

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Томский государственный педагогический университет»
(ТГПУ)**

УТВЕРЖДАЮ

Директор ИФКС

А.Н. Вакурин

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Гидропедагогика

Направление подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль): Физическая культура

Форма обучения: заочная

Рабочая программа учебной дисциплины (модуля) утверждена на заседании кафедры физкультурно-спортивных дисциплин «01» сентября 2025 г.

Рабочая программа учебной дисциплины (модуля) одобрена учебно-методической комиссией института «01» сентября 2025 г.

1. МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ (ОП)

Цикл (раздел) ОП:	Б1.В.02.ДВ.01
1.1	Дисциплины (модули) и практики, содержательно связанные с данной дисциплиной (модулем):
1.1.1	Адаптивное физическое воспитание

2. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОП

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенций	Планируемые результаты обучения
ПК-1 Способен осваивать и использовать теоретические знания и практические умения в предметной области при решении профессиональных задач	ИПК-1.1 Объясняет (интерпретирует) содержание, сущность, закономерности и особенности явлений и процессов в предметной области ИПК-1.2 Демонстрирует теоретические знания и практические умения в предметной области в объеме, необходимом для решения педагогических, методических, научно-исследовательских и организационно-управленческих задач ИПК-1.3 Применяет навыки комплексного поиска, анализа и систематизации информации по изучаемым проблемам с использованием различных источников, научной и учебной литературы, информационных баз данных, формирует собственные мнения и суждения, аргументирует свою позицию	Знать: специализированную терминологию гидропедагогики, основы техники физических упражнений с целью использования теоретических знаний при решении профессиональных задач Уметь: выполнять упражнения гидропедагогики с целью реализации способности использования их для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса Владеть: методическими навыками и приемами организации и проведения занятий по гидропедагогике для успешного решения профессиональных задач

3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ), СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО ВИДАМ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ И ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ)

№ п/п	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр	Всего часов	ПП
Раздел 1. Характеристика гидропедагогики как новой педагогической и научной дисциплины.				
1.1	Гидропедагогика - составная часть педагогики/ Место гидропедагогики в системе педагогического образования. Гидропедагогика лиц с незначительными отклонениями в состоянии здоровья. Гидрореабилитация новорожденных и детей грудного возраста. Оборудование и инвентарь при проведении занятий по гидропедагогике. /Пр/	7	1	—
1.2	Преимущества (показания и противопоказания) водных занятий перед другими видами ФУ для детей с ОВЗ. /Ср/	7	10	—
Раздел 2. Средства и методы гидропедагогики.				
2.1	Новые, современные направления аква-фитнесса, используемые на занятиях по ГП: гидроаэробика-аквааэробика, акваджоггинг, гидрошейпинг, гидропрофилактика. Специальное плавательное снаряжение (плавательные пояса, трубки, водные гантели и ножные манжеты, перчатки, степп-платформы, водные ботинки и жилеты, пенопластовые доски, аквафуты, ласты, миниласты), используемое на занятиях в бассейне для развития физических качеств у гидропедагогов. Методика составления программ для занятий (тренировок) со здоровыми детьми и с детьми с ОВЗ. Методика составления программы упражнений на развитие мышечной силы и выносливости. Упражнения в воде на растягивание и расслабление. Групповая релаксация. /Пр/	7	1	—
2.2	Парная релаксация (ребёнка с гидропедагогом) - ватсу. Индивидуальная релаксация. /Ср/	7	10	—
Раздел 3. Организация занятий по гидрореабилитации.				

3.1	Правила техники безопасности при проведении занятий по плаванию с лицами с ОВЗ. Критические ситуации и методика их преодоления при обучении плаванию и совместном пребывании в воде с ребёнком с ОВЗ. Особенности организации и проведения подвижных и коррекционно-развивающих игр в воде. Подготовительные упражнения для освоения с водой. Элементарные движения руками и ногами. Передвижения по дну. Погружения. Упражнения для изучения техники дыхания. Всплытие. Лежание. Скольжение. Игры, направленные на ознакомление со свойствами воды. Изучение техники плавания спортивными и прикладными способами плавания: кроль, брасс, кроль на спине, плавание на боку, брасс на спине. Адаптированные (облегченные) способы плавания. Кроль на груди без выноса рук. Кроль на спине без выноса рук. Брасс с поднятой головой. Плавание на боку без выноса «верхней руки». Игры, направленные на ознакомление с элементами техники облегченных и спортивных способов плавания. /Пр/	7	2	–
3.2	Методика преодоления водобоязни. /Ср/	7	10	–
Раздел 4. Содержание и дозировка физических нагрузок на занятиях по гидрореабилитации.				
4.1	Сопровождение занятий по ГП детей с ОВЗ. Средства, используемые в теории и практике ГП. Средства водной среды: Специальные физические упражнения в воде. ФУ, адаптивные и коррекционно-развивающие подвижные игры в воде. Их применение в зависимости от нозологии. Лечебное, коррекционное и реабилитационное плавание. Дозировка и способы регулирования физических нагрузок на занятиях плаванием. Содержание занятий в зависимости от нозологии. Место занятий ГП детей с отклонениями в состоянии здоровья в общей системе их адаптивного физического воспитания. Методы и методические приёмы обучения, используемые в процессе занятий ГП. Методы спортивной тренировки, используемые в процессе подготовки к работе в качестве ГП. Ф /Пр/	7	2	–
4.2	Структура дисциплины «Гидропедагогика»: Спортивное и прикладное плавание, Аквафитнес (Гидрошейпинг, Акваджоггинг.), Гидрореабилитация и коррекционное плавание. Трёхчастная структура основной части занятия в воде при проведении занятий по плаванию со здоровыми и детьми с ОВЗ. 1 часть - направлена на развитие физических качеств (Модули «спортивное и прикладное плавание» и «аквафитнес»); 2 часть – направлена на разучивание коррекционных упражнений и игр на воде (модуль «спортивное и прикладное плавание» и «гидропедагогическая коррекция»; 3 часть – проведение гидропедагогической коррекции с детьми с ОВЗ (модуль «Гидрореабилитация» /Пр/	7	2	–
4.3	1. Определение и содержание предмета гидропедагогики. 2. Классификация и терминология гидропедагогики. 3. Дидактическое, воспитательное и прикладное значение гидрореабилитации. 4. Задачи и содержание курса гидрореабилитации. 5. Истоки становления, формирования и развития гидрореабилитации, ее роль и место в образовательных дисциплинах и научных направлениях. 6. Педагогический контроль и самоконтроль на занятиях по гидропедагогике. 7. Гидропедагогика – новая педагогическая и научная дисциплина. 8. Взаимоотношения гидропедагогической системы «гидропедагог-студент-ученик».	7	2	–
4.4	Формы организации занятий с детьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья (групповая, малогрупповая, индивидуальная). /Ср/	7	28	–

Примечание: ПП – практическая подготовка.

4. ТРУДОЁМКОСТЬ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) ПО ВИДАМ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ, САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ ОБУЧАЮЩИХСЯ И ФОРМАМ КОНТРОЛЯ

Объем в зачетных единицах: 2 з.е., в академических часах: 72 акад. час.

Формы контроля в семестрах:

зачеты 7

Вид занятий	Распределение по семестрам (в академических часах)							
	Итого				7			
	РУП		РПД		РУП		РПД	
	Всего	ПП	Всего	ПП	Всего	ПП	Всего	ПП
Практические занятия	10	–	10	–	10	–	10	–
Самостоятельная работа	58	–	58	–	58	–	58	–
Промежуточная аттестация	4	–	4	–	4	–	4	–
Итого часов	72	–	72	–	72	–	72	–

5. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

5.1. Учебная литература *

№ п/п	Автор(ы), составитель(и)	Заглавие	Издательство, год, количество страниц
1	Безотечество К. И.	Гидроаэробика: учебно-методический комплекс : учебное пособие для вузов	Томск: Изд-во ТГПУ, 2009. – 59 с.
2	Безотечество К. И.	Гидрореабилитация: учебное пособие для вузов модуля дисциплины "Технологии физкультурно-спортивной деятельности"	Томск: Изд-во ТГПУ, 2013. – 155 с.
3	Безотечество К. И.	Гидрореабилитация: учебное пособие для вузов модуля дисциплины "Технологии физкультурно-спортивной деятельности"	Москва: Флинта, 2016. – 152, [2] с.
4	Безотечество К. И.	Гидрореабилитация: учебное пособие для вузов модуля дисциплины "Технологии физкультурно-спортивной деятельности : электронный ресурс (http://fulltext.tspu.ru/OA/m2013-08.pdf)	Томск: Изд-во ТГПУ, 2013. – 156 с.
5	Максимова М. Н., Маринич М. Н., Булгакова Н. Ж., ред. Булгакова Н. Ж.	Водные виды спорта: учебник для вузов	Москва: Академия, 2003. – 315 с.

5.2. Перечень электронных образовательных ресурсов, современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем, необходимых для освоения учебной дисциплины (модуля) *

1	Архив журнала Science, The American Association for the Advancement of Science (AAAS) - Американская ассоциация по развитию науки - некоммерческая организация, сообщество ученых, созданное в целях поддержки науки, НП «НЭИКОН». Лицензионной договор № 316-РН-2011 от 01.09.2011 г. на период с 01.01.2012 – бессрочно. Сумма договора: бесплатно. Количество ключей (пользователей): со всех компьютеров вуза (http://www.sciencemag.org/content/by/year#classic)
2	Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU. При поддержке РФФИ. Лицензионное соглашение №916 от 12.01.2004. Период доступа: бессрочно (https://elibrary.ru/)
3	Архив научных журналов 2011 Cambridge Journals Digital. Издательство Cambridge University Press, НП «НЭИКОН». Лицензионной договор № 316-РН-2011 от 01.09.2011 г. на период с 30.03.12 - бессрочно. Сумма договора: бесплатно. Количество ключей (пользователей): со всех компьютеров вуза (http://journals.cambridge.org/action/stream?pageId=3216&level=2)

5.3. Перечень программного обеспечения (лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в т.ч. отечественного производства), используемого при осуществлении образовательного процесса по учебной дисциплине (модулю)

1	Офисный пакет Microsoft Office Проприетарное (коммерческое) программное обеспечение на базе операционной системы Windows, включающее текстовый процессор Word, табличный процессор Excel, программу подготовки презентаций PowerPoint и систему управления базами данных Access.
2	Стандартный офисный пакет Свободно распространяемое и/или проприетарное (коммерческое) программное обеспечение, включающее текстовый процессор, табличный процессор, программу подготовки презентаций.

* Примечание к разделу.

Дата обращения к электронным учебным изданиям (включая электронные издания из электронных библиотечных систем), электронным образовательным ресурсам, современным профессиональным базам данных и информационным справочным системам совпадает с датой утверждения рабочей программы учебной дисциплины (модуля).

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА, НЕОБХОДИМАЯ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

6.1. Учебная аудитория для проведения:

- занятий семинарского (практического) типа,
- групповых и индивидуальных консультаций,
- текущего контроля и промежуточной аттестации.

ОСНАЩЕНИЕ:

Закрытый плавательный бассейн с 4-мя дорожками по 25 метров.

6.2. Помещения для самостоятельной работы обучающихся.

ОСНАЩЕНИЕ:

Помещения для самостоятельной работы обучающихся, оснащенные учебной мебелью. Рабочие места обучающихся оборудованы компьютерной техникой и подключены в локальную вычислительную сеть, в т.ч. с использованием беспроводного Wi-Fi подключения, с возможностью выхода в глобальную сеть Интернет и с доступом в электронную информационно-образовательную среду.

ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ:

Комплект свободно распространяемого программного обеспечения или проприетарного (коммерческого) программного обеспечения, включая

- браузер,
- просмотрщики pdf- и djvu-файлов,
- офисный пакет (в т.ч. текстовый процессор, табличный процессор, программа подготовки презентаций).

6.3. Помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования.

7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1. Методические рекомендации для обучающихся по освоению учебной дисциплины (модуля)

Весь материал, рекомендуемый для изучения, разбит на две части. В первой части рассматриваются основные положения дисциплины, базовые основы предмета «Гидропедагогика», основные структурные характеристики ее разделов. Данная часть осваивается большей частью в ходе практических занятий, а также самостоятельной работы студентов. Вторая часть учебного материала дисциплины «Гидропедагогика» учебным планом отводится на самостоятельное изучение. В результате самостоятельного освоения курса, студент приобретает большой запас знаний: об общеразвивающих упражнениях, упражнениях для развития силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости, способности к расслаблению; о специально-подводящих упражнениях, специально-подготовительных упражнениях, имитационных упражнениях, различных играх и игровых заданиях. Необходимо овладение и совершенствование техникой стилей плавания и методикой обучения, технико-тактическим действиям занимающихся. Необходимо знать правила соревнований и участвовать в их организации и проведении. После освоения каждого раздела дисциплины проводится текущий контроль знаний студентов в виде контрольной работы или тестирования.

8. ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

Представлены в Приложении.

Рабочая программа учебной дисциплины (модуля) составлена в соответствии с учебным планом, федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование

Разработчик(и) рабочей программы учебной дисциплины (модуля):

Безотечество К.И., к.п.н., профессор

**ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО
КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ
ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)**

Гидропедагогика

Направление подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль): Физическая культура

Форма обучения: заочная