

Документ «Физкультура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья»  
Информация о владельце:  
ФИО: Зекрин Фанави Хайбрахманович  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 04.11.2023 19:02:27  
Уникальный программный ключ:  
8d1b39193cdad8918b8873b6591d9ef237c1a2d2

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЧАЙКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»  
(ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)**

**Кафедра Адаптивной физической культуры и медико-биологических  
дисциплин**

**Методические материалы по выполнению контрольной работы по  
дисциплине  
«Технологии физкультурно-спортивной деятельности:  
Гидрореабилитация»**

Для обучающихся заочной формы по направлению подготовки 49.03.02  
Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(адаптивная физическая культура)  
Профиль «Физическая реабилитация»

Разработчик:  
Бушманова Т.С., ст.  
преподаватель

Рассмотрено на  
заседании кафедры  
АФКиМБД  
Протокол от «28» апреля  
2022 г. № 21

Методические указания содержат список тем контрольных работ, устанавливают порядок выполнения, оформления контрольной работы, а также критерии оценивания качества работы.

Методические указания предназначены для студентов заочной формы обучения направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)».

## Содержание

|  |    |
|--|----|
| Структура и содержание контрольной работы..... | 3  |
| Оформление контрольной работы.....             | 3  |
| Темы контрольных работ.....                    | 4  |
| Образец оформления конспекта занятия.....      | 6  |
| Рекомендуемая литература.....                  | 7  |
| Образец оформления титульного листа.....       | 10 |
| Образец оформления списка литературы.....      | 11 |
| Критерии оценивания контрольной работы.....    | 12 |

## **Структура и содержание контрольной работы**

Контрольная работа состоит из:

- титульного листа (*см. образец оформления*),
- содержания (перечень основных структурных элементов работы с указанием номеров страниц),
- основной части, в которой раскрывается содержание выбранной темы на основе анализа литературных источников;
- самостоятельно разработанного конспекта занятия по плаванию (гидрореабилитации),
- списка используемой литературы (*см. образец оформления*),
- приложений (*если имеются*).

При выполнении контрольной работы необходимо обращать внимание на логичность и последовательность изложения материала.

## **Оформление контрольной работы**

Текст работы должен быть представлен в печатном варианте на листах формата А4. Для набора текста в текстовом редакторе Microsoft Word рекомендуется использовать шрифт Times New Roman, размер 14 пт, междустрочный интервал – полуторный, абзацный отступ – 1,5 см, выравнивание - по ширине, поля: слева - 25 мм, справа, сверху и снизу - 10 мм. Нумерация страниц – сквозная, проставляется арабскими цифрами в нижней части листа, по центру, начиная со второй.

Каждая структурная часть контрольной работы (оглавление, разделы и т.д.) начинается с новой страницы. Заголовки разделов набираются полужирным шрифтом. По тексту контрольной работы необходимо указывать ссылки на используемую литературу, например, [6], согласно порядковому номеру источника в списке.

Объем контрольной работы строго не регламентирован и составляет в среднем – 10-15 страниц.

## Темы контрольных работ

1. Обеспечение безопасности на занятиях по гидрореабилитации. Технологии предупреждения и преодоления критических ситуаций.
2. Профессиональная, уголовная, моральная и этическая ответственность тренера при организации и проведении занятий по гидрореабилитации с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.
3. Требования к общей и специальной физической подготовленности тренера по гидрореабилитации.
4. Технология передвижений тренера в условиях водной среды. Способы и приемы поддержки ребенка-инвалида в воде.
5. Методика преодоления водобоязни у ребенка-инвалида в процессе занятий по гидрореабилитации. Начальное обучение плаванию.
6. Методика обучения плаванию детей с нарушением зрения.
7. Методика обучения плаванию детей с нарушением слуха.
8. Методика обучения плаванию детей с нарушением интеллекта.
9. Методика гидрореабилитации детей с разными формами ДЦП.
10. Методика обучения плаванию лиц с ампутациями конечностей.
11. Методика лечебного плавания при нарушениях осанки.
12. Методика лечебного плавания при сколиозе.
13. Гидрореабилитация ребенка с эпилепсией.
14. Гидрореабилитация детей с аутизмом.
15. Методика занятий плаванием в домашней ванне с детьми грудного возраста, имеющих отклонения в состоянии здоровья.
16. Методика лечебного плавания при заболеваниях и повреждениях нервной системы (инсульте, последствиях черепно-мозговой травмы, травме спинного мозга).
17. Методика лечебного плавания при заболеваниях и травмах опорно-двигательного аппарата (остеохондрозе позвоночника, заболеваниях суставов, переломах костей).
18. Материально-техническое оснащение и оборудование бассейнов для занятий гидрореабилитацией. Использование специального и дополнительного инвентаря в процессе занятий.

19. Проблемы и перспективы развития паралимпийского плавания.  
Классификация спортсменов-инвалидов в спортивном плавании.  
Особенности подготовки спортсмена-инвалида в плавании.
20. Особенности организации и проведения праздников на воде для детей-инвалидов.

## Образец оформления конспекта занятия

Для тем №№ 6-17 конспект занятия составляется для указанной в теме нозологии; для тем №№ 1-5, 18, 19 – для любой нозологии по выбору студента, для темы № 20 составляется сценарий праздника.

### Конспект занятия по плаванию (гидрореабилитации)

Задачи занятия:

Продолжительность:

Контингент: *указывается нозология и возраст*

Место проведения:

Инвентарь:

Составил: *студент (ка) Ф.И.О.*

| № п/п       | Содержание занятия   | Дозировка   | ОМУ   |
|-------------|--|---|---|
| <i>I.</i>   | <i>Подготовительная часть:</i><br><br>Описание организационных действий<br>Описание упражнений | <i>... минут</i><br><br>продолжительность (минуты) или дистанция (метры), например, 2x10 м или 4x25 м, или количество раз   | указания по технике выполнения, элементы, требующие внимания во время выполнения упражнения |
| <i>II.</i>  | <i>Основная часть:</i><br><br>Описание упражнений  | <i>... минут</i><br><br>продолжительность (минуты) или дистанция (метры), или количество раз  | указания по технике выполнения, элементы, требующие внимания во время выполнения упражнения |
| <i>III.</i> | <i>Заключительная часть:</i><br><br>Описание упражнений<br>Описание организационных действий   | <i>... минут</i><br>продолжительность (минуты) или дистанция (метры), или количество раз;<br><i>дозировка каждого упражнения в сумме должна соответствовать общей продолжительности занятия</i> | указания по технике выполнения, элементы, требующие внимания во время выполнения упражнения |

## Рекомендуемая литература:

1. Безотечество К.И. Гидрореабилитация. Учебное пособие модуля дисциплины "Технологии физкультурно-спортивной деятельности". – М.: Флинта, 2017. – 156 с.
2. Бородич Л. А. Занятия плаванием при сколиозе у детей и подростков / Л.А. Бородич, Р.Д. Назаров. – М.: Просвещение, 1988. – 75 с.
3. Григорьева Д.В. Технологии гидрореабилитации. – СПб., 2015. – 243 с. (Электронный ресурс библиотеки ЧГИФК).
4. Кардамонова Н.Н. Плавание: лечение и спорт: учебник. – Ростов н/Д.: Феникс, 2001. – 320 с.
5. Круглий А. В. Применение лечебного плавания при заболеваниях опорно-двигательного аппарата: учебное пособие. – Ухта: УГТУ, 2000. – 52 с. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://kgbmed.ru/docs/metodicheskie\\_ukazani\\_lechebnoe\\_plavanie\\_pri\\_osteohondroze.pdf](http://kgbmed.ru/docs/metodicheskie_ukazani_lechebnoe_plavanie_pri_osteohondroze.pdf).
6. Методика лечебного плавания для детей с ДЦП первых двух лет жизни URL: <http://www.souzserdec.com/metodika-lechebnogo-plavaniya-dlya-detej-s-dcp-pervyx-dvux-let-zhizni/>
7. Мосунов Д. Ф. Предупреждение и преодоление критических ситуаций в процессе гидрореабилитации: учебное пособие / Д.Ф. Мосунов, В.Г. Сазыкин; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – СПб.: [б.и.], 2015. – 124 с. (Электронный ресурс библиотеки ЧГИФК).
8. Мосунов Д. Ф. Технологии гидрореабилитации /Д. Ф. Мосунов, Д. В. Григорьева, М. Д. Мосунова; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – СПб.: [б.и.], 2017. – 136 с. (Электронный ресурс библиотеки ЧГИФК).
9. Мосунов Д. Ф., Назаренко Ю. А. Паралимпийское плавание спортсменов с поражением опорно-двигательного аппарата: Учебно-методическое пособие. – СПб.: ООИ «Плавин», 2008. – 83 с. (Электронный ресурс библиотеки ЧГИФК).



10. Мосунов Д.Ф., Клешнев И.В., Шпак С.Л. Гидрореабилитация ребенка с последствиями детского церебрального паралича: учебно-методическое пособие. – СПб., 2007. – 142 с. (Электронный ресурс библиотеки ЧГИФК).
11. Мосунов Д.Ф., Сазыкин В.Г. Преодоление критических ситуаций при обучении плаванию ребенка-инвалида: учебно-методич. пособие. – М.: Советский спорт, 2002. – 152 с. (Электронный ресурс библиотеки ЧГИФК).
12. Мосунова М. Д. Педагогическая гидрореабилитация ребенка с эпилепсией: монография / М. Д. Мосунова; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб. : [б.и.], 2016. — 169 с.
13. Мосунова М.Д., Литвинов А.А. Гидрореабилитация ребенка с эпилепсией: учебно-методическое пособие. – СПб., 2007. – 143 с. (Электронный ресурс библиотеки ЧГИФК).
14. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: учеб. пособие для студ. высш. уч. заведений / Под ред. Н.Ж. Булгаковой. – М.: «Академия», 2005. – 432 с.
15. Петрова Н.Л., Баранов В.А. Обучение плаванию в раннем возрасте: учебно-методическое пособие. – М.: Советский спорт, 2006. – 96 с.
16. Современные методики физической реабилитации детей с нарушением функций опорно-двигательного аппарата / под общ. ред. Н.А. Гросс. – М., 2005. – 235 с.
17. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учеб. пособие для студентов высших и средних профессиональных учебных заведений / Авт.-сост. О. Э. Аксенова, С. П. Евсеев; под ред. Евсеева С. П. – М.: Советский спорт, 2007. – 296 с.; учебник / Авт.-сост. О.Э. Аксенова, С.П. Евсеев; под ред. Евсеева С.П. – М.: Спорт, 2016. – 384 с.
18. Физическое воспитание детей со сколиозом и нарушением осанки / Под общ. ред. Г.А. Халемского. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2004. – 80 с.
19. Фирсов З. П. Плавать раньше, чем ходить. – М.: «Физкультура и спорт», 1978. – 72 с.

20. Частные методики адаптивной физической культуры: учебник / Под ред. Л.В. Шапковой. – М.: Советский спорт, 2009. – 464 с.
21. Янушанец Н. Плавать раньше, чем ходить. – СПб.: Питер, 2003. – 192 с.  
URL: [http://www.lisasha.ru/Plavat\\_ranche\\_chem\\_hodit.pdf](http://www.lisasha.ru/Plavat_ranche_chem_hodit.pdf)

## Образец оформления титульного листа

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЧАЙКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»  
(ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)

Кафедра Адаптивной физической культуры и медико-биологических  
дисциплин

### КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА

по дисциплине «Технологии физкультурно-спортивной деятельности:  
Гидрореабилитация»

направление подготовки 49.03.02 – Физическая культура для лиц с  
отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

### МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ПЛАВАНИЮ ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЕМ ЗРЕНИЯ

|                    |               |                   |
|--------------------|---------------|-------------------|
| Исполнитель:       |               | Иванов            |
| студент 317 группы | _____         | Михаил Николаевич |
| заочной формы      | подпись, дата |                   |
| обучения           |               |                   |
| Проверил:          |               | Бушманова         |
| ст. преподаватель  | _____         | Татьяна Сергеевна |
|                    | подпись, дата |                   |

Оценка: \_\_\_\_\_

20\_\_ г.

## Образец оформления списка литературы

В список литературы включаются все источники, которые были изучены и использованы при выполнении работы, в алфавитном порядке. Список литературы оформляется согласно требованиям ГОСТ 7.1 – 2003.

**Библиографическое описание книги одного автора:** описание книги начинается с фамилии автора, если авторов у книги не более трех.

Кардамонова Н. Н. Плавание: лечение и спорт: учебник. – Ростов н/Д.: Феникс, 2001. – 320 с.

**Библиографическое описание книги двух или трех авторов:** в начале описания указывается фамилия первого автора, в сведениях об ответственности (после косой черты) перечисляются фамилии всех авторов (инициалы ставятся перед фамилией).

Мосунов Д.Ф. Технологии гидрореабилитации / Д. Ф. Мосунов, Д. В. Григорьева, М. Д. Мосунова; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – СПб.: [б.и.], 2017. – 136 с.

**Библиографическое описание книги более трех авторов:**

Андреев А.Н. Плавание при заболеваниях опорно-двигательного аппарата: учеб. пособие для аспирантов и соискателей / Г. И. Андреев, С. А. Смирнов, В. А. Тихомиров и др. – М., 2008. – 270 с.

Гидрокинезотерапия и лечебное плавание: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / С.Н. Иванов, К.М. Хорошеев, В.К. Петрушина и др. / Под ред. С.Н. Иванова. – 2-е изд., испр. – М.: Академия, 2014. – 314 с.

**Электронный ресурс:**

Доринская С. А. Гидрореабилитация в лечении детей [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http:// med-info.ru/content/view/7290](http://med-info.ru/content/view/7290) (дата обращения: 14.11.2017).

Янушанец Н. Плавать раньше, чем ходить. – СПб.: Питер, 2003. – 192 с. URL: [http://www.lisasha.ru/Plavat\\_ranche\\_chem\\_hodit.pdf](http://www.lisasha.ru/Plavat_ranche_chem_hodit.pdf) (дата обращения: 14.11.2017).

**Статья из сборника или периодического издания (журналы):**

Фетисов А.М. Особенности обучения плаванию детей с ограниченными возможностями разных нозологических групп / А.М. Фетисов // Социально-экономические явления и процессы. – 2014. – №12. – С. 336-340.

## Критерии оценивания контрольной работы

Работа сдается на проверку преподавателю в установленный срок. Работа оценивается с учетом:

- соответствия содержания теме,
- глубины, полноты и логики изложения материала,
- уровня навыков самостоятельной работы с литературой,
- соблюдения требований к оформлению работы.

В случае неудовлетворительной оценки контрольная работа направляется студенту для повторного выполнения. К повторно выполненной работе необходимо приложить первую редакцию.

### Критерии оценки контрольной работы

| Оценка                | Критерии оценки   |
|-----------------------|---|
| «отлично»             | Представлено логичное содержание, соответствующее теме работы. Тема раскрыта полностью, текст хорошо структурирован. Работа оформлена в соответствии с требованиями, написана с соблюдением норм литературного языка. Работа сдана в срок.  |
| «хорошо»              | Представлено логичное содержание, соответствующее теме работы. Работа оформлена в соответствии с требованиями, написана с соблюдением норм литературного языка. В ней отсутствуют орфографические и пунктуационные ошибки. Допустимы отдельные погрешности стиля. Работа выполнена в срок. Имеются недочеты в оформлении конспекта занятия. |
| «удовлетворительно»   | Работа оформлена в соответствии с требованиями, в ней имеются орфографические и пунктуационные ошибки, погрешности стиля. Тема раскрыта не достаточно полно и глубоко. Недостаточное использование источников литературы. Имеются замечания к содержанию конспекта занятия. Работа выполнена в срок.  |
| «неудовлетворительно» | Большая часть требований, предъявляемых к работе не выполнена.  |