

УТВЕРЖДАЮ:



Директор
НОЧУ ДПО «Международный Центр
Профессионального Образования»,
Е.А.Выходцева
«11» марта 2019 г.

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

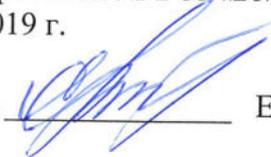
дополнительного профессионального образования
(повышения квалификации)

«ГРУДНИЧКОВОЕ ПЛАВАНИЕ»

ПРИНЯТО:

Педагогическим советом НОЧУ
ДПО
«Международный Центр
Профессионального Образования»

Протокол № 2 от «26» февраля
2019 г.

Председатель  Е.А.Выходцева

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА дополнительного профессионального образования (повышения квалификации) «Грудничковое плавание» / «Международный Центр Профессионального Образования», «Медицинский институт реабилитации и косметологии им. З.М.Никифоровой» – М., 2019. – 25 с.

СОСТАВИТЕЛИ:

О.В. Александрова

ОТВЕТСТВЕННЫЙ РЕДАКТОР:

Директор НОЧУ ДПО
«Международный Центр Профессионального Образования»,
к.э.н., профессор Е.А. Выходцева

ОБСУЖДЕНА И ОДОБРЕНА

Педагогическим советом НОЧУ ДПО «Международный
Центр Профессионального Образования»
Протокол № 4 от «15» апреля 2019 г.

Содержание

1.	Общие положения	4
2.	Цели и задачи реализации образовательной программы	5
3.	Планируемые результаты обучения	6
4.	Содержание программы	7
4.1	Учебный план программы	7
4.2	Учебно-тематический план программы	7
4.3	Календарный учебный график	9
4.4	Содержание учебной программы	9
5.	Формы аттестации и оценочные материалы	11
5.1	Формы аттестации	11
5.2	Примеры оценочных материалов по курсу «Грудничковое плавание»	11
5.2.1.	Тесты по курсу повышения квалификации для специалистов, работающих с проблемами раннего периода жизни ребенка «Грудничковое плавание»	12
5.2.2.	Вопросы из билетов по курсу «Грудничковое плавание»:	20
6.	Организационно-педагогические условия реализации программы	22
6.1	Особенности реализации программы	22
6.2	Кадровое обеспечение образовательного процесса	23
6.3	Учебно-методическое обеспечение программы	23
6.4	Списки основной и дополнительной литературы, рекомендуемой обучающимся для изучения	24

1. Общие положения

Образовательная программа дополнительного профессионального образования (ОП ДПО) (повышения квалификации) «Грудничковое плавание» разработана в соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» и Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 1 июля 2013 г. № 499 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам» и является учебно-методическим нормативным документом, регламентирующим содержание, организационно-методические формы и трудоемкость обучения.

Программа повышения квалификации «Грудничковое плавание» предназначена для повышения квалификации специалистов по работе с детьми до 1 года – врачей-педиатров, медицинских сестер педиатрических отделений, детских инструкторов по плаванию, овладения общими и частными методиками и техниками направления «Грудничковое плавание». Программа может быть интересна родителям детей до 1 года, собирающимся освоить навыки обучения грудничковому плаванию

Основная цель программы повышения квалификации «Грудничковое плавание»: качественное повышение уровня профессиональной компетенции по проведению оздоровительных мероприятий среди детей в возрасте до одного года, направленных на формирование элементов здорового образа жизни.

Характеристика новой квалификации:

Программа повышения квалификации нацелена на получение новых компетенций в рамках имеющейся квалификации специалистов со средним медицинским и высшим образованием для предоставления им системного представления о возможностях нового направления массажа и выбора стратегии дальнейшего профессионального развития.

Планируемые результаты обучения

В соответствии с требованиями квалификационной характеристики специалиста по грудничковому плаванию специалист должен обладать:

Общие профессиональные знания. Обучающийся, окончивший программу обучения, должен знать:

- методические вопросы организации занятий по грудничковому плаванию;
- анатомические и физиологические особенности развития и болезни ребенка первого года жизни;
- влияние плавания на здоровье и развитие организма ребенка;
- показания и противопоказания для занятий грудничковым плаванием;
- основные методики грудничкового плавания;
- методы обучения плаванию детей первого года жизни;
- методы закаливания организма ребенка первого года жизни;
- особенности проведения занятий при заболеваниях и патологиях;

Общие профессиональные умения. Обучающийся, окончивший программу обучения должен уметь:

- организовывать занятия по раннему обучению плаванию детей первого года жизни с использованием ванн;
- оказывать содействие родителям по обучению их способам и методам поддержки детей в воде;

Специальные знания и умения. Обучающийся, окончивший программу обучения должен владеть:

– навыками обучения плаванию детей первого года жизни.

Категория обучающихся программы

Программа грудничкового плавания предназначена для повышения квалификации специалистов по работе с детьми до 1 года – врачей-педиатров, медицинских сестер педиатрических отделений, детских инструкторов по плаванию, программа может быть интересна обучающимся, которые имеют детей до 1 года и желают приобрести необходимые знания и навыки занятий в воде с детьми возрастом до 1 года. Пройдя повышение квалификации по грудничковому плаванию, дипломированные специалисты смогут не только заниматься плаванием со своими детьми, но и проводить профессиональные занятия в различных оздоровительных учреждениях.

Технология обучения. ОП ДПО (повышения квалификации) содержит теоретические и практические вопросы, предусматривает обучение практическим навыкам, необходимым специалисту для выполнения профессиональных обязанностей.

Общее количество часов 40, из них;

- 30 ак.ч. лекций;
- 10 ак.ч. самостоятельной работы;

При обучении обучающихся учитываются следующие направления:

– соблюдение принципов стандартизации как в освоении умений и навыков, так и в оценке знаний, создание модели обучения на основе научной организации учебного процесса.

Психолого-педагогической целью является воспитание у обучающихся соответствующего компетентного отношения к новорожденным детям, чувство ответственности при выполнении своей работы, выработать у обучающихся стремление к освоению новых методов и методик.

Важным пунктом в системе повышения квалификации является организация и проведение контроля знаний обучающихся.

Формами контроля знаний обучающихся являются:

- итоговый зачет

Формой итогового контроля полученных знаний и навыков по ОП ДПО (повышения квалификации) «Грудничковое плавание» является тестирование и ответ на вопросы.

По окончании программы обучающемуся выдается:

- удостоверение о повышении квалификации

2. Цели и задачи реализации образовательной программы

Цель реализации программы

Формирование у обучающихся знаний об особенностях функционирования различных систем у новорожденных детей и получение представлений, как можно влиять на эти системы при помощи плавания.

Взаимосвязь с другими программами

Для освоения программы обучающейся используют знания, умения и навыки, сформированные при базовом профессиональном обучении.

Изучение программы преследует следующие цели:

- профессиональное самоопределение учащихся при повышении квалификации;
- помощь в социальной адаптации в современных экономических условиях;
- вооруженность учащихся знаниями особенностей грудничкового плавания;
- формирование основных навыков проведения грудничкового плавания;
- воспитание интереса к творческим видам работы.

Задачи программы:

- дать обучающимся основные сведения об истории развития грудничкового плавания;
- предоставить обучающимся основные сведения о влиянии грудничкового плавания и ныряния на развитие систем организма ребенка; о показаниях и противопоказаниях к занятию грудничковым плаванием;
- раскрыть методики проведения занятий по грудничковому плаванию;
- дать практические умения и навыки в области обучения плаванию детей первого года жизни;
- преподнести комплекс знаний об особенностях проведения занятий при заболеваниях и патологиях.

Основной теоретической идеей данной программы является развитие творческих способностей учащихся. Реализация этой идеи заключается в значительном объеме практических творческих заданий учащимся.

Программа основывается на таких методиках обучения, как решение ситуационных задач, активные методики обучения, использование наглядных пособий и симуляторов, видеоматериалов и электронной библиотеки для закрепления полученных знаний и навыков.

Методы проверки знаний, умений и навыков учащихся включают в себя разнообразные формы текущего опроса.

3. Планируемые результаты обучения

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих **компетенций:**

- готовность к применению приемов и методов грудничкового плавания, выбору ресурсов и технических средств для его реализации;
- способность ориентироваться в современных тенденциях развития работы с детьми.

В результате освоения программы учащиеся должны

знать:

- анатомические и физиологические особенности развития и болезни ребенка первого года жизни;
- современные подходы и методики к обучению грудничковому плаванию;
- влияние плавания на здоровье и развитие организма ребенка;

уметь:

- применять на практике полученные знания

владеть:

- навыками определения особенностей развития ребенка первого года жизни;
- навыками проведения процедуры грудничкового плавания.

4. Содержание программы

4.1 Учебный план программы

№	Наименование тем	Всего учебных часов	В том числе:			Форма контроля
			Лекции (Теоретические занятия)	Практические занятия	Самостоятельная работа	
1	2	3	4	5	6	7
	Базовые понятия грудничкового плавания	6	3	1	2	Тест
	Анатомические и физиологические особенности развития и болезни ребенка первого года жизни	6	3	1	2	Тест
	Основные методики грудничкового плавания.	6	2	3	1	Тест
	Методика обучения плаванию в бассейне детей первого года жизни	8	1	6	1	Тест
	Методы закаливания организма ребенка первого года жизни	4	3	1	-	Тест
	Особенности проведения занятий при заболеваниях и патологиях.	2	2	-	-	Тест
	Зачет	8	-	8	-	Зачет
	ИТОГО:	40	14	20	6	

4.2 Учебно-тематический план программы

№	Наименование тем	Всего учебных часов	В том числе:		
			Лекции (Теоретические занятия)	Практические занятия	Самостоятельная работа
1	2	3	4	5	6

I	Базовые понятия грудничкового плавания	6	3	1	2
1.	История грудничкового плавания. Методические вопросы организации занятий по грудничковому плаванию.	2	1	-	1
2.	Современные подходы и методики к обучению грудничковому плаванию.	2	1	-	1
3.	Санитарно-гигиенические нормы и техника безопасности при организации грудничкового плавания.	2	1	1	-
II	Анатомические и физиологические особенности развития и болезни ребенка первого года жизни	6	3	1	2
1.	Особенности физического и нервно-психического развития детей от 0 до 12 месяцев (по периодам развития).	2	1	-	1
2.	Врожденные патологии и болезни ребенка первого года жизни.	2	1	-	1
3.	Влияние грудничкового плавания и ныряния на развитие систем организма ребенка.	1	1	-	-
4.	Показания и противопоказания занятиям грудничковым плаванием.	1	-	1	-
III	Основные методики грудничкового плавания.	6	2	3	1
1.	Гимнастика для детей различных периодов первого года жизни	2	-	2	-
2.	Виды занятий в воде	1	1	-	-
3.	Планирование занятий	2	1	-	1
4.	Спасение на воде	1	-	1	-
IV	Методика обучения плаванию в бассейне детей первого года жизни	8	1	6	1
1.	Организационно-методические основы проведения занятий по грудничковому плаванию в бассейне	2	1	-	1
2.	Подготовительный этап обучения грудничковому плаванию. Проведение первого занятия.	2	-	2	-

3.	Методика обучения нырянию детей первого года жизни.	2	-	2	-
4.	Методики проведения индивидуальных и групповых занятий в бассейне с детьми первого года жизни.	2	-	2	-
V	Методы закаливания организма ребенка первого года жизни	4	3	1	-
1.	Принципы закаливания.	2	2	-	-
2.	Способы и виды закаливания.	2	1	1	-
VI	Особенности проведения занятий при заболеваниях и патологиях.	2	2	-	-
1.	Медицинские показания к грудничковому плаванию при заболеваниях и патологиях	1	1	-	-
2.	Виды заболеваний и грудничковое плавание	1	1	-	-
VII	Зачет	8	-	8	-
	ИТОГО:	40	14	20	6

4.3 Календарный учебный график

Режим обучения – 16 часов в неделю – 2,5 недели

Недели / часы		
1	2	3
16	16	8(ИА)

Режим обучения – 24 часа в неделю – 1,5 неделя

Недели / часы	
1	2
24 (ИА)	8+8(ИА)

– Теоретическое обучение

ИА – Итоговая аттестация

4.4 Содержание учебной программы

Тема 1. Базовые понятия грудничкового плавания.

История возникновения и развития грудничкового плавания. Методические вопросы организации занятий по грудничковому плаванию.

Современные подходы и методики к обучению грудничковому плаванию.

Санитарно-гигиенические нормы и техника безопасности при организации грудничкового плавания.

Тема 2. Анатомические и физиологические особенности развития и болезни ребенка первого года жизни.

Влияние плавания на здоровье и развитие организма ребенка.

Особенности физического и нервно-психического развития детей от 0 до 12 месяцев (по периодам развития).

Врожденные патологии и болезни ребенка первого года жизни.

Влияние грудничкового плавания и ныряния на развитие систем организма ребенка.

Показания и противопоказания занятиям грудничковым плаванием

Тема 3. Основные методики грудничкового плавания.

Методы обучения плаванию детей первого года жизни с использованием инвентаря.

Проведение разминки. Гимнастика для детей различных периодов первого года жизни.

Плавание на спине. Поддержки. Методики. Вспомогательные средства.

Плавание на груди. Поддержки. Методики. Инвентарь.

Ныряние. Поддержки. Методики. Инвентарь.

Игры в воде. Поддержки. Методики. Инвентарь.

Планирование занятий.

Последовательность обучения. Виды и длительность упражнений.

Спасение на воде. Оказание первой доврачебной помощи.

Тема 4. Методика обучения плаванию в бассейне детей первого года жизни.

Организационно-методические основы проведения занятий по грудничковому плаванию в бассейне.

Правила и принципы обучения плаванию детей раннего возраста.

Права и обязанности инструктора по грудничковому плаванию.

Нормы и требования СанПиН к бассейнам. Состав, температура, глубина воды для занятия грудничковым плаванием. Продолжительность занятий

Техника безопасности при занятиях в бассейне. Оказание первой доврачебной помощи при чрезвычайных ситуациях

Подготовительный этап обучения грудничковому плаванию. Проведение первого занятия.

Этапы обучения грудничковому плаванию в бассейне: подготовительный, ныряние, активное плавание.

Особенности первого занятия и правила взаимодействия с родителями.

Проведение разминки. Игровые, вспомогательные, подготовительные упражнения к движениям в воде, комплекс упражнений для утренней и разогревающей гимнастики (разминки).

Особенности адаптации ребенка к бассейну. Оценка психологической готовности к плаванию в бассейне, сроки перехода.

Ввод ребенка в воду

Методика обучения нырянию детей первого года жизни.

Алгоритм обучения нырянию. Инвентарь для обучения нырянию.

Виды основных поддержек в бассейне.

Методы обучения ребенка погружению в воду и нырянию

Методика обучения плаванию в бассейне детей первого года жизни.

Алгоритм обучения активному плаванию. Инвентарь для плавания.

Формирование первичных навыков самостоятельного плавания.
Методики проведения индивидуальных и групповых занятий в бассейне с детьми первого года жизни.
Структура проведения занятий. Задачи и длительность этапов.
Методика проведения занятий. Планирование занятий. Объяснение упражнений.
Роль тренера в проведении занятий по грудничковому плаванию.
Инвентарь и способы его использования.
Комплексы упражнений в бассейне для различных возрастных групп детей. Игры и соревнования. Водная гимнастика.

Тема 5. Методы закаливания организма ребенка первого года жизни.

Принципы закаливания. Влияние закаливания на организм ребенка.
Способы и виды закаливания. Сочетание методов закаливания.
Последовательность закаливания.
Закаливание водными процедурами и упражнениями.
Закаливание часто болеющих детей.

Тема 6. Особенности проведения занятий при заболеваниях и патологиях.

Медицинские показания к грудничковому плаванию при заболеваниях и патологиях.
Грудничковое плавание при врожденной кривошее.
Грудничковое плавание при гипертонусе и гипотонусе.
Грудничковое плавание при дисплазии тазобедренного сустава.
Водные процедуры при заболеваниях органов дыхания (бронхит, перенесённая пневмония).
Грудничковое плавание при рахите и гипотрофии.
Грудничковое плавание при неврологических заболеваниях.
Грудничковое плавание для детей с особенностями в поведении.

5. Формы аттестации и оценочные материалы

5.1 Формы аттестации

Изучение каждого раздела (темы) модуля завершается текущим самоконтролем.
Изучение каждого модуля завершается рубежным контролем в форме тестирования.

Итоговая аттестация проводится в виде квалификационного экзамена и должна выявлять теоретическую и практическую подготовку обучающегося в соответствии с требованиями к результатам обучения, указанными в разделе 3.

Обучающийся допускается к итоговой аттестации после изучения разделов и тем в объеме, предусмотренном учебным планом программы курса повышения квалификации для специалистов, работающих с проблемами раннего периода жизни ребенка «Грудничковое плавание».

Лица, освоившие программу курсов повышения квалификации и успешно прошедшие итоговую аттестацию, получают сертификат «Грудничковое плавание. Базовый уровень». Специалистам, имеющим среднее профессиональное и высшее медицинское образование и работающим в сфере педиатрии, массажа, ЛФК и СМ, восстановительной медицины, выдается удостоверение о повышении квалификации

5.2 Примеры оценочных материалов по курсу «Грудничковое плавание»

5.2.1. Тесты по курсу повышения квалификации для специалистов, работающих с проблемами раннего периода жизни ребенка «Грудничковое плавание».

Критерии успешности тестирования:

70-79% - 3 (удовлетворительно);

80-89% - 4 (хорошо);

90-100% - 5 (отлично)

1. Показания к грудничковому плаванию (несколько вариантов ответа):

- а) гипер- или гипотонус мышц
- б) пневмония, ОРВИ и другие вирусные инфекции
- в) грудничковая кривошея
- г) заболевания органов брюшной полости
- д) перинатальная гипотрофия
- е) избыточный вес

2. Противопоказания к грудничковому плаванию (несколько вариантов ответа):

- а) детская эпилепсия
- б) ДЦП
- в) детский судорожный синдром
- г) железодефицитная анемия легкой степени тяжести
- д) тяжелые врожденные пороки сердца
- е) вывихи и подвывихи тазобедренных суставов
- ж) легкая форма недоразвития опорно-двигательного аппарата

3. В помещении, где проводятся занятия по плаванию, температура воздуха должна быть _____

- а) выше обычной комнатной
- б) обычная комнатная
- в) ниже обычной комнатной

4. Если ребенок плачет при погружении, не успокаивается даже после 3-4 мин пребывания в воде и его ничто не может успокоить, то возможно, что вода _____

- а) слишком холодная
- б) оптимальная для купания
- в) слишком теплая

5. Если ребенок пассивен и не желает двигаться в воде, то, скорее всего, вода _____

- а) слишком холодная
- б) оптимальная для купания
- в) слишком теплая

6. Начальная температура воды для купания на первых 10 занятиях _____

- а) 34–35 градусов
- б) 36–37 градусов
- в) 38–40 градусов

7. Настоящее закаливание и сильный стимул к движению ребенок начинает получать при температуре воды ниже _____

- а) 33 градусов
- б) 30 градусов
- в) 27 градусов

8. Самое правильное время для занятий – _____

- а) за час-полчаса до кормления
- б) сразу после кормления
- в) через полчаса–час после кормления

9. Отдых после плавания _____

- а) предусматривает кормление
- б) предусматривает сон
- в) предусматривает активность

10. Ребенок обретает способность удерживать голову в вертикальном положении, обретает навыки фиксации зрения, способен отличать качественно различные звуки в возрасте _____

- а) до 1,5–2 месяцев
- б) от 2 до 4 месяцев
- в) от 4 до 8 месяцев
- г) от 8 до 12 месяцев

11. Ребенок начинает переворачиваться со спины на живот и на бок, пытается ползать, отчетливо различает ваше недовольство или радость по звукам вашего голоса или жестам, мимике, может фиксировать на предмете взор и удерживать его на нем до 7-10 мин – в возрасте _____

- а) до 1,5–2 месяцев
- б) от 2 до 4 месяцев
- в) от 4 до 8 месяцев
- г) от 8 до 12 месяцев

12. Появляются первые молочные зубы, ребенок активно ползает, начинает, придерживаясь руками за опору, вставать, стоять и опускаться, уже может сам играть с игрушками, лепет тесно связан со зрительным восприятием – в возрасте _____

- а) от 2 до 4 месяцев
- б) от 4 до 6 месяцев
- в) от 6 до 8 месяцев
- г) от 8 до 12 месяцев

13. Ребенок начинает ходить, повторять слова с разнообразными интонациями – в возрасте _____

- а) от 2 до 4 месяцев
- б) от 4 до 6 месяцев
- в) от 6 до 8 месяцев
- г) от 8 до 12 месяцев

14. Основные принципы обучения грудничков плаванию (несколько вариантов ответа):

- а) последовательность в применении различных упражнений
- б) резкое наращивание интенсивности тренировок
- в) постепенность в наращивании физической нагрузки

- г) постепенность в усложнении условий занятия
- д) резкое неожиданное изменение условий занятий

15. Основные цели грудничкового плавания (несколько вариантов ответа):

- а) развитие аппарата внешнего дыхания
- б) научить ребенка не впадать в панику при падении в воду
- в) обучение плаванию

16. Последовательность этапов раннего обучения плаванию:

- а) привыкание к воде – самостоятельное плавание – ныряние
- б) ныряние – привыкание к воде – самостоятельное плавание
- в) привыкание к воде – ныряние – самостоятельное плавание

17. Последовательность проведения занятия по плаванью:

- а) массаж – гимнастика – подготовительные плавательные упражнения – упражнения в воде
- б) гимнастика – массаж – подготовительные плавательные упражнения – упражнения в воде
- в) массаж – гимнастика – упражнения в воде – подготовительные плавательные упражнения

18. Последовательность массажа грудничка:

- а) спина – грудь – ноги – руки
- б) ноги – руки – спина – грудь
- в) руки – ноги – грудь – спина

19. При поддержке _____ малыш лежит в воде на спине.

- а) ладонью под подбородок
- б) ладонью под грудь
- в) ладонью под голову
- г) под мышки
- д) за ручки

20. Когда ребенок еще не держит или же плохо держит голову, поддержка _____ рекомендуется в качестве основной поддержки в воде.

- а) ладонью под подбородок
- б) ладонью под грудь
- в) ладонью под голову
- г) под мышки
- д) за ручки

21. Поддержка _____ способствует скорейшему усвоению ребенком плавательных движений, а в дальнейшем может быть использована для отдыха

- а) ладонью под подбородок
- б) ладонью под грудь
- в) ладонью под голову
- г) под мышки
- д) за ручки

22. Поддержка _____ используется для переходов от одного упражнения цикла к другому, для разворотов, для отдыха, для игр и для совместного купания.

- а) ладонью под подбородок

- б) ладонью под грудь
- в) ладонью под голову
- г) под мышки
- д) за ручки

23. Поддержка _____ преимущественно игровая, на более поздних этапах обучения плаванию она поможет в обучении ребенка нырянию

- а) ладонью под подбородок
- б) ладонью под грудь
- в) ладонью под голову
- г) под мышки
- д) за ручки

24. Если какое-то из упражнений в воде почему-либо не нравится ребенку, надо

- а) прекратить выполнение упражнения и выполнить его потом
- б) продолжить упражнение невзирая на недовольство ребенка
- в) вынуть ребенка из воды, утешить а потом продолжить выполнение упражнения

25. Обычно малыши могут рефлекторно задерживать дыхание во время погружения в воду с головой _____, далее этот рефлекс исчезает.

- а) до 1,5–2 месяцев
- б) до 6 месяцев
- в) до 9 месяцев
- г) до 12 месяцев

26. К основным упражнениям по обучению нырянию можно переходить если ребенок _____ (несколько вариантов ответа):

- а) умеет плавать на спине
- б) умеет задерживать дыхание при попадании воды на лицо
- в) после попадания воды на лицо легко восстанавливает ритм дыхания
- г) рефлекторно задерживает дыхание во время погружения в воду с головой

27. Игры в воде начинают примерно _____

- а) со 2–3 занятия
- б) после 3 месяцев
- в) после 6 месяцев
- г) после 9 месяцев

28. Обучение грудничков плаванию по методике Фирсова предусматривает следующую последовательность этапов:

- а) закаливание ребенка – плавание на спине – ныряние – плавание на груди – плавание в одежде
- б) плавание в одежде – ныряние – плавание на спине – плавание на груди – закаливание ребенка
- в) плавание в одежде – ныряние – плавание на спине – плавание на груди – закаливание ребенка

29. Метод _____ – это водный тренинг. Суть заключается в том, что новорожденного с большой частотой и скоростью опускают под воду. Длительность процедуры достаточно большая – от 30 до 40 минут.

- а) Фирсова

- б) Чарковского
- в) Гутермана

30. Процесс обучения плаванию грудничков по методике _____ подразделяется на 4 этапа: подготовительный, обучение плаванию, самостоятельное плавание, совершенствование плавания.

- а) Фирсова
- б) Чарковского
- в) Гутермана

31. При проведении непрямого массажа сердца у детей до 1 года _____

- а) достаточно надавливать на грудину одним-двумя пальцами
- б) массаж сердца производят, стоя сбоку, основанием одной кисти
- в) массаж сердца производят, как взрослым, стоя сбоку, обеими кистями

32. При проведении искусственного дыхания ребенку 6 месяцев частота выдохов спасателя в спасаемого _____

- а) 40 раз в минуту
- б) 40-35 раз в минуту
- в) 35-30 раз в минуту

33. При проведении искусственного дыхания ребенку 6 месяцев частота надавливания на область сердца _____

- а) 140 в минуту
- б) 130-135 в минуту
- в) 120-125 в минуту

34. Проводить спасательные процедуры необходимо _____ (несколько вариантов ответа):

- а) не более получаса
- б) около часа
- в) до появления дыхания
- г) до приезда скорой помощи
- д) до начала явного трупного окоченения

35. Угроза остановки сердца, отека мозга и легких, а также развитие почечной недостаточности у пострадавшего будет сохраняться _____

- а) в течение часа
- б) на протяжении 5 часов
- в) в течение суток
- г) на протяжении 5 суток

36. Если в процессе спасения пострадавшего надавливание на корень языка не вызвало ни кашля, ни рвотного рефлекса, а в воде, вытекающей изо рта, нет кусочков съеденной пищи, и по-прежнему отсутствует дыхание, то _____

- а) надо продолжить извлечение воды из легких и желудка
- б) необходимо приступить к выполнению искусственного дыхания и непрямого массажа сердца
- в) можно закончить проведение реанимационных мероприятий

37. Цели закаливания ребенка – _____ (несколько вариантов ответа):

- а) развитие аппарата внешнего дыхания

- б) повышение сопротивляемости организма к различным заболеваниям
- в) обучение ребенка плаванию
- г) развитие выносливости организма при изменяющихся факторах окружающей среды

38. Оптимальное время для начала закаливающих процедур – _____

- а) зима
- б) весна
- в) лето
- г) осень

39. Упражнения в воде для детей с ДЦП имеют целью _____ (несколько вариантов ответа):

- а) активизировать ребенка
- б) расслабить мышцы ребенка
- в) увеличить двигательные возможности
- г) снизить двигательную активность
- д) обучить ребенка новым движениям, выполнение которых затруднено на суше

40. Упражнения в воде для детей с врожденной кривошеей направлены на _____

- а) стимуляцию наклона головки в сторону, противоположную поражению
- б) стимуляцию наклона головки в пораженную сторону
- в) снижение двигательной активности ребенка

41. Глубина бассейнов для детей до 7 лет должна быть не более _____.

- а) 0,4 м
- б) 0,6 м
- в) 1,0 м
- г) 1,2 м

42. Температура воды в детских учебных бассейнах для детей до 7 лет по СанПиН должна быть _____.

- а) 24–28°C
- б) 26–29°C
- в) 30–32°C
- г) 29–30°C

43. Время полного водообмена в детских учебных бассейнах для детей до 7 лет по СанПиН должно составлять не более _____.

- а) 8 ч
- б) 6 ч
- в) 2,0 ч
- г) 0,5 ч

44. В ванне бассейна для детей до 7 лет содержание свободного остаточного хлора _____.

- а) не допускается
- б) допускается на уровне 0,1–0,3 мг/л
- в) допускается на уровне 0,3–0,5 мг/л
- г) допускается на уровне 0,5–0,7 мг/л

45. В малых бассейнах с площадью зеркала воды не более 100 м² с водообменом непрерывным протоком водопроводной воды, время водообмена в ваннах для детей составляет не более ____.

- а) 8 ч
- б) 6 ч
- в) 2,0 ч
- г) 0,5 ч

46. Для детей от 4 месяцев до 1 года для посещения бассейна требуется ____ (возможно несколько вариантов ответа):

- а) справка от педиатра о возможности посещать бассейн и об отсутствии противопоказаний
- б) справка о результатах паразитологического обследования на энтеробиоз
- в) справка от дерматолога
- г) флюорография

47. Справки для посещения бассейна действительны в течение ____ со дня выдачи.

- а) 3 месяцев
- б) 6 месяцев
- в) 9 месяцев
- г) 12 месяцев

48. Наиболее корректный ответ инструктора на вопрос родителя «Когда мы научимся плавать?» – это ____.

- а) «смотря каким способом, на спине – через два занятия, кролем – через год»
- б) «через месяц регулярных тренировок»
- в) «грудничковое плавание – это оздоровительное плавание, а не обучение техникам, цель занятий – научить ребенка держаться на воде, делать правильно вдох и выдох»

49. Наиболее корректный ответ инструктора на вопрос родителя «Мы так часто бодем, когда это прекратится?» – это ____.

- а) «должно пройти не менее пяти месяцев регулярных тренировок»
- б) «все зависит от регулярности занятий»
- в) «если вы будете ходить хотя бы раз в неделю в течение месяца, то все наладится»

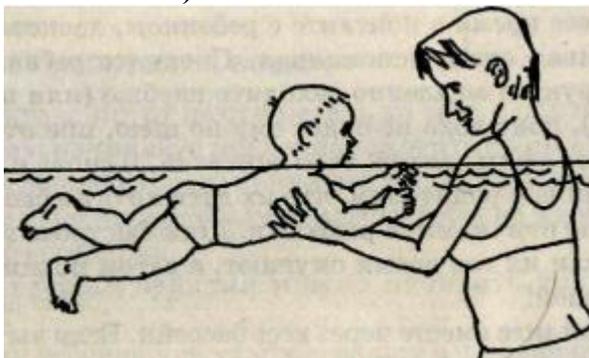
50. При осуществлении в бассейне поддержки ребенка «на животике» ____ (несколько вариантов ответа):



- а) спина ребенка не должна быть погружена в воду
- б) спина ребенка должна быть почти полностью погружена в воду

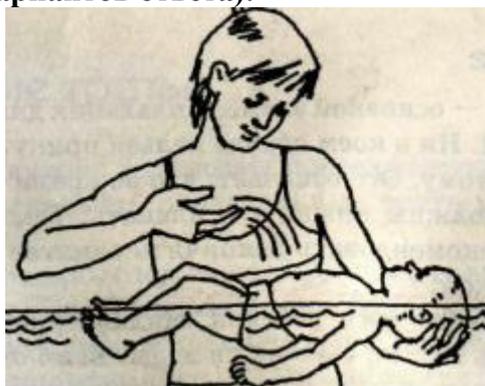
- в) если лицо ребенка слишком близко к воде, левой рукой немного «притапливайте» его нижнюю часть
- г) ребенку предоставляется наименьшая свобода при движения руками и ногами

51. При осуществлении в бассейне поддержки ребенка «под плечики» _____ (несколько вариантов ответа):



- а) ребенок не сможет выскользнуть из ваших рук
- б) можно опуститься в бассейне на колени, чтобы не потерять с ребенком зрительный контакт
- в) вполне достаточно, если вода не закрывает только нос, глаза и рот ребенка
- г) ребенку предоставляется наибольшая свобода при движения руками и ногами

52. При осуществлении в бассейне поддержки ребенка «на спине» _____ (возможно несколько вариантов ответа):



- а) голова ребенка не должна быть приподнята над водой
- б) вполне достаточно, если вода не закрывает только нос, глаза и рот ребенка
- в) если лицо ребенка слишком близко к воде, левой рукой немного «притапливайте» его нижнюю часть

53. При обучении ребенка нырянию категорически запрещается _____ (возможно несколько вариантов ответа):

- а) форсированное погружение с головой путем бросания младенца в воду
- б) прижимание младенца ко дну рукой
- в) погружение ребенка в воду без проведения серии подготовительных упражнений

54. Время пребывания ребенка под водой к третьему занятию по обучению нырянию можно увеличить до _____.

- а) 5–7 сек
- б) 8–10 сек
- в) 10–15 сек
- г) 15–20 сек

55. При выполнении упражнения «Скольжение под водой» расстояние от старта до цели должно быть _____.

- а) около 1–1,5 м
- б) около 2–3 м
- в) около 3,5–4 м

56. Каждое занятие в бассейне должно начинаться с _____.

- а) комплекса упражнений «сухого плавания»
- б) упражнений по входу (соскальзыванию, прыжку) в воду
- в) обхода ванны бассейна и привыкания к воде

57. Верны ли следующие утверждения:

1) «Движениям ног дети учатся быстрее, чем движениям рук»;
2) «Двигательные навыки формируются при многократном повторении упражнений?»

- а) 1 – да, 2 – да
- б) 1 – да, 2 – нет
- в) 1 – нет, 2 – да
- г) 1 – нет, 2 – нет

58. Верны ли следующие утверждения:

1) «Занятие по плаванию в первую очередь должно приносить радость»;
2) «Если ребенок капризничает или нездоров, отложите занятие по плаванию на другой день?»

- а) 1 – да, 2 – да
- б) 1 – да, 2 – нет
- в) 1 – нет, 2 – да
- г) 1 – нет, 2 – нет

59. Верны ли следующие утверждения:

1) «Если грудничок уже умеет держаться на воде, его можно оставить в бассейне плавать в плавательном круге без присмотра»;
2) «Маме или папе душ перед выходом на воду при занятии с грудничком принимать не обязательно?»

- а) 1 – да, 2 – да
- б) 1 – да, 2 – нет
- в) 1 – нет, 2 – да
- г) 1 – нет, 2 – нет

60. Верны ли следующие утверждения:

1) «Перед выходом на улицу после бассейна надо просушить ребенку не только волосы, но и ушки»;
2) «Лучшая модель круга для плавания ребенка – это модель с отверстиями для ножек ребенка?»

- а) 1 – да, 2 – да
- б) 1 – да, 2 – нет
- в) 1 – нет, 2 – да
- г) 1 – нет, 2 – нет

5.2.2. Вопросы из билетов по курсу «Грудничковое плавание»:

1. Цели и принципы грудничкового плавания.
2. Проведение разминки перед занятием. Общая гимнастика для детей различных периодов первого года жизни.
3. Влияние плавания на здоровье и развитие организма ребенка.
4. Правила и упражнения при формировании у ребенка первого года жизни навыков самостоятельного плавания.
5. Показания и противопоказания к грудничковому плаванию.
6. Проведение разминки перед занятием. Массажные упражнения.
7. Оказание первой доврачебной помощи при утоплении.
8. Правила и упражнения при обучении ребенка первого года жизни погружению в воду и нырянию
9. Санитарно-гигиенические требования при организации грудничкового плавания в домашней ванне.
10. Проведение разминки перед занятием. Специальные плавательные упражнения.
11. Принципы закаливания. Способы и виды закаливания. Особенности закаливания часто болеющих детей.
12. Виды основных поддержек в бассейне.
13. Техника безопасности при организации грудничкового плавания.
14. Основные способы поддержки ребенка в воде.
15. Особенности закаливания детей водными процедурами.
16. Особенности адаптации ребенка к бассейну. Порядок ввода ребенка в ванну большого бассейна.
17. Приспособления для организации занятий по раннему плаванию.
18. Плавание на спине. Упражнения для подготовки ребенка к плаванию на спине, освоение плавательных движений.
19. Особенности грудничкового плавания при кривошее.
20. Особенности взаимодействия с родителями и официальными представителями несовершеннолетних в процессе занятий в группах ГП в бассейне.
21. Особенности физического и нервно-психического развития детей от 0 до 12 месяцев.
22. Привыкание ребенка к воде. Вводные упражнения.
23. Особенности грудничкового плавания при гипер- и гипотонусе.
24. Техника безопасности при занятиях в бассейне с детьми первого года жизни.
25. Методика снижения температуры воды в процессе раннего обучения плаванию.
26. Плавание на груди. Упражнения для подготовки ребенка к плаванию на груди, освоение плавательных движений.
27. Водные процедуры при заболеваниях органов дыхания. Дыхательная гимнастика в воде.
28. Способы обеззараживания воды в детских бассейнах.
29. Особенности плавания грудничков по методике З.П. Фирсова.
30. Ныряние. Упражнения для подготовки ребенка к нырянию.
31. Особенности грудничкового плавания при рахите.
32. Нормы и требования СанПиН к детским бассейнам (0–7 лет).
33. Особенности методики обучения плаванию грудничков по В.А. Гутерману Владимира Гутермана.
34. Игрушки для воды. Игры в воде для детей различных периодов первого года жизни.
35. Особенности грудничкового плавания при ДЦП.
36. Права и обязанности инструктора по ГП.
37. Особенности методики акваразвития детей И.Б. Чарковского.
38. Основные этапы обучения плаванию детей первого года жизни. Условия перехода с этапа на этап.
39. Процедура начала плавания в большом бассейне. Приучение ребенка к большой воде.
40. Правила и принципы обучения плаванию в бассейне детей раннего возраста.

6. Организационно-педагогические условия реализации программы

6.1 Особенности реализации программы

Учебная программа курса повышения квалификации для специалистов, работающих с проблемами раннего периода жизни ребенка «Грудничковое плавание» состоит из двух взаимодополняемых модулей, предназначенных для последовательного изучения, и содержит теоретические и практические вопросы, связанные с организацией занятий по раннему плаванию детей в возрасте до одного года.

Освоение курсовой программы наряду с практическими занятиями предусматривает применение электронного обучения посредством использования электронной информационно-образовательной среды (ЭИОС), обеспечивающей освоение обучающимся теоретических разделов образовательной программы в полном объеме независимо от места нахождения обучающегося.

ЭИОС по курсу повышения квалификации для специалистов, работающих с проблемами раннего периода жизни ребенка «Грудничковое плавание» включает в себя следующие электронные ресурсы:

– Образовательная программа дополнительного профессионального образования (повышения квалификации) «Грудничковое плавание» / «Международный Центр Профессионального Образования», «Медицинский институт реабилитации и косметологии им. З.М.Никифоровой» – М., 2019. – 25 с.

– Учебно-методическое пособие «Грудничковое плавание. Модуль 1: занятия в ванне»: для образовательной программы дополнительного профессионального образования – программы повышения квалификации специалистов, работающих с проблемами раннего периода жизни ребенка. [Текст] / «Международный Центр Профессионального Образования», «Медицинский институт реабилитации и косметологии им. З.М. Никифоровой», [сост. Ю.В. Чижова]. – М., 2019. – 72 с.

– Учебно-методическое пособие «Грудничковое плавание. Модуль 2: занятия в бассейне»: для образовательной программы дополнительного профессионального образования – программы повышения квалификации специалистов, работающих с проблемами раннего периода жизни ребенка. [Текст] / «Международный Центр Профессионального Образования», «Медицинский институт реабилитации и косметологии им. З.М. Никифоровой», [сост. Ю.В. Чижова]. – М., 2019. – 32 с.

– Презентация курса повышения квалификации для специалистов, работающих с проблемами раннего периода жизни ребенка «Грудничковое плавание» в формате MS Power Point;

– Программа квалификационного экзамена по курсу повышения квалификации для специалистов, работающих с проблемами раннего периода жизни ребенка «Грудничковое плавание»;

– Прочие информационные ресурсы, доступные в сети Интернет:

1. Научная электронная библиотека «eLIBRARY.RU». URL: <https://elibrary.ru> (для работы с некоторыми ресурсами в НЭБ может потребоваться прохождение процедуры бесплатной регистрации на портале)

2. Научная электронная библиотека «Киберленинка». URL: <https://cyberleninka.ru/>

3. Электронная правовая база ГАРАНТ.РУ. URL: <http://www.garant.ru/>

4. Электронная правовая база КонсультантПлюс. URL: <http://www.consultant.ru>

5. Сайт детского здоровья КРОХА // Методика развития Игоря Чарковского "Плавать раньше, чем ходить". URL: https://www.kroha.net/razvitie_rebenka/igri_i_metodiki/metodika_razvituya_igora_charkovskogo/ (дата обращения 18.01.19)

6. Сайт Педиатрия // Основные правила грудничкового плавания. URL: <https://pediatriya.info/osnovnyie-pravila-grudnichkovogo-plavaniya/> (дата обращения 18.01.19)
Сайт Самопознание.ру // Водотерапия: плавание детей от 0 до 3 лет в вопросах и ответах. URL: https://samopoznanie.ru/articles/vodoterapiya_plavanie_detey_ot_0_do_3_let_v_voprosah_i_otvet/#ixzz5cxa91Y3h (дата обращения 18.01.19)
Сайт Мамки-Няньки // Плавание грудничка. URL: <http://www.mamkinyanki.ru/zakalivanie/plavanie.html> (дата обращения 18.01.19)

6.2 Кадровое обеспечение образовательного процесса

Преподаватели – специалисты, имеющие высшее или среднее профессиональное медицинское образование, действующие сертификаты специалистов и удостоверения о повышении квалификации по тематикам преподаваемых модулей/дисциплин. Опыт деятельности в организациях соответствующей профессиональной сферы является обязательным для преподавателей, отвечающих за освоение обучающимся профессионального учебного цикла.

Преподаватели получают дополнительное профессиональное образование по программам повышения квалификации, в том числе в форме стажировки в профильных организациях не реже 1 раза в 3 года.

6.3 Учебно-методическое обеспечение программы

Нормативно-законодательные акты

1. Конституция РФ (с учетом поправок, внесенных Законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 № 7-ФКЗ).
2. Гражданский процессуальный кодекс РФ (в ред. Федеральных законов от 24.07.2008 № 161-ФЗ (часть первая) (с изменениями и дополнениями).
3. Постановление Правительства РФ (в ред. Постановлений Правительства РФ от 02.09.2010 № 659) «Об организации лицензирования отдельных видов деятельности».
4. Федеральный закон РФ от 21 ноября 2011 года N 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»
5. Федеральный закон РФ «О внесении изменений в Закон РФ «Об образовании» и ФЗ «О высшем и послевузовском профессиональном образовании» от 16 июня 2011 г. № 144-ФЗ
7. Федеральный закон РФ от 29 ноября 2010 года N 326-ФЗ «Об обязательном медицинском страховании в Российской Федерации» (в ред. Федеральных законов от 14.06.2011 N 136-ФЗ, от 30.11.2011 N 369-ФЗ, от 03.12.2011 N 379-ФЗ)
8. Закон РФ (в ред. Федеральных законов от 25.10.2007 № 234-ФЗ) «О защите прав потребителей».
9. Постановление Госстандарта РФ от 06.11.2001г. № 454-ст Комитета РФ по стандартизации, метрологии и сертификации ОК 004-93 «Общероссийский классификатор видов экономической деятельности, продукции и услуг.

10. Письмо от 28 октября 2011 г. N 01/13720-1-32 «Об организации исполнения Федерального Закона от 4 мая 2011 г. N 99-ФЗ "О лицензировании отдельных видов деятельности"».
 11. Приказ МЗ и СР РФ № 415 от 7 июля 2009г. «Об утверждении Квалификационных требований к специалистам с высшим и послевузовским медицинским и фармацевтическим образованием в сфере здравоохранения».
 12. Приказ МЗ и СР РФ от 23 апреля 2009г. № 210н «О номенклатуре специальностей специалистов с высшим и послевузовским медицинским и фармацевтическим образованием в сфере здравоохранения РФ».
 13. Приказ МЗ и СР РФ от 23 июля 2010г. № 541н «Об утверждении единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников в сфере здравоохранения».
 14. Приказ МЗ и СР РФ от 5 декабря 2011 года N 1476н «Об утверждении федеральных государственных требований к структуре основной профессиональной образовательной программы послевузовского профессионального образования (интернатура)»
 15. Приказ МЗ и СР РФ от 26 сентября 2011 г. N 1074н «О внесении изменений в Приказ
 16. Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 19 августа 2009 г. n 597н
 17. Приказ МЗ и СР РФ от 19 августа 2009 г. N 597н «Об организации деятельности центров здоровья по формированию здорового образа жизни у граждан Российской Федерации, включая сокращение потребления алкоголя и табака» (в ред. Приказов Минздравсоцразвития РФ от 08.06.2010 N 430н, от 19.04.2011 N 328н, от 26.09.2011 N 1074
- Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 26 декабря 2018 г. № 849н "О внесении изменений в некоторые профессиональные стандарты, утвержденные приказами Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации" (редакция от 21.01.2019г.)

6.4 Списки основной и дополнительной литературы, рекомендуемой обучающимся для изучения

Учебники, учебные и учебно-методические пособия, статьи:

Основная литература

1. Учебно-методическое пособие «Классический массаж»: для образовательной программы дополнительного профессионального образования – программы повышения квалификации «Методические основы массажа и ЛФК в восстановительной медицине (Классический массаж)»/ «Международный Центр Профессионального Образования». – М., 2019. – 58 с.
2. Булах И.М. Плавание от рождения до школы. – Минск, Польша, 1991. URL: <https://sheba.spb.ru/za/plav-otrozhd-1991.pdf> (дата обращения 18.01.19)
3. Нуриманова Ю. И. Плавание детей в возрасте до года (грудничковое плавание) // Молодой ученый. — 2018. — №12. — С. 184-186. — URL <https://moluch.ru/archive/198/48873/> (дата обращения: 18.01.2019). СанПин 2.1.2.1188-03 «Плавательные бассейны. Гигиенические требования к устройству,

эксплуатации и качеству воды. Контроль качества» URL: http://gostrf.com/norma_data/11/11719/index.htm (дата обращения 10.01.2019)

4. Семенова К.А., Штеренгерц А.Е., Польской В.В. Патогенетическая восстановительная терапия больных детским церебральным параличом. // Методика лечебного плавания для детей с ДЦП первых двух лет жизни. URL: <http://www.souzserdec.com/metodika-lechebnogo-plavaniya-dlya-detej-s-dcp-pervyx-dvux-let-zhizni/> (дата обращения 18.01.19)

5. Точенова Н. «Мама и малыш». Программа по обучению плаванию детей от 2 недель до 3 лет. URL: <https://www.maam.ru/detskijsad/-mama-i-malysh-obuchenie-plavaniyu-detei-ot-2-h-nedel-do-3-h-let.html> (дата обращения 18.01.19)

Дополнительная литература

1. Булах И.М. Плавание от рождения до школы. – Минск, Польша, 1991. URL: <https://sheba.spb.ru/za/plav-otrozhd-1991.pdf> (дата обращения 18.01.19)

2. Васильев В.С. Обучение детей плаванию. – М., «Физкультуи спорт», 1989. URL: <https://sheba.spb.ru/za/obuch-plav-1989.pdf> (дата обращения 18.01.19)

3. Васильев В.С. Обучение детей плаванию. – М., «Физкультуи спорт», 1989. URL: <https://sheba.spb.ru/za/obuch-plav-1989.pdf> (дата обращения 18.01.19)

4. Профилактическая работа с детьми раннего возраста в поликлинике: учебное пособие для студентов / Л. А. Жданова, Г. Н. Нуждина, А. В. Шишова, Л.К. Молькова, И. М. Прощина, С. И. Мандров, И. Е. Бобошко, М. Н. Салова, О. С. Рунова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Иваново, ГОУ ВПО ИвГМА Росздрава, 2009. URL: <https://isma.ivanovo.ru/attachments/21074> (дата обращения 10.01.2019)

5. Фирсов З.П. Плавать раньше, чем ходить. – М., «Физкультуи спорт», 1978. URL: http://www.lisasha.ru/Plavat_ranche_chem_hodit2.pdf (дата обращения 18.01.19)

6. Янушанец Н. Плавать раньше, чем ходить. – СПб.: Питер, 2003. URL: <http://аквапузики.рф/d/324823/d/yanushanec-plavat-ranche-chem-hodit.pdf> (дата обращения 18.01.19)