

Документ подписан простой электронной подписью информация о владельце: ФИО: Меркулов Евгений Сергеевич Должность: преподаватель Дата подписания: 03.04.2019 07:36:28 «Физическая культура» Уникальный программный ключ: 39428e82d614a3cd984f917b01860fd2c07193da9c77db685db2d16370f6e7c	СМК-РПД-В1.П2-2019
--	--------------------

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Камчатский государственный университет имени Витуса Беринга»

Рассмотрено и утверждено
на заседании кафедры физического воспитания
«11» апреля 2019 г., протокол № 8
Зав. кафедрой физического воспитания
_____ Л.А. Баранова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б.1.В.ДВ.08.02 «Плавание. Методика преподавания плавания»

Направление подготовки: 44.03.01 «Педагогическое образование»

Профили подготовки: «Физическая культура»

Квалификация выпускника: Бакалавр

Формы обучения: заочная

Курс: 4 **Семестр:** 7,8

Дифференцированный зачёт: 8 семестр

Год набора 2016,2017,2018

Петропавловск-Камчатский 2019 г.

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2019
Рабочая программа по дисциплине Б.1.В.ДВ.08.02 «Плавание. Методика преподавания плавания» для направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль подготовки «Физическая культура»	

Рабочая программа составлена с учётом требований федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», утверждённого приказом Минобрнауки России от 04.12.2015 года № 1426.

Разработчик:

Ст.преподаватель кафедры физвоспитания

Е.Э.Кононова

СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели и задачи освоения дисциплины
2. Место дисциплины в структуре ОП ВО
3. Планируемые результаты обучения по дисциплине
4. Содержание дисциплины
5. Тематическое планирование
6. Самостоятельная работа
7. Тематика контрольных работ, курсовых работ (при наличии)
8. Перечень вопросов на зачёт (дифференцированный зачёт, экзамен)
9. Учебно-методическое и информационное обеспечение
10. Формы и критерии оценивания учебной деятельности студента
11. Материально-техническая база

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2019
Рабочая программа по дисциплине Б.1.В.ДВ.08.02 «Плавание. Методика преподавания плавания» для направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль подготовки «Физическая культура»	

1. Цель и задачи освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины - сформировать у студентов теоретические знания и практические умения для проведения занятий по физической культуре с разным контингентом занимающихся (на примере проведения школьного урока по плаванию);

Задачи освоения дисциплины - создать у студентов представление о классификации и характеристики упражнений по плаванию, методологии их обучения; закрепить и совершенствовать упражнения по плаванию, предусмотренные в школьной программе по физической культуре.

2. Место дисциплины в структуре ОП ВО.

Блок 1. Курс по выбору. Для успешного освоения дисциплины студентам необходимы знания, умения, способы деятельности и компетенции, сформированные в результате изучения дисциплин: «История физической культуры и спорта», «Педагогика», «Безопасность жизнедеятельности», «Анатомия», «Физиология», «Психология», «Гимнастика», «Подвижные игры».

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО по данному направлению подготовки: ОК-9; ОК-8; ОК-6; ОПК-6; ПК-4; ПК-1.

Код компетенции	Компетенция	Универсальные дескрипторы компетенции	сформированности
ОК-6	Способность к самоорганизации и самообразованию	<p>знать:</p> <p>социально-личностные и психологические основы самоорганизации;</p> <p>основные функциональные компоненты процесса самоорганизации (анализ ситуации, планирование, самоконтроль и коррекция);</p> <p>Основные мотивы и этапы самообразования;</p> <p>типы профессиональной мобильности (вертикальная и горизонтальная);</p> <p>Структуру профессиональной мобильности (внутренняя потребность в профессиональной мобильности, способность и знаниевая основа профессиональной мобильности, самоосознание личностью своей профессиональной мобильности, сформированное на основе рефлексии готовности к профессиональной мобильности);</p> <p>условия организации профессиональной мобильности;</p> <p>различные виды проектов, их суть и назначение;</p> <p>общую структуру концепции проекта, понимает ее составляющие и принципы их формулирования;</p> <p>о концепциях (концептуальных моделях) проектов в будущей профессиональной деятельности; о правовых и экономических основах разработки и реализации проектов в</p>	

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2019
Рабочая программа по дисциплине Б.1.В.ДВ.08.02 «Плавание. Методика преподавания плавания» для направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль подготовки «Физическая культура»	

			будущей профессиональной деятельности; системы и стандарты качества, используемые в будущей профессиональной деятельности; принципы, критерии и правила построения суждений, оценок.
		уметь:	<p>в рамках поставленной цели сформулировать взаимосвязанные задачи, обеспечивающие ее достижение, а также результаты их выполнения; выбирать оптимальный способ решения задачи, учитывая предоставленные в проекте ресурсы и планируемые сроки реализации данной задачи; представлять в виде алгоритма (по шагам и видам работ) выбранный способ решения задачи; определять время, необходимое на выполнение действий (работ), предусмотренных в алгоритме; документально оформлять результаты проектирования; реализовывать спроектированный алгоритм решения задачи (т. е. получить продукт) за установленное время; оценивать качество полученного результата; грамотно, логично, аргументированно формировать собственные суждения и оценки; оставлять доклад по представлению полученного результата решения конкретной задачи, учитывая установленный регламент выступлений; видеть суть вопроса, поступившего в ходе обсуждения, и грамотно, логично, аргументированно ответить на него; видеть суть критических суждений относительно представляемой работы и предложить возможное направление ее совершенствования в соответствии с поступившими рекомендациями и замечаниями.</p>
		владеть:	<p>способностью формулировать в рамках поставленной цели проекта совокупность взаимосвязанных задач, обеспечивающих ее достижение, определять ожидаемые результаты решения выделенных задач; навыками решения конкретных задач проекта заявленного качества за установленное время; Навыками публичного представления результатов решения конкретной задачи проекта; навыками самообразования, планирования собственной деятельности; оценки результативности и эффективности собственной деятельности; навыками</p>

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2019
Рабочая программа по дисциплине Б.1.В.ДВ.08.02 «Плавание. Методика преподавания плавания» для направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль подготовки «Физическая культура»	

			организации социально-профессиональной мобильности
ОК-8	Готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность	знать:	определение и составляющие компоненты здорового образа жизни; особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности и укрепления здоровья
		уметь:	соблюдать нормы здорового образа жизни; использовать средства физической культуры для оптимизации работоспособности и укрепления здоровья
		владеть:	основами методики самостоятельных занятий и самоконтроля за состоянием своего организма; способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдать нормы здорового образа жизни; способностью использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровые сберегающих технологий с учётом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности
ОК-9	Способность использовать приёмы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	знать:	законодательную базу безопасности жизнедеятельности Российской Федерации, классификацию опасных и вредных факторов, действующих на рабочем месте, классификацию и области применения индивидуальных и коллективных средств защиты, правила техники безопасности при работе в своей области; алгоритм действий при возникновении возгорания или угрозы взрыва
		уметь:	снижать воздействие вредных и опасных факторов на рабочем месте в своей области, в том числе с применением индивидуальных и коллективных средств защиты; выявлять и устранять нарушения техники безопасности на рабочем месте; предпринимать действия при возникновении угрозы возникновения чрезвычайной ситуации; оказать первую медицинскую помощь.
		владеть:	навыками оказания первой медицинской помощи; способностью обеспечивать безопасные и/или комфортные условия труда на рабочем месте; способностью выявлять и устранять проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте; способностью предотвращать возникновение

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2019
Рабочая программа по дисциплине Б.1.В.ДВ.08.02 «Плавание. Методика преподавания плавания» для направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль подготовки «Физическая культура»	

			чрезвычайных ситуаций (природного и техногенного происхождения) на рабочем месте; способностью принимать участие в спасательных и неотложных аварийно-восстановительных мероприятиях в случае возникновения чрезвычайных ситуаций
ОПК-6	Готовность к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся	знать:	понятия здоровье сберегающей педагогической деятельности, принципы организации и нормативно-правовую базу образовательного процесса, регламентирующие требования к охране жизни и здоровья детей; методы и методики диагностики физического развития детей; Особенности взаимодействия с узкими специалистами образовательной организации и родителями обучающихся и воспитанников в здоровье сберегающем аспекте
		уметь:	Проектировать, осуществлять и анализировать здоровье сберегающую деятельность с учётом индивидуальных особенностей и возможностей обучающихся; прогнозировать и учитывать при организации образовательного процесса риски и опасности социальной среды и образовательного пространства
		владеть:	Навыками применения здоровье сберегающих технологий при организации образовательной деятельности с учётом дифференцированного подхода к обучающимся; оценивания педагогических технологий с точки зрения охраны жизни и здоровья детей; способами организации здоровье сберегающей
ПК 1	Готовность реализовывать образовательные программы по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов		Знать: содержание учебного предмета (учебных предметов); принципы и методы разработки рабочей программы учебной дисциплины; преподаваемый предмет и специальные подходы к обучению; программы и учебники по учебной дисциплине. Уметь: применять принципы и методы разработки рабочей программы учебной дисциплины на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечивать ее выполнение; использовать и апробировать специальные подходы к обучению в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся; планировать и осуществлять учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой. Владеть: навыками разработки и реализации программы учебной дисциплины в рамках

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2019
Рабочая программа по дисциплине Б.1.В.ДВ.08.02 «Плавание. Методика преподавания плавания» для направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль подготовки «Физическая культура»	

			основных общеобразовательных программ начального общего, основного общего и среднего общего образования; навыками корректировки рабочей программы учебной дисциплины для различных категорий обучающихся и реализации учебного процесса в соответствии с основными общеобразовательными программами начального общего, основного общего и среднего общего образования; навыками составления календарного плана учебного процесса по предмету и осуществления обучения по готовой рабочей программе.
ПК 4	Способность использовать возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами преподаваемого учебного предмета		<p>Знать: специфику начального общего, основного общего и среднего общего образования и особенности организации образовательного пространства в условиях образовательной организации; основные психолого-педагогические подходы к проектированию и организации образовательного пространства (культурно-исторический, деятельностный, личностный) для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами преподаваемого учебного предмета; основные характеристики и способы формирования безопасной развивающей образовательной среды; современные педагогические технологии реализации компетентностного подхода с учётом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся; методы и технологии поликультурного, дифференцированного и развивающего обучения.</p> <p>Уметь: применять современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения; разрабатывать и реализовывать проблемное обучение, осуществлять связь обучения по предмету (курсу, программе) с практикой, обсуждать с обучающимися актуальные события современности; поддерживать в детском коллективе деловую, дружелюбную атмосферу для обеспечения безопасной развивающей образовательной среды; формировать и реализовывать программы развития универсальных учебных действий, образцов и ценностей социального поведения.</p>

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2019
Рабочая программа по дисциплине Б.1.В.ДВ.08.02 «Плавание. Методика преподавания плавания» для направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль подготовки «Физическая культура»	

			Владеть: навыками планирования и организации учебно-воспитательного процесса, ориентированного на достижение личностных, метапредметных и предметных результатов обучения; навыками регулирования поведения обучающихся для обеспечения безопасной развивающей образовательной среды.
--	--	--	--

4. Содержание дисциплины

1. Общие вопросы теории плавания: введение в специализацию. Плавание в системе физической культуры. История развития плавания. Плавание в общеобразовательных учреждениях, образовательных учреждениях среднего и высшего профессионального образования. Техника безопасности и предупреждение травматизма при занятиях плаванием.

2. Основы обучения плаванием: предмет и задачи обучения. Структура процесса обучения: этап начального разучивания, этап закрепления навыков, этап совершенствования навыков. Средства и методы обучения. Методические приемы обучения. Специфика применения дидактических принципов. Особенности обучения с учетом возрастных и половых особенностей занимающихся. Контроль, корректировка и оценка результатов обучения. Применение технических средств обучения.

3. Организация и судейство соревнований по плаванию, правила соревнований. Особенности судейства, организация и проведение соревнований. Документация, жестикуляция, необходимая для проведения соревнований. Подготовка спортивных объектов и инвентаря для тренировочного и соревновательного процесса.

5. Тематическое планирование

7 семестр

Модули дисциплины

	Наименование модуля	Лекции	Практики/ семинары	Лабораторные	Сам. работа	Всего, часов
	Плавание. Методика преподавания плавания	4	4	0	82	90
	Всего	4	4	0	82	90

Тематический план

Модуль 1

	Тема	Кол-во часов	Компетенции по теме
	Лекции		
1	Плавание, как спортивно-педагогическая дисциплина в системе физического воспитания	2	ОК-9; ОК-8; ОК-6; ОПК-6; ПК-4; ПК-1
2	Основы техники плавания: анализ техники движений, фазы циклы	2	ОК-9; ОК-8; ОК-6; ОПК-6; ПК-4; ПК-1
	Практические занятия		.

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2019
Рабочая программа по дисциплине Б.1.В.ДВ.08.02 «Плавание. Методика преподавания плавания» для направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль подготовки «Физическая культура»	

1	Общие основы плавания: общеразвивающие и специальные упражнения на суше. Подготовительные упражнения для адаптации в воде. Упражнения для обучения элементам техники в различных исходных положениях	2	ОК-9; ОК-8; ОК-6; ОПК-6; ПК-4; ПК-1
2	Техника спортивных способов плавания. Ознакомление с техникой плавания способами: кроль на груди, кроль на спине, брасс. Упражнения для освоения техники движений ногами, руками, дыхания и согласования движений. Плавание с полной координацией. Последовательность обучения	2	ОК-9; ОК-8; ОК-6; ОПК-6; ПК-4; ПК-1
Самостоятельная работа			
1	История развития плавания и современное состояние спортивного плавания	8	ОК-9; ОК-8; ОК-6; ОПК-6; ПК-4; ПК-1
2	Плавание в системе физического воспитания: оздоровительное, спортивное, спортивно-прикладное (профессиональное)	8	ОК-9; ОК-8; ОК-6; ОПК-6; ПК-4; ПК-1
3	Основы техники плавания. Понятия о технике плавания. Основные факторы влияющие на технику плавания	8	ОК-9; ОК-8; ОК-6; ОПК-6; ПК-4; ПК-1
4	Техника спортивных способов плавания	8	ОК-9; ОК-8; ОК-6; ОПК-6; ПК-4; ПК-1
5	Техника плавания способом кроль на груди	8	ОК-9; ОК-8; ОК-6; ОПК-6; ПК-4; ПК-1
6	Техника плавания способом кроль на спине	8	ОК-9; ОК-8; ОК-6; ОПК-6; ПК-4; ПК-1
7	Техника плавания способом брасс	8	ОК-9; ОК-8; ОК-6; ОПК-6; ПК-4; ПК-1
8	Упражнения для освоения техники движений ногами: кроль, брасс	8	ОК-9; ОК-8; ОК-6; ОПК-6; ПК-4; ПК-1
9	Техника стартов с тумбочки, из воды	8	ОК-9; ОК-8; ОК-6; ОПК-6; ПК-4; ПК-1

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2019
Рабочая программа по дисциплине Б.1.В.ДВ.08.02 «Плавание. Методика преподавания плавания» для направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль подготовки «Физическая культура»	

10	Техника поворотов при плавании кролем на груди, кролем на спине, брассом	2	ОК-9; ОК-8; ОК-6; ОПК-6; ПК-4; ПК-1
----	--	---	---

**Тематическое планирование
8 семестр
Модули дисциплины**

	Наименование модуля	Лекции	Практики/ семинары	Лабораторные	Сам. работа	Всего, часов
	Плавание. Методика преподавания плавания	0	6	0	84	90
	Всего	0	6	0	84	90

**Тематический план
Модуль 1**

	Тема	Кол-во часов	Компетенции по теме
Практические занятия (семинары)			
1	Методика обучению плаванию. Овладение комплексом упражнений для обучения технике различных способов плавания	2	ОК-9; ОК-8; ОК-6; ОПК-6; ПК-4; ПК-1
2	Игры и развлечения на воде для детей различных возрастных групп	2	ОК-9; ОК-8; ОК-6; ОПК-6; ПК-4; ПК-1
3	Техника ныряние различными способами. Транспортировка пострадавшего	2	ОК-9; ОК-8; ОК-6; ОПК-6; ПК-4; ПК-1
Самостоятельная работа			
1	Методика начального обучения детей и подростков	8	ОК-9; ОК-8; ОК-6; ОПК-6; ПК-4; ПК-1
2	Игры и развлечения на воде	8	ОК-9; ОК-8; ОК-6; ОПК-6; ПК-4; ПК-1
3	Техника безопасности на воде. Оказание помощи пострадавшим. Транспортировка. Первая доврачебная помощь	8	ОК-9; ОК-8; ОК-6; ОПК-6; ПК-4; ПК-1
4	Организация и проведение занятий по плаванию в плавательных бассейнах: спортклубах, коллективах физкультуры, санаториях и домах отдыха, в летних оздоровительных лагерях, местах массового отдыха людей на открытых водоемах	8	ОК-9; ОК-8; ОК-6; ОПК-6; ПК-4; ПК-1

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2019
Рабочая программа по дисциплине Б.1.В.ДВ.08.02 «Плавание. Методика преподавания плавания» для направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль подготовки «Физическая культура»	

5	Адаптивное плавание для лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата (сколиоз, плоскостопие, травмы позвоночника и др.), органов слуха и зрения	8	ОК-9; ОК-8; ОК-6; ОПК-6; ПК-4; ПК-1
6	Оздоровительное плавание лиц с нарушением сердечнососудистой, дыхательной, вегетативной системы. Организация занятий. Врачебно педагогический контроль	8	ОК-9; ОК-8; ОК-6; ОПК-6; ПК-4; ПК-1
7	Оздоровительное плавание с лицами среднего и пожилого возраста. Организация и проведение занятий в группах здоровья	8	ОК-9; ОК-8; ОК-6; ОПК-6; ПК-4; ПК-1
8	Спортивные сооружения для занятий плаванием. Технические и санитарно-эпидемиологические требования, предъявляемые к плавательным бассейнам Правила проведения соревнований. Нормы ГТО по плаванию	8	ОК-9; ОК-8; ОК-6; ОПК-6; ПК-4; ПК-1
9	Тренажерные устройства и спортивный инвентарь	8	ОК-9; ОК-8; ОК-6; ОПК-6; ПК-4; ПК-1
10	История развития плавания на Камчатке	2	ОК-9; ОК-8; ОК-6; ОПК-6; ПК-4; ПК-1

6. Самостоятельная работа

Самостоятельная работа включает две составные части: аудиторная самостоятельная работа и внеаудиторная.

Самостоятельная аудиторная работа включает выступление по вопросам семинарских занятий, выполнение практических заданий (*при наличии*).

Внеаудиторная самостоятельная работа студентов заключается в следующих формах:

- изучение литературы; осмысление изучаемой литературы;
- работа в информационно-справочных системах;
- аналитическая обработка текста (конспектирование, реферирование);
- составление плана и тезисов ответа в процессе подготовки к занятию;
- подготовка сообщений по вопросам семинарских занятий.

6.1. Планы семинарских (практических, лабораторных) занятий

Практическое занятие №1. Общие основы плавания.

Содержание темы: общеразвивающие и специальные упражнения на суше. Подготовительные упражнения для адаптации в воде. Упражнения для обучения элементам техники в различных исходных положениях.

Практическое занятие №2.. Техника спортивных способов плавания.

Содержание темы: Ознакомление с техникой плавания способами: кроль на груди, кроль на спине, брасс. Упражнения для освоения техники движений ногами, руками,

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2019
Рабочая программа по дисциплине Б.1.В.ДВ.08.02 «Плавание. Методика преподавания плавания» для направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль подготовки «Физическая культура»	

дыхания и согласования движений. Плавание с полной координацией. Последовательность обучения.

Практическое занятие №1(8 семестр) Методика обучению плаванию.

Овладение комплексом упражнений для обучения технике различных способов плавания.

Содержание темы: анатомо-физиологические и психологические особенности организма. Методы обучения: словесные, наглядные, практические. Специальные подготовительные упражнения (СПУ). Меры безопасности при обучении занятиям плаванием. Оказание первой медицинской помощи.

Практическое занятие № 2 (8 семестр) Игры и развлечения на воде для детей различных возрастных групп.

Игры для изучения техники плавания кролем на груди, кролем на спине, брассом, баттерфляем, стартов с тумбочки, стартов из воды. Эстафеты на воде.

Практическое занятие №3 (8 семестр) Техника ныряние различными способами. Транспортировка пострадавшего.

Физиологические явления при нырянии. Погружение под воду, плавание под водой. Подготовительные упражнения на суше, в воде. Спасательный инвентарь и техника его применения. Спасение тонущих вплавь. Виды утопления: белая асфиксия; синяя асфиксия; утопление при угнетении нервной системы; утопление в морской воде. Непрямой, или закрытый массаж сердца; способы искусственного дыхания («изо рта в рот», «изо рта в нос», с непрямым массажем сердца; искусственное дыхание по Нильсону; способ Сильвестера; способ искусственного дыхания, когда пострадавший находится на боку.)

6.2.Организация самостоятельной работы по дисциплине 7 семестр.

1. История развития плавания и современное состояние спортивного плавания.

Вопросы для самостоятельного изучения:

- плавание в древние века;
- плавание в средние века;
- плавание в новое время;
- развитие плавания в России;

2. Плавание в системе физического воспитания: оздоровительное, спортивное, спортивно-прикладное (профессиональное).

Вопросы для самостоятельного изучения:

- занятия плаванием с грудными детьми;
- занятия плаванием с детьми дошкольного возраста;
- занятия плаванием в общеобразовательных школах;
- занятия плаванием в средних специальных учреждениях;
- занятия плаванием в летних - оздоровительных лагерях;
- занятие плаванием в высших учебных заведениях;

3. Основы техники плавания. Понятия о технике плавания. Основные факторы влияющие на технику плавания.

Вопросы для самостоятельного изучения:

- вязкость воды, плотность, удельный вес и плавучесть тела;
- равновесие тела в воде;
- виды сопротивления движению тела (сопротивление формы, сопротивление трения, волнообразования, сила сопротивления тела в воде);

4. Техника спортивных способов плавания.

Вопросы для самостоятельного изучения:

- фаза захвата;

Рабочая программа по дисциплине Б.1.В.ДВ.08.02 «Плавание. Методика преподавания плавания» для направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль подготовки «Физическая культура»

- фаза подтягивания;
- фаза отталкивания;
- фаза выхода руки из воды;
- фаза проноса;
- фаза вкладывания;

5. Техника плавания способом кроль на груди.

Вопросы для самостоятельного изучения:

- положение туловища и головы;
- движение ногами;
- гребки руками (захват, подтягивание, отталкивание, фаза выхода, фаза проноса, вход руки в воду);

6. Техника плавания способом кроль на спине.

Вопросы для самостоятельного изучения:

- движение ногами;
- движение руками (захват, подтягивание, отталкивание, фаза выхода, фаза проноса, вход руки в воду);
- согласование движений;

7. Техника плавания способом брасс:

Вопросы для самостоятельного изучения:

- движение ногами;
- движение руками (гребковое движение; фаза подтягивания; отталкивания, скольжения);
- согласование движений;

8. Упражнения для освоения техники ногам: кроль, брасс.

Вопросы для самостоятельного изучения:

- положение тела на воде;
- основные фазы движения;

9. Техника стартов с тумбочки, из воды.

Вопросы для самостоятельного изучения:

- старт с тумбочки;
- старт махом вперед;
- старт с захватом края тумбочки;
- старт волной из легкоатлетической стойки;
- старт из воды;

10. Техника поворотов при плавании кролем на груди, кролем на спине, брассом.

Вопросы для самостоятельного изучения:

- фазы поворота (подплывание и касание стенки бассейна; вращение, толчок, скольжение; первое плавательное движение под водой; выход на поверхность воды и плавательные движения);
- поворот «маятником»;
- поворот «сальто»;
- открытый простой поворот кролем на спине;

6.3. Организация самостоятельной работы студентов по дисциплине 8 семестр.

1. Методика начального обучения детей и подростков.

Вопросы для самостоятельного изучения:

- общеразвивающие и специальные физические упражнения;
- подготовительные упражнения по освоению с водой (упражнения на передвижения; на погружения; на дыхания; на всплытия) на лежание; на скольжение);
- игры и развлечения на воде;

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2019
Рабочая программа по дисциплине Б.1.В.ДВ.08.02 «Плавание. Методика преподавания плавания» для направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль подготовки «Физическая культура»	

- упражнения для совершенствования и изучения техники спортивных способов плавания, стартов и поворотов;

2. Игры и развлечения на воде.

Вопросы для самостоятельного изучения:

- игры для ознакомления новичков с водой;
- игры для обучения и совершенствования техники плавания;
- игры для повышения уровня физического развития;

3. Техника безопасности на воде.

Вопросы для самостоятельного изучения:

- спасательный инвентарь и техника его применения;
- спасение тонущих в плавь;
- виды утопления;
- непрямой, или закрытый массаж сердца;
- способы искусственного дыхания «изо рта в рот», «изо рта в нос», искусственное дыхание по Нильсону; способ Сильвестра; способ искусственного дыхания, когда пострадавший находится на боку); помощь при массовых несчастных случаях на воде;
- оказание первой помощи провалившемуся под лед;

4. Организация и проведение занятий по плаванию в плавательных бассейнах, спортклубах, коллективах физкультуры, санаториях, домах отдыха, в летних оздоровительных лагерях, местах массового отдыха людей на открытых водоемах;

5. Адаптивное плавание для лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата (сколиоз, плоскостопие, травмы позвоночника и др.), органов слуха и зрения.

Вопросы для самостоятельного изучения:

- основные методы проведения занятий (индивидуальный, групповой, самостоятельный);
- дозировка упражнений;

6. Оздоровительное плавание лиц с нарушением сердечнососудистой, дыхательной, вегетативной системы. Организация занятий. Врачебно-педагогический контроль.

Вопросы для самостоятельного изучения:

- основные методы проведения занятий (индивидуальный, групповой, самостоятельный);
- дозировка упражнений;

7. Оздоровительное плавание с лицами среднего и пожилого возраста. Организация и проведение занятий по плаванию в группах здоровья.

Вопросы для самостоятельного изучения:

- Основные методы проведения занятий (индивидуальный, групповой, самостоятельный);
- дозировка упражнений;

8. Спортивные сооружения для занятий плаванием. Технические и санитарно-эпидемиологические требования, предъявляемые к плавательным бассейнам. Правила проведения соревнований. Нормы ГТО по плаванию.

Вопросы для самостоятельного изучения:

- типы соревнований (личные, командные);
- положение о соревновании;
- заявки на соревнования (предварительная, именная, техническая);
- состав судейской коллегии и основные обязанности судей (рефери, главный судья, зам.главного судьи, судья координатор, стартер, судья на шнуре фальстарта, старший судья на финише, судьи по технике плавания, старший судья на повороте, судьи на повороте, судья

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2019
Рабочая программа по дисциплине Б.1.В.ДВ.08.02 «Плавание. Методика преподавания плавания» для направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль подготовки «Физическая культура»	

информатор, судья по награждению, врач соревнований, комендант соревнований, главный секретарь, заместитель главного секретаря, секретари);

9. Тренажерные устройства и спортивный инвентарь.

Вопросы для самостоятельного изучения:

- поддерживающее оборудование;
- оборудование, создающее сопротивление;
- оборудование, создающее отягощение;

10. История развития плавания на Камчатке.

Вопросы для самостоятельного изучения:

- история развития плавательного бассейна 25, 50 метров.
- тренерский состав;
- МС по плаванию на Камчатке;

7. Темы рефератов

1. История развития плавания. Плавание в дореволюционной России.
2. Эволюция развития плавания. Плавание в Олимпийском движении. Программа соревнований по плаванию.
3. Выдающиеся пловцы СССР и современной России.
4. Плавательные бассейны. Общее понятие о технических и сан эпидемиологических требованиях. Микроклимат, водоподготовка, рекомендуемый тепловой режим для занятий детей и взрослых. Тренажерные устройства и спортивный инвентарь.
5. Подготовка и проведение соревнований, правила соревнований: разметка бассейна, судейская бригада, определение результатов соревнований.
6. Анализ техники плавания способом кроль на груди. Методика обучения.
7. анализ техники плавания кроль на спине. Методика обучения.
8. Анализ техники плавания брасс. Методика обучения.
9. Методика обучения стартам и поворотам.
10. Прикладное плавание. Виды прикладного плавания. Назначение прикладного плавания. Техника безопасности на воде. Оказание помощи пострадавшим на воде. Транспортировка. Оказание первой доврачебной помощи. Искусственное дыхание, непрямой массаж сердца.
11. Организация и проведение уроков по плаванию в общеобразовательной школе.
12. Организация и проведение занятий с лицами среднего и пожилого возраста.
13. Организация и проведение соревнований с лицами с нарушениями опорно-двигательного аппарата, органов слуха и зрения.
14. Организация и проведение занятий по плаванию с лицами с нарушением сердечнососудистой, дыхательной и нервной системы.

8. Примерный перечень вопросов к зачёту (дифференцированный).

1. Введение в предмет. История развития плавания и современное состояние спортивного плавания. Сильнейшие пловцы мира, СССР, России.
2. Плавание в системе физического воспитания, оздоровительное, спортивно-прикладное (профессиональное).
3. Основы техники спортивных способов плавания. Понятие о технике плавания. Основные факторы, влияющие на технику плавания. Статическое и динамическое плавание. Работа и мощность при плавании. Фазовые характеристики движений рук и ног. Темп движения, величина шага.
4. Методика обучения плаванию способами кроль на груди, на спине, брасс.
5. Техника стартов с тумбочки и из воды. Методика обучения поворотов при плавании кролем на груди и кролем на спине, брассом.

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2019
Рабочая программа по дисциплине Б.1.В.ДВ.08.02 «Плавание. Методика преподавания плавания» для направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль подготовки «Физическая культура»	

6. Методика начального обучения плаванию детей и подростков. Игры и развлечения на воде.

7. Прикладное плавание. Виды прикладного плавания. Назначение прикладного плавания. Занятия по технике безопасности на воде. Оказание помощи пострадавшим на воде. Транспортировка. Оказание первой доврачебной помощи. Искусственное дыхание, непрямой массаж сердца.

8. Организация и проведение занятий по плаванию в плавательных бассейнах: спортклубах, коллективах физкультуры, санаториях, домах отдыха, в летних оздоровительных лагерях, местах массового отдыха людей на открытых водоемах.

9. Адаптивное плавание для лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата (сколиоз, плоскостопие, травмы позвоночника и др.), органов слуха и зрения.

10. Оздоровительное плавание лиц с нарушением сердечнососудистой, дыхательной и нервной системы организма. Организация занятий. Врачебно педагогический контроль.

11. Оздоровительное плавание с лицами среднего и пожилого возраста.

12. Плавательные бассейны. Общее понятие о технических и сан эпидемиологических требованиях. Техника безопасности.

9. Учебно-методическое и информационное обеспечение

9.1 Основная учебная литература:

1. Лечебная и адаптивная физическая культура. Плавание: учебное пособие для среднего профессионального образования / Н. Ж. Булгакова, С. Н. Морозов, О. И. Попов, Т. С. Морозова; под редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 399 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08973-8. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/lechebnaya-i-adaptivnaya-fizicheskaya-kultura-plavanie-455543

2. Плавание с методикой преподавания: учебник для среднего профессионального образования / Н. Ж. Булгакова [и др.] ; под общей редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 344 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08846-5. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/plavanie-s-metodikoy-prepodavaniya-442166

3. Теория и методика избранного вида спорта: учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 189 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08356-9. — Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/teoriya-i-metodika-izbrannogo-vida-sporta-454427

4. *Стриханов, М. Н.* Физическая культура и спорт в вузах: учебное пособие / М. Н. Стриханов, В. И. Савинков. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 160 с. — (Образовательный процесс). — ISBN 978-5-534-10524-7. — Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/fizicheskaya-kultura-i-sport-v-vuzah-430716

5. *Письменский, И. А.* Физическая культура: учебник для бакалавриата и специалитета / И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 493 с. — (Бакалавр и специалист). — ISBN 978-5-534-09116-8. — Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/fizicheskaya-kultura-431427

9.2 Дополнительная литература:

1. Адаптивная и лечебная физическая культура. Плавание: учебное пособие для вузов / Н. Ж. Булгакова, С. Н. Морозов, О. И. Попов, Т. С. Морозова ; под редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. —

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2019
Рабочая программа по дисциплине Б.1.В.ДВ.08.02 «Плавание. Методика преподавания плавания» для направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль подготовки «Физическая культура»	

- 401 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08390-3. — Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/adaptivnaya-i-lechebnaya-fizicheskaya-kultura-plavanie-455431
2. Рубанович, В. Б. Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой: учебное пособие / В. Б. Рубанович. — 3-е изд., исп. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 253 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07030-9. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/vrachebno-pedagogicheskiy-kontrol-pri-zanyatiyah-fizicheskoy-kulturoy-452538
3. Туревский, И. М. Физическая подготовка: сдача нормативов комплекса ГТО: учебное пособие для среднего профессионального образования / И. М. Туревский, В. Н. Бородаенко, Л. В. Тарасенко. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 148 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11519-2. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/fizicheskaya-podgotovka-sdacha-normativov-kompleksa-gto-456955
4. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Плавание: учебник для образовательных учреждений ВПО / под ред. А. А. Литвинова. - 3-е изд., стер. - Москва: Академия, 2014

9.3. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет:

1. ЭБС iprbooks.ru – электронно-библиотечная система <http://www.iprbookshop.ru>
2. ЭБС Юрайт – электронная библиотека <https://biblio-online.ru>

10. Формы и критерии оценивания учебной деятельности студента

На основании разработанной компетентности модели выпускника образовательные цели представлены в виде набора компетенций как планируемых результатов освоения образовательной программы. Определение уровня достижения планируемых результатов освоения образовательной программы осуществляется посредством оценки уровня сформированной компетенции и оценки уровня успеваемости обучающегося по пятибалльной системе («отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно», «зачтено», «не зачтено»).

Основными критериями оценки в зависимости от вида работы обучающегося являются: сформированность компетенций (знаний, умений и владений), степень владения профессиональной терминологией, логичность, обоснованность, чёткость изложения материала, ориентирование в научной и специальной литературе.

Критерии оценивания уровня сформированной компетенций и оценки уровня успеваемости обучающегося

Текущий контроль

Уровень сформированной компетенции	Уровень освоения модулей дисциплины (оценка)	Критерии оценивания отдельных видов работ обучающихся			
		Лекции	Практические занятия	Семинары	Самостоятельная работа
Высокий	отлично	Расширенное знание и понимание теоретического содержания дисциплины; использовани	глубокое знание и понимание теоретического содержания дисциплины; использовани	глубокое знание и понимание теоретического содержания дисциплины	глубокое знание и понимание теоретического содержания дисциплины; использование

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2019
Рабочая программа по дисциплине Б.1.В.ДВ.08.02 «Плавание. Методика преподавания плавания» для направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль подготовки «Физическая культура»	

		е новых ресурсов (технологий, средств) в решении профессиональных задач; увеличение доли собственного участия в профессиональных практических видах деятельности, не предусмотренных образовательной программой; расширение среды профессиональной деятельности, не предусмотренной образовательной программой; наличие навыков системной оценки качества своей профессиональной деятельности	е новых ресурсов (технологий, средств) в решении профессиональных задач; увеличение доли собственного участия в профессиональных практических видах деятельности, не предусмотренных образовательной программой; расширение среды профессиональной деятельности, не предусмотренной образовательной программой; наличие навыков системной оценки качества своей профессиональной деятельности	; использован ие новых ресурсов (технологий, средств) в решении профессиональных задач; увеличение доли собственного участия в профессиональных практических видах деятельности, не предусмотренных образовательной программой; расширение среды профессиональной деятельности, не предусмотренной образовательной программой; наличие навыков системной оценки качества своей профессиональной деятельности	новых ресурсов (технологий, средств) в решении профессиональных задач; увеличение доли собственного участия в профессиональных практических видах деятельности, не предусмотренных образовательной программой; расширение среды профессиональной деятельности, не предусмотренной образовательной программой; наличие навыков системной оценки качества своей профессиональной деятельности
Базовый	хорошо	Полное знание и понимание теоретическог	Полное знание и понимание теоретическог	Полное знание и понимание теоретическ	Полное знание и понимание теоретического содержания

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2019
Рабочая программа по дисциплине Б.1.В.ДВ.08.02 «Плавание. Методика преподавания плавания» для направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль подготовки «Физическая культура»	

		о содержания дисциплины; достаточная сформированность практических умений, продемонстрированная в ходе осуществления профессиональной деятельности как в учебной, так и реальной практик; наличие навыков оценивания собственных достижений, определения проблем и потребностей в конкретной области профессиональной деятельности	о содержания дисциплины; достаточная сформированность практических умений, продемонстрированная в ходе осуществления профессиональной деятельности как в учебной, так и реальной практик; наличие навыков оценивания собственных достижений, определения проблем и потребностей в конкретной области профессиональной деятельности	ого содержания дисциплины ; достаточная сформированность практически продемонстрированная в ходе осуществления профессиональной деятельности и как в учебной, так и реальной практик; наличие навыков оценивания собственных достижений, определения проблем и потребности в конкретной области профессиональной деятельности	дисциплины; достаточная сформированность практических умений, продемонстрированная в ходе осуществления профессиональной деятельности как в учебной, так и реальной практик; наличие навыков оценивания собственных достижений, определения проблем и потребностей в конкретной области профессиональной деятельности
Пороговый	удовлетворительно	понимание теоретического содержания дисциплины с незначительными пробелами; несформированность некоторых практических умений при применении	понимание теоретического содержания дисциплины с незначительными пробелами; несформированность некоторых практических умений при применении	понимание теоретического содержания дисциплины с незначительными пробелами; несформированность некоторых практических умений при применении	понимание теоретического содержания дисциплины с незначительными пробелами; несформированность некоторых практических умений при применении в

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2019
Рабочая программа по дисциплине Б.1.В.ДВ.08.02 «Плавание. Методика преподавания плавания» для направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль подготовки «Физическая культура»	

		знаний в конкретных ситуациях, наличие мотивационной готовности к самообразованию, саморазвитию	знаний в конкретных ситуациях, наличие мотивационной готовности к самообразованию, саморазвитию	х умений при применении знаний в конкретных ситуациях, наличие мотивационной готовности к самообразованию, саморазвитию	конкретных ситуациях, наличие мотивационной готовности к самообразованию, саморазвитию
Компетенции не сформированы	неудовлетворительно	отсутствует понимание теоретического содержания дисциплины, несформированность практических умений при применении знаний в конкретных ситуациях, отсутствие мотивационной готовности к самообразованию, саморазвитию	отсутствует понимание теоретического содержания дисциплины, несформированность практических умений при применении знаний в конкретных ситуациях, отсутствие мотивационной готовности к самообразованию, саморазвитию	отсутствует понимание теоретического содержания дисциплины, несформированность практических умений при применении знаний в конкретных ситуациях, отсутствие мотивационной готовности к самообразованию, саморазвитию	отсутствует понимание теоретического содержания дисциплины, несформированность практических умений при применении знаний в конкретных ситуациях, отсутствие мотивационной готовности к самообразованию, саморазвитию

Промежуточная аттестация

Уровень сформированной компетенции	Уровень освоения дисциплины	Критерии оценивания обучающихся (работ обучающихся)
		Дифференцированный зачёт контрольная работа
Высокий	отлично (зачтено)	глубокое знание и понимание теоретического содержания дисциплины; использование новых ресурсов (технологий, средств) в решении профессиональных задач; увеличение доли собственного участия в профессиональных практических видах деятельности, не предусмотренных образовательной программой;

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2019
Рабочая программа по дисциплине Б.1.В.ДВ.08.02 «Плавание. Методика преподавания плавания» для направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль подготовки «Физическая культура»	

		расширение среды профессиональной деятельности, не предусмотренной образовательной программой; наличие навыков системной оценки качества своей профессиональной деятельности
Базовый	хорошо (зачтено)	Полное знание и понимание теоретического содержания дисциплины; достаточная сформированность практических умений, продемонстрированная в ходе осуществления профессиональной деятельности как в учебной, так и реальной практик; наличие навыков оценивания собственных достижений, определения проблем и потребностей в конкретной области профессиональной деятельности
Пороговый	удовлетворительно (зачтено)	понимание теоретического содержания дисциплины с незначительными пробелами; несформированность некоторых практических умений при применении знаний в конкретных ситуациях, наличие мотивационной готовности к самообразованию, саморазвитию
Компетенции не сформированы	неудовлетворительно (не зачтено)	отсутствует понимание теоретического содержания дисциплины, несформированность практических умений при применении знаний в конкретных ситуациях, отсутствие мотивационной готовности к самообразованию, саморазвитию

11. Материально-техническая база

Помещение для самостоятельной работы, оборудованное учебной мебелью, компьютерами с подключением к сети Интернет, обеспеченным доступом в ЭИОС вуза, ЭБС Юрайт. Плавательный бассейн, оборудование и технические средства для организации и проведения учебных занятий и соревнований; оборудование и технические средства для организации и проведения практических занятий (занятий семинарского типа), текущего контроля и промежуточной аттестации.