уровню воды

г) под каким углом тело входит в воду

8. Что означает угол атаки кисти?

а) угол между кистью и поверхностью воды

б) угол между плоскостью кисти и продольной осью туловища

в) угол между кистью и предплечьем

г) угол между плоскостью кисти и направлением потока

9. Куда направлена подъемная сила?

а) перпендикулярно вниз по отношению к направлению потока)

б) параллельно по отношению к потоку

в) вверх

г) перпендикулярно вверх по отношению к направлению потока

10. Какие пловцы будут иметь преимущество, исходя из критерия размеров тела и конечностей?

а) только рост

б) рост, объем грудной клетки

в) рост, объем грудной клетки, длина рук и ног

г) рост, объем грудной клетки, длина рук и ног, площадь (размеры) кистей и стопы

11. Как влияет количество жира в теле человека на плавучесть?

а) с увеличением количества жировой ткани плавучесть уменьшается

б) с увеличением количества жировой ткани плавучесть увеличивается

в) с увеличением количества жировой ткани плавучесть не изменяется

г) с уменьшением количества жировой ткани плавучесть увеличивается

12. Почему у женщин выше плавучесть, чем у мужчин?

а) у женщин объем жировой ткани относительно больше, у мужчин костно-мышечная ткань плотнее

б) женщины чаще имеют избыточный вес

в) женщины выносливее

г) женщины имеют меньшие размеры тела, мужчины в среднем выше и тяжелее

13. К какой группе видов спорта относится плавание?

а) циклические

б) ациклические

в) смешанные

г) повторно-интервальные

14. Назовите критерий рациональности двигательных действий в плавании?

а) красота движений

б) соответствие современному эталону (образцу)

в) эффективность решения двигательной задачи

г) правильность исполнения

15. Что такое темп плавания?

а) количество гребков на дистанции

б) количество вдохов-выдохов

в) длительность двигательного цикла

г) количество двигательных циклов, выполненных за единицу времени

Ответы на тестовые задания

Тест 2.

ключ: 1-а, 2-б, 3-в, 4-в, 5-а, 6-в, 7-а, 8-г, 9-г, 10-г, 11-б, 12-а, 13-а, 14-в, 15-г

КОНТРОЛЬНЫЙ ТЕСТ-БИЛЕТ № 3

по дисциплине «Бальнеолечение»

В каждом предложенном вопросе укажите только один правильный вариант ответа

1. Какие разновидности кроля существуют в настоящее время?

- а) 2-х,4-х,6-ударный кроль
- б) 4-х и 8 ударный кроль
- в) 2-х, 4-х, 10 ударный кроль
- г) 4-х и 6 ударный кроль

2. На сколько двигательных (плавательных) циклов делается один вдох-выдох при плавании на груди на длинные дистанции?

- а) на 1,5
- б) на 2
- в) на 3
- г) на 4

3. Какая фаза работы ног называется опорной (основной) при плавании кролем на груди?

- а) при движении ноги вверх
- б) при движении ноги вниз
- в) при движении ноги вверх и вниз
- г) при движении ноги вверх и вниз, включая паузу

4. Чем характерны движения рук и ног при плавании брассом?

- а) движения рук и ног поочередные
- б) движения одновременные, но не симметричные
- в) движение рук одновременное, ног поочередное
- г) движения одновременные и симметричные

5. При старте пловца с тумбочки какая фаза следует после фазы входа в воду?

- а) фаза выхода на поверхность
- б) фаза полета
- в) фаза скольжения
- г) фаза начала плавательных движений

6. При каком способе плавания старт выполняется из воды?

- а) кроль на груди
- б) кроль на спине
- в) брасс
- г) баттерфляй

7. Какой поворот при плавании кролем на груди является наиболее скоростным?

- а) открытый
- б) закрытый
- в) маятник
- г) сальто

8. Почему в морской воде человеку легче держаться на поверхности?

- а) потому что морская вода теплее речной
- б) потому что морская вода менее плотная
- в) потому что плотность морской воды больше, чем пресной
- г) потому что в морской воде легче дышать

9. При какой температуре замерзает пресная вода

- а) при 4°C
- б) при -5°C
- в) при -10°C
- г) при 0°C

10. Какая t°-воды наиболее благоприятна для занятий в открытом бассейне в зимнее время?

- А) 25-27°C
- б) 29-31°C
- в) 33-35°C

г) 20-25°C

11. Какова взаимосвязь t° -воды и тренировочного процесса в бассейне при её повышении?

- а) незначительное повышение t° -воды не отразится на тренировке
- б) повышение t° -воды затруднит физическую работу в связи с затруднениями теплоотдачи, снижение эффекта переохлаждения
- в) повышение t° -воды повысит теплоотдачу и повысит эффективность тренировочного процесса
- г) на работе не отразится, а эффект переохлаждения снизится

12. Что означает динамическое плавание?

- а) плавание с помощью разнообразных двигательных действий
- б) неподвижное плавание
- в) плавание в команде «Динамо»
- г) фигуры в плавании

13. Что такое плавучесть?

- а) физическое свойство материала
- б) физическое свойство воды
- в) способность двигаться на поверхности воды
- г) способность тела держаться на поверхности воды

14. При плавании целесообразно изменять угол атаки тела?

- а) по возможности его следует увеличивать
- б) по возможности его следует уменьшать
- в) не следует изменять
- г) угол атаки не влияет на скорость и технику плавания

15. Куда направлена сила лобового сопротивления?

- а) перпендикулярно встречному обтекаемому потоку
- б) перпендикулярно движению
- в) параллельно встречному обтекаемому потоку
- г) против движения тела

16. Куда направлена топящая сила?

- а) перпендикулярно вниз по отношению к направлению потока
- б) перпендикулярно вверх по отношению к направлению потока
- в) вниз
- г) параллельно движению

Ответы на тестовые задания

Тест 3

ключ: 1-а, 2-в, 3-б, 4-г, 5-в, 6-б, 7-г, 8-в, 9-г, 10-б, 11-б, 12-а, 13-г, 14-б, 15-г, 16-а

Задания в открытой форме, в которых необходимо завершить высказывание, то есть без предложенных вариантов ответов. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подобранное определение вписывайте в соответствующую графу

КОНТРОЛЬНЫЙ ТЕСТ-БИЛЕТ №4 по дисциплине «Бальнеолечение»

Двигательные действия детей-инвалидов в воде имеют свои особенности, связанные с различными видами ограничений здоровья. Обучение плаванию таких детей требует индивидуального подхода и адаптации методик. Важно учитывать психологическое состояние ребенка, уровень его физической подготовки и специфику заболевания.

I. Определите нозологию детей для занятий бальнеолечением:

1. Дети с ДЦП, ампутациями, врожденными аномалиями могут испытывать трудности с координацией движений, удержанием равновесия, слабостью мышц. В воде эти особенности могут проявляться в виде неправильной техники плавания, сложностей с выполнением отдельных движений (например, гребков руками или ногами), быстрой - **Нарушения опорно-двигательного аппарата**

2. Дети с данным нарушениями нуждаются в особой поддержке и инструктаже, а также в использовании зрительных ориентиров. Дети с нарушениями слуха не могут слышать команды инструктора, поэтому необходимо использовать жесты, тактильные сигналы и визуальные оповещения - **Нарушения зрения и слуха**

3. Дети с данными нарушениями могут испытывать трудности с пониманием инструкций и усвоением новых навыков. Обучение плаванию таких детей требует терпения, повторения и использования простых, конкретных команд - **Нарушения интеллекта**

4. У детей-инвалидов может быть повышенная тревожность, страх воды, низкая самооценка. Важно создать комфортную и безопасную атмосферу, поддерживать ребенка и помогать ему преодолевать страхи - **Психологические особенности**

II. Каким образом происходит адаптация методик обучения:

5. Каждый ребенок уникален, поэтому необходимо разрабатывать индивидуальные программы обучения, учитывая его особенности - **Индивидуальный подход**

6. В процессе обучения можно использовать плавательные доски, нарукавники, кольца, жилеты и другие средства, которые помогают удерживаться на воде и выполнять движения - **Использование специального оборудования**

7. Начинать следует с простых упражнений в мелкой воде, постепенно переходя к более сложным движениям и глубокой воде - **Постепенное усложнение упражнений**

8. Игры и упражнения в воде помогают сделать процесс обучения более интересным и эффективным - **Использование игровых методов**

9. Обучение в группе с другими детьми может быть мотивирующим и помогать ребенку развивать социальные навыки - **Обучение в группе**

10. Родители должны быть обучены правилам безопасности в воде и методам работы с ребенком - **Обучение родителей**

11. Родители и инструктор должны работать в команде, чтобы обеспечить наилучшие результаты обучения - **Взаимодействие с инструктором**

КОНТРОЛЬНЫЙ ТЕСТ-БИЛЕТ №5 по дисциплине «Бальнеолечение»

Основные характеристики бальнеолечения

1. **Бальнеолечение** - представляет собой прежде всего педагогический процесс по передаче и усвоению накопленного опыта взаимоотношений специалиста и «инвалида – лица, которое имеет нарушение здоровья со стойким расстройством функций организма, обусловленное заболеваниями, последствиями травм или дефектами, приводящими к ограничению жизнедеятельности и вызывающее необходимость его социальной защиты»

2. **Гидропедагог** - владеющий средствами и приемами водной реабилитации, в том числе гидротерапии, передает занимающемуся опыт, обеспечивающий формирование и воспитание личности, способной к саморазвитию, самоопределению и дальнейшему самосовершенствованию ее духовных, двигательных и интеллектуальных возможностей, имеющихся в данный возрастной период.

3. **Средства бальнеолечения** - индивидуальные средства интенсивного воздействия в процессе многолетней гидрореабилитации детей-инвалидов (Водная среда; специальные корригирующие упражнения, лечебная гимнастика в воде (гидрокинезотерапия) и лечебное плавание; спортивные и прикладные способы плавания, включая способы ныряния и транспортировки больного инвалида; приемы оказания первой доврачебной помощи в случае утопления;

4. **Методы бальнеолечения** - педагогические, немедикаментозные, экологически чистые, видеосъемка, видеонаблюдения; гидрореабилитационные, оздоровительные, рекреационные, восстановительные, адаптивное плавание; проявление двигательной, интеллектуальной и психической деятельности человека на суше и в условиях водной среды.

5. **Бальнеолечение инвалидов** — это процесс обучения и воспитания человека (прежде всего ребенка-инвалида) в условиях водной среды, путем формирования и становления качественно нового уровня состояния его здоровья, его физической, интеллектуальной и общественной активности, общественного признания и уважения