Министерство науки и высшего образования Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Сибирский государственный индустриальный университет»

Кафедра физической культуры и спорта

УТВЕРЖДАЮ
Директор института физической культуры, здоровья и спорта
_____ В.Б. Костерев
подпись
«____» _____ 20___ г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Теория и методика плавания

44.03.01 «Педагогическое образование»
(направленность (профиль): «Физическая культура»)

Квалификация выпускника
Бакалавр

Форма обучения
Заочная форма

Срок обучения: 4 года 6 месяцев

Год начала подготовки 2023

Новокузнецк
2023

СибГИУ
Подлинник электронного документа хранится в системе электронного согласования документов СибГИУ
ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭП
Сертификат: 861a8d56fc2cfb6de53bd665403c592fd02b1419
Владелец: Ректор Юрьев Алексей Борисович
Действителен: с 12 февраля 2024 г. по 7 мая 2025 г.
Дата и время: 01-03-2024 01:05:05 ПРОВЕРИТЬ ПОДПИСЬ

1 Цели и задачи освоения учебной дисциплины

Целями учебной дисциплины являются:

– формирование у обучающихся знаний, умений, навыков в теории и практике плавания, позволяющих им ориентироваться в вопросах истории, специальной терминологии, технике плавания и методике обучения различным стилям для решения организационно-методических и профессиональнопедагогических задач в профессиональной деятельности.

Задачами учебной дисциплины являются:

– обеспечение уровня подготовленности обучающихся, соответствующего требованиям федеральных государственных образовательных стандартов, необходимого запаса знаний, двигательных умений и навыков в плавании, а также достаточного уровня физической подготовленности учащихся для сохранения и укрепления их здоровья и трудовой деятельности;;
– способствование формированию личности обучающихся в процессе занятий физической культурой и спортом, ее приобщению к общечеловеческим ценностям и к здоровому образу жизни.

2 Место учебной дисциплины в структуре ООП по направлению подготовки (специальности)

Учебная дисциплина относится к учебным дисциплинам части, формируемой участниками образовательных отношений **Блока 1 «Дисциплины (модули)»** ООП по направлению подготовки (специальности) 44.03.01 «Педагогическое образование».

Учебная дисциплина базируется на предварительном усвоении обучающимися учебных дисциплин:

– Теория и методика спортивных игр;
– Теория и методика легкой атлетики;
– Теория и методика гимнастики;
– Гигиена физической культуры и спорта;
– Физическая культура и спорт;
– Педагогика;
– Анатомия;
– Биохимия физической культуры и спорта;
– Теория и методика физической культуры;
– Физиология физического воспитания и спорта;
– Ознакомительная практика;
– Производственная педагогическая практика (вожатская практика).

Учебная дисциплина дополняет знания, умения и навыки, получаемые по одновременно изучаемым и последующим дисциплинам:

– Биомеханика;
– Лечебная физическая культура и массаж;
– Психология физической культуры и спорта.

3 Планируемые результаты обучения по учебной дисциплине

Процесс изучения учебной дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

– Профессиональные компетенции

Наименование категории (группы) ПК	Код и наименование ПК	Код и наименование индикатора достижения ПК	Планируемые результаты обучения
	ПК-1: Способен осуществлять обучение в области физической культуры	ПК-1.1 Понимает структуру, состав и дидактические единицы предметной области физической культуры	– знать: теоретические и методические основы дисциплин (плавание), необходимые для реализации образовательного процесса. – уметь: использовать теоретические и практические знания, умения и навыки для обеспечения высокого уровня проведения занятий по плаванию. – владеть: актуальными методами обучения плаванию современными методиками и технологиями в области физической культуры и спорта для реализации профессиональной образовательной деятельности в сфере физической культуры и спорта.
		ПК-1.2 Осуществляет отбор учебного содержания предметной области физической культуры для его реализации в различных формах	– знать: содержание образовательных программ, современных методик и технологий в области физической культуры и спорта. – уметь: проектировать

		обучения в соответствии с требованиями ФГОС	образовательный процесс (в предметной области по профилю подготовки)применять технические и тактические навыки в образовательном процессе и соревновательной деятельности. – владеть: системой методов, средств практических умений и навыков спортивной подготовки (в предметной области по профилю) способствующих самоопределению в физической культуре и спорте и содействующих спортивному совершенствованию.
		ПК-1.3 Разрабатывает формы учебных занятий по предметной области физической культуры, применяет методы, приемы и технологии обучения, в том числе информационные	– знать: различные формы учебных занятий, применять методы, приемы и технологии обучения, в том числе информационные. – уметь: разрабатывать по предметной области физическая культура различные формы учебных занятий, применять методы, приемы и технологии обучения, в том числе информационные. – владеть: умением демонстрирует умение разрабатывать по предметной области физическая культура различные формы учебных занятий, применять методы, приемы и технологии обучения, в том числе информационные.
	ПК-2:	ПК-2.1 Принимает	– знать: основы

	Способен осуществлять воспитание в области физической культуры	участие в разработке и реализации воспитательных программ, учитывающих возможности различных видов деятельности ребенка	обеспечения безопасности, приемы и методы страховки при выполнении физических упражнений.. – уметь: пользоваться профессиональной терминологией в процессе занятий; подбирать средства, методы и технологии в физической культуре и спорте для обучения двигательным действиям и совершенствования физических качеств и двигательных способностей обучающихся. – владеть: технологиями в области физической культуры для реализации профессиональной образовательной деятельности..
		ПК-2.2 Развивает у обучающихся познавательную активность, самостоятельность, инициативность, творческие способности, формирует у обучающихся культуру здорового и безопасного образа жизни	– знать: основные способы применения современных методов и технологий обучения и диагностики. – уметь: самостоятельно составлять учебные программы с использованием современных методов и технологий обучения и диагностики. – владеть: практическими навыками современных методов и технологий обучения и диагностики..
		ПК-2.3 Определяет и достигает воспитательные цели, способствующих	– знать: психологические аспекты личности ребенка.

		гармоничному развитию обучающихся средствами физической культуры	– уметь: достигать воспитательные цели, способствующих гармоничному развитию обучающихся средствами физической культуры. – владеть: умением определять воспитательные цели.

4 Объем и содержание учебной дисциплины

Учебные занятия по учебной дисциплине проводятся в форме контактной работы и в форме самостоятельной работы обучающихся.

Контактная работа включает в себя занятия лекционного типа (лекции), занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы), промежуточную аттестацию обучающихся и иные формы взаимодействия обучающихся с педагогическими работниками и (или) лицами, привлекаемыми к реализации ООП на иных условиях, в том числе при проведении промежуточной аттестации обучающихся. Контактная работа может проводиться с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.

Объем учебной дисциплины

Сессия / курс		***ИТОГО***	***1 сессия / 4 курс***	***2 сессия / 4 курс***
Форма промежуточной аттестации				*экзамен*
Трудоёмкость	*академ. час.*	***108***	*36*	*72*
	зачетных единиц	***3***	*1*	*2*
Лекции, *академ. час.*		***2***	*2*	*0*
в форме практической подготовки		***0***	*0*	*0*
Лабораторные работы, *академ. час.*		***0***	*0*	*0*
в форме практической подготовки		***0***	*0*	*0*
Практические занятия, *академ. час.*		***12***	*0*	*12*
в форме практической подготовки		***0***	*0*	*0*
Курсовая работа / проект, *академ. час.*		***0***	*0*	*0*
в форме практической подготовки		***0***	*0*	*0*
Консультации, *академ. час.*		***0***	*0*	*0*
в форме практической подготовки		***0***	*0*	*0*
Самостоятельная работа, *академ. час.*		***85***	*34*	*51*
в форме практической подготовки		***0***	*0*	*0*
Контроль, *академ. час.*		***9***	*0*	*9*
в форме практической подготовки		***0***	*0*	*0*

Содержание учебной дисциплины

Раздел 1 Теория и методика плавания Основы техники и методика обучения прикладного плавания Организация и правила проведения соревнований по плаванию (Материал раздела предусматривает овладение обучающимися, специальных знаний, необходимых для понимания процесса функционирования физической культуры общества и личности. Раздел изучают обучающиеся относящиеся ко всем медицинским группам. Самостоятельные занятия предусматривают освоение основных методов и способов формирования учебных, профессиональных и жизненных умений и навыков средствами физической культуры и спорта (Введение в дисциплину «Теория и методика плавания» Основы техники и методика обучения прикладного плавания Организация и правила проведения соревнований по плаванию);

Раздел 2 Техника плавания различными способами. Техника выполнения стартов и поворотов (Учебный материал раздела направлен на повышение уровня функциональных и двигательных способностей, формирование необходимых качеств личности, на овладение методами и средствами физкультурной и спортивной деятельности, жизненно-необходимыми навыками и умениями).

5 Перечень тем лекций

№ раздела / темы дисциплины	Темы лекций	Трудоемкость, *академ.час*	
		всего	**в форме практической подготовки**
Раздел 1.	Теория и методика плавания.Основы техники и методика обучения прикладного плавания. Организация и правила проведения соревнований по плаванию.	1	
Раздел 2.	Техника плавания различными способами. Техника выполнения стартов и поворотов.	1	
Итого:		**2**	**0**

6 Перечень тем практических занятий (семинаров)

№ раздела / темы дисциплины	Темы практических занятий (семинаров)	Трудоемкость, *академ.час*	
		всего	**в форме практической подготовки**
Раздел 1.	Теория и методика плавания. Основы техники и методика	6	

	обучения прикладного плавания. Организация и правила проведения соревнований по плаванию.		
Раздел 2.	Техника плавания различными способами. Техника выполнения стартов и поворотов.	6	
Итого:		**12**	**0**

7 Перечень тем лабораторных работ

№ раздела / темы дисциплины	**Темы лабораторных работ**	**Трудоемкость, *академ.час***	
		всего	**в форме практической подготовки**
	Отсутствуют		
Итого:		**0**	**0**

8 Перечень тем курсовых работ (проектов)

№ раздела / темы дисциплины	**Темы курсовых работ (проектов)**	**Трудоемкость, *академ.час***	
		всего	**в форме практической подготовки**
	Отсутствуют		
Итого:		**0**	**0**

9 Виды самостоятельной работы

№ раздела / темы дисциплины	**Виды самостоятельной работы**	**Трудоемкость, *академ.час***	
		всего	**в форме практической подготовки**
Раздел 1.	1. Выполнение домашнего задания; 2. Изучение теоретического материала; 3. Контрольная работа; 4. Подготовка к практическому занятию; 5. Прохождение тестирования.	45	
Раздел 2.	1. Выполнение домашнего задания; 2. Изучение теоретического материала; 3. Подготовка к	40	

	практическому занятию; 4. Прохождение тестирования.		
Контроль	*Подготовка к экзамену*	9	
Итого:		**94**	**0**

10 Учебно-методическое и информационное обеспечение учебной дисциплины

а) литература:

1 Максимова М. Н. Теория и методика синхронного плавания : учебник / М. Н. Максимова. - Москва : Спорт, 2017. – URL: http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906839763.html (дата обращения: 18.07.2023);

2 Теория и методика обучения базовым видам спорта: плавание : учебное пособие : [16+] / А.С. Казызаева, О.Б. Галеева, Е.С. Жукова, М.Д. Бакшеев ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики плавания. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2016. – 120 с. : ил. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483291 (дата обращения: 18.07.2023).

б) ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1 Консультант студента : электронно-библиотечная система / ООО «КОНСУЛЬТАНТ СТУДЕНТА». – Москва, [200 –]. – URL: http://www.studentlibrary.ru. – Режим доступа: для авторизир. пользователей;

2 ЛАНЬ : электронно-библиотечная система : [коллекция «Инженерно-технические науки»] / ООО «Издательство ЛАНЬ». – Санкт-Петербург, [200 –]. – URL: http://e.lanbook.com. – Режим доступа: для авторизир. пользователей;

3 НАУЧНАЯ ЭЛЕКТРОННАЯ БИБЛИОТЕКА eLIBRARY.RU : база данных / ООО «НЭБ». – Москва, [200 –]. – URL: http://elibrary.ru. – Режим доступа: по подписке;

4 Национальная электронная библиотека (НЭБ) : информационная система / ФГБУ «РГБ». – Москва, [2015 –]. – URL: http://rusneb.ru. – Режим доступа: по подписке;

5 Образовательная платформа ЮРАЙТ / ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ». – Москва, [200 –]. – URL: https://urait.ru. – Режим доступа: для авторизир. пользователей;

6 Университетская библиотека онлайн : электронно-библиотечная система / ООО «Директ-Медиа». – Москва, [200 –]. – URL: https://biblioclub.ru. – Режим доступа: для авторизир. пользователей. – URL: http://www.biblioclub.ru;

7 Электронная библиотека // Научно-техническая библиотека СибГИУ : сайт. – Новокузнецк, [200 –]. – URL: http://library.sibsiu.ru/LibrELibraryFullText.asp. – Режим доступа: для авторизир. пользователей. – URL: https://library.sibsiu.ru/LibrELibraryFullText.asp;

8 Электронные периодические издания ИВИС : универсальная база данных / ООО «ИВИС». – Москва, [200 –]. – URL: http://eivis.ru. – Режим доступа: по подписке;

9 Электронный каталог : сайт / Научно-техническая библиотека СибГИУ. – Новокузнецк, [199 –]. – URL: http://libr.sibsiu.ru. – URL: https://libr.sibsiu.ru.

в) лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

– 7-Zip;
– Adobe Acrobat Reader;
– Kaspersky Endpoint Security;
– Microsoft Office;
– Microsoft Windows.

г) базы данных и информационно-справочные системы:

1 ГАРАНТ : справочно-правовая система / ООО «Правовой центр «Гарант». – Кемерово, [200 –]. – Режим доступа: компьютерная сеть Сиб. гос. индустр. ун-та.;

2 КонсультантПлюс : справочно-правовая система / ООО «Информационный центр АНВИК». – Новокузнецк, [199 –]. – Режим доступа: компьютерная сеть библиотеки Сиб. гос. индустр. ун-та.;

3 Техэксперт : информационно-справочная система / ООО «Группа компаний «Кодекс». – Кемерово, [200 –]. – Режим доступа: компьютерная сеть Сиб. гос. индустр. ун-та.

11 Материально-техническое обеспечение учебной дисциплины

Материально-техническое обеспечение учебной дисциплины включает учебные аудитории, оснащенные оборудованием, компьютерной техникой, и техническими средствами обучения, в том числе:

- учебную аудиторию для проведения занятий лекционного типа, оборудованную учебной доской, экраном и мультимедийным проектором;
- учебную аудиторию для проведения занятий семинарского типа (практических занятий), оснащенную мультимедийным оборудованием ;
- учебную аудиторию (помещения) для групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации;
- помещения для самостоятельной работы, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и

обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду, научно-техническую библиотеку СибГИУ.

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки (специальности) 44.03.01 «Педагогическое образование».

Составитель(и):

доцент кафедрой физической культуры и спорта Маханькова Наталья Александровна (кафедра физической культуры и спорта).

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и утверждена на заседании кафедры.

Приложение

Аннотация
рабочей программы дисциплины «Теория и методика плавания»

по направлению подготовки (специальности)
44.03.01 «Педагогическое образование»
(направленность (профиль): «Физическая культура»)
форма обучения – Заочная форма

1 Цели и задачи освоения учебной дисциплины

Целями учебной дисциплины являются:

– формирование у обучающихся знаний, умений, навыков в теории и практике плавания, позволяющих им ориентироваться в вопросах истории, специальной терминологии, технике плавания и методике обучения различным стилям для решения организационно-методических и профессиональнопедагогических задач в профессиональной деятельности.

Задачами учебной дисциплины являются:

– обеспечение уровня подготовленности обучающихся, соответствующего требованиям федеральных государственных образовательных стандартов, необходимого запаса знаний, двигательных умений и навыков в плавании, а также достаточного уровня физической подготовленности учащихся для сохранения и укрепления их здоровья и трудовой деятельности;;

– способствование формированию личности обучающихся в процессе занятий физической культурой и спортом, ее приобщению к общечеловеческим ценностям и к здоровому образу жизни.

2 Место учебной дисциплины в структуре ООП по направлению подготовки (специальности)

Учебная дисциплина относится к учебным дисциплинам части, формируемой участниками образовательных отношений **Блока 1 «Дисциплины (модули)»** ООП по направлению подготовки (специальности) 44.03.01 «Педагогическое образование».

Учебная дисциплина базируется на предварительном усвоении обучающимися учебных дисциплин:

– Теория и методика спортивных игр;
– Теория и методика легкой атлетики;
– Теория и методика гимнастики;
– Гигиена физической культуры и спорта;
– Физическая культура и спорт;
– Педагогика;

– Анатомия;
– Биохимия физической культуры и спорта;
– Теория и методика физической культуры;
– Физиология физического воспитания и спорта;
– Ознакомительная практика;
– Производственная педагогическая практика (вожатская практика).

Учебная дисциплина дополняет знания, умения и навыки, получаемые по одновременно изучаемым и последующим дисциплинам:
– Биомеханика;
– Лечебная физическая культура и массаж;
– Психология физической культуры и спорта.

3 Планируемые результаты обучения по учебной дисциплине

Процесс изучения учебной дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

– Профессиональные компетенции

Наименование категории (группы) ПК	Код и наименование ПК	Код и наименование индикатора достижения ПК	Планируемые результаты обучения
	ПК-1: Способен осуществлять обучение в области физической культуры	ПК-1.1 Понимает структуру, состав и дидактические единицы предметной области физической культуры	– знать: теоретические и методические основы дисциплин (плавание), необходимые для реализации образовательного процесса. – уметь: использовать теоретические и практические знания, умения и навыки для обеспечения высокого уровня проведения занятий по плаванию. – владеть: актуальными методами обучения плаванию современными методиками и технологиями в области физической культуры и спорта для реализации профессиональной образовательной деятельности в сфере физической культуры и спорта.
		ПК-1.2 Осуществляет	– знать: содержание

		отбор учебного содержания предметной области физической культуры для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС	образовательных программ, современных методик и технологий в области физической культуры и спорта. – уметь: проектировать образовательный процесс (в предметной области по профилю подготовки)применять технические и тактические навыки в образовательном процессе и соревновательной деятельности. – владеть: системой методов, средств практических умений и навыков спортивной подготовки (в предметной области по профилю) способствующих самоопределению в физической культуре и спорте и содействующих спортивному совершенствованию.
		ПК-1.3 Разрабатывает формы учебных занятий по предметной области физической культуры, применяет методы, приемы и технологии обучения, в том числе информационные	– знать: различные формы учебных занятий, применять методы, приемы и технологии обучения, в том числе информационные. – уметь: разрабатывать по предметной области физическая культура различные формы учебных занятий, применять методы, приемы и технологии обучения, в том числе информационные. – владеть: умением демонстрирует умение разрабатывать по предметной области физическая культура различные формы

			учебных занятий, применять методы, приемы и технологии обучения, в том числе информационные.
	ПК-2: Способен осуществлять воспитание в области физической культуры	ПК-2.1 Принимает участие в разработке и реализации воспитательных программ, учитывающих возможности различных видов деятельности ребенка	– знать: основы обеспечения безопасности, приемы и методы страховки при выполнении физических упражнений.. – уметь: пользоваться профессиональной терминологией в процессе занятий; подбирать средства, методы и технологии в физической культуре и спорте для обучения двигательным действиям и совершенствования физических качеств и двигательных способностей обучающихся. – владеть: технологиями в области физической культуры для реализации профессиональной образовательной деятельности..
		ПК-2.2 Развивает у обучающихся познавательную активность, самостоятельность, инициативность, творческие способности, формирует у обучающихся культуру здорового и безопасного образа жизни	– знать: основные способы применения современных методов и технологий обучения и диагностики. – уметь: самостоятельно составлять учебные программы с использованием современных методов и технологий обучения и диагностики. – владеть: практическими навыками современных методов и технологий

			обучения и диагностики..
		ПК-2.3 Определяет и достигает воспитательные цели, способствующих гармоничному развитию обучающихся средствами физической культуры	– знать: психологические аспекты личности ребенка. – уметь: достигать воспитательные цели, способствующих гармоничному развитию обучающихся средствами физической культуры. – владеть: умением определять воспитательные цели.

4 Объем учебной дисциплины

Сессия / курс		***ИТОГО***	***1 сессия / 4 курс***	***2 сессия / 4 курс***
Форма промежуточной аттестации				*экзамен*
Трудоёмкость	*академ. час.*	***108***	*36*	*72*
	зачетных единиц	***3***	*1*	*2*
Лекции, *академ. час.*		***2***	*2*	*0*
в форме практической подготовки		***0***	*0*	*0*
Лабораторные работы, *академ. час.*		***0***	*0*	*0*
в форме практической подготовки		***0***	*0*	*0*
Практические занятия, *академ. час.*		***12***	*0*	*12*
в форме практической подготовки		***0***	*0*	*0*
Курсовая работа / проект, *академ. час.*		***0***	*0*	*0*
в форме практической подготовки		***0***	*0*	*0*
Консультации, *академ. час.*		***0***	*0*	*0*
в форме практической подготовки		***0***	*0*	*0*
Самостоятельная работа, *академ. час.*		***85***	*34*	*51*
в форме практической подготовки		***0***	*0*	*0*
Контроль, *академ. час.*		***9***	*0*	*9*
в форме практической подготовки		***0***	*0*	*0*

5 Краткое содержание учебной дисциплины

В структуре учебной дисциплины выделяются следующие основные разделы (темы):

Раздел 1 Теория и методика плавания Основы техники и методика обучения прикладного плавания Организация и правила проведения соревнований по плаванию (Материал раздела предусматривает овладение обучающимися, специальных знаний, необходимых для понимания процесса функционирования физической культуры общества и личности. Раздел изучают обучающиеся относящиеся ко всем медицинским группам. Самостоятельные занятия

предусматривают освоение основных методов и способов формирования учебных, профессиональных и жизненных умений и навыков средствами физической культуры и спорта (Введение в дисциплину «Теория и методика плавания» Основы техники и методика обучения прикладного плавания Организация и правила проведения соревнований по плаванию);

Раздел 2 Техника плавания различными способами. Техника выполнения стартов и поворотов (Учебный материал раздела направлен на повышение уровня функциональных и двигательных способностей, формирование необходимых качеств личности, на овладение методами и средствами физкультурной и спортивной деятельности, жизненно-необходимыми навыками и умениями).

6 Составитель(и):

доцент кафедрой физической культуры и спорта Маханькова Наталья Александровна (кафедра физической культуры и спорта).