МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

«СЕВЕРНЫЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Министерства здравоохранения Российской Федерации

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

Архангельск, 2020

**1. Тема занятия, его цели и задачи**

**Тема: 1** Плавание лиц с отклонениями в состоянии здоровья

Цель – сформировать знания, умения и навыки о плавании для лиц с различными нозологиями.

Задачи:

1. Изучить и закрепить базовые понятия адаптивного плавания;

2. Закрепить основные знания о методах и принципах обучения плаванию лиц разных нозологий;

3. Формировать и совершенствование двигательные умения и навыки, необходимые для занятий адаптивным плаванием.

1. **Основные понятия, которые должны быть усвоены студентами в процессе изучения темы (перечень понятий)**

адаптивное плавание, нозология, метод, принцип

**3. Вопросы к занятию**

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

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

3. Преимущества водных занятий во время беременности.

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

5. Облегченные способы плавания.

6. Игры, направленные на ознакомление с элементами техники облегченных способов и отдельных элементов спортивного плавания.

7. Игры, направленные на развитие физических качеств.

**4. Вопросы для самоконтроля**

1. Какие методы обучения двигательному действию необходимо использовать в адаптивном плавании?

2. Какие подвижные игры можно использовать для привыкания к водной среде детей?

3. В чем особенностей обучения детей плаванию с разными нозологиями (с нарушением слуха, с нарушением ОДА, с умственной отсталостью, для глухих и слабослышащих детей)?

**5. Основная и дополнительная литература к теме**

|  |
| --- |
| 1. **Технологии физкультурно-спортивной деятельности** в адаптивной физической культуре [Электронный ресурс] : учебник/ ред. С. П. Евсеев : Спорт, 2016 - Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906839183.html>. |
| **9.2. Дополнительная литература** |
| 1.Артамонова Л.Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Артамонова Л.Л., Панфилов О.П., Борисова В.В.— М.: Владос-Пресс, 2010.— 389 c.— Режим доступа: http://www.studentlibrary.ru |
| 2. Артамонова Л.Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Артамонова Л.Л., Панфилов О.П., Борисова В.В.— М.: Владос-Пресс, 2010.— 389 c.— Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru> |

**6. Перечень вопросов и заданий для самостоятельной работы**

|  |  |
| --- | --- |
| Разделы и темы для самостоятельного изучения | Виды и содержание самостоятельной работы |
| Учет характера и степени тяжести ограниченных возможностей ученика | Работа с литературными источниками и интернет ресурсами. тестирование |

**Тема: 2** Гидрореабилитация с использованием элементов плавания

Цель – сформировать умения использовать элементы плавания для восстановления лиц с различными нозологиями.

Задачи:

1. Сформировать знания и умения построения занятий гидрореабилитации с использованием элементов плавания.

2.

1. **Основные понятия, которые должны быть усвоены студентами в процессе изучения темы (перечень понятий)**
2. **гидрореабилитация, гидрореаабилитолог, плавание**

**3. Вопросы к занятию**

1. Влияние занятий плаванием и гидрореабилитации на организм инвалидов.

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

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

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

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

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

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

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

9. Структура занятий по гидрореабилитации в бассейне.

**4. Вопросы для самоконтроля**

1. Какое влияние оказывает водная среда на ОДА?

2. С какой боязнью нужно справиться прежде, чем приступать к обучению погружения лица в воду?

**5. Литература:**

**Основная литература**

|  |
| --- |
| 1. **Технологии физкультурно-спортивной деятельности** в адаптивной физической культуре [Электронный ресурс] : учебник/ ред. С. П. Евсеев : Спорт, 2016 - Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906839183.html>. |
| **9.2. Дополнительная литература** |
| 1.Артамонова Л.Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Артамонова Л.Л., Панфилов О.П., Борисова В.В.— М.: Владос-Пресс, 2010.— 389 c.— Режим доступа: http://www.studentlibrary.ru |
| 2. Артамонова Л.Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Артамонова Л.Л., Панфилов О.П., Борисова В.В.— М.: Владос-Пресс, 2010.— 389 c.— Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru> |

6. Перечень вопросов и заданий для самостоятельной работы

|  |  |
| --- | --- |
| Разделы и темы для самостоятельного изучения | Виды и содержание самостоятельной работы |
| Основы гидрореабилитации | Работа с литературными источниками и интернет ресурсами. Собеседование |