

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Ставропольский государственный медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

Кафедра физического воспитания и адаптивной физической культуры

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование дисциплины	Гидрореабилитация
Направление подготовки	49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Направленность (специализация)	Реабилитационная (восстановительная) деятельность средствами физической культуры
Форма обучения	очная
Год начала подготовки	2026
Всего ЗЕТ	-4
Всего часов	-144
Из них	
Контактная работа по видам занятий	- 54
лекции	- 16
практические занятия	- 34
контроль самостоятельной работы	-4
Самостоятельная работа	- 90
Промежуточная аттестация	
экзамен	4 семестр

г. Ставрополь, 2026 г.

1. Цели и задачи освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины - формирование знаний в области изучения теоретических основ гидрореабилитации как частной методики гидротерапии, гидрокинезотерапии и оздоровительного плавания, освоение организационно – методических основ гидрокинезотерапии. Программа разработана в соответствии ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), утвержденный Приказом Минобрнауки России от 19.09.2017 № 942

2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина относится к к части, формируемой участниками образовательных отношений, её изучение осуществляется в 4 семестре.

Для освоения данной дисциплины необходимы знания, умения и навыки, формируемые следующими дисциплинами:

Базовые виды двигательной деятельности: гимнастика (1 семестр)

Базовые виды двигательной деятельности: плавание (3 семестр)

Знания, умения и навыки, полученные при изучении данной дисциплины необходимы для освоения последующих дисциплин, а также успешного прохождения учебных и производственных практик.

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

Результаты освоения дисциплины сформулированы в соответствии с профессиональными стандартами:

– Профессиональный стандарт 05.004 «Инструктор-методист по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту» (утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 07.08.2025 № 482н)

Коды и содержание индикаторов компетенции	Планируемые результаты обучения (дескрипторы)		
	Знать	Уметь	Владеть навыками
ПК 2 - Проводит занятия по адаптивной физической культуре, направленные на восстановление нарушенных или временно утраченных функций организма человека, согласно разработанному плану физической реабилитации.			
ПК-2.1 Разрабатывает методику адаптивного физического воспитания согласно индивидуальному плану физической реабилитации инвалидов	Структуру и принципы построения индивидуальных программ реабилитации	Выбирать адекватные упражнения, стартовые положения и тренажеры строго под конкретную патологию	Построения занятий в соответствии с задачами занятия
ПК-2.2 Проводит занятия по физической реабилитации инвалидов и лиц с ограничениями в состоянии здоровья по программам и методикам адаптивного физического воспитания	Физиологические реакции на нагрузку	Дозировать нагрузку в реальном времени	Приемами страховки и перемещения

4. Объем дисциплины с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Семестр	Наименование разделов дисциплины		Контактная аудиторная работа обучающихся с преподавателем в часах, в том числе					Самостоятельная работа, в том числе консультации		
			Лекции	Практические занятия	Семинарские занятия	Лабораторные занятия	Клинические практические занятия	Контроль самостоятельной работы	Групповые консультации	Самостоятельная работа, в том числе индивидуальные консультации
3	Раздел 1. Гидрокинезотерапия в системе гидротерапии. Организационно – методические основы гидрокинезотерапии		6	-				2		18
	Раздел 2. Гидрокинезотерапия в травматологии и ортопедии		4	14						12
	Раздел 3. Гидрокинезотерапия при заболеваниях кардиореспираторной и нервной систем		2	12						6
	Раздел 4. Гидрокинезотерапия при заболеваниях органов пищеварения, мочевыделительной системы и болезнях обмена веществ		2	4						6
	Раздел 5. Гидрокинезотерапия в гинекологии и при беременности.			2						6
	Раздел 6. Гидрокинезотерапия инвалидов с сенсорно-речевыми нарушениями.		2	2				2		6
	Промежуточная аттестация: экзамен								2	34
	Итого по дисциплине:		16	34				4	2	88
	Часов_144	Зач.ед. 4	54					90		
	Объём профессиональной практической подготовки		12 час					12 час		
	Объём профессионально направленной подготовки		20 час					28 час		

5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

5.1. Содержание разделов дисциплины

Код индикатора компетенции	Наименование разделов	Краткое содержание разделов и тем
ПК-2.1; ПК-2.2	Раздел 1. Гидрокинезотерапия в системе гидротерапии. Организационно – методические основы гидрокинезотерапии	История развития гидротерапии. Механизм лечебного воздействия гидротерапии. Методики гидротерапии. Гидрокинезотерапия как частная методика гидротерапии. Показания для гидротерапии. Проблемы и перспективы развития паралимпийского плавания в России. Определение феномена «здоровье» и его критериев. «Оздоровление» и «реабилитация» в гидрокинезотерапии. Основные принципы оздоровительной тренировки. Воздействие физических упражнений на организм при занятиях оздоровительным плаванием. Физические нагрузки и регуляция массы тела. Построение тренировочных оздоровительных программ и их индивидуализация. Способы физической помощи и страховки, обеспечение безопасности и профилактика травматизма, психологический комфорт на занятиях гидрореабилитации. Технологии гидрореабилитации ребенка-инвалида в условиях плавательного бассейна. Контроль и самоконтроль состояния организма в процессе занятий оздоровительного плавания. Плавание как средство физической реабилитации. Организация занятий реабилитационным плаванием. Спортивные снаряды, инвентарь, технические средства и тренажеры, используемые в реабилитационном плавании. Методика проведения занятий гидрокинезотерапией. Особенности занятий гидрокинезотерапией. Развитие основных двигательных качеств в оздоровительном плавании. Оценка состояния здоровья и физической подготовленности в оздоровительном плавании.
ПК-2.1; ПК-2.2	Раздел 2. Гидрокинезотерапия в травматологии и ортопедии	Методика гидрокинезотерапии при травмах верхних конечностей. Упражнения, применяемые при травмах верхних конечностей «на суше» и «на воде». Гидрокинезотерапия при травмах нижних конечностей. Упражнения, применяемые при травмах нижних конечностей «на суше» и «на воде». Общая методика занятий гидрокинезотерапией при травмах нижних конечностей. Упражнения, применяемые в третьем периоде ЛФК при травмах нижних конечностей «на суше» и «на воде». Методика занятий

		гидрокинезотерапией при переломах позвоночника. Методика занятий гидрокинезотерапией при травмах в области таза. Упражнения, применяемые при переломах позвоночника и травмах в области таза. Подвижные игры в воде для детей, имеющих врожденное недоразвитие или ампутацию конечности.
ПК-2.1; ПК-2.2		Методика занятий гидрокинезотерапией при нарушениях осанки. Методика занятий гидрокинезотерапией при сколиозе. Упражнения, применяемые при нарушениях осанки и сколиозе «на суше» и «на воде». Методика занятий гидрокинезотерапией при плоскостопии. Упражнения, применяемые для лечения плоскостопии. Методика занятий гидрокинезотерапией при артритах. Методика занятий гидрокинезотерапией при артрозах. Упражнения, применяемые при артритах и артрозах коленного и тазобедренного суставов. Методика занятий гидрокинезотерапией при остеохондрозах позвоночника. Упражнения, применяемые при шейном остеохондрозе и остеохондрозе поясничного отдела позвоночника. Использование гидрореабилитации в работе с лицами, имеющие поражения опорно-двигательного аппарата.

ПК-2.1; ПК-2.2	Раздел 3. Гидрокинезотерапия при заболеваниях кардиореспираторной и нервной систем	Методика занятий гидрокинезотерапией при атеросклерозе. Упражнения, применяемые при атеросклерозе, воспалительных заболеваниях. Методика занятий гидрокинезотерапией при ишемической болезни сердца. Упражнения, применяемые при инфаркте миокарда. Методика занятий гидрокинезотерапией при гипертонической болезни. Методика занятий гидрокинезотерапией при гипотонической болезни и вегетососудистой дистонии. Упражнения, применяемые при гипертонической и гипотонической болезнях, вегетососудистой дистонии. Методика занятий гидрокинезотерапией при облитерирующем эндартериите и варикозном расширении вен. Упражнения, применяемые при облитерирующем эндартериите и варикозном расширении вен. Методика занятий гидрокинезотерапией при бронхиальной астме. Методика занятий гидрокинезотерапией при эмфиземе легких. Упражнения, применяемые при бронхиальной астме и эмфиземе легких. Методика занятий гидрокинезотерапией при бронхитах. Методика занятий гидрокинезотерапией при бронхоэктатической болезни. Методика занятий гидрокинезотерапией при пневмонии. Упражнения, применяемые при бронхоэктатической болезни и пневмонии. Методика занятий гидрокинезотерапией при плеврите. Методика занятий гидрокинезотерапией при пневмосклерозе. Упражнения, применяемые при плеврите и пневмосклерозе.
ПК-2.1; ПК-2.2	Раздел 4. Гидрокинезотерапия при заболеваниях органов пищеварения, мочевыделительной системы и болезнях обмена веществ	Методика занятий гидрокинезотерапией при сосудистых поражениях головного мозга. Методика занятий гидрокинезотерапией при повреждениях спинного мозга и травмах позвоночника. Упражнения, применяемые после инсульта и при повреждениях спинного мозга. Методика занятий гидрокинезотерапией при черепно-мозговых травмах. Методика занятий гидрокинезотерапией при неврозах. Упражнения, применяемые в процессе реабилитации при черепно-мозговой травме, при неврозах. Методика занятий гидрокинезотерапией при невритах. Методика занятий гидрокинезотерапией при полиомиелите. Упражнения, применяемые при плексите, невритах и полиомиелите. Гидрореабилитация лиц с проблемами умственного и психического развития, лиц с отставанием и задержкой развития. Подвижные игры на воде для детей с детским церебральным

		параличом (ДЦП).
ПК-2.1; ПК-2.2	Раздел 4. Гидрокинезотерапия при заболеваниях органов пищеварения, мочевыделительной системы и болезнях обмена веществ	Методика занятий гидрокинезотерапией при гастритах. Методика занятий гидрокинезотерапией при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, энтеритах и колитах. Методика занятий гидрокинезотерапией при дискинезии кишечника и желчевыводящих путей. Упражнения, применяемые при гастрите, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки. Методика занятий гидрокинезотерапией при спланхоптозе. Методика занятий гидрокинезотерапией при заболеваниях мочевыделительной системы. Упражнения, применяемые при спланхоптозе. Методика занятий гидрокинезотерапией при нарушении обмена веществ. Методика занятий гидрокинезотерапией при подагре. Методика занятий гидрокинезотерапией при сахарном диабете. Упражнения, применяемые при ожирении. Аква-фитнес в адаптивной физической культуре (гидроаэробика-аквааэробика, гидро-тай-бо, гидрошейпинг, гидропрофилактика).
ПК-2.1; ПК-2.2	Раздел 5. Гидрокинезотерапия в гинекологии и при беременности.	Методика занятий гидрокинезотерапией в гинекологии. Упражнения, применяемые при гинекологических заболеваниях. Методика занятий гидрокинезотерапией во время беременности и послеродового периода. Комплекс упражнений, применяемых во время беременности. Гидрореабилитация детей-инвалидов: новорожденных и грудного возраста.
ПК-2.1; ПК-2.2	Раздел 6. Гидрокинезотерапия инвалидов с сенсорно-речевыми нарушениями.	Гидрореабилитация лиц слепых и слабовидящих. Подвижные игры в воде для детей с нарушением зрения. Гидрореабилитация лиц глухих и слабослышащих. Подвижные игры для глухих и слабослышащих. Начальное освоение ребенка-инвалида с водой. Способы и приемы поддержки ребенка в воде. Особенности двигательных действий ребенка-инвалида в условиях водной среды при различных заболеваниях. Организация водных праздников для детей-инвалидов. Соревнования по плаванию среди инвалидов.

5.2. Лекции

№ Раздела	Наименование лекций	Кол-во часов	Перечень учебных вопросов	Форма проведения	Практическая подготовка
-----------	---------------------	--------------	---------------------------	------------------	-------------------------

					(ПП/П НП)
Раздел 1	Тема 1. Гидрокинезите- рапия в системе гидротерапии	2	1. Введение. 2. История развития гидротерапии. 3. Механизм лечебного воздействия гидротерапии. 4. Методики гидротерапии. Гидрокинезите- рапия как частная методика гидротерапии. 5. Показания для гидротерапии.	ОФО	
	Тема 2. Основы оздоровительно- го плавания	2	1. Определение феномена «здоровье» и его критериев. «Оздоровление» и «реабилитация» в гидрокинезите- рапии. 2. Основные принципы оздоровительной тренировки. 3. Воздействие физических упражнений на организм при занятиях оздоровительным плаванием. Физические нагрузки и регуляция массы тела. 4. Построение тренировочных оздоровительных программ и их индивидуализация.	ОФО	ППП
	Тема 3. Организационно – методические основы гидрокинезите- рапии	2	1. Плавание как средство физической реабилитации. 2. Организация занятий реабилитационным плаванием. 3. Методика проведения занятий гидрокинезите- рапией. 4. Особенности занятий гидрокинезите- рапией.	ОФО	
Раздел 2	Тема 4. Гидрокинезите- рапия в травматологии	2	1. Гидрокинезите- рапия в травматологии. Общая методика занятий. 2. Методика гидрокинезите- рапии при травмах верхних конечностей.	ОФО	

			3. Гидрокинезотерапия при травмах нижних конечностей. 4. Методика занятий гидрокинезотерапией при переломах позвоночника и травмах в области таза.		
	Тема 5. Гидрокинезотерапия в ортопедии.	2	1. Методика занятий гидрокинезотерапией при нарушениях осанки. 2. Методика занятий гидрокинезотерапией при сколиозе. 3. Методика занятий гидрокинезотерапией при плоскостопии. 4. Методика занятий гидрокинезотерапией при артритах и артрозах. 5. Методика занятий гидрокинезотерапией при остеохондрозах позвоночника.	ОФО	ПНП
Раздел 3	Тема 6. Гидрокинезотерапия при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	2	1. Основы методики занятий гидрокинезотерапией при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. 2. Методика занятий гидрокинезотерапией при атеросклерозе. 3. Методика занятий гидрокинезотерапией при ишемической болезни сердца. 4. Методика занятий гидрокинезотерапией при гипертонической болезни. 5. Методика занятий гидрокинезотерапией при гипотонической болезни и вегетососудистой дистонии.	ОФО	
Раздел 4	Тема 7. Гидрокинезотерапия при заболеваниях органов пищеварения, мочевыделительной системы и болезнях обмена	2	1. Методика занятий гидрокинезотерапией при гастритах. 2. Методика занятий гидрокинезотерапией при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, энтеритах и колитах.	ОФО	

	веществ.		3. Методика занятий гидрокинезотерапией при дискинезии кишечника и желчевыводящих путей. 4. Методика занятий гидрокинезотерапией при заболеваниях мочевыделительной системы. 5. Методика занятий гидрокинезотерапией при нарушении обмена веществ.		
Раздел 6	Тема 8. Гидрокинезотерапия инвалидов с сенсорно-речевыми нарушениями.	2	1. Методика занятий гидрокинезотерапией для лиц нарушением зрения 1. Методика занятий гидрокинезотерапией для лиц с нарушением слуха	ОФО	
	Всего часов	16		16	4

5.3. Семинарские занятия

Данный вид работы не предусмотрен учебным планом.

5.4. Лабораторные занятия

Данный вид работы не предусмотрен учебным планом.

5.5. Практические занятия

№ Раздела	Наименование занятий	Кол-во часов	Перечень учебных вопросов	Форма проведения	Практическая подготовка (ПП/ПНП)
1	Тема 1. Гидрокинезотерапия в травматологии	2	1. Методика гидрокинезотерапии при травмах верхних конечностей. 2. Упражнения, применяемые при травмах верхних конечностей «на суше» и «на воде».	ОФО	ПНП
		2	1. Гидрокинезотерапия при травмах нижних конечностей. 2. Упражнения, применяемые при травмах нижних конечностей «на суше» и «на воде».	ОФО	ПНП

		2	1. Общая методика занятий гидрокинезотерапией при травмах нижних конечностей. 2. Упражнения, применяемые в третьем периоде ЛФК при травмах нижних конечностей «на суше» и «на воде».	ОФО	ПП
		2	1. Методика занятий гидрокинезотерапией при переломах позвоночника. 2. Методика занятий гидрокинезотерапией при травмах в области таза. 3. Упражнения, применяемые при переломах позвоночника и травмах в области таза.	ОФО	ППП
2	Тема 2. Гидрокинезотерапия в ортопедии.	2	1. Методика занятий гидрокинезотерапией при нарушениях осанки. 2. Методика занятий гидрокинезотерапией при сколиозе. 3. Упражнения, применяемые при нарушениях осанки и сколиозе «на суше» и «на воде».	ОФО	ППП
		2	3. Методика занятий гидрокинезотерапией при плоскостопии. 4. Упражнения, применяемые для лечения плоскостопии.	ОФО	ПП
		2	1. Методика занятий гидрокинезотерапией при артритах. 2. Методика занятий гидрокинезотерапией при артрозах. 3. Упражнения, применяемые при артритах и артрозах коленного и тазобедренного суставов.	ОФО	

3	Тема 3 Гидрокинезитерапия при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	2	1. Методика занятий гидрокинезитерапией при атеросклерозе. 2. Упражнения, применяемые при атеросклерозе, воспалительных заболеваниях. 1. Методика занятий гидрокинезитерапией при ишемической болезни сердца. 2. Упражнения, применяемые при инфаркте миокарда.	ОФО	ПНП
		2	1. Методика занятий гидрокинезитерапией при гипертонической болезни. 2. Методика занятий гидрокинезитерапией при гипотонической болезни и вегетососудистой дистонии. 3. Упражнения, применяемые при гипертонической и гипотонической болезнях, вегетососудистой дистонии. 1. Методика занятий гидрокинезитерапией при облитерирующем эндартериите и варикозном расширении вен. 2. Упражнения, применяемые при облитерирующем эндартериите и варикозном расширении вен.	ОФО	ПП
	Гидрокинезитерапия при заболеваниях дыхательной системы	2	1. Методика занятий гидрокинезитерапией при бронхиальной астме. 2. Методика занятий гидрокинезитерапией при эмфиземе легких. 3. Методика занятий гидрокинезитерапией при плеврите. 4. Методика занятий гидрокинезитерапией при пневмосклерозе. 5. Упражнения, применяемые при бронхиальной астме и эмфиземе легких. 6. Упражнения, применяемые при плеврите и пневмосклерозе.	ОФО	ПНП

		2	1. Методика занятий гидрокинезитерапией при бронхитах. 2. Методика занятий гидрокинезитерапией при бронхоэктатической болезни. 3. Методика занятий гидрокинезитерапией при пневмонии. 4. Упражнения, применяемые при бронхоэктатической болезни и пневмонии.	ОФО	ПП
	Гидрокинезитерапия при заболеваниях и повреждениях нервной системы.	2	1. Методика занятий гидрокинезитерапией при сосудистых поражениях головного мозга. 2. Методика занятий гидрокинезитерапией при повреждениях спинного мозга и травмах позвоночника. 3. Упражнения, применяемые после инсульта и при повреждениях спинного мозга.	ОФО	ППП
		2	1. Методика занятий гидрокинезитерапией при черепно-мозговых травмах. 2. Методика занятий гидрокинезитерапией при неврозах. 3. Упражнения, применяемые в процессе реабилитации при черепно-мозговой травме, при неврозах.	ОФО	ПП
	Тема 19. Гидрокинезитерапия при заболеваниях органов пищеварения, мочевыделительной системы и болезнях обмена веществ.	2	1. Методика занятий гидрокинезитерапией при гастритах. 2. Методика занятий гидрокинезитерапией при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, энтеритах и колитах.	ОФО	ППП
		2	1. Методика занятий гидрокинезитерапией при спланхоптозе. 2. Методика занятий гидрокинезитерапией при заболеваниях мочевыделительной системы. 3. Упражнения, применяемые при спланхоптозе.	ОФО	ПП

	Тема 10 Гидрокинезитерапия в гинекологии и при беременности.	2	1. Оздоровительное плавание при различных заболеваниях и патологиях. Противопоказания для занятий. 2. Характеристика гидроаэробики, гидрошейпинга, кондиционной тренировки. Методика занятий гидрокинезитерапией во время беременности и послеродового периода. 3. Комплекс упражнений, применяемых во время беременности.	ОФО	
	Тема 11. Гидрореабилитация лиц различных нозологических групп	2	1. Гидрореабилитация лиц глухих и слабослышащих. 2. Методика проведения занятий с лицами депривированными по слуху, 3. Особенности проведения игр в водной среде с детьми имеющих нарушения слуха Гидрореабилитация лиц слепых и слабовидящих. 4. Методика проведения занятий с лицами депривированными по зрению, 5. Особенности проведения игр в водной среде с детьми имеющих нарушения зрения	ОФО	
	Всего часов	34		34	12/16

5.6. Клинические практические занятия

Данный вид работы не предусмотрен учебным планом.

5.7. Самостоятельная работа обучающихся

Наименование темы дисциплины или раздела	Вид самостоятельной внеаудиторной работы обучающихся и КСР	Оценочное средство	Кол-во часов/ кол-во час на ПНП+ПП	Код индикатора компетенции
Раздел 1. Гидрокинезитерапия в системе гидротерапии. Организационно – методические основы гидрокинезитерапии	Подготовка к тестированию	Тестовые задания	8	ПК-2.1; ПК-2.2
	Самостоятельное изучение литературы (ПНП)	Вопросы для обсуждения	10/10	
	Контроль самостоятельной работы		2	
Раздел 2. Гидрокинезитерапия в	Разработка индивидуального	Индивидуальное	6/6	ПК-2.1; ПК-2.2

травматологии и ортопедии	задания (ПП)	задание		
	Подготовка к тестированию	Тестовые задания	6/-	
Раздел 3. Гидрокинезитерапия при заболеваниях кардиореспираторной и нервной систем	Разработка индивидуального задания (ПП)	Индивидуальное задание	6/6	ПК-2.1; ПК-2.2
Раздел 4. Гидрокинезитерапия при заболеваниях органов пищеварения, мочевыделительной системы и болезнях обмена веществ	Подготовка к собеседованию (ПП)	Вопросы для собеседования	6/6	ПК-2.1; ПК-2.2
Раздел 5. Гидрокинезитерапия в гинекологии и при беременности.	Самостоятельное изучение литературы (ПП)	Вопросы для изучения	6/6	ПК-2.1; ПК-2.2
Раздел 6. Гидрокинезитерапия инвалидов с сенсорно-речевыми нарушениями.	Разработка индивидуального задания (ПП)	Индивидуальное задание	6/6	ПК-2.1; ПК-2.2
	Контроль самостоятельной работы		2	
Разделы 1-6	Подготовка к экзамену	Вопросы для собеседования Практические навыки	34/-	ПК-2.1; ПК-2.2
	Групповые консультации	Групповые консультации	2	
Всего часов			94/40	

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

1. Лекционный материал по дисциплине «Гидрореабилитация».
2. Методические рекомендации к практическим занятиям по дисциплине «Гидрореабилитация».
3. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы по дисциплине «Гидрореабилитация».
7. Оценочные материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

7.1 Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код компетенции	Индикаторы	Семестр	Этап формирования
-----------------	------------	---------	-------------------

ПК-2	ПК-2.1	4	промежуточный
	ПК-2.2	4	промежуточный

7.2. Описание показателей и критериев и шкал оценивания компетенций

Компетенция ПК-2. Проводит занятия по адаптивной физической культуре, направленные на восстановление нарушенных или временно утраченных функций организма человека, согласно разработанному плану физической реабилитации.

Индикатор ПК-2.1– Разрабатывает методику адаптивного физического воспитания согласно индивидуальному плану физической реабилитации инвалидов

Оцениваемый результат (дескрипторы)		Критерии оценивания	Процедура оценивания	
			Текущий контроль	Промежуточная аттестация
Знает	Структуру и принципы построения индивидуальных программ реабилитации	Перечисляет принципы построения индивидуальных программ, периодизацию тренировочного процесса (подготовительный, основной, восстановительный периоды), биомеханику движений.	собеседование	В соответствии с БРС
Умеет	Выбирать адекватные упражнения, стартовые положения и тренажеры строго под конкретную патологию	Составляет комплексы физических упражнения в водной среде строго под конкретную патологию	демонстрация практических навыков	В соответствии с БРС
Владеет навыком	Построения занятий в соответствии с задачами занятия	Владеет приемами растяжения в воде (за счет собственного веса пациента), круговыми движениями с поддержкой суставов, приемами постизометрической релаксации, используя воду как теплоноситель	демонстрация практических навыков	В соответствии с БРС

Индикатор ПК-2.2- Проводит занятия по физической реабилитации инвалидов и лиц с ограничениями в состоянии здоровья по программам и методикам адаптивного физического воспитания

Оцениваемый результат (дескрипторы)		Критерии оценивания	Процедура оценивания	
			Текущий контроль	Промежуточная аттестация
Знает	Физиологические реакции на нагрузку	Перечисляет изменения ЧСС, АД, частота дыхания, температура тела и тонус мышц в ответ на упражнения различной	Собеседование тестирование	В соответствии с БРС

		интенсивности, и допустимые границы этих изменений для разных групп инвалидности.		
Умеет	Дозировать нагрузку в реальном времени	Визуально оценивает состояние занимающихся (пот, цвет кожи, выражение лица, координацию) и оперативно менять темп, количество повторений, амплитуду или сложность упражнения	демонстрация практически х навыков	В соответствии с БРС
Владеет навыком	Приемами страховки и перемещения	Владеть техникой поддержки «под локоть», «за спину», «сбоку»; уметь плавно опустить занимающегося на пол при потере равновесия; применять методы пересадки с кресла на коврик и обратно	демонстрация практических навыков	В соответствии с БРС

Описание шкал оценивания

В рамках балльно-рейтинговой системы успеваемость студентов по каждой дисциплине оценивается в ходе текущего контроля и промежуточной аттестации. Максимально возможный балл за текущий контроль устанавливается равным 5 баллов. Рейтинговый балл за работу в семестре формируется как среднее арифметическое за все виды работ обучающихся, предусмотренных рабочей программой дисциплины.

Рейтинговый балл за экзамен формируется из следующих составляющих: оценки за тестирование; оценка практических навыков и умений; собеседование по экзаменационным вопросам.

Рейтинговый балл, выставляемый студенту, фиксируется в специальной ведомости и доводится до сведения студентов.

Шкала пересчета баллов по дисциплине при промежуточной форме аттестации в форме экзамена 4 семестр

Балл	Оценка	Уровень сформированности компетенции
от 4,5 до 5,0	«отлично»	Высокий
от 3,5 до 4,4	«хорошо»	Средний
от 2,5 до 3,4	«удовлетворительно»	Пороговый
менее 2,5	«неудовлетворительно»	Минимальный

Оценка «отлично» выставляется обучающемуся, глубоко и прочно усвоившему программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагающему, в ответе которого тесно увязываются теория с практикой. При этом обучающийся не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами применения знаний, показывает знакомство с монографической литературой, правильно обосновывает принятые решения, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических работ.

Оценка «хорошо» выставляется обучающемуся, твердо знающему программный материал, грамотно и по существу его излагающему, который не допускает существенных неточностей в ответе, правильно применяет теоретические положения при решении практических работ и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.

Оценка «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, который имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения последовательности изложения программного материала и испытывает трудности в выполнении практических навыков.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, который не знает значительной части программного материала, допускает ошибки, неуверенно выполняет или не выполняет практические работы.

7.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Перечень практических навыков.

1. Разработать и провести комплекс упражнений на тему «Методика занятий гидрокинезотерапии в работе с лицами, имеющие поражения опорно-двигательного аппарата».
2. Разработать и провести комплекс упражнений на тему «Методика занятий гидрокинезотерапией при нарушениях осанки».
3. Разработать и провести комплекс упражнений на тему «Методика занятий гидрокинезотерапией при сколиозе».
4. Разработать и провести комплекс упражнений на тему «Методика занятий гидрокинезотерапией при плоскостопии»
5. Разработать и провести комплекс упражнений на тему «Методика занятий гидрокинезотерапией при артритах, артрозах».
6. Разработать и провести комплекс упражнений на тему «Методика занятий гидрокинезотерапией при атеросклерозе»
7. Разработать и провести комплекс упражнений на тему «Методика занятий гидрокинезотерапией при ишемической болезни сердца»
8. Разработать и провести комплекс упражнений на тему «Методика занятий гидрокинезотерапией при гипертонической болезни».
9. Разработать и провести комплекс упражнений на тему «Методика занятий гидрокинезотерапией при гипотонической болезни и вегетососудистой дистонии».
10. Разработать и провести комплекс упражнений на тему «Методика занятий гидрокинезотерапией при облитерирующем эндартериите и варикозном расширении вен».
11. Разработать и провести комплекс упражнений на тему «Методика занятий гидрокинезотерапией при бронхиальной астме»
12. Разработать и провести комплекс упражнений на тему «Методика занятий гидрокинезотерапией при бронхитах».
13. Разработать и провести комплекс упражнений на тему «Методика занятий гидрокинезотерапией при бронхоэктатической болезни»
14. Разработать и провести комплекс упражнений на тему «Методика занятий гидрокинезотерапией при пневмонии»
15. Разработать и провести комплекс упражнений на тему «Методика занятий гидрокинезотерапией при плеврите. Методика занятий гидрокинезотерапией при пневмосклерозе»
16. Разработать и провести комплекс упражнений на тему «Методика занятий гидрокинезотерапией при сосудистых поражениях головного мозга»
17. Разработать и провести комплекс упражнений на тему «Методика занятий гидрокинезотерапией при повреждениях спинного мозга и травмах позвоночника»

18. Разработать и провести комплекс упражнений на тему «Методика занятий гидрокинезотерапией при черепно-мозговых травмах»
19. Разработать и провести комплекс упражнений на тему «Методика занятий гидрокинезотерапией при неврозах».
20. Разработать и провести комплекс упражнений на тему «Методика занятий гидрокинезотерапией при невритах».
21. Разработать и провести комплекс упражнений на тему «Методика занятий гидрокинезотерапией при полиомиелите. Упражнения, применяемые при плексите, невритах и полиомиелите».
22. Разработать и провести комплекс упражнений на тему «Методика занятий гидрокинезотерапией при гастритах».
23. Разработать и провести комплекс упражнений на тему «Методика занятий гидрокинезотерапией при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, энтеритах и колитах»
24. Разработать и провести комплекс упражнений на тему «Методика занятий гидрокинезотерапией при гастритах с пониженной, нормальной и повышенной секреторной функцией»
25. Разработать и провести комплекс упражнений на тему «Методика занятий гидрокинезотерапией при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, энтеритах и колитах».
26. Разработать и провести комплекс упражнений на тему «Гидрокинезотерапия при дискинезии кишечника и желчевыводящих путей»
27. Разработать и провести комплекс упражнений на тему «Методика занятий гидрокинезотерапией при нарушении обмена веществ»
28. Разработать и провести комплекс упражнений на тему «Методика занятий гидрокинезотерапией при подагре».
29. Разработать и провести комплекс упражнений на тему «Методика занятий гидрокинезотерапией при сахарном диабете»
30. Разработать и провести комплекс упражнений на тему «Методика занятий гидрокинезотерапией в гинекологии.».
31. Разработать и провести комплекс упражнений на тему «Методика занятий гидрокинезотерапией во время беременности и послеродового периода»

Вопросы для проверки уровня теоретической подготовки обучающегося:

1. История развития гидротерапии. Механизм лечебного воздействия гидротерапии. Показания для гидротерапии.
2. Проблемы и перспективы развития паралимпийского плавания в России.
3. Методики гидротерапии (душ, душ Шарко, душ Виши, подводный душ-массаж, ванна для гидромассажа, гидрокинезотерапия). Гидрокинезотерапия как частная методика гидротерапии.
4. «Оздоровление» и «реабилитация» в гидрокинезотерапии. Основные принципы оздоровительной тренировки.
5. Спортивные способы плавания (брасс, кроль на груди, кроль на спине, баттерфляй)
6. Воздействие физических упражнений на организм при занятиях оздоровительным плаванием.
7. Физические нагрузки и регуляция массы тела. Оценка состояния здоровья и физической подготовленности.
8. Контроль и самоконтроль состояния организма в процессе занятий оздоровительного плавания.
9. Способы физической помощи и страховки, безопасность и профилактика травматизма на занятиях гидрореабилитации.
10. Развитие основных двигательных качеств в оздоровительном плавании.
11. Построение тренировочных оздоровительных программ и их индивидуализация.

12. Спортивные снаряды, инвентарь, технические средства и тренажеры, используемые в реабилитационном плавании.
13. Первая доврачебная помощь: помощь тонущему, оказание доврачебной помощи.
14. Основы методики обучения плаванию (этапы, средства, основные правила).
15. Плавание как средство физической реабилитации. Закаливание.
16. Гидрокинезитерапия в травматологии. Общая методика занятий.
17. Гидрокинезитерапия в ортопедии. Общая методика занятий
18. Гидрокинезитерапия при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Общая методика занятий
19. Гидрокинезитерапия при заболеваниях дыхательной системы. Общая методика занятий
20. Гидрокинезитерапия при заболеваниях и повреждениях нервной системы. Общая методика занятий
21. Характеристика II этапа реабилитации при поражении верхних конечностей средствами гидрокинезитерапии: методы, средства, задачи.
22. Характеристика III этапа реабилитации при поражении верхних конечностей средствами гидрокинезитерапии: методы, средства, задачи.
23. Характеристика II этапа реабилитации при поражении нижних конечностей средствами гидрокинезитерапии: методы, средства, задачи.
24. Характеристика III этапа реабилитации при поражении нижних конечностей средствами гидрокинезитерапии: методы, средства, задачи.
25. Использование гидрореабилитации в работе с лицами, имеющие поражения опорно-двигательного аппарата.
26. Отклонения в состоянии развития ребенка-инвалида: проявление двигательной, интеллектуальной и психической деятельности ребенка-инвалида на суше и в условиях водной среды. Начальное освоение ребенком-инвалидом взаимоотношений с водой. Способы и приемы поддержки ребенка в воде.
27. Гидрореабилитация лиц с депривацией зрения.
28. Гидрореабилитация лиц с депривацией слуха.
29. Гидрореабилитация лиц с проблемами умственного и психического развития
30. Гидрореабилитация лиц с отставанием и задержкой развития.
31. Гидрореабилитация детей-инвалидов: новорожденных и грудного возраста.
32. Организация водных праздников для детей-инвалидов. Соревнования по плаванию среди инвалидов.
33. Подвижные игры в воде для детей, имеющих различные заболевания или отклонения в состоянии здоровья.
34. Гидрореабилитация инвалидов с сенсорно-речевыми нарушениями.

7.4 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Оценивание сформированности компетенции осуществляется на практических занятиях в ходе текущего контроля. При оценивании результатов обучения по дисциплине «Технологии физкультурно-спортивной деятельности: гидрореабилитация» учитывается:

-участие в собеседовании (организационно-методические основы гидротерапии, характеристика средств гидрокинезиотерапии, гидрореабилитация при заболеваниях и повреждениях);

-демонстрация практических навыков, составление и выполнение комплекса упражнений за заданную тему.

Итоговое тестирование проводится с использованием компьютерных программ или письменно. Итоговое тестирование состоит не менее, чем из 50 тестовых заданий. Оценка за тестирование зависит от доли правильных ответов:

- менее 70 % - «не зачтено»;
- 71 и более % - «зачтено».

Итоговое тестирование и его пересдача проводятся по графику, утвержденному заведующим кафедрой.

Оценивание сформированности компетенций осуществляется на экзамене в ходе промежуточной аттестации. В экзаменационный билет включаются три теоретических вопроса и задание для проверки умения обучающимися применять теоретические знания для решения практических и профессионально ориентированных задач.

Каждый экзаменационный вопрос и задание оценивается по пятибалльной шкале. Экзаменационные билеты утверждаются на заседании кафедры.

Порядок выставления оценок за экзамен.

Оценка за экзамен (Э) определяется как среднеарифметическое суммы ответов на все вопросы и задания, указанные в экзаменационном билете, с помощью формулы:

$$\mathcal{E} = \frac{B1 + B2 + B3 + \text{Пр}}{4},$$

где B1, B2, B3 – оценка за 1, 2, 3 вопрос билета;

Пр – оценка за практическое задание.

Итоговая оценка по дисциплине (И) выставляется с учетом рейтингового балла, полученного при освоении дисциплины:

$$И = \frac{\mathcal{E} + P}{2},$$

Где P – рейтинговый балл по дисциплине;

Э – оценка за экзамен.

Итоговая оценка по дисциплине (И) определяется в соответствии с правилами математического округления, пересчет в оценку по 5-балльной шкале осуществляется в соответствии со шкалой пересчета баллов по дисциплине при промежуточной аттестации в форме экзамена.

8. Учебно-методическое обеспечение дисциплины

8.1 Основная литература

Печатные издания	Электронные издания
1. Гидрокинезотерапия : учеб. пособие / Л. Е. Митрохина, А. А. Марченко, Л. Д. Батищева [и др.]. - Ставрополь : Изд-во СтГМУ, 2022. – 64 с.	

8.2 Дополнительная литература

Печатные издания	Электронные издания
2. Ерёмин, И. В. Гидрокинезотерапия : учеб. пособие для вузов / И. В. Ерёмин, Л. А. Небытова ; под ред. А. А. Воронникова, В. В. Павленко. - Ставрополь : АГРУС, 2012. - 320 с. - Ссылка на книгу	1. Безотечество, К. И. Гидрореабилитация / К. И. Безотечество - Москва : ФЛИНТА, 2020. - 156 с. - ISBN 978-5-9765-2473-6. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976524736.html 2. Гидрореабилитация : учебно-методическое пособие / составитель Т. В. Воронюк. — Сургут : СурГУ, 2022 — Часть 1 — 2022. — 50 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/337796 (дата обращения: 10.02.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

9. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы, ЭБС

1. «Университетская библиотека онлайн»
2. www.e.lanbook.com ЭБС Издательства «ЛАНЬ»
3. <http://www.rosmedlib.ru> ЭБС «Консультант врача. Электронная медицинская библиотека».

10. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение

Наименование	Договор
Сервис проверки уникальности текста	Контракт №170/ЭТ от 11.08.2025
1С: Университет Проф	Договор № 27 от 30.04.2014
kaspersky endpoint security	Контракт 189/ЭТ от 25.08.2025
Архиватор 7-zip	Бесплатный
Adobe Acrobat Reader DC	Бесплатный
Astra Linux Common Edition	Договор № 199/ЭТ от 12.09.2023
1С: Электронное обучение. Корпоративный университет	Договор № 78/ЭТ от 06.06.2022
1С: Электронное обучение. Веб-кабинет преподавателя и студента	Договор № 78/ЭТ от 06.06.2022
Консультант Плюс	Контракт 303/ЭТ от 16.12.2025

11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине.

Помещения для проведения учебных занятий в университете, соответствующие действующим санитарно-гигиеническим, противопожарным правилам и нормам

Адрес	Наименование аудитории, № аудитории	Перечень оборудования
ул. Тухачевского, 2	Аудитория для проведения занятий семинарского типа, текущего контроля и промежуточной аттестации кафедры физического воспитания и адаптивной физической культуры Ауд. 4	Игровой спортивный зал оснащенный в соответствии с требованиями безопасности к местам проведения учебного процесса и инвентарю. Тренажеры, оборудование, муляжи: Антенны волейбольные на сетку. Барьер легкоатлетический регулируемый. Воланы для бадминтона. Граната для метания тренировочная. Борцовские маты 2*1*0,1м. Коврик гимнастический. Колодка стартовая стальная тренировочная. Комплекс волейбольных антенн. Конус тренировочный. Конус тренировочный (фишки) Мат. 1x2 (синий/желтый) Медбол TORRES 3 кг. Мостик гимнастический подкидной усиленный. Мяч баскетбольный. Мяч баскетбольный звенящий. Мяч волейбольный. Мяч для метания Мяч минифутбол. Мяч

		настольного тенниса. Мяч набивной масса 2 кг. Мяч футбольный. Мяч футбольный звенящий. Мяч футзальный. Насос для мячей. Обруч гимнастический. Палочка эстафетная. Ракетка бадминтонная. Ракетка теннисная. Сетка баскетбольная. Сетка волейбольная. Скакалка резиновая. Стойка волейбольная. Стойка для прыжков в высоту. Стойки бадминтонные передвижные, пара ГЛАВСПОРТ. Ядро тренировочное. Бревно напольное. Кольцо амортизационное. Мяч для голбола звенящий. Перекладина для подтягивания высокая. Платформа для прыжков в длину. Поддерживающая конструкция для защитных щитов. Скамья для наклонов вперед. Щит заградительный. Стол для настольного тенниса. Дротики. Мишень для дартс.
ул. Тухачевского, 2	Аудитория для проведения занятий семинарского типа, Физического воспитания и адаптивной физической культуры Ауд. 5	Фитнес-зал спортивно-оздоровительного комплекса оснащенный: Тренажеры, оборудование, муляжи: Бодибар. Гантели. Гиря пластиковая. Коврик гимнастический. Министеппер с комп. FR543-8101V Мяч для атлетических упраж. 2 кг Мяч для атлетических упраж. 3 кг Палка гимнастическая деревянная. Резинка для фитнеса – комплект съемных эспандеров, с ручками S-605. Стойка для бодибара на 8 шт. Стойка для гантелей на 8 пар. Утяжелители для ног Starfit WT-401 1 кг. Утяжелители для ног Starfit WT-401 1.5 кг. Беговая дорожка электрическая. Larsen ТМ 8460С. Контактная платформа для сгибания рук в упоре. Перекладина для подтягивания низкая. Лабораторное оборудование: Ростомер РМ 1 Диакомс. Весы напольные электронные.
ул. Тухачевского, 2	Аудитория для проведения занятий семинарского типа,	Тренажерный зал оснащенный в соответствии с требованиями безопасности к местам проведения

	текущего контроля и промежуточной аттестации кафедры Физического воспитания и адаптивной физической культуры Ауд. 4	учебного процесса и инвентарю. Тренажеры, оборудование, муляжи: Гантели разборные Starfit. Гиря Титан вес 16кг. Гиря Титан вес 24кг. Гиря пластиковая. Гиря, масса 24кг, диаметр корпуса 210мм, высота 280мм, диаметр ручки 35мм. Гриф, 20 кг, диаметр 50мм. Гриф для штанги Премиум. Гриф для штанги Премиум ПРО+ на диам 50 мм. Гриф для штанги Хоум. Диск для силовых тренировок Iron-King Star (5 кг 50мл). Коврик гимнастический. Мяч набивной масса 1.5 кг. Пояс атлетический кожаный Starfit. Стойка с брусьями «Классик». Эспандер кистевой. Тренажер «Классик». Тренажер «Римский стул». Эллиптический тренажер HB-8189 ELL. Велотренажер. Велозипсоид Larsen .Мультистанция двухсторонняя 518 CF. Велотренажер Магнит. Скамья для пресса DFC. Homegym D6610. Станина для горизонтального жима лежа с набором атлетических дисков. Стойка брусья и пресс. Скамейка наклонная универсальная. Тренажер универсальный верхняя и нижняя тяга. Тренажер для сгибания и разгибания ног. Тренажер для жима ногами. Тренажер для жима от груди. Тренажер для сведения и разведения груди. Скамья горизонтальная. Стойка для приседания. Скамья с регулируемой спинкой и сиденьем.
ул. Тухачевского, 2	Уличная спортивная площадка кафедры Физического воспитания и адаптивной физической культуры	Огороженная спортивная площадка 1000м2 с резиновым рулонным покрытием оснащенная: футбольными воротами с сеткой
ул. Тухачевского, 2	Уличная спортивная площадка кафедры Физического воспитания и адаптивной физической культуры	Открытая спортивная площадка 450м2 оснащенная: Стойки для волейбола. Баскетбольные стойки. Амортизационные баскетбольные кольца.

Помещения оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети Интернет и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Рабочая программа дисциплины «Гидрореабилитация»:

Разработана и обсуждена
на заседании кафедры «Физического воспитания и
адаптивной физической культуры», зав. кафедрой

Марченко А.А.

Согласована и рекомендована к использованию в образовательном процессе для обучающихся по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) (уровень бакалавриата) 2026 года набора очной формы обучения 27.05.2026

Руководитель ОПОП ВО

Тарасова О.Ю

Декан факультета гуманитарного
и медико-биологического
образования

Герасименко И.Н.