

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
ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
(элективные дисциплины по физической культуре и спорту)
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: Теории и методики физического воспитания и спортивных
дисциплин

Рязань 2019

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целями освоения дисциплины «Прикладная физическая культура (элективные дисциплины по физической культуре и спорту) Плавание» являются формирование компетенций в области физической культуры и спорта, 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 «Прикладная физическая культура (элективные дисциплины по физической культуре и спорту) Плавание» относится к дисциплинам по выбору Вариативной части Блока 1 (Б1.В.ДВ).

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

- История физической культуры и спорта
- Психология
- Возрастная анатомия и физиология

2.3. Перечень последующих учебных дисциплин и модулей, для которых необходимы знания, умения, владение, формируемые данного учебного модуля:

- Методика обучения в области физической культуры
- Фитнес и его разновидности
- Легкая атлетика
- Производственные практики:
- Педагогическая практика по физическому воспитанию в дошкольных образовательных организациях
- Педагогическая практика по физическому воспитанию в школе
- 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	<ol style="list-style-type: none"> 1. средства и методы обучения технике изучаемых спортивных дисциплин основы 	<ol style="list-style-type: none"> 1. определять причины ошибок и находить пути их устранения 	<ol style="list-style-type: none"> 1. методикой обучения физическим упражнениям 2. методикой устранения

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

2.5. Карта компетенций учебной дисциплины

Наименование дисциплины	«Прикладная физическая культура»				
Цели	формирование компетенций в области физической культуры и спорта, 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				
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	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

		<p>воспитания</p> <p>2. планировать свою деятельность по изучению и решению задач дисциплины средства и методику развития физических качеств</p> <p>Владеть</p> <p>1. способами подбора и применения средств и методов обучения</p> <p>2. организацией планирования, анализа и самооценки своей деятельности. теоретическими и методическими основами организации и проведения занятий</p>			физической культурой
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> <p>1. методику оздоровительных и физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами</p> <p>2. значение и место изучаемых спортивных дисциплин в системе физического воспитания физиологические и психологические основы физической культуры и видов спорта</p> <p>Уметь</p> <p>1. организовывать оздоровительную и</p>	Практические занятия	<p>Работа на практических занятиях</p> <p>Собеседование</p> <p>Технические нормативы</p> <p>Контрольная работа</p> <p>Тестирование.</p> <p>Зачет</p> <p>Зачет с оценкой</p>	<p>Пороговый:</p> <p>Основы методики обучения, формы организации занятий с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся</p> <p>Повышенный:</p> <p>Основы методики проведения оздоровительных и физкультурно-спортивных занятий с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся</p>

		<p>физкультурно-массовую работу с различными возрастными группами населения</p> <p>2. планировать и проводить основные виды занятий по физической культуре оценивания физическое и функциональное состояние обучающихся</p> <p>Владеть</p> <p>1. организационными приемами работы с занимающимися</p> <p>2. анализом современных технологий организации и проведения занятий по физическому воспитанию технологией обучения двигательным действиям</p>			
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> <p>1. средства и методы обучения технике изучаемых спортивных дисциплин основы организации учебно-тренировочного процесса закономерности формирования двигательных навыков</p> <p>Уметь</p> <p>1. определять причины ошибок и находить пути их устранения</p> <p>2. обеспечить</p>	<p>Практические занятия</p>	<p>Работа на практических занятиях</p> <p>Собеседование</p> <p>Технические нормативы</p> <p>Контрольная работа</p> <p>Тестирование.</p> <p>Зачет</p> <p>Зачет с оценкой</p>	<p>Пороговый:</p> <p>Методические особенности организации занятий</p> <p>Повышенный:</p> <p>Основы организации и проведения занятий на различных ступенях обучения и воспитания</p>

	<p>безопасность занимающихся, осуществлять мероприятия по профилактике травматизма организовать работу по физической культуре</p> <p>Владеть</p> <ol style="list-style-type: none">1. методикой обучения физическим упражнениям2. методикой устранения ошибок возникающих в процессе обучения приемами страховки при выполнении физических упражнений			
--	---	--	--	--

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

1. ОБЪЕМ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы	Всего	Семестры		
		№ 4	№ 5	№ 6
		часов	часов	часов
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего))	114	36	36	42
В том числе:	-	-	-	-
Лекции (Л)	-	-	-	-
Практические занятия (ПЗ), семинары (С)	114	36	36	42
Лабораторные работы (ЛР)	-	-	-	-
Самостоятельная работа студента (всего)		-	-	-
В том числе	-	-	-	-
СРС в семестре		-	-	-
Курсовой проект (работа)				
Другие виды СРС		-	-	-
Работа при подготовке к практическим занятиям	-	-	-	-
Работа при подготовке к сдаче технических нормативов	-	-	-	-
Выполнение индивидуальных домашних заданий	-	-	-	-
СРС в период сессии		-	-	-
Вид промежуточной				
ИТОГО: общая трудоемкость				

2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Содержание разделов учебной дисциплины

№ семестра	№ раздела	Наименование раздела учебной дисциплины	Содержание раздела в дидактических единицах
4	1	Основы техники плавания способом кроль	Характеристика плавания как эффективного средства физического воспитания и как вида спорта. Типы уроков и их характеристика. Комплектование учебных групп в соответствии с возрастом и подготовленностью занимающихся. Анализ техники и техника плавания способом кроль. Техника стартов и поворотов при плавании способом кроль на груди и спине.
5	2	Основы техники плавания способом «дельфин»	Правила техники безопасности при обучении плаванию. Основные средства обучения плаванию и их характеристика. Анализ техники и техника плавания способом

			«дельфин». Техника стартов и поворотов при плавании способом «дельфин».
6	3	Основы техники плавания способом брасс	<p>Спортивные способы плавания и дистанции. Характер соревнований. Положение о соревнованиях по плаванию (цели и задачи; время и место проведения; участники соревнования; программа; условия проведения; определение победителей; награждение победителей; сроки и место подачи предварительных, именных технических заявок и индивидуальных карточек спортсменов).</p> <p>Состав судейской коллегии и их обязанности.</p> <p>Анализ техники и техника плавания способом брасс.</p> <p>Техника стартов и поворотов при плавании способом брасс.</p>

2.2. Разделы учебной дисциплины, виды учебной деятельности и формы контроля

№ семестра	№ раздела	Наименование раздела учебного модуля	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу студентов (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра)
			ПЗ	СРС	Всего	
4	1	Основы техники плавания способом кроль				
4	1.1	Место и значение плавания в системе физического воспитания	2	-	2	<i>1 неделя</i> Работа на практических занятиях.
4	1.2	Техника плавания способом кроль на груди	12	-	12	<i>7 неделя</i> выполнение технических нормативов
4	1.3	Формы организации занятий плаванием	2	-	2	<i>9 неделя</i> Собеседование <i>18 неделя</i> Тестирование
4	1.4	Техника стартов и поворотов в плавания способом кроль на груди	6	-	6	<i>11 неделя</i> выполнение технических нормативов
4	1.5	Техника плавания способом кроль на спине	8	-	8	<i>14 неделя</i> выполнение технических нормативов
4	1.6	Техника стартов и поворотов в плавании способом кроль на спине	6	-	6	<i>17 неделя</i> Работа на практических занятиях. выполнение технических нормативов
		Раздел дисциплины №1	36	-	36	Зачет
5	2	Основы техники плавания способом «дельфин»				
5	2.1	Основные средства обучения плаванию и их характеристика	2	-	2	<i>1 неделя</i> Работа на практическом занятии

5	2.2	Совершенствование техники плавания способом кроль, стартов и поворотов способом кроль	6	-	6	2-4 неделя Работа на практических занятиях. Контрольная работа
5	2.3	Техника плавания способом «дельфин»	16	-	16	5-12неделя Работа на практических занятиях, выполнение технических нормативов
5	2.4	Техника стартов и поворотов при плавания способом дельфин.	12	-	12	13-18 неделя выполнение технических нормативов Тестирование.
		Раздел дисциплины №2	36	-	36	
6	3	Основы методики обучения и техника плавания способом брасс				
6	3.1	Организация и проведение соревнований по плаванию	2	-	2	1 неделя Собеседование
6	3.2	Техника плавания способом брасс.	14	-	14	1-6 неделя Контрольная работа выполнение технических нормативов
6	3.3	Техника стартов и поворотов при плавания способом брасс	12	-	12	6-10неделя Работа на практических занятиях, выполнение технических нормативов
6	3.4	Техника плавания способом брасс на спине.	14	-	14	10-14 неделя Работа на практических занятиях, выполнение технических нормативов
		Раздел дисциплины № 3	42	-	42	Зачет с оценкой
		ИТОГО	114	-	114	

2.3. Лабораторный практикум не предусмотрен.

2.4. Курсовые работы не предусмотрены.

3. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТА

Самостоятельная работа студента не предусмотрена учебным планом

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

Самостоятельная работа учебным планом не предусмотрена.

4. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО МОДУЛЯ (см. Фонды 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.	1-3	4-6	10	

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 (15.08. 2019).	1-3	4	ЭБС	
2	Викулов, А.Д. Плавание: учебное пособие.	1-3	4-6		

	- М. : Владос, 2004. - 367 с.				
3	Плавание: учебник для вузов / под общ. ред. Н. Ж. Булгаковой. - М. : Физкультура и спорт, 2001. - 400 с.	1-3	4-6	15	

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-onJine.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. Prezentacya.ru [Электронный ресурс]: образовательный портал. - Режим доступа: <http://prezentacya.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: гимнастические снаряды, палки, скакалки, 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.
Выполнение технических нормативов	Выполнение техники, стартов и поворотов изученных способов плавания. Проплывание на время дистанции 100 м изученным способом плавания.
Тестирование	Работа с конспектом основной и дополнительной литературы, подготовка ответов на вопросы.
Подготовка к зачету с оценкой	При подготовке к зачету необходимо ориентироваться на конспекты практических занятий, 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 посредством электронной почты

10. ТРЕБОВАНИЯ К ПРОГРАММНОМУ ОБЕСПЕЧЕНИЮ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА:

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.	Основы техники плавания способом кроль	ОК-8, ОПК-2, ПК-4	Зачет Зачет с оценкой
2.	Основы техники плавания способом «дельфин»	ОК-8, ОПК-2, ПК-4	
3.	Основы техники плавания способом брасс	ОК-8, ОПК-2, ПК-4	

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 образовательных потребностей обучающихся	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 населения	ОПК2 У1
		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 31
		3. основы организации учебно-тренировочного процесса	ПК4 32
		3. закономерности формирования двигательных навыков в процессе обучения	ПК4 33
		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)

№	Содержание оценочного средства	Индекс оцениваемой компетенции и ее элементов
1	Виды плавательного спорта	ОК8 31, ОК6 В2
2	Основные виды подготовки пловца	ПК4 32, У3

3	Обязанности главного судьи соревнований	ОПК2 У1
4	Анализ техники спортивного способа кроль на груди	ОК8 33, В2; ПК4 31; ОПК2 В1
5	Анализ техники спортивного способа кроль на спине	ОК8 33, В2; ПК4 31; ОПК2 В1
6	Особенности организации и проведения детских соревнований по плаванию	ОПК2 У1; ОК6 В3
7	Анализ техники спортивного способа брасс	ОК8 33, В2; ПК4 31; ОПК2 В1
8	Принципы комплектования групп начального обучения	ОК8 В3, ПК4 У2, В2
9	Состав судейской коллегии на соревнованиях по плаванию	ОПК2 У1
10	Анализ техники спортивного способа «дельфин»	ОК8 33, В1; ПК4 У1, В1
11	Особенности физического развития детей, занимающихся плаванием	ОПК2 33, У3
12	Плавание в в детских садах, домашних условиях	ОПК2 31, У1, В3
13	Подготовительные упражнения, для освоения с водной средой и их последовательность	ОК8 В3; ПК4 У2, В2
14	Характеристика стартов с тумбочки	ОК8 33, В1; ПК4 У1, В1, ОПК2 В1
15	Характеристика стартов с низу	ОК8 33, В1; ПК4 У1, В1, ОПК2 В1
16	Место и значение плавания в физическом воспитании	ОПК2 32
17	Подготовительные упражнения на суше и в воде	ОК8 У1; ОПК2 В2,3
18	Характеристика открытого поворота маятником кроль на груди	ОК8 33, В1; ПК4 У1, В1, ОПК2 В1
19	Профилактика травм и несчастных случаев на занятиях по плаванию	ПК4 У2
20	Характеристика поворотов спортивных способов «дельфин», брасс	ОК8 33, В1; ПК4 У1, В1, ОПК2 В1
21	Требования, предъявляемые к уроку по плаванию	ОК8 В3; ПК4 У2, В2
22	Организация работы по плаванию в оздоровительных лагерях	ОПК2 31, У1, В3
23	Характеристика поворота кроль на спине	ОК6 33, В1; ПК4 У1, В1, ОПК2 В1
24	Подготовительные упражнения на суше и в воде, способствующие совершенствованию технике движения рук способом брасс	ОК6 В1; ПК4 У1, В2, ОПК2 В1
25	Анализ техники движения рук и ног в спортивном способе кроль на груди	ОК8 33, В1; ПК4 У1, В1, ОПК2 В1
26	Подготовительные упражнения на суше и в воде, способствующие совершенствованию технике движения ног способом брасс	ОК8 В1; ПК4 У1, В2, ОПК2 В1
27	Анализ техники движения рук и ног в спортивном способе «дельфин»	ОК8 33, В1; ПК4 У1, В1, ОПК2 В1
28	Подготовительные упражнения на суше и в воде, способствующие совершенствованию технике движения рук способом кроль на груди	ОК8 В1; ПК4 У1, В2, ОПК2 В1
29	Анализ техники движения рук и ног в спортивном способе брасс	ОК8 33, В1; ПК4 У1, В1, ОПК2 В1
30	Подготовительные упражнения на суше и в воде, способствующие совершенствованию технике движения рук способом «дельфин»	ОК8 В1; ПК4 У1, В2, ОПК2 В1
31	Анализ техники движения рук и ног в спортивном	ОК6 33, В1; ПК4 У1, В1, ОПК2

	способе кроль на спине	В1
32	Общая схема обучения плаванию	ОК6 У1; ОПК2 В2,3
33	Анализ техники движения рук и ног в спортивном способе кроль на спине	ПК4 У1, В1, ОПК2 В1
34	Составления положения о соревнованиях по плаванию	ОПК2 У1
35	Анализ техники движению рук и ног в способе «дельфин»	ПК4 У1, В1, ОПК2 В1
36	Физиологические процессы происходящие при занятиях плаванием	ОПК2 33, У3,
37	Анализ техники движению рук и ног в спортивном способе брасс	ОК6 33, В1; ПК4 У1, В1, ОПК2 В1
38	Требования, предъявляемые к открытому водоему. Выбор места для занятий	ОК8 У1; ОПК2 В2,3
39	Игры и развлечения в воде, их значение	ОК8 У2, В2
40	Особенности проведения занятий на открытом водоеме	ОПК2 31, У1, В3
41	Типы уроков, их характеристика и значение	ОК8 33, В1; ПК4 33, 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 «Прикладная физическая культура» (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.

Результаты выполнения обучающимся заданий на зачете с оценкой оцениваются по пятибалльной шкале.

В основе оценивания лежат критерии порогового и повышенного уровня характеристик компетенций или их составляющих частей, формируемых на учебных занятиях по дисциплине «Прикладная физическая культура» (Таблица 2.5. Карта компетенций рабочей программы дисциплины).

Отлично» (5) – 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.

«Хорошо» (4) - 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.

«Удовлетворительно» (3) - 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.

«Неудовлетворительно» (2) - 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.