

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РЯЗАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ С.А. ЕСЕНИНА»

УТВЕРЖДАЮ
Декан факультета
физической культуры и спорта
доцент П.В. Левин


«30» августа 2020 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «ПЛАВАНИЕ»

Уровень основной профессиональной образовательной программы:
бакалавриат

Направление подготовки: **44.03.01 Педагогическое образование**

Направленность (профиль) подготовки: **Физическая культура**

Форма обучения: очная

Срок освоения ОПОП: нормативный – 4 года

Факультет: физической культуры и спорта

Кафедра: Теории и методики физического воспитания и спортивных дисциплин

Рязань 2020

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целями освоения дисциплины «Плавание» являются развитие у обучающихся личностных качеств, формирование универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций в соответствии с требованиями ФГОС ВО по данному направлению подготовки, позволяющих выпускнику успешно работать в сфере физической культуры и спорта и быть устойчивым на рынке труда.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВУЗА

2.1. Дисциплина «Плавание» Б1.О.06.13.02 относится к «Базовым видам физкультурно-спортивной деятельности» Б1.О.06.13 Предметно-методического модуля Б1.О.06. Блока 1.

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

История физической культуры и спорта
Анатомия
Основы здорового образа жизни
Подвижные игры
Спортивные сооружения

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

- Основы методики лечебной физической культуры
- Основы физической реабилитации
- Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование
- Теория и методика физической культуры
- Производственная (педагогическая) практика (преподавательская)
- Производственная практика (преддипломная)

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

Изучение данной дисциплины направлено на формирование у обучающихся универсальных (УК), общепрофессиональных (ОПК) и профессиональных (ПК) компетенций:

| № п/п | Код и содержание компетенции | Код и наименование индикатора достижения компетенции | Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине В результате изучения дисциплины обучающиеся должны | | |
|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | | | Знать | Уметь | Владеть |
| 1. | ПК-1. Способен осваивать и использовать базовые научно-теоретические знания и практические умения по предмету в профессиональной деятельности | ПК-1.1. Объясняет (интерпретирует) содержание, сущность, закономерности, особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области; принципы, определяющие место предмета в общей картине мира | <ol style="list-style-type: none"> 1. Значение и место плавания в системе физического воспитания, науке и образовании 2. Основы начального обучения плаванию 3. Характеристику плавания как эффективного средства физического воспитания и как вида спорта | <ol style="list-style-type: none"> 1. Применять методы организации учебной деятельности на занятиях по плаванию 2. Использовать в своей деятельности терминологию плавания 3. Проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность | <ol style="list-style-type: none"> 1. Основами проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении плавания 2. Навыками планирования и проведения занятий по обучению технике плавания 3. Техникой способов плавания и прикладного плавания на уровне выполнения контрольных нормативов |
| 2. | ПК-3. Способен реализовывать образовательные программы различных уровней в соответствии с современными методиками и | ПК-3.2. Осуществляет отбор предметного содержания, методов, приемов и технологий, в том числе информационных, обучения, организационных форм учебных занятий, средств диагностики в соответствии с | <ol style="list-style-type: none"> 1. Методики и методические приемы обучения способам плавания 2. Методики развития физических качеств средствами плавания | <ol style="list-style-type: none"> 1. Применять методы организации учебной деятельности на занятиях по плаванию 2. Использовать методы, средства и методические | <ol style="list-style-type: none"> 1. Проведением комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста |

| | | | | | |
|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | технологиями, в том числе информационными, для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса | планируемыми результатами обучения | 3. Типы уроков плавания и их характеристику | приемы при проведении занятий по плаванию 3. Применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся | контингента занимающихся 2. Навыками проведения фрагмента занятия по плаванию по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося 3. Навыками выбора средств, методов обучения |
| | ПК-3.4. Формирует познавательную мотивацию обучающихся в рамках урочной и внеурочной деятельности | | 1. Значение и виды плавания 2. Воспитательные возможности занятий плаванием 3. Методики проведения физкультурно-спортивного праздника на воде, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами плавания | 1. Осуществлять подготовку обучающихся к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях 2. Показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в плавании 3. Контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении способов плавания 4. Соблюдать правила техники безопасности | 1. Навыками комплектования учебных групп в соответствии с возрастом и подготовленностью занимающихся 2. Навыками организации обучающихся на занятиях плаванием 3. Методами и средствами формирования двигательного навыка в плавании |

| | | | | | |
|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3 | ПК-7. Способен проектировать индивидуальные образовательные маршруты обучающихся по преподаваемым учебным предметам | ПК-7.4. Использует различные средства оценивания индивидуальных достижений обучающихся при изучении учебных предметов | <ol style="list-style-type: none"> 1. Методики контроля и оценки технической и физической подготовленности занимающихся на занятиях плаванием 2. Закономерности формирования двигательного навыка в плавании 3. Основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели | <ol style="list-style-type: none"> 1. Оценивать качество выполнения упражнений 2. Определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений 3. Использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся 4. Оценивать результаты учебной деятельности обучающихся на основе объективных методов контроля | <ol style="list-style-type: none"> 1. Навыками подбора приемов и средств для устранения ошибок в технике выполнения упражнений 2. Методами диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся 3. Методиками контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях плаванием |
|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

1. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

| Вид учебной работы | | Всего часов | Семестр № 2 | Семестр № 4 |
|--------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| 1. Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего) | | 52 | 34 | 18 |
| В том числе: | | | | |
| Лекции (Л) | | 4 | 4 | |
| Практические занятия (ПЗ), семинары (С) | | 48 | 30 | 18 |
| Лабораторные работы (ЛР) | | | | |
| Иные виды занятий | | | | |
| 2. Самостоятельная работа студента (всего) | | 92 | 38 | 54 |
| 3. Курсовая работа | КП | | | |
| | КР | | | |
| Вид промежуточной аттестации | зачет (З) | 3 | 3 | |
| | экзамен (Э) | Э | | Э |
| ИТОГО: общая трудоемкость | часов | 144 | 72 | 72 |
| | зач. ед. | 4 | 2 | 2 |

Дисциплина частично реализуется с применением дистанционных образовательных технологий

2. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Содержание разделов дисциплины

| № семестра | № раздела | Наименование раздела дисциплины | Содержание раздела в дидактических единицах |
|------------|-----------|-------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2 | 1 | Плавание в системе физического воспитания | <p>Значение и место плавания в системе физического воспитания.</p> <p>Характеристика плавания как эффективного средства физического воспитания и как вида спорта.</p> <p>Обучение навыкам плавания, постановка задач, выбор средств, методов, организация обучающихся. Начальное обучение плаванию.</p> <p>Типы уроков и их характеристика. Комплектование учебных групп в соответствии с возрастом и подготовленностью занимающихся.</p> <p>Основные средства обучения плаванию и их характеристика. Закономерности формирования двигательного навыка в плавании. Методы обучения плаванию.</p> |
| 2 | 2 | Основы методики обучения и техника плавания способом кроль | <p>Анализ техники плавания способом кроль и Методика обучения плаванию способом кроль на груди и спине. Подготовительные упражнения для освоения с водой. Подготовительные упражнения для освоения</p> |

| | | | |
|---|---|-------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | | | техники плавания способом кроль на груди и спине. Упражнения для исправления ошибок в технике плавания. Техника старта и поворотов при плавании способом кроль на груди и спине. Методика обучения старту и поворотам. |
| 4 | 3 | Основы методики обучения и техника плавания способом брасс | Анализ техники плавания способом брасс. Методика обучения плаванию способом брасс. Подготовительные упражнения для освоения техники плавания способом брасс. Упражнения для исправления ошибок в технике плавания. Техника старта и поворотов при плавании способом брасс. Методика обучения старту и поворотам. |

2.2. Перечень лабораторных работ (при наличии), примерная тематика курсовых работ (при наличии)

Лабораторные работы - не предусмотрено

Курсовые работы – не предусмотрено

3. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТА

Самостоятельная работа осуществляется в объеме 56 часов. Видами СРС являются:

Подготовка к практическим занятиям

Изучение и конспектирование основной и дополнительной литературы

Работа со справочными материалами

Выполнение индивидуальных домашних заданий

Подготовка к сдаче технических нормативов

Подготовка к зачету

Подготовка к экзамену

4. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

(см. Фонд оценочных средств)

4.1. Рейтинговая система оценки знаний обучающихся по дисциплине

Рейтинговая система оценки знаний обучающихся не предусмотрена

5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Основная литература

| № п/п | Автор (ы), наименование, место издания и издательство, год |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | 2 |
| 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. |
| 2 | Викулов, А.Д. Плавание: учебное пособие. - М. : Владос, 2004. - 367 с. |

5.2. Дополнительная литература

| № п/п | Автор (ы), наименование, место издания и издательство, год |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | 2 |
| 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 (05.05.2019). |
| 2 | Плавание: учебник для вузов / под общ. ред. Н. Ж. Булгаковой. - М. : Физкультура и спорт, 2001. - 400 с. |

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: (15.04. 2018)).
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: 15.04.2018).
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: (15.04. 2018)).
4. Znanium.com [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://znanium.com> (дата обращения: 15.11.2017).
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: 15.04.2019).

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: 15.04.2019).
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: 15.04.2018).
9. Юрайт [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <https://www.biblio-onJine.ru> (дата обращения: 20.04.2018).
10. Лань [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа <http://e.lanbook.com> (дата обращения: 20.04.2018).

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

1. eLIBRARY.RU [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. - Режим доступа: <http://elibrarv.ru/defaultx.asp>, свободный (дата обращения: 15.04.2019).
2. КиберЛенинка [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. - Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/>? свободный (дата обращения: 15.04.2018).
3. EqWorld. The World of Mathematical Equations [Электронный ресурс] : Международный научно-образовательный сайт. - Режим доступа: <http://eqworld.ipmnet.ru/indexr.htm>, свободный (дата обращения: 15.04.2018).
4. Prezentacya.ru [Электронный ресурс]: образовательный портал. - Режим доступа: <http://prezentacva.ru>, свободный (дата обращения: 15.04.2018).
5. Библиотека методических материалов для учителя [Электронный ресурс] : образовательный портал // Инфоурок. - Режим доступа: <https://infourok.ru/biblioteka>, свободный (дата обращения: 15.04.2018).
6. Единое окно доступа к образовательным ресурсам [Электронный ресурс] : федеральный портал. - Режим доступа: <http://window.edu.ru>, свободный (дата обращения: 15.04.2018).
7. Российский общеобразовательный портал [Электронный ресурс] : [образовательный портал]. - Режим доступа: <http://www.school.edu.ru>, свободный (дата обращения: 15. 04.2019).
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. 04.2019).
9. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов [Электронный ресурс] // Единое окно доступа к образовательным ресурсам. - Режим доступа: <http://fcior.edu.ru>, свободный (дата обращения: 15. 04.2019).

5.5. Периодические издания

1. Журнал «Теория и практика физической культуры» – <http://www.teoriya.ru> (28.08.2019)
2. Журнал «Физическая культура в школе» - <http://www.shkola-press.ru> (28.08.2019)
3. Журнал «Физкультура и спорт» - <http://www.fismag.ru> (28.08.2019)

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Требования к аудиториям (помещениям, местам) для проведения занятий: лекционные аудитории для проведения интерактивных лекций: видеопроектор, экран настенный, ноутбук; бассейн для проведения практических занятий, стандартно оборудованные раздевалки, плавательные доски, ласты, мячи, спасательные средства, секундомер.

7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

| Вид учебных занятий | Организация деятельности студента |
|-------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Лекция | Написание конспекта лекций: кратко, схематично фиксировать основные положения, выводы, обобщения; пометать важные мысли, выделять термины. Проверка терминов, понятий с помощью словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности. Пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии. Уделить внимание следующим понятиям: |
| 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.). прослушивание аудио- и видеозаписей по заданной теме, выполнение практических заданий по подготовке к сдаче технических нормативов и др. |
| Контрольная работа/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, написание конспекта части урока по заданию преподавателя. |
| Подготовка к экзамену | При подготовке к экзамену необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др. |

8. ТРЕБОВАНИЯ К ПРОГРАММНОМУ ОБЕСПЕЧЕНИЮ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

| Название ПО | № лицензии |
|--------------------------------------------|--------------------------------------|
| Набор ПО в компьютерных классах | |
| Операционная система WindowsPro | Договор №65/2019 от 02.10.2019 |
| Антивирус KasperskyEndpointSecurity | Договор № 14-ЗК-2020 от 06.07.2020г. |
| Офисное приложение LibreOffice | свободно распространяемое ПО |
| Архиватор 7-zip | свободно распространяемое ПО |
| Браузер изображений FastStoneImageViewer | свободно распространяемое ПО |
| PDF ридерFoxitReader | свободно распространяемое ПО |
| Медиа проигрыватель VLC mediaplayer | свободно распространяемое ПО |
| Запись дисков ImageBurn | свободно распространяемое ПО |
| DJVU браузерDjVu Browser Plug-in | свободно распространяемое ПО |
| Набор ПО для кафедральных ноутбуков | |
| Антивирус KasperskyEndpointSecurity | Договор № 14-ЗК-2020 от 06.07.2020г. |
| Офисное приложение LibreOffice | свободно распространяемое ПО |
| Архиватор 7-zip | свободно распространяемое ПО |
| Браузер изображений FastStoneImageViewer | свободно распространяемое ПО |
| PDF ридерFoxitReader | свободно распространяемое ПО |
| Медиа проигрыватель VLC mediaplayer | свободно распространяемое ПО |
| Запись дисков ImageBurn | свободно распространяемое ПО |
| DJVU браузерDjVu Browser Plug-in | свободно распространяемое ПО |

При реализации дисциплины с применением (частичным применением) дистанционных образовательных технологий используются: вебинарная платформа Zoom (договор б/н от 10.10.2020г.)

9. ИНЫЕ СВЕДЕНИЯ

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

«Рязанский государственный университет имени С.А. Есенина»

УТВЕРЖДАЮ
Декан факультета
физической культуры и спорта
доцент П.В. Левин



«30» августа 2020 г.

**Аннотация рабочей программы дисциплины (модуля)
«ПЛАВАНИЕ»**

Направление подготовки

44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль)

Физическая культура

Квалификация

бакалавр

Форма обучения

очная

1. Цель освоения дисциплины:

Целями освоения дисциплины «Плавание» являются развитие у обучающихся личностных качеств, формирование универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций в соответствии с требованиями ФГОС ВО по данному направлению подготовки, позволяющих выпускнику успешно работать в сфере физической культуры и спорта и быть устойчивым на рынке труда.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Плавание» Б1.О.06.13.02 относится к «Базовым видам физкультурно-спортивной деятельности» Б1.О.06.13 Предметно-методического модуля Б1.О.06. обязательной части Блока 1.

Дисциплина изучается на 1 и 2 курсах (2, 4 семестр).

3. Трудоемкость дисциплины: 4 зачетные единицы, 144 академических часа.

4. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы и индикаторами достижения компетенций:

ПК1.1. – знать: 1. Значение и место плавания в системе физического воспитания, науке

и образовании. 2. Основы начального обучения плаванию. 3. Характеристику плавания как эффективного средства физического воспитания и как вида спорта

уметь: . Применять методы организации учебной деятельности на занятиях по плаванию. 2. Использовать в своей деятельности терминологию плавания. 3. Проектировать, анализировать и

презентовать собственную методическую и практическую деятельность

владеть: 1. Основами проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе,

значении плавания. 2. Навыками планирования и проведения занятий по обучению технике плавания. 3. Техникой способов плавания и прикладного плавания на уровне выполнения контрольных нормативов

ПК3.2. – знать: 1.Методики и методические приемы обучения способам плавания 2. Методики развития физических качеств средствами плавания. 3. Типы уроков плавания и их характеристику

уметь: 1. Применять методы организации учебной деятельности на занятиях по плаванию

2. Использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по плаванию. 3. Применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся

владеть: 1. Проведением комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся. 2. Навыками проведения фрагмента занятия по плаванию по обучению технике

выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося. 3. Навыками выбора средств, методов обучения

ПК-3.4. – знать: 1. Значение и виды плавания 2. Воспитательные возможности занятий плаванием. 3. Методики проведения физкультурно-спортивного праздника на воде, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами плавания

уметь: 1. Осуществлять подготовку обучающихся к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях 2. Показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в плавании. 3. Контролировать и оценивать работу обучающихся

на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении способов плавания. 4. Соблюдать правила техники безопасности

владеть: . Навыками комплектования учебных групп в соответствии с возрастом и подготовленностью занимающихся. 2. Навыками организации обучающихся на занятиях плаванием. 3. Методами и средствами формирования двигательного навыка в плавании

ПК-7.4. – знать: 1.Методики контроля и оценки технической и физической подготовленности занимающихся на занятиях плаванием. 2. Закономерности формирования двигательного навыка в плавании. 3. Основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели

уметь: 1. Оценивать качество выполнения упражнений 2. Определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений. 3. Использовать систему

нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся. 4. Оценивать результаты учебной деятельности обучающихся на основе объективных методов контроля

владеть: . Навыками подбора приемов и средств для устранения ошибок в технике выполнения упражнений. 2. Методами диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся. 3. Методиками контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях плаванием

5. Форма промежуточной аттестации и семестр прохождения:

Зачет (2 семестр), Экзамен (4 семестр)

Дисциплина реализуется частично с применением дистанционных образовательных технологий.