

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РЯЗАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ С.А. ЕСЕНИНА»

Утверждаю:
Директор института психологии,
педагогике и социальной работы



Л.А. Байкова

«30» августа 2019 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЕ ПРИКЛАДНОЕ ПЛАВАНИЕ»

Уровень основной профессиональной образовательной программы:
бакалавриат

Направление подготовки: **44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)**

Направленность (профиль) подготовки: **Дошкольное образование и Физическая культура**

Форма обучения: **очная**

Срок освоения ОПОП: **нормативный – 5 лет**

Институт **психологии, педагогики и социальной работы**

Кафедра: **ТМФВ и спортивных дисциплин**

Рязань, 2019

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целями освоения дисциплины «Оздоровительное прикладное плавание» являются формирование компетенций в области теории, практики и методики плавания, знакомство обучающихся с основными понятиями обогащение профессиональных знаний, умений и навыков, необходимых для успешной педагогической деятельности и их использование для успешного решения основных задач физического воспитания в различных образовательных учреждениях и спортивных организациях.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВУЗА

2.1. Дисциплина «Оздоровительное прикладное плавание» относится к дисциплинам по выбору вариативной части блока 1 (Б1.В.ДВ.12.2).

2.2. Для изучения данной дисциплины необходимы следующие предшествующие дисциплины и модули:

- История физической культуры и спорта
- Возрастная анатомия и физиология
- Теория и методика физической культуры

2.3. Перечень последующих дисциплин и модулей, для которых необходимы знания, умения, владение, формируемые данной дисциплиной:

- Преддипломная практика

2.4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной образовательной программы

Изучение данной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих общекультурных (ОК), общепрофессиональных и профессиональных (ПК) компетенций:

№ п/п	Номер/индекс компетенции	Содержание компетенции (или ее части)	В результате изучения учебного модуля обучающиеся должны		
			Знать	Уметь	Владеть
1.	ОК-8	готовностью поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность	<ol style="list-style-type: none"> 1. историю возникновения и развития изучаемых физкультурно-спортивных видов 2. основы терминологии по дисциплине 3. основы техники изучаемых спортивных дисциплин 	<ol style="list-style-type: none"> 1. формулировать конкретные задачи обучения и воспитания 2. планировать свою деятельность по изучению и решению задач дисциплины 3. средства и методику развития физических качеств 	<ol style="list-style-type: none"> 1. способами подбора и применения средств и методов обучения 2. организацией планирования, анализа и самооценки своей деятельности. 3. теоретическими и методическими основами организации и проведения занятий
2.	ОПК-2	способность осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся	<ol style="list-style-type: none"> 1. методику оздоровительных и физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами 2. значение и место изучаемых спортивных дисциплин в системе физического воспитания 3. физиологические и психологические основы физической культуры и видов спорта 	<ol style="list-style-type: none"> 1. организовывать оздоровительную и физкультурно-массовую работу с различными возрастными группами населения 2. планировать и проводить основные виды занятий по физической культуре 3. оценивания физическое и функциональное состояние обучающихся 	<ol style="list-style-type: none"> 1. организационными приемами работы с занимающимися 2. анализом современных технологий организации и проведения занятий по физическому воспитанию 3. технологией обучения двигательным действиям
3.	ПК-4	способность использовать возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных	<ol style="list-style-type: none"> 1. средства и методы обучения технике изучаемых спортивных дисциплин основы организации учебно- 	<ol style="list-style-type: none"> 1. определять причины ошибок и находить пути их устранения 2. обеспечить безопасность 	<ol style="list-style-type: none"> 1. методикой обучения физическим упражнениям 2. методикой устранения ошибок возникающих в процессе

	и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами преподаваемых учебных предметов	тренировочного процесса 2. закономерности формирования двигательных навыков	занимающихся, осуществлять мероприятия по профилактике травматизма 3. организовать работу по физической культуре	обучения 3. приемами страховки при выполнении физических упражнений
--	---	--	---	--

2.5. Карта компетенций учебной дисциплины

Наименование дисциплины		«Оздоровительное прикладное плавание»			
Цели		формирование компетенций в области физической культуры и спорта, знакомство обучающихся с основными понятиями обогащения профессиональных знаний, умений и навыков, необходимых для успешной педагогической деятельности и их использование для успешного решения основных задач физического воспитания в различных образовательных учреждениях и спортивных организациях			
В процессе освоения данного модуля студент формирует и демонстрирует следующие					
Общекультурные компетенции					
Компетенции		Перечень компонентов	Технология формирования	Форма оценочного средства	Уровни освоения компетенции
Индекс	Формулировка				
ОК-8	готовностью поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность	Знать 1. историю возникновения и развития изучаемых физкультурно-спортивных видов 2. основы терминологии по дисциплине основы техники изучаемых спортивных дисциплин Уметь 1. формулировать конкретные задачи обучения и воспитания 2. планировать свою деятельность по изучению и	Практические занятия	Работа на практических занятиях Собеседование Технические нормативы Контрольная работа Тестирование. Зачет Зачет с оценкой	Пороговый: Основные виды организации занятий физической культурой, оздоровительной физической культурой Повышенный: Обозначать свое отношение к результатам своей деятельности, обучения и воспитания обучающихся в процессе занятий физической культурой

		<p>решению задач дисциплины средства и методику развития физических качеств</p> <p>Владеть</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. способами подбора и применения средств и методов обучения 2. организацией планирования, анализа и самооценки своей деятельности. теоретическими и методическими основами организации и проведения занятий 			
Общепрофессиональные компетенции					
ОПК-2	<p>способность осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся</p>	<p>Знать</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. методику оздоровительных и физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами 2. значение и место изучаемых спортивных дисциплин в системе физического воспитания физиологические и психологические основы физической культуры и видов спорта <p>Уметь</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. организовывать оздоровительную и физкультурно-массовую работу с различными возрастными группами населения 2. планировать и 	<p>Практические занятия</p>	<p>Работа на практических занятиях Собеседование Технические нормативы Контрольная работа Тестирование. Зачет Зачет с оценкой</p>	<p>Пороговый: Основы методики обучения, формы организации занятий с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся</p> <p>Повышенный: Основы методики проведения оздоровительных и физкультурно-спортивных занятий с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся</p>

		<p>проводить основные виды занятий по физической культуре оценивания физическое и функциональное состояние обучающихся</p> <p>Владеть</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. организационными приемами работы с занимающимися 2. анализом современных технологий организации и проведения занятий по физическому воспитанию технологией обучения двигательным действиям 			
Профессиональные компетенции					
ПК-4	<p>способность использовать возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами преподаваемых учебных предметов</p>	<p>Знать</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. средства и методы обучения технике изучаемых спортивных дисциплин основы организации учебно-тренировочного процесса закономерности формирования двигательных навыков <p>Уметь</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. определять причины ошибок и находить пути их устранения 2. обеспечить безопасность занимающихся, осуществлять мероприятия по профилактике травматизма организовать работу по физической культуре 	<p>Практические занятия</p>	<p>Работа на практических занятиях Собеседование Технические нормативы Контрольная работа Тестирование. Зачет Зачет с оценкой</p>	<p>Пороговый: Методические особенности организации занятий</p> <p>Повышенный: Основы организации и проведения занятий на различных ступенях обучения и воспитания</p>

	Владеть 1. методикой обучения физическим упражнениям 2. методикой устранения ошибок возникающих в процессе обучения приемами страховки при выполнении физических упражнений			
--	--	--	--	--

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

1. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр № 10	
1. Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего)	48	48	
В том числе:			
Лекции (Л)	-	-	
Практические занятия (ПЗ)	48	48	
Самостоятельная работа студента (всего)	60	60	
В том числе	-	-	
Другие виды СРС	60	60	
Подготовка к практическим занятиям	8	8	
Подготовка к собеседованию	8	8	
Изучение и конспектирование основной литературы	6	6	
Изучение и конспектирование дополнительной литературы	6	6	
Изучение терминологии и основных понятий	8	8	
Подготовка реферата	8	8	
Подготовка к сдаче технических нормативов	8	8	
Подготовка к зачету	8	8	
СРС в период сессии			
Подготовка к сдаче зачета	-	-	
Вид промежуточной аттестации	зачет (З)	3	3
	экзамен (Э)	-	-
ИТОГО: общая трудоемкость	часов	108	108
	зач. ед.	3	3

2. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Содержание разделов дисциплины

№ семестра	№ раздела	Наименование раздела дисциплины	Содержание разделов в дидактических единицах
10	1	Оздоровительное плавание	<p>Организация занятий оздоровительным плаванием в дошкольных учреждениях.</p> <p>Организация занятий оздоровительным плаванием в школе.</p> <p>Начальное обучение плаванию в ДОУ и школе.</p> <p>Подготовительные упражнения по освоению с водой и методика их проведения: передвижение по дну бассейна, погружение в воду, выдохи в воду, всплытие и лежание.</p> <p>Физическое совершенствование с оздоровительной направленностью. Упражнения для изучения техники спортивных способов плавания: кроль на груди, кроль на спине, брасс.</p>

			Совершенствование основных видов плавания, упражнения для совершенствования техники плавания, комплексы упражнений на общее и избирательное развитие силы мышц у пловцов, отстающих в своем развитии физических качеств, комплексы упражнений на развитие техники по способам плавания. Подвижные игры в воде и методика их проведения.
10	2	Прикладное плавание	Организация занятий прикладным плаванием в ДОУ. Организация занятий прикладным плаванием в общеобразовательной школе с разными возрастными группами обучающихся. Анализ техники и методика обучения плаванию способом на боку. Ныряние и прыжки в воду. Погружения из опорного положения: прыжки в воду вниз головой, вниз ногами. Из безопорного положения: погружение вниз ногами либо головой. Поведение в трудных ситуациях связанные с водой, спасение тонущих и помощь пловцам, которые устали, преодоление водных преград.

2.2. Разделы дисциплины, виды учебной деятельности и формы контроля

№ семестра	№ раздела	Наименование раздела дисциплины	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу студентов (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра)
			Л	ПЗ	СРС	Всего	
10	1	Оздоровительное плавание					
10	1.1	Организация занятий по плаванию в ДОУ и школе.	-	2	6	8	1 неделя Собеседование Работа на практических занятиях
10	1.2	Начальное обучение плаванию в ДОУ и школе.	-	6	8	14	1-2 неделя Работа на практических занятиях
10	1.3	Совершенствование техники спортивных способов плавания.	-	8	8	16	3-4 неделя Работа на практических занятиях
10	1.4	Физическое совершенствование с оздоровительной направленностью.	-	8	8	16	5-6 неделя Работа на практических занятиях, выполнение реферата
		Раздел дисциплины № 1	-	24	30	54	
10	2	Прикладное плавание					
10	2.1	Организация занятий прикладным плаванием в ДОУ и школе.	-	2	6	8	7 неделя Работа на практических занятиях

10	2.2	Прикладное плавание способом на боку	-	8	8	16	8-9 неделя Работа на практических занятиях
10	2.3	Ныряние, погружение и прыжки в воду. Приемы освобождения от захватов утопающего	-	6	8	14	10 неделя Работа на практических занятиях, сдача технических нормативов
10	2.4	Поведение в трудных ситуациях, спасение тонущих и помощь уставшему пловцу, преодоление водных преград.	-	8	8	16	11-12 неделя Работа на практических занятиях, сдача технических нормативов
Раздел дисциплины № 2			-	24	30	54	
Всего за 9 семестре			-	48	60	108	Зачет

2.3. Лабораторный практикум не предусмотрен

2.4. Курсовые работы не предусмотрены.

3. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТА

3.1. Виды СРС

№ семестра	№ раздела	Наименование раздела дисциплины	Виды СРС	Всего часов
10	1	Оздоровительное плавание	Подготовка к практическим занятиям Подготовка к собеседованию Изучение и конспектирование основной литературы Изучение и конспектирование дополнительной литературы Изучение терминологии и основных понятий Подготовка реферата Подготовка к сдаче технических нормативов Подготовка к зачету	4 4 4 3 3 4 4 4
Раздел дисциплины №1				30
10	2	Прикладное плавание	Подготовка к практическим занятиям Подготовка к собеседованию Изучение и конспектирование основной литературы Изучение и конспектирование дополнительной литературы Изучение терминологии и основных понятий Подготовка реферата Подготовка к сдаче технических нормативов Подготовка к зачету	4 4 4 3 3 4 4 4
Раздел дисциплины №2				30
ИТОГО в 9 семестре				60

3.2. График работы студента

Семестр № 10

Форма оценочного средства	Условное обозначение	Номер недели											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Собеседование	Сб	Сб	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Работа при подготовке к практическим занятиям	Пз	-	Пз	Пз	Пз	Пз	Пз	Пз	Пз	Пз	Пз	Пз	Пз
Реферат	Р	-	-	-	-	Р	-	-	-	-			
Сдача технических нормативов	Тн	-	-	-	-	-	-	-	-	-	Тн	Тн	Тн
Подготовка к зачету	З	-	-	-	-	-	-	-	-	-			З

3.3. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

В организации самостоятельного изучения тем (вопросов) дисциплины, законодательства РФ, выполнении индивидуальных домашних заданий, обучающимся помогут:

- Учебники и учебно-методические пособия библиотеки университета, имеющиеся на кафедре медико-биологических и психологических основ физического воспитания;

- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»;

- Информационно-справочные и поисковые системы.

Рекомендации по организации самостоятельной работы

Умение самостоятельно работать по изучению программного материала по публикациям в энциклопедических справочниках, книгах, интернет-ресурсах, посвященных организации работы и методике обучения плаванию.

В процессе обучения студенту необходимо:

1. Проводить работу по подготовке к практическим занятиям.

2. Выполнять самостоятельную работу, предполагающую выполнение заданий преподавателя по теме практических занятий, используя рекомендуемую литературу.

3. Готовиться к собеседованию, защите реферата и сдаче зачета по вопросам, предлагаемым преподавателем.

Самостоятельная работа студентов требует специальных умений:

- умение составлять разумный режим работы;

- умение работать над информацией (составлять план текста, находить справочные сведения, выделять главную мысль);

- умение производить основные мыслительные операции: анализ, синтез, сравнение, обобщение и т.д.;

- умение работать в библиотеке, пользоваться каталогами;

- умение преодолевать внутренние и внешние трудности.

Для самостоятельной работы большое значение имеет компьютерное обучение. Важным этапом является и организация контроля знаний. Это собеседование, контрольные проверки и др.

3.3.1. Примерные темы рефератов к разделу №1

1. Общая характеристика, особенности и классификация плавания.
2. Организация работы по плаванию с детьми в образовательных учреждениях
3. Организация работы по плаванию в дошкольных учреждениях
4. Организация работы по плаванию с детьми в школе
5. Организация работы по плаванию в детских оздоровительных лагерях
6. Организация и проведение соревнований и водных праздников
7. Влияние плавания на организм человека. Значение систематичности занятий плаванием
8. Методика обучения плаванию способом кроль на груди

9. Методика обучения плаванию способом кроль на спине
10. Методик начального обучения плаванию дошкольников
11. Спортивное плавание, основные стили плавания.
12. Оздоровительное значение плавания и его влияние на организм занимающихся.
13. Прикладное значение плавания. Прикладное плавание для детей.

4. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (см. Фонд оценочных средств)

4.1. Рейтинговая система оценки знаний обучающихся по учебной дисциплине не используется.

5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Основная литература

№ п/п	Автор (ы), наименование, место издания и издательство, год	Используется при изучении разделов	Семестр	Количество экземпляров	
				В библиотеке	На кафедре
1	2	3	4	5	6
1	Булгакова, Н. Ж. Теория и методика плавания: учебник / Н. Ж. Булгакова, О. И. Попов, Е. А. Распопова; под ред. Н. Ж. Булгаковой. - Москва : Академия, 2014. - 320 с.	1-2	10	10	
2	Плавание: учебник для вузов / под общ. ред. Н. Ж. Булгаковой. - М. : Физкультура и спорт, 2001. - 400 с.	1-2	10	15	

5.2. Дополнительная литература

№ п/п	Автор (ы), наименование, место издания и издательство, год	Используется при изучении разделов	Семестр	Количество экземпляров	
				В библиотеке	На кафедре
1	2	3	4	5	6
1	Петрова, Н.Л. Плавание: Начальное обучение с видеокурсом / Н.Л. Петрова, В.А. Баранов. - М. : Человек, 2013. - 148 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-906131-07-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=298253	1-2	10	ЭБС	

	(15.08.2019).				
2	Викулов, А.Д. Плавание: учебное пособие. - М. : Владос, 2004. - 367 с.	1-2	10		
3	Голякова, Н.Н. Оздоровительная аэробика : учебно-методическое пособие / Н.Н. Голякова. - М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 145 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-4900-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=426428 (15.08.2019).	1	10	ЭБС	

5.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы:

1. ВООК.ru [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://www.book.ru> (дата обращения: 15.08.2019).
2. East View [Электронный ресурс]: [база данных]. - Доступ к полным текстам статей научных журналов из сети РГУ имени С. А. Есенина. - Режим доступа: <https://dlib.eastview.com> (дата обращения: 15.08.2019).
3. Royal Society of Chemistry journals [Электронный ресурс] : [база данных]. – Доступ к полным текстам архива научных журналов 1841-2007 гг. из сети РГУ имени С.А. Есенина. Режим доступа: <http://pubs.rsc.org/en/Journals?key=Title&value=Current> (дата обращения: 15.08.2019).
4. Znanium.com [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://znanium.com> (дата обращения: 15.08.2019).
5. Труды преподавателей [Электронный ресурс]: коллекция // Электронная библиотека Научной библиотеки РГУ имени С. А. Есенина. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://dspace.rsu.edu.ru/xmlui/handle/123456789/3> (дата обращения: 15.08.2019).
6. Университетская библиотека ONLINE [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=main_ub_red (дата обращения: 15.08.2019).
7. Электронная библиотека диссертаций [Электронный ресурс] : официальный сайт / Рос. гос. б-ка. - Москва : Рос. гос. б-ка, 2003 -. - Доступ к полным текстам из комплексного читального зала НБ РГУ имени С. А. Есенина. - Режим доступа: <http://diss.rsl.ru> (дата обращения: 15.08.2019).
9. Юрайт [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <https://www.biblio-online.ru> (дата обращения: 15.08.2019).
10. Лань [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа <http://e.lanbook.com> (дата обращения: 15.08.2019).

5.4. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее - сеть «Интернет»), необходимых для освоения дисциплины (модуля)

1. eLIBRARY.RU [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. - Режим доступа: <http://elibrarv.ru/defaultx.asp>, свободный (дата обращения: 15.08.2019).
2. КиберЛенинка [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. - Режим доступа: <https://cvberleninka.ru/>? свободный (дата обращения: 15.08.2019).
3. EqWorld. The World of Mathematical Equations [Электронный ресурс] : Международный научно-образовательный сайт. - Режим доступа: <http://eqworld.ipmnet.ru/indexr.htm>, свободный (дата обращения: 15.08.2019).
4. Prezentacva.ru [Электронный ресурс]: образовательный портал. - Режим доступа: <http://prezentacva.ru>. свободный (дата обращения: 15.08.2019).
5. Библиотека методических материалов для учителя [Электронный ресурс] : образовательный портал // Инфоурок. - Режим доступа: <https://infourok.ru/biblioteka>. свободный (дата обращения: 15.08.2019).
6. Единое окно доступа к образовательным ресурсам [Электронный ресурс] : федеральный портал. - Режим доступа: <http://window.edu.ru>, свободный (дата обращения: 15.08.2019).
7. Российский общеобразовательный портал [Электронный ресурс] : [образовательный портал]. - Режим доступа: <http://www.school.edu.ru>. свободный (дата обращения: 15.08.2019).
8. Российская педагогическая энциклопедия [Электронный ресурс] : электронная энцикл. // Гумер — гуманитарные науки. - Режим доступа: http://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Pedagog/resspenc/mdexphp, свободный (дата обращения: 15.08.2019).
9. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов [Электронный ресурс] // Единое окно доступа к образовательным ресурсам. - Режим доступа: <http://fcior.edu.ru>. свободный (дата обращения: 15.08.2019).
10. Журнал «Теория и практика физической культуры» — <http://www.teoriya.ru> (15.08.2019)
11. Журнал «Физическая культура в школе» - <http://www.shkola-press.ru> (15.08.2019)
12. Журнал «Физкультура и спорт» - <http://www.fismag.ru> (15.08.2019)

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

6.1. Требования к аудиториям (помещениям, местам) для проведения занятий: бассейн для проведения практических занятий, стандартно оборудованные раздевалки, лекционные аудитории для проведения контрольных работ и письменного тестирования. Компьютерный класс для проведения компьютерного тестирования.

6.2. Требования к оборудованию рабочих мест преподавателя и обучающихся: видеопроектор, ноутбук, переносной экран. В компьютерных классах установлены средства MS Office: Word, Excel, Power Point и др.

6.3. Требования к специализированному оборудованию: плавательные доски, ласты, мячи, спасательные средства, секундомер.

7. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Интерактивные формы занятий ФГОС ВО не предусмотрены

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Вид учебных занятий	Организация деятельности студента
Практические занятия	Проработка рабочей программы дисциплины, уделяя особое внимание целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом (указать текст из источника и др.) и др.
Индивидуальные задания	Знакомство с основной и дополнительной литературой, включая справочные издания, зарубежные источники, конспект основных положений, терминов, сведений, требующихся для запоминания и являющихся основополагающими в этой теме. Составление аннотаций к прочитанным литературным источникам и др.
Реферат	<i>Реферат:</i> Поиск литературы и составление библиографии, использование от 3 до 5 научных работ, изложение мнения авторов и своего суждения по выбранному вопросу; изложение основных аспектов проблемы. Ознакомиться со структурой и оформлением реферата.
Технические нормативы	Технические нормативы выполняется для оценки усвоения техники спортивных способов плавания.
Подготовка к зачету	При подготовке к зачету необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др.

9. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ, ВКЛЮЧАЯ ПЕРЕЧЕНЬ ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ И ИНФОРМАЦИОННЫХ СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ

- возможность консультирования обучающихся преподавателями посредством электронной почты

10.ТРЕБОВАНИЯ К ПРОГРАММНОМУ ОБЕСПЕЧЕНИЮ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА.

Перечень информационных технологий (лицензионное программное обеспечение, информационно-справочные системы)

Стандартный набор ПО (для кафедральных ноутбуков):

Антивирус Kaspersky Endpoint Security (договор №14/03/2018-0142 от 30/03/2018г.);

Офисное приложение Libre Office (свободно распространяемое ПО);

Архиватор 7-zip (свободно распространяемое ПО);

Браузер изображений Fast Stone ImageViewer (свободно распространяемое ПО);

PDF ридер Foxit Reader (свободно распространяемое ПО);

Медиа проигрыватель VLC media player (свободно распространяемое ПО);

Запись дисков Image Burn (свободно распространяемое ПО);

DJVU браузер DjVuBrowser Plug-in (свободно распространяемое ПО);

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Паспорт фонда оценочных средств по дисциплине для промежуточного контроля успеваемости

№ п/п	Контролируемые разделы дисциплины	Код контролируемой компетенции	Наименование оценочных средств
1.	Оздоровительное плавание	ОК-8, ОПК-2, ПК-4	Зачет
2.	Прикладное плавание		

ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Индекс компетенции	Содержание компетенции	Элементы компетенции	Индекс элемента
ОК-8	готовностью поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность	знать	
		1. историю возникновения и развития изучаемых физкультурно-спортивных видов	ОК8 31
		2 основы терминологии по дисциплине	ОК8 32
		3. основы техники изучаемых спортивных дисциплин	ОК8 33
		уметь	
		3. формулировать конкретные задачи обучения и воспитания	ОК8 У1
		4. планировать свою деятельность по изучению и решению задач дисциплины	ОК8 У2
		3. средства и методику развития физических качеств	ОК8 У3
		Владеть	
		3. способами подбора и применения средств и методов обучения	ОК8 В1
		2. организацией планирования, анализа, самооценки своей деятельности.	ОК8 В2
3. теоретическими и методическими основами организации и проведения занятий	ОК8 В3		
ОПК-2	способность осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых	знать	
		3. методику оздоровительных и физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами	ОПК2 31
		2. значение и место изучаемых спортивных дисциплин в системе физического воспитания	ОПК2 32
		3. физиологические и психологические основы физической культуры и видов спорта	ОПК2 33
		уметь	
3. организовывать оздоровительную и физкультурно-массовую работу с различными возрастными группами	ОПК2 У1		

	образовательных потребностей обучающихся	населения	
		2. планировать и проводить основные виды занятий по физической культуре	ОПК2 У2
		3. оценивания физическое и функциональное состояние обучающихся	ОПК2 У3
		владеть	
		3. организационными приемами работы с занимающимися	ОПК2 В1
		2. анализом современных технологий организации и проведения занятий по физическому воспитанию	ОПК2 В2
		3. технологией обучения двигательным действиям	ОПК2 В3
ПК-4	способность использовать возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами преподаваемых учебных предметов	знать	
		2. средства и методы обучения технике изучаемых спортивных дисциплин	ПК4 З1
		3. основы организации учебно-тренировочного процесса	ПК4 З2
		3. закономерности формирования двигательных навыков в процессе обучения	ПК4 З3
		уметь	
		3. определять причины ошибок и находить пути их устранения	ПК4 У1
		2. обеспечить безопасность занимающихся, осуществлять мероприятия по профилактике травматизма	ПК4 У2
		3. организовать работу по физической культуре	ПК4У3
		владеть	
		3. методикой обучения физическим упражнениям	ПК4 В1
		2. методикой устранения ошибок возникающих в процессе обучения	ПК4 В2
		3. приемами страховки при выполнении физических упражнений	ПК4 В3

КОМПЛЕКТ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ (Зачет с оценкой - разделы 5,7,8,9)

№	Содержание оценочного средства	Индекс оцениваемой компетенции и ее элементов
1	Виды плавательного спорта	ОК8 З1, ОК6 В2
2	Обязанности главного судьи соревнований	ОПК2 У1
3	Методика обучения спортивного способа кроль на груди	ОК8 З3, В2; ПК4 З1; ОПК2 В1
4	Методика обучения спортивного способа кроль на спине	ОК8 З3, В2; ПК4 З1; ОПК2 В1
5	Особенности организации и проведения детских соревнований по плаванию	ОПК2 У1; ОК6 В3
6	Методика обучения спортивного способа брасс	ОК8 З3, В2; ПК4 З1; ОПК2 В1
7	Принципы комплектования групп начального обучения	ОК8 В3, ПК4 У2, В2

8	Состав судейской коллегии на соревнованиях по плаванию	ОПК2 У1
9	Особенности физического развития детей, занимающихся плаванием	ОПК2 33, У3
10	Массовое обучение плаванию детей в детских садах, домашних условиях	ОПК2 31, У1, В3
11	Подготовительные упражнения, для освоения с водной средой и их последовательность	ОК8 В3; ПК4 У2, В2
12	Характеристика, анализ и методика обучения стартов с тумбочки	ОК8 33, В1; ПК4 У1, В1, ОПК2 В1
13	Характеристика, анализ и методика обучения стартов с низу	ОК8 33, В1; ПК4 У1, В1, ОПК2 В1
14	Место и значение плавания в физическом воспитании	ОПК2 32
15	Методика проведения подготовительных упражнений на суше и в воде	ОК8 У1; ОПК2 В2,3
16	Профилактика травм и несчастных случаев на занятиях по плаванию	ПК4 У2
17	Требования, предъявляемые к уроку по плаванию	ОК8 В3; ПК4 У2, В2
18	Организация работы по плаванию в оздоровительных лагерях	ОПК2 31, У1, В3
19	Подготовительные упражнения на суше и в воде, способствующие совершенствованию технике движения рук способом брасс	ОК6 В1; ПК4 У1, В2, ОПК2 В1
20	Подготовительные упражнения на суше и в воде, способствующие совершенствованию технике движения ног способом брасс	ОК8 В1; ПК4 У1, В2, ОПК2 В1
21	Подготовительные упражнения на суше и в воде, способствующие совершенствованию технике движения рук способом кроль на груди	ОК8 В1; ПК4 У1, В2, ОПК2 В1
22	Подготовительные упражнения на суше и в воде, способствующие совершенствованию технике движения рук способом кроль на спине	ОК8 В1; ПК4 У1, В2, ОПК2 В1
23	Общая схема обучения плаванию	ОК6 У1; ОПК2 В2,3
24	Составления положения о соревнованиях по плаванию	ОПК2 У1
25	Игры и развлечения в воде, их значение	ОК8 У2, В2
26	Оздоровительное плавание	ОК8 33, В1; ПК4 У1, В1, ОПК2 В1
27	Прикладные виды плавания и их характеристика.	ОК8 33, В1; ПК4 У1, В1, ОПК2 В1

ПОКАЗАТЕЛИ И КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

(Шкалы оценивания)

Результаты выполнения обучающимся заданий на зачете оцениваются по шкале «зачтено» - «не зачтено».

В основе оценивания лежат критерии порогового и повышенного уровня характеристик компетенций или их составляющих частей, формируемых на

учебных занятиях по дисциплине «Отечественные виды единоборств» (Таблица 2.5. Карта компетенций рабочей программы дисциплины).

«Зачтено» – оценка соответствует повышенному уровню и выставляется обучающемуся, если он глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами применения знаний, причем не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, использует в ответе материал монографической литературы, правильно обосновывает принятое решение, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.

«Зачтено» - оценка соответствует повышенному уровню и выставляется обучающемуся, если он твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос или выполнении заданий, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.

«Зачтено» - оценка соответствует пороговому уровню и выставляется обучающемуся, если он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, демонстрирует недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических работ.

«Не зачтено» - оценка выставляется обучающемуся, который не достигает порогового уровня, демонстрирует непонимание проблемы, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы.