

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

1. Загальна інформація про навчальну дисципліну

Повна назва навчальної дисципліни	Основи гідрокінезіотерапії
Повна офіційна назва закладу вищої освіти	Сумський державний університет
Повна назва структурного підрозділу	Навчально-науковий медичний інститут. Кафедра фізичної терапії, ерготерапії та спортивної медицини
Розробник(и)	Бріжата Ірина Анатоліївна
Рівень вищої освіти	Перший рівень вищої освіти, НРК – 6 рівень, QF-LLL – 6 рівень, FQ-EHEA – перший цикл
Семестр вивчення навчальної дисципліни	18 тижнів протягом 3-го семестру
Обсяг навчальної дисципліни	Обсяг становить 5 кред. ЄКТС, 150 год. Для денної форми навчання 54 год. становить контактна робота з викладачем (18 год. лекцій, 36 год. практичних занять), 96 год. становить самостійна робота.
Мова викладання	Українська

2. Місце навчальної дисципліни в освітній програмі

Статус дисципліни	Обов'язкова навчальна дисципліна для освітньої програми "Фізична терапія"
Передумови для вивчення дисципліни	Успішне опанування такими навчальними дисциплінами: " Функціональна анатомія", " Основи фізичної терапії, ерготерапії", "Основи популяризації здорового способу життя"
Додаткові умови	Додаткові умови відсутні
Обмеження	Обмеження відсутні

3. Мета навчальної дисципліни

Формування визначених освітньо-професійною програмою загальних та фахових компетентностей, зокрема провадити безпечну практичну діяльність в процесі ефективної реалізації програми у практиці гідрокінезіотерапії враховувати медичні, психолого-педагогічні аспекти.

4. Зміст навчальної дисципліни

Тема 1 Загальна характеристика гідрокінезотерапії.

Історичні корені гідрокінезотерапії і його розвиток в світі. Гідрокінезотерапія, як вид оздоровчих занять. Основні завдання гідрокінезотерапії і його призначення. Основні відмінності тренування на суші і у воді. Властивості водного середовища. Показання і протипоказання до занять гідрокінезотерапії. Переваги гідрокінезотерапії.

Тема 2 Основи гідрокінезотерапії - базові рухи і їх модифікації на неглибокій і глибокій воді.

Термінологія. Основні положення тіла у воді. Базові рухи на глибокій воді і варіанти їх застосування. Базові рухи на неглибокій воді та варіанти їх застосування. Основні відмінності при роботі на глибокій і неглибокій воді. Техніка гребкових рухів і модифікації рухів руками у воді. Біомеханіка рухових дій у воді. Особливості методики формування рухових навичок при заняттях гідрокінезотерапією. Дидактика етапів навчання. Початкове розучування, поглиблене розучування, закріплення і вдосконалення. Освоєння техніки виконання вправ і переміщень у воді.

Тема 3 Основні відмінності при роботі на неглибокій і глибокій воді. Напрямки гідрокінезотерапії.

Основні напрямки гідрокінезотерапії. Розподіл занять за рівнями складності. Класифікація силових і аеробних вправ. Високоінтенсивні тренування з використанням спеціального силового обладнання. Особливості занять гідрокінезотерапією без обладнання. Формула зміни інтенсивності і дизайну вправ (S.W.E.A.T.). Формула глибокої води (A.B.Y.S.S.S.)

Тема 4 Музичний квадрат. Імітація (демонстрація) рухів інструктором під музику. Керівництво групою.

Особливості музичного супроводу заняття-уроку. Робота з музикою (рахунок по 8 і вміння визначати музичний квадрат). Вербальні та невербальні команди інструктором. Метод дзеркального показу на уроці. Підбір музичного супроводу для занять у воді і для різних форматів уроку. Відпрацювання техніки виконання вправ інструктором на суші під музику. Відпрацювання подачі команд інструктором при зміні рухів і напрямків роботи. Практика керівництва групою під музику в залі з дзеркалами. Рухові помилки і корекція техніки виконання рухів на групі.

Тема 5 Диференціація занять з різними віковими категоріями, які займаються гідрокінезотерапією.

Планування циклів підготовки. Контроль і облік в підготовці занять. Форми проведення занять з групами різних вікових категорій. Тренування в «неглибокій», «середньої» і «глибокої» воді. Режим занять гідрокінезотерапією. Температурний режим. Практика оволодіння широким арсеналом засобів.

Тема 6 Структура занять та методики проведення занять (фрістайл, комбінації).

Структура заняття і його опис. Організація і контроль заняття. Методи проведення заняття з гідрокінезотерапії. Метод "лінійної прогресії" або фрістайл. "Комбінаторний метод" проведення заняття. Способи складання і розучування комбінацій з обладнанням і без. Складання та відпрацювання зв'язок на суші і у воді. Відпрацювання техніки виконання вправ інструктором на суші. Логічна побудова зв'язок «від простого - до складного». Методика проведення розминки, основної частини і заключної частини (стрейчинг). Вправи, що включаються в розминку, і заключну частину (стрейчинг). Методика проведення силової частини заняття, яка входить до складу основної частини.

Тема 7 Методика проведення занять (інтервальний та коловий методи).

Методика проведення заняття гідрокінезотерапії. Способи складання і розучування комбінацій з обладнанням і без. Підбір музичного супроводу. Складання та відпрацювання комплексу вправ на суші і у воді. Відпрацювання техніки виконання вправ інструктором на суші. Методика проведення інтервального і колового тренування в воді. Методика проведення силових уроків, вправи, що включаються в основну частину. Проведення розминки і заключної частини (стрейчинг). Цілі і завдання інтервального і колового тренувань. Обладнання. Особливості побудови інтервального і колового тренувань у воді. Цілі і завдання тренувань на м'язи живота, ніг і м'язів плечового пояса.

Тема 8 Гідрокінезотерапія, як засіб профілактики та лікування різних захворювань.

Захворювання серцево-судинної системи. Захворювання дихальної системи. Захворювання та порушення нервової системи. Гідрокінезотерапія в ортопедії. Гідрокінезотерапія в травматології. Гідрокінезотерапія під час вагітності. Хвороби обміну речовин. Застереження до занять фізичними вправами у воді. Використання специфічного обладнання для переміщення та реабілітаційних заходів у воді.

5. Очікувані результати навчання навчальної дисципліни

Після успішного вивчення навчальної дисципліни здобувач вищої освіти зможе:

PH1	Враховувати медичні, психолого-педагогічні, соціальні аспекти у практиці гідрокінезотерапії.
PH2	Проводити безпечно для пацієнта/клієнта та практикуючого фахівця практичну діяльність з гідрокінезотерапії.
PH3	Уміти проводити інструктаж та навчання пацієнтів/клієнтів, членів їх родин, колег і невеликих груп у практиці гідрокінезотерапії
PH4	Вміти ефективно виконувати програму гідрокінезотерапії, оцінювати результати її виконання, модифікувати обсяг навантаження, зміст та спрямованість занять в залежності від функціонального, психологічного стану пацієнта.

6. Роль навчальної дисципліни у досягненні програмних результатів

Програмні результати навчання, досягнення яких забезпечує навчальна дисципліна.

Для спеціальності 227 Фізична терапія, ерготерапія:

ПР1	Демонструвати готовність до зміцнення та збереження особистого та громадського здоров'я шляхом використання рухової активності людини та проведення роз'яснювальної роботи серед пацієнтів/клієнтів, членів їх родин, медичних фахівців, а також покращенню довкілля громади.
ПР10	Здійснювати заходи фізичної терапії для ліквідації або компенсації рухових порушень та активності.
ПР16	Проводити інструктаж та навчання клієнтів, членів їх родин, колег і невеликих груп.
ПР17	Оцінювати результати виконання програм фізичної терапії та ерготерапії, використовуючи відповідний інструментарій, та за потреби, модифікувати поточну діяльність.

7. Роль освітнього компонента у формуванні соціальних навичок

Загальні компетентності та соціальні навички, формування яких забезпечує навчальна дисципліна:

СН1	Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.
СН2	Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
СН3	Навички міжособистісної взаємодії

8. Види навчальних занять

Тема 1. Загальна характеристика гідрокінезотерапії.	
Лк1 "Тема 1. Загальна характеристика гідрокінезотерапії." (денна)	Історичні корені гідрокінезотерапії і його розвиток в світі. Гідрокінезотерапія, як вид оздоровчих занять. Основні завдання гідрокінезотерапії і його призначення. Основні відмінності тренування на суші і у воді. Властивості водного середовища. Показання і протипоказання до занять гідрокінезотерапії. Переваги гідрокінезотерапії. Вивчення даної теми передбачає теоретичну роботу в режимі онлайн - мультимедійна презентація.
Пр1 "Загальна характеристика гідрокінезотерапії." (денна)	Історичні корені гідрокінезотерапії і його розвиток в світі. Гідрокінезотерапія, як вид оздоровчих занять. Основні завдання гідрокінезотерапії і його призначення. Основні відмінності тренування на суші і у воді. Показання і протипоказання до занять гідрокінезотерапії. Переваги гідрокінезотерапії. Правила відвідування басейну. Базове обладнання. Занести результати в робочий зошит. Заняття в аудиторії.
Пр2 "Властивості водного середовища." (денна)	Властивості водного середовища. Опірність, теплопровідність, гідростатичний тиск, виштовхувальна сила. Основні відмінності тренування на суші і у воді. Занести результати в робочий зошит. Заняття в аудиторії.
Тема 2. Основи гідрокінезотерапії - базові рухи і їх модифікації на неглибокій і глибокій воді.	

Лк2 "Тема 2. Основи гідрокінезотерапії - базові рухи і їх модифікації на неглибокій і глибокій воді." (денна)

Термінологія. Основні положення тіла у воді. Базові рухи на глибокій воді і варіанти їх застосування. Базові рухи на неглибокій воді та варіанти їх застосування. Основні відмінності при роботі на глибокій і неглибокій воді. Техніка гребкових рухів і модифікації рухів руками у воді. Біомеханіка рухових дій у воді. Особливості методики формування рухових навичок при заняттях гідрокінезотерапією. Дидактика етапів навчання. Початкове розучування, поглиблене розучування, закріплення і вдосконалення. Освоєння техніки виконання вправ і переміщень у воді. Вивчення даної теми передбачає теоретичну роботу в режимі онлайн - мультимедійна презентація.

Пр3 "Основи гідрокінезотерапії - базові рухи і їх модифікації на неглибокій і глибокій воді." (денна)

Термінологія. Основні положення тіла у воді. Базові рухи на глибокій воді і варіанти їх застосування. Базові рухи на неглибокій воді та варіанти їх застосування. Основні відмінності при роботі на глибокій і неглибокій воді. Техніка гребкових рухів і модифікації рухів руками у воді. Засвоєння техніки виконання вправ і переміщень у воді. Особливості методики формування рухових навичок при заняттях гідрокінезотерапією. Початкове розучування, поглиблене розучування, закріплення і вдосконалення. Занести результати в робочий зошит. Заняття в залі ЛФК.

Тема 3. Основні відмінності при роботі на неглибокій і глибокій воді. Напрямки гідрокінезотерапії.

Лк3 "Структура і зміст заняття з гідрокінезотерапії. Основні відмінності при роботі на неглибокій і глибокій воді." (денна)

Основні напрямки гідрокінезотерапії. Структура заняття і його опис. Організація і контроль заняття. Розподіл занять за рівнями складності. Класифікація силових і аеробних вправ. Високоінтенсивні тренування з використанням спеціального силового обладнання. Особливості занять гідрокінезотерапією без обладнання. Формула зміни інтенсивності і дизайну вправ (S.W.E.A.T.). Формула глибокої води (A.B.Y.S.S.S.). Вивчення даної теми передбачає теоретичну роботу в режимі онлайн - мультимедійна презентація.

Пр4 "Основні відмінності при роботі на неглибокій і глибокій воді" (денна)

Формула зміни інтенсивності і дизайну вправ (S.W.E.A.T.) Візуальний контроль за групою. Формула глибокої води (A.B.Y.S.S.S.) Заняття у басейні.

Тема 4. Музичний квадрат. Імітація (демонстрація) рухів інструктором під музику. Керівництво групою.

Лк4 "Музичний квадрат. Імітація (демонстрація) рухів інструктором під музику. Керівництво групою." (денна)

Особливості музичного супроводу заняття-уроку. Робота з музикою (рахунок по 8 і вміння визначати музичний квадрат). Вербальні та невербальні команди інструктором. Метод дзеркального показу на уроці. Підбір музичного супроводу для занять у воді і для різних форматів уроку. Рухові помилки і корекція техніки виконання рухів на групі. Вивчення даної теми передбачає теоретичну роботу в режимі онлайн - мультимедійна презентація.

Пр5 "Музичний квадрат." (денна)

Особливості музичного супроводу на занятті. Робота з музикою (рахунок по 8 і вміння визначати музичний квадрат). Вербальні та невербальні команди інструктором. Метод дзеркального показу на уроці. Підбір музичного супроводу для занять у воді і для різних форматів уроку. Відпрацювання техніки виконання вправ інструктором на суші під музику. Відпрацювання подачі команд інструктором при зміні рухів і напрямків роботи. Практика керівництва групою під музику в залі з дзеркалами. Занести результати в робочий зошит. Заняття в залі ЛФК.

Пр6 "Імітація (демонстрація) рухів інструктором під музику." (денна)

Вербальні та невербальні команди інструктором. Метод дзеркального показу на уроці. Відпрацювання техніки виконання вправ інструктором на суші під музику. Відпрацювання подачі команд інструктором при зміні рухів і напрямків роботи. Занести результати в робочий зошит. Заняття в залі ЛФК.

Пр7 "Керівництво групою." (денна)

Практика керівництва групою під музику. Рухові помилки і корекція техніки виконання рухів на групі. Вербальні та невербальні команди інструктором. Метод дзеркального показу. Заняття у басейні.

Тема 5. Диференціація занять з різними віковими категоріями, які займаються гідрокінезотерапією.

Лк5 "Диференціація занять з різними віковими категоріями, які займаються гідрокінезотерапією." (денна)

Форми проведення занять з групами різних вікових категорій. Тренування в «неглибокій», «середньої» і «глибокої» воді. Види занять гідрокінезотерапією (формати класів). Температурний режим. Практика оволодіння широким арсеналом засобів. Пульсові зони. Розрахунок пульсу за формулою Карвонена. Вивчення даної теми передбачає теоретичну роботу в режимі онлайн - мультимедійна презентація.

Пр8 "Диференціація занять з різними віковими категоріями, які займаються гідрокінезотерапією." (денна)

Форми проведення занять з групами різних вікових категорій. Практика оволодіння широким арсеналом засобів. Використання підтримуючого та силового обладнання. Визначення пульсових зон. Розрахунок пульсу за формулою Карвонена. Ситуаційна задача. Занести результати в робочий зошит. Заняття у басейні.

Пр9 "Заняття гідрокінезотерапією в дитячих групах." (денна)

Форми проведення занять (групові та індивідуальні). Методика проведення занять з дітьми різного віку. Тренування на «неглибокій», «середній» та «глибокій» воді. Режим занять гідрокінезотерапією. Практика оволодіння широким арсеналом засобів. Оздоровче плавання як засіб загартування в дитячому віці. Занести результати в робочий зошит. Заняття у басейні. Робота в парах.

Пр10 "Заняття гідрокінезотерапією з особами літнього віку." (денна)

Особливості проведення занять з особами літнього віку. Протипоказання до проведення занять.Методика проведення заняття з гідрокінезотерапії. Режим занять гідрокінезотерапією. Перша пульсова зона. Контроль пульсу. Занести результати в робочий зошит. Презентація та захист індивідуальної дослідницької роботи. Робота в аудиторії.

Тема 6. Структура занять та методики проведення занять (фрістайл, комбінації).

Лк6 "Структура занять" (денна)

Підготовка і проведення заняття. Розподіл навантаження на заняттях. Структура заняття і його опис. Організація і контроль заняття. Способи складання і розучування комбінацій з обладнанням і без. Логічна побудова зв'язок «від простого - до складного». Методика проведення розминки, основної частини і заключної частини (стрейчинг). Вправи, що включаються в розминку, і заключну частину (стрейчінг). Методика проведення силової частини заняття, яка входить до складу основної частини. Вивчення даної теми передбачає теоретичну роботу в режимі онлайн - мультимедійна презентація.

Лк7 "Методика проведення заняття." (денна)

Методики проведення занять. Метод хореографії, метод "фрістайл". Метод "лінійної прогресії". "Комбінаторний метод". Метод "заміщення". Метод "блоків".Способи складання і розучування комбінацій з обладнанням і без. Логічна побудова зв'язок «від простого - до складного». Методика проведення розминки, основної частини і заключної частини (стрейчинг). Вправи, що включаються в розминку, і заключну частину (стрейчінг). Методика проведення силової частини заняття (силовий блок для рук), яка входить до складу основної частини. Вивчення даної теми передбачає теоретичну роботу в режимі онлайн - мультимедійна презентація.

Пр11 "Методика проведення підготовчої та заключної частин." (денна)

Методика проведення підготовчої частини (розминки), основної частини і заключної частини (стрейчинг). Вправи, що включаються в розминку, і заключну частину (стрейчінг). Методика проведення силової частини заняття, яка входить до складу основної частини. Занести результати в робочий зошит.Заняття у басейні.

Пр12 "Методика проведення основної частини заняття (силовий блок),(складання комбінацій)." (денна)

Складання і розучування комбінацій з різним силовим обладнанням (гантелі, нудли). Схема силового блоку для рук, який входить до складу основної частини. Чотири компоненти силового блоку. Відпрацювання техніки виконання вправ інструктором на суші та у воді. Логічна побудова зв'язок «від простого - до складного». Занести результати в робочий зошит. Заняття у басейні.

Тема 7. Методика проведення занять (інтервальний та коловий методи).

Лк8 "Методика проведення занять (інтервальний та коловий методи)." (денна)

Методика проведення заняття з гідрокінезотерапії інтервальним методом. Способи складання і розучування комбінацій з обладнанням і без. Цілі і завдання інтервального тренування. Методика проведення заняття з гідрокінезотерапії коловим методом. Способи складання і розучування комбінацій з обладнанням і без. Цілі і завдання колового тренування. Вивчення даної теми передбачає теоретичну роботу в режимі онлайн - мультимедійна презентація.

Пр13 "Методика проведення інтервального методу." (денна)

Методика проведення заняття з гідрокінезотерапії інтервальним методом. Способи складання і розучування комбінацій з обладнанням і без. Складання та відпрацювання комплексу вправ на суші і у воді. Цілі і завдання інтервального тренування. Занести результати в робочий зошит. Заняття у басейні. Виконання практичних навичок

Пр14 "Методика проведення колового методу." (денна)

Методика проведення заняття з гідрокінезотерапії коловим методом. Способи складання і розучування комбінацій з обладнанням і без. Складання та відпрацювання комплексу вправ на суші і у воді. Цілі і завдання колового тренування. Заняття у басейні. Виконання практичних навичок

Тема 8. Гідрокінезотерапія, як засіб профілактики та лікування різних захворювань.

Лк9 "Оздоровче плавання як засіб профілактики та лікування різних захворювань." (денна)

Захворювання серцево-судинної системи. Захворювання дихальної системи. Захворювання та порушення нервової системи. Плавання в ортопедії. Плавання в травматології. Плавання під час вагітності. Хвороби обміну речовин. Застереження до занять фізичними вправами у воді. Вивчення даної теми передбачає теоретичну роботу в режимі онлайн - мультимедійна презентація.

Пр15 "Оздоровче плавання для вагітних жінок." (денна)

Періоди розвитку плода (триместри). Характеристика періодів, фізіологічні зміни в організмі жінки відповідно до певного періоду. Тривалість заняття, пульсові зони, особливості проведення занять, вибір силового обладнання. Спеціальні дихальні вправи. Протипоказання до занять. Пульсові зони, тривалість заняття. Презентація та захист індивідуальної дослідницької роботи. Робота в аудиторії.

Пр16 "Гідрокінезотерапія при захворюваннях опорно-рухового апарату." (денна)

Захворювання хребта, суглобів та м'язів. Первинні (самостійні захворювання) та вторинні (супутні іншим хворобам). Причини виникнення захворювань: вродженні вади та набуті. Вибір положення тіла та відповідного обладнання, тривалість заняття. Використання спеціального обладнання. Показання до занять та протипоказання. Пульсові зони, тривалість заняття. Презентація та захист індивідуальної дослідницької роботи. Робота в аудиторії.

Пр17 "Гідрокінезотерапія при захворюваннях серцево-судинної та дихальної систем. Гідрокінезотерапія в неврології" (денна)

Захворювання серця і судин. Захворювання легень та дихальних шляхів. Пульсові зони, положення тіла, тривалість заняття. Особливості проведення занять. Показання до занять та протипоказання. Неврологічні захворювання. Вплив водного середовища на нервову систему. Пульсові зони, тривалість заняття. Особливості проведення занять. Показання до занять та протипоказання. Презентація та захист індивідуальної дослідницької роботи. Робота в аудиторії.

Пр18 "Підсумковий контроль" (денна)

Письмова робота

9. Стратегія викладання та навчання

9.1 Методи викладання та навчання

Дисципліна передбачає навчання через:

МН1	Лекційне навчання
МН2	Командно-орієнтоване навчання (TBL)
МН3	Практикоорієнтоване навчання
МН4	Самостійне навчання

Навчальний процес здійснюється у таких формах: навчальні заняття (лекції та практичні заняття), самостійна робота студентів. Лекційні та практичні заняття з дисципліни проводяться в контексті системного підходу до формування фахової компетенції фізичного терапевта, ерготерапевта.

Набуття студентами soft skills здійснюється протягом усього періоду вивчення дисципліни. Застосовувати знання у практичних ситуаціях, мотивувати людей та рухатися до спільної мети формується під час командно-, практико-орієнтованого навчання, навички міжособистісної взаємодії здобувається протягом лекцій. Самостійне навчання сприятиме підготовці до практичних занять.

9.2 Види навчальної діяльності

НД1	Виконання групового практичного завдання
НД2	Виконання практичних завдань
НД3	Підготовка та презентація доповіді
НД4	Підготовка до практичних занять
НД5	Підготовка до підсумкового контролю

10. Методи та критерії оцінювання

10.1. Критерії оцінювання

Визначення	Чотирибальна національна шкала оцінювання	Рейтингова бальна шкала оцінювання
Відмінне виконання лише з незначною кількістю помилок	5 (відмінно)	$170 \leq RD \leq 200$
Вище середнього рівня з кількома помилками	4 (добре)	$140 \leq RD < 169$
Непогано, але зі значною кількістю недоліків	3 (задовільно)	$120 \leq RD < 139$
Можливе повторне складання	2 (незадовільно)	$0 \leq RD < 119$

10.2 Методи поточного формативного оцінювання

	Характеристика	Дедлайн, тижні	Зворотний зв'язок
МФО1 Обговорення та самокорекція виконаної роботи студентами	Метод дозволяє залучити всіх учасників до процесу обговорення та обґрунтування власної думки шляхом багатосторонньої комунікації, розвинути вміння вести професійну дискусію, виховати повагу до колег та здатність до генерації альтернативних ідей і пропозицій.	Протягом усього періоду вивчення дисципліни	Оцінка здатності студента до роботи в команді, вміння обґрунтовувати свої рішення, визначення рівня теоретичної підготовки, що відображається у відповідній оцінці
МФО2 Настанови викладача в процесі виконання практичних завдань	У настановах розкриваються методи педагогічного контролю за професійною діяльністю здобувачів. Ефективність визначається дотриманням усіх етапів виконання практичних завдань. Результативністю сформованості необхідних практичних умінь і навичок залежить від рівня сформованості практичної компетентності.	Протягом усього періоду вивчення дисципліни	Консультування студентів в роботі з і стандартизованим пацієнтом, пряме та непряме спостереження за роботою здобувачів
МФО3 Взаємооцінювання (peer assessment)	Партнерська взаємодія, спрямована на покращення результатів навчальної діяльності за рахунок порівняння власного поточного рівня успішності із попередніми показниками. Забезпечує можливість аналізу власної освітньої діяльності	Протягом усього періоду вивчення дисципліни	Корегування спільно зі здобувачами підходів до навчання з урахуванням результатів оцінювання

МФО4 Опитування та усні коментарі викладача за його результатами	Надає можливість виявити стан набутого студентами досвіду навчальної діяльності відповідно до поставлених цілей, з'ясувати передумови стану сформованості отриманих результатів, причини виникнення утруднень, скоригувати процес навчання, відстежити динаміку формування результатів навчання та спрогнозувати їх розвиток.	Протягом усього періоду вивчення дисципліни	За отриманими даними про результати навчання, на основі їх аналізу пропонується визначати оцінку як показник досягнень навчальної діяльності здобувачів
МФО5 Перевірка виконання практичних навичок	Відпрацювання практичних навичок в групі.	Протягом усього періоду навчання.	Успішне виконання практичних навичок з дисципліни є допуском до складання заліку.

10.3 Методи підсумкового сумативного оцінювання

	Характеристика	Дедлайн, тижні	Зворотний зв'язок
МСО1 Звіт за результатами виконання практичних робіт	Комплексне відпрацювання практичної складової програм навчальних дисциплін у безпечному для здобувачів освіти у симуляційному середовищі. Надає можливість опанувати навички.	На практичних заняттях	Є обов'язковим для допуску до заліку.
МСО2 Виконання пошуково-дослідного завдання (підготовка, презентація, захист)	Пошук інформації, оформлення у вигляді презентації захист	На практичному занятті в аудиторії	Є обов'язковим для допуску до заліку.
МСО3 Диференційний залік	Метод ефективної перевірки рівня засвоєння знань, умінь і навичок із навчальної дисципліни. Складається з письмового завдання -20 балів та демонстрації практичної навички. Практична навичка оцінюється у 60 балів за такими критеріями: володіння методами проведення занять -10 балів, варіативність вправ – 10 балів, баланс інтенсивності -10 балів, управління групою -10 балів, контроль за виконанням та доцільність рухових програм -10 балів, володіння термінологією- 10 балів.	Письмова робота на останньому практичному занятті, практична навичка на останньому занятті у басейні	Письмова робота по завершенню курсу 20 балів. Практична навичка 60 балів

Контрольні заходи:

	Максимальна кількість балів	Мінімальна кількість балів	Можливість перескладання з метою підвищення оцінки
3 семестр	200 балів		
МСО1. Звіт за результатами виконання практичних робіт	90		
Усне опитування, відпрацювання та формування практичної навички	90	54	Ні
МСО2. Виконання пошуково-дослідного завдання (підготовка, презентація, захист)	30		
(підготовка, презентація, захист)	30	20	Ні
МСО3. Диференційний залік	80		
студент має надати 60% правильних відповідей	20	12	Ні
демонстрація практичної навички	60	34	Ні

При засвоєнні навчального матеріалу здобувачу вищої освіти за кожне практичне заняття присвоюється максимум 5 балів. Наприкінці навчального семестру обраховується середнє арифметичне успішності здобувача. Максимальна кількість балів, яку студент може отримати на практичних заняттях протягом навчального семестру – 90. Кількість балів студента вираховується за формулою: 90 помножити на середнє арифметичне та поділити на 5. Здобувач освіти обов'язково виконує пошуково-дослідне завдання (підготовка, презентація, захист) і представляє його результати у формі доповіді з презентацією, максимальна оцінка – 30 балів. Навчальний семестр завершується складанням диференційного заліку, що складається з письмового завдання -20 балів та демонстрацією практичної навички. Практична навичка оцінюється у 60 балів за такими критеріями: володіння методами проведення занять -10 балів, варіативність вправ – 10 балів, баланс інтенсивності -10 балів, управління групою -10 балів, контроль за виконанням та доцільність рухових програм -10 балів, володіння термінологією- 10 балів. Всього 80 балів максимум. Заохочувальні бали додаються до оцінки з дисципліни за виконання індивідуального дослідницького проекту (виступ на конференції - 5 балів, стендова доповідь на конференції - 4 бали, тези доповідей - 3 бали). Загальний бал з дисципліни не може перевищувати 200 балів. Передбачена можливість Perezарухування балів, отриманих за системою неформальної освіти відповідно до Положення.

11. Ресурсне забезпечення навчальної дисципліни

11.1 Засоби навчання

ЗН1	Обладнання басейну СумДУ (нудли аква-гантелі, дощечки для плавання, аква-пояси, аква-рукавички, гумові стрічки)
ЗН2	Бібліотечні фонди
ЗН3	Програмне забезпечення (для підтримки дистанційного навчання)

ЗН4	Технічні засоби (відеозаписи)
ЗН5	Інформаційно-комунікаційні системи
ЗН6	Мультимедіа, відео- і звуковідтворювальна, проєкційна апаратура (відеокамери, проєктори, екрани)

11.2 Інформаційне та навчально-методичне забезпечення

Основна література	
1	Єракова Л.А., Підгайна В.О., Євпак Н.О., Єременко Н.П. МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ ФАКУЛЬТЕТУ ЗАОЧНОГО НАВЧАННЯ З ДИСЦИПЛІНИ ВІЛЬНОГО ВИБОРУ «АКВАФІТНЕС». НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ УКРАЇНИ, 2019- 23С.
2	Бріжата І.А. Основи гідрокінезотерапії. /Методичні вказівки до практичних занять. – Суми: Сумський державний університет, 2021. – 64 с.
Допоміжна література	
1	Корнєєва В., Бражанюк А. ВПЛИВ ГІДРОКІНЕЗОТЕРАПІЇ У РЕАБІЛІТАЦІЇ ДІТЕЙ ІЗ РОЗЛАДАМИ АУТИСТИЧНОГО СПЕКТРА MULTIDISCIPLINARY SCIENTIFIC NOTES. THEORY, HISTORY AND PRACTICE Proceedings of the VI International Scientific and Practical Conference Edmonton, Canada November 01 – 04, 2022. 403-407
2	Тищенко В. О. Гідрокінезотерапія як ефективний засіб фізичної реабілітації людей з захворюваннями опорно-рухового апарату «Студент. Здоров'я. Спорт»: збірник наукових праць. Вид-во «Нова Ідеологія», 2019. С.103-107.
3	Воловик Н.І. Навчальний посібник «Сучасні програми оздоровчого фітнесу» для студентів вищих педагогічних навчальних закладів. / Н.І. Воловик – К.: Видавництво НПУ імені М. П. Драгоманова, 2015. – 48 с.
4	Prez-de la Cruz S. Influence of an aquatic therapy program on perceived pain, stress, and quality of life in chronic stroke patients a randomized trial. Int J Environ Res Public Health. 2020;17:13. https://doi.org/10.3390/ijerph17134796 .
5	Scaturro D, Asaro C, Lauricella L, Tomasello S, Varrassi G, Mauro GL. Combination of rehabilitative therapy with ultramicronized palmitoylethanolamide for chronic low back pain: an observational study. Pain Ther. 2020;9(1):319–26. https://doi.org/10.1007/s40122-019-00140-9 .