



Ассоциация
Грудничкового
Плаванья

**Некоммерческая организация
Международная ассоциация поддержки и развития раннего и
грудничкового плавания**

Утверждаю
Генеральный директор
Любимова Е.М.



2019 г.

ПРОГРАММА ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

«Грудничковое плавание»

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

Трудоемкость программы – 110 ак. ч.
Форма итоговой аттестации – зачет.
Форма обучения – очная.

Авторы: Любимова Е.М.
Дворяшина Н.В.

Москва 2019

Пояснительная записка

Международная ассоциация поддержки и развития раннего и грудничкового плавания является некоммерческой организацией - объединением юридических лиц и граждан, основанным на добровольном членстве и созданным для представления и защиты общих, в том числе профессиональных, интересов, для достижения общественно полезных целей. Одной из задач развития нашего профессионального общества Ассоциация видит в повышении знаний кадров, работающих с детьми.

Грудничковое плавание молодое и развивающееся направление в физкультурной отрасли. Повышение квалификации по данной программе решает проблему с кадрами этого узкого направления.

Метод обучения по данной программе основан на активном вовлечении наших слушателей в учебный процесс. Темы подкреплены практическими заданиями.

Все преподаватели, работающие в «Международной ассоциации поддержки и развития раннего и грудничкового плавания», имеют большой опыт педагогической и практической работы, являются действующими практиками в своей области

Программа обеспечивает максимальное погружение в изучаемые темы, что позволяет выпустить специалистов высокого класса.

В содержании программы учтены требования профессиональных стандартов «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», «Тренер-преподаватель», «Специалист по продвижению фитнес-услуг».

Аудитория (учебный кабинет) - укомплектована меловой-маркерной доской, ученическими стульями со спинками по количеству обучающихся, столами, мультимедийным оборудованием (проектор, экран для проектора, ноутбук), манекенами, методическими пособиями, литературой, необходимой и полезной при изучении данной программы.

Реализация программы повышения квалификации направлена на совершенствование необходимой профессиональной деятельности, и (или) повышение профессионального уровня в рамках имеющейся квалификации.

Срок освоения программы повышения квалификации – 110 ак.ч.

Данная программа повышения квалификации имеет модульную структуру и состоит из четырех модулей. Модуль «Общий блок» не имеет отдельной промежуточной аттестации.

К освоению дополнительной профессиональной программы допускаются лица, имеющие среднее профессиональное и (или) высшее образование, а также лица, получающие среднее профессиональное и (или) высшее образование, в сфере физкультуры и спорта, педагогов в области физической культуры и спорта, специалистов по фитнесу, а также медики.

Нормативная база дополнительного профессионального образования

1. Федеральный Закон от **29.12.2012 г. № 273-ФЗ** «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Приказ Минобрнауки России от **01.07.2013 г. № 499** «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;
3. Постановление Правительства Российской Федерации от **15.09.2020 г. № 1441** «Об утверждении правил оказания платных образовательных услуг»;
4. Постановление Правительства Российской Федерации от **26.08.2013 г. № 729** «О федеральной информационной системе «Федеральный реестр сведений о документах об образовании и (или) о квалификации, документах об обучении»»;
5. Постановление Правительства Российской Федерации от **31.10.2020 г. № 1776** «О внесении изменений в Правила формирования и ведения федеральной информационной системы «Федеральный реестр сведений о документах об образовании и (или) квалификации, документах об обучении»»;
6. Письмо Минобрнауки России от **08.10.2013 г. № 06–731** «О дополнительном профессиональном образовании»;
7. Письмо Минобрнауки России от **07.05.2014 г. № АК-1261/06** «Об особенностях законодательного и нормативного правового обеспечения в сфере дополнительного профессионального образования»;
8. Письмо Минобрнауки России от **21.10.2020 г. № МН-5/20382** «О направлении разъяснений» (о Порядке зачета результатов освоения обучающимися учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практики, дополнительных образовательных программ);
9. Письмо Минобрнауки России от **30.10.2020 г. № МН-5/20730** «О направлении вопросов-ответов (вместе с Вопросами-ответами в части правового регулирования практической подготовки обучающихся).

Цель реализации программы

Содержание программы ориентировано на повышение квалификации специалистов по физической культуре и спорту, педагогов в области физической культуры и спорта, специалистов по фитнесу, а также медиков. В рамках образовательной программы представлены инновационные методики обучения плаванию детей грудничкового возраста.

В результате освоения программы, обучающиеся овладеют системой знаний и практических умений об организации и проведении занятий по плаванию с детьми грудничкового возраста.

Программа направлена на совершенствование следующих профессиональных компетенций:

1. Общекультурные компетенции (ОК):
 - стремится к постоянному саморазвитию, самосовершенствованию и повышению своей квалификации и мастерства (ОК-8);
2. Профессиональные компетенции (ПК):
 - разрабатывать учебные программы и планы учебных занятий (ПК-4);

- самостоятельно проводить учебные занятия по физической культуре с детьми дошкольного возраста (ПК-5);
- проводить профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь пострадавшим в процессе занятий (ПК-7);

Целью программы является совершенствование профессиональной деятельности специалиста по физической культуре, педагогов в области физической культуры и спорта, специалистов по фитнесу, медики и направленное на овладение современными технологиями, получение новой компетенции, необходимой для профессиональной деятельности; получение компетенции необходимой для выполнения нового вида профессиональной деятельности.

Задачи курса и требования к программе.

- Овладение системой знаний об организации и проведении занятий по плаванию с детьми грудничкового возраста, совместно с родителями и индивидуально.
- Составление планов занятий по плаванию, для ведения уроков с детьми и их родителями.
- Овладение знаниями о методике обучения плаванию детей грудничкового возраста.
- Овладение знаниями по технике безопасности и предупреждению травматизма на занятиях по плаванию.
- Изучение опыта работы ведущих специалистов и передового опыта по плаванию с детьми грудного возраста в различных клубах нашей страны и других стран.
- Разработка современных методик преподавания плавания на основе здоровьесформирующих технологий.

Учебный процесс по освоению содержания настоящей программы наряду с использованием традиционных форм обучения (лекции, семинары и практические занятия на суше), дает представление об опыте работы ведущих тренеров по плаванию всего мира.

Планируемые результаты обучения

В результате освоения программы слушатели должны:

знать:

- современные технологии преподавания грудничкового плавания;
- АФО детей грудного возраста;
- Меры и технику обеспечения безопасности на воде;
- Основные этапы развития движения у ребенка грудного возраста.

уметь:

- использовать современные технологии преподавания грудничкового плавания;
- разрабатывать методики обучения грудничкового плавания на основе современных технологий обучения;
- оценивать эмоциональную и физическую готовность ребенка к овладению различными этапами обучения;
- разъяснять родителям способы и методы работы с детьми.

иметь опыт:

- использования методик обучения по грудничковому плаванию в своей профессиональной деятельности.

Содержание программы

Содержание и организация образовательного процесса при реализации данной Программы регламентируется учебным планом, рабочей программой учебных дисциплин, материалами, обеспечивающими качество подготовки обучающихся, календарным учебным графиком, а также методическими материалами, обеспечивающими реализацию соответствующих образовательных технологий.

Учебный план По программе дополнительного профессионального образования «Грудничковое плавание»

№ п/п	Наименование модулей	Всего, час.	В том числе		Формы контроля
			лекции	практич. и прочие занятия*	
1.	Модуль – «Общий блок»	24	24		
2.	Модуль – «Работа на ваннах»	28	18	10	Зачет
3.	Модуль – «Работа в бассейне»	38	14	24	Зачет
4.	Модуль – «Практический»	20	6	14	Зачет
Итого:		110	78	32	
Итоговая аттестация:		Итоговая аттестация			

**Образовательная деятельность обучающихся предусматривает следующие виды учебных занятий: лекции, практические и семинарские занятия, круглые столы, ролевые игры, тренинги, семинары по обмену опытом, выполнение аттестационной работы и другие виды учебных занятий и учебных работ, определенные учебным планом.*

Учебно-тематический план программы дополнительного профессионального образования «Грудничковое плавание»

№	Наименование модулей тем	Всего (час)	В том числе		Форма контроля
			Лекции	практич. и прочие занятия*	
1.	Модуль «Общий блок»				
1.1	История развития грудничкового плавания. Обзоры различных методик.	2	2		
1.2.	Показания и противопоказания в грудничковом плавании.	2	2		
1.3.	Влияние плавания на все органы и системы организма	4	4		

1.4	Анатомо-физиологические детей грудничкового возраста.	2	2		
1.5	Рефлексы ребенка первого года жизни и их использование в ГП	2	2		
1.6.	Методика освоения ныряния на занятиях по плаванию.	4	4		
1.7.	Работа с детьми с особенностями в здоровье	4	4		
1.8.	Действия в экстремальных условиях на воде.	2	2		
1.9.	Психологические особенности детей и взрослых	2	2		
	Итого общий блок	24	24		
2.	Модуль – «Работа на ваннах»				
2.1.	Подготовка к проведению занятий. Начало занятий в ванной.	7	7		
2.2.	Особенности работы на ваннах.	5	3	2	
2.3.	Основные поддержки. Упражнения в ванной	8	4	4	
2.4.	Построение занятия по плаванию в ванной	2	1	1	
2.5.	Адаптационная работа	4	2	2	
2.6.	Инвентарь на занятиях	2	1	1	
	Итого базовый модуль. Работа на ваннах	28	18	10	Зачет
3.	Работа в бассейне. Базовый модуль.				
3.1	Правила посещения бассейна. Формирование групп. Построение тренировочного процесса.	2	2		
3.2.	Первое занятие в бассейне.	1	1		
3.3.	Основные поддержки в бассейне.	5	2	3	
3.4.	Адаптационная работа	5	2	3	
3.5.	Инвентарь на занятиях	3	1	2	
3.6.	Методика освоения плавания на спине в грудничковом возрасте.	3	1	2	
3.7.	Комплексы упражнений	19	5	14	
	Итого базовый модуль. Работа в бассейне.	38	14	24	Зачет
4	Практический модуль.				
4.1	Присутствие на уроке в качестве помощника.	8	2	6	
4.2.	Составление и защита анализа урока.	3	2	1	
4.3.	Написание конспектов уроков.	7	2	5	
4.4.	Проведение части урока.	2		2	
	Итого практический базовый модуль.	20	6	14	Зачет
	Итоговая Аттестация:				Зачет
	ИТОГО:	110	74	36	

**Образовательная деятельность обучающихся предусматривает следующие виды учебных занятий: лекции, практические и семинарские занятия, круглые столы, ролевые игры, тренинги, семинары по обмену опытом, выполнение аттестационной работы и другие виды учебных занятий и учебных работ, определенные учебным планом.*

Календарный учебный график по программе дополнительного профессионального образования (повышения квалификации)

«Грудничковое плавание»

№ п/п	Календарный месяц, в котором проводится обучение по программе	Срок проведения обучения по программе	Режим занятий	Начало учебных занятий	Окончание учебных занятий	Продолжительность учебной недели
1.	Январь - декабрь (по мере комплектования групп)	Срок освоения программы – 110 ак. часов	Занятия проводятся по расписанию, утвержденному Генеральным Директором	9.00	19.00	5 дней

Учебная программа

дополнительного профессионального образования

«Грудничковое плавание»

1. Модуль - Общий блок.

Тема 1.1 История развития грудничкового плавания. Обзоры различных методик. (2 часа).

Базовые, современные методики, используемые в акваклубах. Прошлое грудничкового плавания – как основа для современных методик.

Тема 1.2. Показания и противопоказания в грудничковом плавании. (2 часа).

Влияние занятий на все органы и системы организма. Показания и противопоказания к занятиям. Абсолютные противопоказания. Условные. На что обращать внимание и когда надо немедленно закончить занятия. Направление на занятия врачей – педиатров, неврологов, ортопедов. Тандемность в работе тренер-врач.

Тема 1.3. Влияние плавания на все органы и системы организма (4 часа)

Анатомо-физиологические особенности детей раннего возраста. Особенности развития двигательных и других систем организма детей.

Тема 1.4. Анатомо-физиологические особенности детей грудничкового возраста (2 часа)

Обзор условных и абсолютных противопоказаний для работы с детьми грудного возраста. Показания к грудничковому плаванию - как здоровьесформирующему направлению работы с детьми.

Тема 1.5. Рефлексы ребенка первого года жизни и их использование в ГП (2 часа).

Особенности развития ребенка первого года жизни с точки зрения влияния условных и безусловных рефлексов. Использование двигательных паттернов, основанных на рефлексорном ответе для работы в воде с детьми.

Тема 2.1.6. Методика освоения ныряния на занятиях по плаванию. (4 часа).

Когда нужно и можно начинать обучение нырянию. Физиологические аспекты нырка. Зачем ребенку учиться нырять. Своеобразие задержки дыхания младенцами. Какие действия могут привести к негативным последствиям? Два вида задержки дыхания у детей. Психологические аспекты в обучении нырянию детей. Поведение ребенка, как зеркало внутренних переживаний родителя. Последовательность в обучении нырянию. Инвентарь для обучения нырянию. Самостоятельное ныряние

Тема 1.7. Работа с детьми с особенностями в здоровье (4 часа).

Работа с детьми, основанная на наблюдении за незначительными отклонениями в развитии, в пределах возрастных норм.

Тема 1.8. Действия в экстремальных условиях на воде (2 часа).

Особенности первой помощи в условиях работы на воде. Последовательность в действиях при стрессовых состояниях на воде.

Тема 1.7. Психологические особенности детей и взрослых. (2 часа).

Работа с детьми и взрослыми в воде на основании разницы в темпераментах и особенностях характеров.

2.2. Работа на ваннах. Базовый модуль.

Тема 2.1. Подготовка к проведению занятий. Начало занятий в ванной. (7 часов).

Начало занятий. Состав, глубина воды. Обработка ванны. Температурные режимы. Кто будет заниматься с малышом. Время занятий. Продолжительность.

Тема 2.2. Особенности работы на ваннах. (5 часов).

Влияние еды, сна и других факторов на выбор времени занятий. Влияние посторонних, эмоционально отрицательных людей, на занятие.

Тема 2.3. Основные поддержки. Упражнения в ванной (8 часов).

Основные, адаптивные и обучающие поддержки в ванной. На спине и на груди.

Одноручные и двуручные. Вертикальные поддержки. Изменение поддержек для использования в различных возрастных группах. Базовые упражнения.

Тема 2.4. Построение занятия по плаванию в ванной (2 часа)

Особенности первого занятия. Построение группового и индивидуального уроков

Тема 2.5. Адаптационная работа (4 часа)

Возможные варианты адаптации детей с различными психологическими статусами. Особенности детей и варианты работы со сложными устоявшимися паттернами развития всех систем организма. Тревожность и принципы работы с ними.

Тема 2.6. Инвентарь на занятиях (2 часа)

Использование разнообразия инвентаря в условиях ванн. Варианты работы с мячом, тонущими игрушками, лейками и другими, возможными игрушками.

**Практическая часть данного модуля проходит методом отработки полученных знаний на манекенах (куклах).*

3. Модуль - Работа в бассейне.

Тема 3.1. Правила посещения бассейна. Формирование групп. Построение тренировочного процесса. (2 часа).

Начало занятий. Состав, глубина воды в бассейнах различных типов и конфигураций. Продолжительность уроков в бассейне. Построение группового и индивидуального уроков в бассейне.

Тема 3.2. Первое занятие в бассейне. (1 часа).

Особенности первого занятия. Последствия непрофессионально проведенного первого урока и влияние этого на дальнейшее освоение программы.

Тема 3.3. Основные поддержки в бассейне. (5 часов).

Основные, адаптивные и обучающие поддержки в бассейне. На спине и на груди. Одноручные и двуручные. Вертикальные поддержки. Изменение поддержек для использования в различных возрастных группах и для различных целей.

Тема 3.4. Адаптационная работа в бассейне (5 часов)

Возможные варианты адаптации детей с различными психологическими статусами. Особенности детей и варианты работы со сложными устоявшимися паттернами развития всех систем организма. Тревожность и принципы работы с ними. Все варианты работы с данными условиями в бассейне.

Тема 3.5. Инвентарь на занятиях в бассейне (3 часа)

Использование разнообразия инвентаря в условиях ванн. Варианты работы с плотиками, мячами, досками, нудлами, тонущими игрушками и игрушками из полипропилена. Обработка и особенности хранения.

Тема 3.6. Методика освоения плавания на спине в грудничковом возрасте. (3 часа).

Особенности и возрастные ограничения в освоении плавания и плотирования на спине детей в различных возрастных и психологических группах.

Тема 3.7. Комплексы упражнений (19 часов).

Все возможные комплексы упражнений для различных возрастных групп, для различных коррекционных задач. Разбивка упражнений по возрастам и уровням подготовленности.

**Практическая часть данного модуля проходит методом отработки полученных знаний на манекенах(куклах) и в просмотре занятий действующих тренеров.*

2.4. Практический модуль.

Тема 2.4.1. Присутствие на уроке в качестве помощника. (8 часов)

Присутствие на уроке и наблюдение за проведением уроков в качестве помощника тренера, когда другие тренеры проводят занятие.

Тема 2.4.2. Составление и защита анализа урока. (3 часа).

Тренировка умения видеть и анализировать ошибки других тренеров. Составление анализа урока. Защита анализа перед контролирующими специалистами.

Тема 2.4.3. Написание конспектов уроков. (7 часов)

Написание конспектов занятий для различных возрастных групп, в зависимости от уровня подготовленности и этапа освоения навыков. Защита конспекта у педагога и сокурсников для умения видеть и корректировать ошибки.

Тема 2.4.4. Проведение части урока. (2 часа)

Моделирование и проведение части урока в качестве тренера, используя все варианты и разнообразия инструментов, изученных на курсе.

Материально-технические условия реализации программы

Для освоения данной программы необходимы:

- учебные стулья по количеству обучающихся;
- столы;
- мультимедийное оборудование (проектор, экран);
- наглядные пособия;
- маркерно-меловая доска;
- оборудование, инвентарь для практических занятий.

Учебно-методическое обеспечение программы

ЛИТЕРАТУРА:

1. Фирсов З.П. Плавать раньше чем ходить., М., ФиС

2. Безотчество К.И. Гидрореабилитация: Учебное пособие модуля дисциплины «Технологии физкультурно-спортивной деятельности», Издательство ТГПУ, 2012-2013.
3. Франсуаза Фридман Йога для малышей, «Этерна» 2008
4. Маханева М.Д. Фигурное плавание в детском саду, методическое пособие, Москва 2009
5. Гутерман В.А. Методические рекомендации по плаванию и закаливанию грудных детей, М., 1978 «Наука»
6. Наталия Рыбакова, О массаже, ЛФК и раннем развитии младенцев, С-Птб, 2013
7. Федулова Анна, Раннее плавание, Ростов-на-дону 2015
8. Азаренко Т.Д. Дружининская Е.А. Пилипко О.А. Творческие подходы и игровые приемы в обучении плаванию детей до 3-х лет, Методическое пособие 2019
9. Азаренко Т.Д. Мамочкина книжка, Харьков 2014
10. Петрова Н.Л. Баранов В.А. Плавание. Техника обучения детей с раннего возраста
11. Саргунас Татьяна, Аква беседы С Чарковским, «Арт-Медиа» 2008
12. Игнатьева Е.В. Основные диагнозы и синдромы у детей первого года жизни, Юрга 2017
13. Скрипалев В. С. Плавать раньше чем ходить Москва 2006
14. Томас В. Майерс Анатомические поезда, Москва 2019

Методическое пособие:

1. Рабочая тетрадь по программе базового курса «Грудничковое плавание»

Форма аттестации

Контроль достижения планируемых результатов обучающихся по программе осуществляется следующим образом:

- промежуточные аттестация по модулям «Общий блок» и «Работа на ваннах» в форме устного зачета, по выбранным произвольно педагогом 2 вопросам из списка и 2–3 дополнительных вопроса по теме на усмотрение преподавателя.
- промежуточная аттестация по модулям «Общий блок» и «Работа в бассейне» в форме устного зачета, по выбранным произвольно педагогом 2 вопросам из списка и 2–3 дополнительных вопроса по теме на усмотрение преподавателя.
- промежуточные аттестация по модулю «Практический» в форме целостного проведения занятия или части занятия.
- итоговая аттестация проводится в форме:
 1. Написания программы занятия для определенного возраста детей раннего и грудничкового плавания;
 2. Умения анализировать собственные ошибки и составления письменного анализа урока;
 3. Зачета в устной форме, при выполнении которого обучающийся должен показать владение профессиональными компетенциями при решении поставленной профессиональной задачи из соответствующей предметной области, по вопросам преподавателя составленных в произвольной форме из списка вопросов для итоговой аттестации. Ответы слушатель излагает в сокращенной форме письменно, что будет сохраняться в его личном деле.

Допуск к итоговой аттестации обучающихся осуществляется при условии прохождения занятий по всем модулям и сдачи промежуточных аттестаций, система оценки – двухбалльная (зачет/незачет).

Неудовлетворительные результаты итоговой аттестации при отсутствии уважительных причин признаются академической задолженностью. Слушатели, не ликвидировавшие в установленные сроки академическую задолженность, отчисляются из организации приказом Генерального директора, как не выполнившие обязанностей по добросовестному освоению образовательной программы и по выполнению учебного плана.

Вопросы к промежуточной аттестации по модулю «Ванны»:

1. Что такое грудничковое плавание?
2. Значение плавания для детей грудного и раннего возраста?
3. Влияние плавания на сердечно-сосудистую систему?
4. Влияние плавания на обменные процессы организма?
5. Влияние плавания на пищеварительную систему?
6. Влияние плавания на опорно-двигательный аппарат?
7. Влияние плавания на дыхательную систему?
8. Влияние плавания на психологическое состояние?
9. Влияние плавания на формирование терморегуляционных процессов?
10. Влияние плавания на формирование двигательной памяти?
11. Влияние плавания на мышечную систему?
12. Влияние плавания на кожу и слизистые?
13. Влияние плавания на мозговую деятельность?
14. Какими методами можно стимулировать собственную активность ребенка?
15. Противопоказания для занятий плаванием в грудном возрасте?
16. Когда и как можно начинать занятия с малышом?
17. Основные задачи обучения плаванию детей?
18. Как влияет ныряние на организм ребенка?
19. Назовите все разновидности поддержек в ванной, которые вы знаете?
20. Опишите все поддержки в ванной на груди?
21. Опишите все поддержки в ванной на спине?
22. Опишите все вертикальные поддержки?
23. Состав, глубина воды на занятиях?
24. Температурные режимы?
25. Время занятий и продолжительность одного занятия?
26. Режим дня и занятия?
27. Техника безопасности при занятиях в домашних условиях?
28. Психологические аспекты работы мама+малыш?
29. Цели и задачи предварительной гимнастики?
30. Объяснить разницу проведения гимнастики в различных возрастных группах?
31. Показать и рассказать упражнения для начального уровня?
32. Последовательность упражнений и переходы с одних упражнений на другие?
33. Количество упражнений и подходов в одном занятии?
34. Скорость проводок?
35. Главное в обучении в плавание на спине?
36. Разнообразие методик, используемых в обучении плавания на спине?
37. Вспомогательные средства в обучении плаванию на спине?
38. Когда нужно и можно начинать обучение нырянию?
39. Своеобразие задержки дыхания младенцами?
40. Какие действия при обучении нырянию могут привести к негативным последствиям?
41. Какие два вида задержки дыхания у детей вы знаете?
42. Психологические аспекты в обучении нырянию детей?
43. Этапы в обучении нырянию?
44. Ошибки в обучении нырянию?
45. Переход в большой бассейн – особенности?

Вопросы к промежуточной аттестации по модулю «Бассейн»:

1. Правила безопасного нахождения в бассейне.
2. Переход в большой бассейн – особенности?
3. Задачи, стоящие перед занятиями в бассейне с детьми первого года жизни?
4. Какие задачи решаются при занятиях в бассейне с детьми раннего и грудничкового возраста для закладывания благоприятной базы в дальнейшем освоении стилей плавания?
5. Какие задачи (по времени и по направленности) ставятся перед любыми занятиями с детьми?
6. Назовите оздоровительные задачи, которые решаются на занятиях в бассейне раннем и грудничковом плавании
7. Назовите воспитательные задачи, которые решаются на занятиях в бассейне раннем и грудничковом плавании
8. Принципы безопасного построения тренировочного процесса?
9. Расскажите особенности построения группового и индивидуального уроков?
10. Назовите основные Этапы освоения с водой детей раннего и грудничкового плавания.
11. Назовите особенности Адаптационного периода освоения взаимодействия ребёнка с водой.
12. В чем смысл адаптационных поддержек в бассейне?
13. Назовите упражнения для адаптационного периода.
14. Особенности первого занятия в бассейне?
15. Критерии для определения готовности для дальнейшего освоения ребёнка с водой, после прохождения адаптационного этапа.
16. Назовите особенности Подготовительного периода освоения взаимодействия ребёнка с водой.
17. Назовите особенности Обучающего периода освоения взаимодействия ребёнка с водой.
18. Назовите особенности Этапа совершенствования освоения взаимодействия ребёнка с водой. Какие блоки выделяют на Этапе Совершенствования
19. Для чего нужна разминка. Ее блоки?
20. Для чего нужна заминка. Ее блоки?
21. Особенности основной части урока в грудничковом возрасте?
22. Какие основные блоки упражнений вы знаете?
23. Расскажите принципы работы с ребёнком и применяемые упражнения, чтобы обучить его лежать/плотировать/плавать на спине.

24. Какой инвентарь можно использовать с детьми грудного возраста в бассейне?
25. Опишите упражнения для развития органов дыхания?
26. Какие упражнения применяют для изучения свойств воды?
27. Опишите упражнения на развитие равновесия?
28. Какие упражнения для укрепления мышц пресса и спины можно применять на занятиях плаванием с детьми раннего и грудничкового возраста?
29. Какие игры на воде вы знаете?
30. Расскажите какие упражнения для укрепления мышц нижних конечностей можно применять на занятиях плаванием с детьми раннего и грудничкового возраста?
31. Опишите разнообразие способов погружений и их отличие друг от друга.
32. Расскажите о специфике совместного ныряния с детьми раннего и грудничкового возраста.

Перечень вопросов к итоговой аттестации:

1. Что такое грудничковое плавание?
2. Значение плавания для детей грудного и раннего возраста?
3. Влияние плавания на сердечно-сосудистую систему?
4. Влияние плавания на обменные процессы организма?
5. Влияние плавания на пищеварительную систему?
6. Влияние плавания на опорно-двигательный аппарат?
7. Влияние плавания на дыхательную систему?
8. Влияние плавания на психологическое состояние?
9. Влияние плавания на формирование терморегуляционных процессов?
10. Влияние плавания на формирование двигательной памяти?
11. Влияние плавания на мышечную систему?
12. Влияние плавания на кожу и слизистые?
13. Влияние плавания на мозговую деятельность?
14. Какими методами можно стимулировать собственную активность ребенка?
15. Противопоказания для занятий плаванием в грудном возрасте?
16. Когда и как можно начинать занятия с малышом?
17. Основные задачи обучения плаванию детей?
18. Как влияет ныряние на организм ребенка?
19. Назовите все разновидности поддержек в ванной, которые вы знаете?
20. Опишите все поддержки на груди?

21. Опишите все поддержки на спине?
22. Опишите все вертикальные поддержки?
23. Состав, глубина воды на занятиях?
24. Температурные режимы?
25. Время занятий и продолжительность одного занятия?
26. Режим дня и занятия?
27. Техника безопасности при занятиях в домашних условиях?
28. Психологические аспекты работы мама+малыш?
29. Цели и задачи предварительной гимнастики?
30. Объяснить разницу проведения гимнастики в различных возрастных группах?
31. Показать и рассказать упражнения для начального уровня?
32. Последовательность упражнений и переходы с одних упражнений на другие?
33. Количество упражнений и подходов в одном занятии?
34. Скорость проводок?
35. Главное в обучении в плавание на спине?
36. Разнообразие методик, используемых в обучении плавания на спине?
37. Вспомогательные средства в обучении плаванию на спине?
38. Когда нужно и можно начинать обучение нырянию?
39. Своеобразие задержки дыхания младенцами?
40. Какие действия при обучении нырянию могут привести к негативным последствиям?
41. Какие два вида задержки дыхания у детей вы знаете?
42. Психологические аспекты в обучении нырянию детей?
43. Этапы в обучении нырянию?
44. Ошибки в обучении нырянию?
45. Переход в большой бассейн – особенности?
46. Особенности первого занятия в бассейне?
47. Построение группового и индивидуального уроков?
48. Части урока?
49. Для чего нужна разминка. Ее блоки?
50. Для чего нужна заминка. Ее блоки?
51. Особенности основной части урока в грудничковом возрасте?
52. Какие основные блоки упражнений вы знаете?
53. Составьте план занятия с детьми грудного возраста в ванной?
54. Составьте план занятия с детьми грудного возраста в бассейне?

55. Какой инвентарь необходим для обучения стилям плавания?
56. Какие упражнения применяют для изучения свойств воды?
57. Опишите упражнения для постановки дыхания?
58. Опишите упражнения на равновесие?
59. Опишите подводящие упражнения для изучения стиля плавания – кроль на груди?
60. Какие упражнения применяют для обучения дыханию при плавании после одного года?
61. Опишите подводящие упражнения для изучения стиля плавания – баттерфляй.
62. Какие упражнения для укрепления мышц нижних конечностей можно применять на уроках по плаванию?
63. Какие упражнения для укрепления мышц пресса и спины можно применять на уроках по плаванию?
64. Какие игры на воде вы знаете?

Критерии оценки устных зачетов:

Оценка «Зачтено»:

–*Правильность и четкость ответа:* полно излагает материал, дает правильное определение основных понятий

–*Степень осознанности, понимания изученного:* обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, привести необходимые примеры не только из предоставленного материала, но и самостоятельно составленные, дает анализ

–*Ответы на дополнительные вопросы:* четко и грамотно отвечает на дополнительно поставленные вопросы

Оценка «Не зачтено»:

–*Правильность и четкость ответа:* излагает материал неполно и допускает неточность в определении понятий или формулировок.

–*Степень осознанности, понимания изученного:* нет понимания материала.

–*Ответы на дополнительные вопросы:* затрудняется или отвечает неправильно на дополнительно поставленные вопросы.

Документ, выдаваемый после окончания

После окончания программы наши выпускники получают удостоверение установленного образца о повышении квалификации