1. ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения

Направление: 49.03.02 - Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Профиль подготовки: Гидрореабилитация

Дисциплина: Основы гидрореабилитации

Кафедра: Физическая реабилитация

Курс3 семестр 5 (на 20\_\_/20\_\_учебный год)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № занятия | Посеща-емость/ балл | Тема занятий и виды контроля | Кол-во балловmin / max | Накопи-тельная «стоимость» /балл | Кол-во часов самостоятельной работы на подготовку к видам контроля |
| *1* | *2* | *3* | *4* | *5* | *6* |
| **Пятый семестр** |  |
| 1 |  | Лекция №1 **Введение в специализацию**.  |  |  | 2 |
| 2 |  | Лекция №2. **Дидактические основы гидрореабилитации.**  |  |  | 2 |
| 3 |  | Лекция № 3. **История гидрореабилитации и спортивного плавания лиц с ОВЗ.** |  |  | 2 |
| 4 |  | Лекция № 4. **Основы техники спортивного плавания** |  | 10 | 2 |
| 5 |  | Лекция № 5. **Основы техники спортивного плавания** |  |  | 2 |
| 6 |  | Лекция № 6. **Педагогическая гидрореабилитация.** |  |  | 2 |
| 7 |  | Практическое занятие № 1 **Дидактические основы гидрореабилитации.** Взаимоотношение человека и воды, как физическое и общественное явление.Субстанциальное свойство взаимоотношения человека и воды.Закономерности взаимоотношений человека и воды. |  |  | 2 |
| 8 |  | Практическое занятие № 2 **Дидактические основы гидрореабилитации.** Педагогический контроль и самоконтроль. Магнитогидродинамический механизм оздоровительного влияния водной среды на человека. |  | 20 | 2 |
| 9 |  | Практическое занятие № 3 **Основы техники спортивного плавания**Физические свойства воды. Условия равновесия тела в воде.Гидростатическое давление воды, закон Паскаля.Сопротивление трения в воде. Волновое сопротивление.Сопротивление формы.ТК-1 Практический норматив | 4/10 |  | 2 |
| 10 |  | Практическое занятие № 4 **Основы техники спортивного плавания**Сила сопротивления воды, ее составляющие.Оси и плоскости в которых определяется движение пловца.Абсолютные и относительные движения.Темп и шаг как интегральные показатели техники плавания.Динамические характеристики движений, равнодействующая сила и ее составляющие. |  |  | 2 |
| 11 |  | Практическое занятие № 5 **Основы техники спортивного плавания**Элементы техники движений пловцов. |  |  | 2 |
| 12 |  | Практическое занятие № 6 **Основы техники спортивного плавания**Фазовый состав техники. ТК-2 Практический норматив | 4/10 |  | 2 |
| 13 |  | Практическое занятие № 7 **Основы техники спортивного плавания**Последовательность изучения техники: положение туловища и головы, движения ногами, движения руками в согласовании с дыханием, согласование движений.ТК-3 Практический норматив | 4/10 | 30 | 2 |
| 14 |  | Лекция № 7. **Основы взаимоотношений человека и водной среды.** 1. Вода в природе (космосе, земле, океане, воздухе, растительном и животном мире). 2. Саморазвивающаяся система взаимоотношений человека и воды. 3. Структура воды. 4. Память воды. |  |  | 2 |
| 15 |  | Лекция № 8. **Основы взаимоотношений человека и водной среды.** 1. Магнитогидродинамические течения. 2. Свойство излучения-поглощения электромагнитных полей человека. |  |  | 2 |
| 16 |  | Лекция № 9. **Дидактические средства гидрореабилитации.**1. Определение понятия дидактические средства2. Классификация общепринятых дидактических средств3. Применение дидактических средств в процессе гидрореабилитации4. Особенности использования дидактических средств в процессе гидрореабилитации для лиц с различными нозологиями |  |  | 2 |
| 17 |  | Лекция № 10. **Гидропедагогика.**1. Составляющие компоненты гидропедагогики
2. Виды двигательной активности в гидропедагогике
 |  |  | 2 |
| 18 |  | Лекция № 11 **Вода и ее соединения – как основное средство гидрореабилитации.**1. Классификация специфических дидактических средств гидрореабилитации
2. Внутренние и внешние факторы управления и самоуправления процессом гидрореабилитации. Применение дидактических средств в процессе гидрореабилитации для лиц различных возрастных групп
3. Особенности применения дидактических средств в процессе гидрореабилитации в определенные возрастные периоды жизни человека и в зависимости от пола.
4. Подбор дидактических средств на различных примерах учеников.
 |  | 40 | 2 |
| 19 |  | Практическое занятие № 8 **Основы взаимоотношений человека и водной среды.** Вода в природе (космосе, земле, океане, воздухе, растительном и животном мире). Саморазвивающаяся система взаимоотношений человека и воды. Структура воды. Память воды. |  |  | 2 |
| 20 |  | Практическое занятие № 9 **Дидактические средства гидрореабилитации.**Определение понятия дидактические средстваКлассификация общепринятых дидактических средствПрименение дидактических средств в процессе гидрореабилитацииОсобенности использования дидактических средств в процессе гидрореабилитации для лиц с различными нозологиями |  |  | 2 |
| 21 |  | Практическое занятие № 10 **Гидропедагогика.**Виды двигательной активности в гидропедагогикеПрикладное плаваниеТК-4 Практический норматив | 5/10 |  | 2 |
| 22 |  | Практическое занятие № 11 **Гидропедагогика.**Виды двигательной активности в гидропедагогикеСинхронное плавание |  |  | 2 |
| 23 |  | Практическое занятие № 12 **Гидропедагогика.**Виды двигательной активности в гидропедагогике Прыжки в водуТК-5 Практический норматив | 4/10 | 50 | 2 |
| 24 |  | Практическое занятие № 13 **Гидропедагогика.**Виды двигательной активности в гидропедагогикеАквафитнесРК-1  | 2/10 | 60 | 2 |
| 2 рубежный контроль - тестирование | 5/10 | 70,0 | 2 |
| Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ) может быть поставлен по сумме баллов за посещаемость и успеваемость по итогам текущих и рубежных контролей) | 22/30 | 100 | 4 |
| Итоговая сумма баллов за 5 семестр | 50/100 | 100 | 54 |

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения

Направление: 49.03.02 - Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Профиль подготовки: Гидрореабилитация

Дисциплина: Основы гидрореабилитации

Кафедра: Физическая реабилитация

Курс3 семестр 6 (на 20\_\_/20\_\_учебный год)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № занятия | Посеща-емость/ балл | Тема занятий и виды контроля | Кол-во балловmin / max | Накопи-тельная «стоимость» /балл | Кол-во часов самостоятельной работы на подготовку к видам контроля |
| *1* | *2* | *3* | *4* | *5* | *6* |
| **Шестой семестр** |  |
| 1 |  | Лекция № 1. **Общепедагогические принципы в гидропедагогике**1. Классификация педагогических принципов2. Роль, значение и место каждого педагогического принципа в гидрореабилитации3. Ведущие общепедагогические принципы, используемые в процессе гидрореабилитации.4. Ведущие общепедагогические принципы, используемые в процессе педагогической гидрореабилитации. |  |  | 2 |
| 2 |  | Лекция № 2 **Специфические принципы гидропедагогики**.1. Определение и понятие специфических средств гидропедагогики.2. Нравственные принципы гидропедагогики.3. Духовные принципы гидропедагогики. 4. Принцип долготерпения в гидропедагогике. 5. Принцип отражения-поглощения собственных электромагнитных излучений систем и органов человека.6. Принцип пожизненного взаимоотношения человека и водной среды. 7. Принцип гидродинамической капсулы человека. 8. Принцип резонансного режима взаимоотношений человека и водной среды. |  |  | 2 |
| 3 |  | Лекция № 3. **Средства и методы обучения в процессе гидрореабилитации**1. Основные средства обучения плаванию
2. Формы и методы обучения плаванию
3. Структура и содержание обучения плаванию
4. Основные средства обучения, используемые в процессе гидрореабилитации
5. Формы и методы обучения плаванию, используемые в процессе гидрореабилитации
6. Структура и содержание занятия по гидрореабилитации
 |  |  | 2 |
| 4 |  | Лекция № 4. **Средства и методы оздоровления в процессе гидрореабилитации**1. Основные средства оздоровления, используемые в процессе гидрореабилитации2. Формы и методы оздоровления плаванию, используемые в процессе гидрореабилитации |  |  | 2 |
| 5 |  | Практическое занятие № 1 **Общепедагогические принципы в гидропедагогике**Ведущие общепедагогические принципы, используемые в процессе гидрореабилитации.Ведущие общепедагогические принципы, используемые в процессе педагогической гидрореабилитации |  |  | 2 |
| 6 |  | Практическое занятие № 2 **Специфические принципы гидропедагогики**.Принцип отражения-поглощения собственных электромагнитных излучений систем и органов человека.Принцип пожизненного взаимоотношения человека и водной среды.  |  |  | 2 |
| 7 |  | Практическое занятие № 3 **Специфические принципы гидропедагогики**.Принцип гидродинамической капсулы человека. Принцип резонансного режима взаимоотношений человека и водной среды.ТК-1 Практический норматив | 4/10 | 10 | 2 |
| 8 |  | Практическое занятие № 4 **Средства обучения в процессе гидрореабилитации**Основные средства обучения плаваниюФормы обучения плаваниюСтруктура и содержание обучения плаваниюОсновные средства обучения, используемые в процессе гидрореабилитации |  |  | 2 |
| 9 |  | Практическое занятие № 5 **Методы обучения в процессе гидрореабилитации**Формы и методы обучения плаваниюСтруктура и содержание обучения плаваниюФормы и методы обучения плаванию, используемые в процессе гидрореабилитацииСтруктура и содержание занятия по гидрореабилитацииТК-2 Практический норматив | 4/10 | 20 | 2 |
| 10 |  | Лекция № 5. **Классификация спортсменов в паралимпийском плавании.**1. Достижения российских пловцов. 2. Квалификационные виды программ по плаванию на Паралимпийских играх 3. Функционально-спортивная классификация на различных этапах плавательной подготовки4. Специальная классификационная комиссия |  |  | 2 |
| 11 |  | Лекция № 6. **Классификация спортсменов на различных соревнованиях по плаванию.**1. Достижения российских пловцов. 2. Функционально-спортивная классификация на Специальных Олимпийских играх3. Функционально-спортивная классификация на Сурдлимпийских играх4. Функционально-спортивная классификация на Онко – Олимпиаде |  |  | 2 |
| 12 |  | Лекция № 7. **Отбор и спортивная подготовка лиц с ограниченными возможностями**1. Выявление и подготовка резерва для спортивной деятельности. 2. Спортивная тренировка пловца.3. Средства тренировки4. Формы и методы тренировки5. Структура и содержание тренировки6. Особенности и условия подготовки пловца.7. Изучение передового опыта тренерского состава. |  |  | 2 |
| 13 |  | Лекция № 8. **Организация и проведение спортивных соревнований по плаванию среди лиц с ограниченными возможностями здоровья.**1. Система спортивных соревнований по плаванию среди пловцов с ограниченными возможностями здоровья2. Правила соревнований по технике плавания, старта и поворота. 3. Состав судейской коллегии. 4. Организация и проведение соревнований по плаванию. 5. Смета расходов. 6. Подготовка бассейна. 7. Размещение участников соревнований. 8. Размещение судейской коллегии. 9. Награждение. |  |  | 2 |
| 14 |  | Практическое занятие № 6 **Классификация спортсменов в паралимпийском плавании.**Функционально-спортивная классификация на различных этапах плавательной подготовкиТК-3 Доклад | 4/10 | 30 | 2 |
| 15 |  | Практическое занятие № 7 **Классификация спортсменов на различных соревнованиях по плаванию.**Функционально-спортивная классификация на Специальных Олимпийских играхФункционально-спортивная классификация на Сурдлимпийских играхФункционально-спортивная классификация на Онко - Олимпиаде |  |  | 2 |
| 16 |  | Практическое занятие № 8 **Отбор и спортивная подготовка лиц с ограниченными возможностями**1. Выявление и подготовка резерва для спортивной деятельности. 2. Спортивная тренировка пловца.3. Средства тренировки4. Формы и методы тренировки5. Структура и содержание тренировки6. Особенности и условия подготовки пловца.ТК-4 Доклад | 5/10 | 40 | 2 |
| 17 |  | Практическое занятие № 9 **Организация и проведение спортивных соревнований по плаванию среди лиц с ограниченными возможностями здоровья** **в паралимпийском спорте.**1. Система спортивных соревнований по плаванию среди пловцов с ограниченными возможностями здоровья в паралимпийском спорте2. Правила соревнований по технике плавания, старта и поворота. 3. Состав судейской коллегии. 4. Организация и проведение соревнований по плаванию. 5. Смета расходов. 6. Подготовка бассейна. 7. Размещение участников соревнований. 8. Размещение судейской коллегии. 9. Награждение.ТК-5 Практический норматив | 4/10 | 50 | 2 |
| 18 |  | Практическое занятие № 10 **Организация и проведение спортивных соревнований по плаванию среди лиц с ограниченными возможностями здоровья.**1. Система спортивных соревнований по плаванию среди пловцов с ограниченными возможностями здоровья2. Правила соревнований по технике плавания, старта и поворота. 3. Состав судейской коллегии. 4. Организация и проведение соревнований по плаванию. 5. Смета расходов. 6. Подготовка бассейна. 7. Размещение участников соревнований. 8. Размещение судейской коллегии. 9. Награждение.РК-1 | 2/10 | 60 | 2 |
| 2 рубежный контроль - тестирование | 5/10 | 70,0 | 2 |
| Промежуточный контроль (ЭКЗАМЕН) может быть поставлен по сумме баллов за посещаемость и успеваемость по итогам текущих и рубежных контролей) | 22/30 | 100 | 7 |
| Итоговая сумма баллов за 6 семестр | 50/100 | 100 | 45 |