

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Сибирский государственный индустриальный университет»

Кафедра физического воспитания

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебной и
воспитательной работе
_____ М.В. Темлянцев
подпись
« ____ » _____ 20__ г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Теория и методика плавания

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

Квалификация выпускника
Бакалавр

Форма обучения
Очная форма

Срок обучения: 4 года

Год начала подготовки 2021

Новокузнецк
2021

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 профессионально-педагогических 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:

- Педагогика;
- Психология;
- Анатомия.

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

- Биомеханика;
- Теория и организация спортивных соревнований.

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
------------------------------------	-----------------------	---	---------------------------------

	<p>ПК-1: Способен ориентироваться в дисциплинах, служащих медико-биологическими и физиологическими основаниями физической культуры</p>	<p>ПК-1.1 Ориентируется в содержании, сущности, закономерностях, принципах и особенностях изучаемых явлений и процессов, определяющих место физической культуры в общей картине мира; программах и учебниках по физической культуре; основах общетеоретических дисциплин в объеме, необходимом для решения педагогических, научно-методических и организационно-управленческих задач</p> <p>ПК-1.2 Анализирует базовые научно-теоретические представления о сущности, закономерностях, принципах и особенностях изучаемых явлений и процессов в области физической культуры</p>	<p>– знать: теоретические и методические основы дисциплин (плавание), необходимые для реализации образовательного процесса.</p> <p>– уметь: использовать теоретические и практические знания, умения и навыки для обеспечения высокого уровня проведения занятий по плаванию.</p> <p>– 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.</p> <p>– знать: содержание образовательных программ, современных методик и технологий в области физической культуры и спорта</p> <p>– уметь: проектировать образовательный процесс (в предметной области по профилю подготовки) применять технические и тактические навыки в образовательном процессе и соревновательной деятельности.</p> <p>– владеть: системой методов, средств, практических умений и навыков спортивной подготовки (в предметной области по</p>
--	--	---	---

			профилю)способствующих самоопределению в физической культуре и спорте и содействующих спортивному совершенствованию.
	ПК-2: Способен конструировать содержание образования в области физической культуры в соответствии с требованиями ФГОС дошкольного, основного и среднего общего образования, с уровнем развития современной науки и с учетом возрастных особенностей обучающихся	ПК-2.1 Осуществляет отбор содержания, методов, приемов и технологий, в том числе информационных, организационных форм учебных занятий, реализующих воспитательные возможности различных видов деятельности, средств диагностики в соответствии с планируемыми результатами обучения и воспитания в области физической культуры	– 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 Конструирует содержание и адаптирует его в соответствии с особенностями целевой аудитории, посредством применения психолого-педагогических технологий (в том числе инклюзивных) в области физической культуры	– 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.

4 Объем и содержание учебной дисциплины

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

Контактная работа обучающихся с педагогическим работником включает в себя занятия лекционного типа (лекции), занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы), промежуточную аттестацию обучающихся и иную контактную работу, предусматривающую групповую или индивидуальную работу обучающихся с педагогическим работником. Контактная работа обучающихся с педагогическим работником может быть аудиторной, внеаудиторной, а также проводиться в электронной информационно-образовательной среде.

Объем учебной дисциплины

Семестр / курс		ИТОГО	7 семестр
Форма промежуточной аттестации			<i>экзамен</i>
Трудоёмкость	<i>академ. час.</i>	180	180
	<i>зачетных единиц</i>	5	5
Лекции, <i>академ. час.</i>		26	26
в форме практической подготовки		0	0
Лабораторные работы, <i>академ. час.</i>		0	0
в форме практической подготовки		0	0
Практические занятия, <i>академ. час.</i>		36	36
в форме практической подготовки		0	0
Курсовая работа / проект, <i>академ. час.</i>		0	0
в форме практической подготовки		0	0
Консультации, <i>академ. час.</i>		0	0
в форме практической подготовки		0	0
Самостоятельная работа, <i>академ. час.</i>		73	73
в форме практической подготовки		0	0
Контроль, <i>академ. час.</i>		45	45
в форме практической подготовки		0	0

Содержание учебной дисциплины

Раздел 1 Теоретический раздел

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 Практический

раздел

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.	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 «Теория и методика плавания» Основы техники и методика обучения прикладного плавания Организация и правила проведения соревнований по плаванию	26	
Итого:		26	0

6 Перечень тем практических занятий (семинаров)

№ раздела / темы дисциплины	Темы практических занятий (семинаров)	Трудоемкость, академ. час	
		всего	в форме практической подготовки
Раздел 2.	Техника плавания различными способами	36	

	Техника выполнения стартов и поворотов		
Итого:		36	0

7 Перечень тем лабораторных работ

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

8 Перечень тем курсовых работ (проектов)

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

9 Виды самостоятельной работы

№ раздела / темы дисциплины	Виды самостоятельной работы	Трудоемкость, академ. час	
		всего	в форме практической подготовки
Раздел 1.	1. Изучение лекционного материала; 2. Подготовка к текущему контролю; 3. Прохождение тестирования.	33	
Раздел 2.	1. Подготовка к практическому занятию; 2. Подготовка к текущему контролю; 3. Прохождение тестирования.	40	
<i>Контроль</i>	<i>Подготовка к экзамену</i>	45	
Итого:		118	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:. – URL: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906839763.html> (дата обращения: 22.04.2021);

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. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483291> (дата обращения: 22.04.2021);

3 Чертов Н. В. Теория и методика плавания : учебник / Н. В. Чертов ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Южный федеральный университет», Факультет физической культуры и спорта. - Ростов-на-Дону : Издательство Южного федерального университета, 2011. - 452 с. - URL:. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=241104> (дата обращения: 22.04.2021);

4 Степанова М. В. Плавание в системе физического воспитания студентов вузов : учебное пособие. Изд. 2-ое., дополн. / М. В. Степанова - Оренбург: ОГУ, 2017. - 136 с. - URL:. – URL: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785741017456.html> (дата обращения: 22.04.2021).

б) ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1 Консультант студента. Электронная библиотека технического ВУЗа : электронно-библиотечная система / ООО «Политехресурс». – 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 Образовательная платформа ЮРАЙТ / ООО «Электронное издательство Юрайт». – Москва, [200 –]. – URL: <https://urait.ru>. – Режим доступа: для авторизир. пользователей;

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

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

7 Электронная библиотека УМЦ ЖДТ : [коллекция «Эксплуатация железных дорог»] / ФГБУ ДПО «Учебно-методический центр по образованию на железнодорожном транспорте». – Москва, [2013 –]. – URL: <https://umczdt.ru/books/>. – Режим доступа: для авторизир. пользователей;

8 Электронно-библиотечная система IPRbooks : [коллекции: «Дошкольная педагогика. Педагогика школы», «Педагогика. Образование»] / ООО Компания «Ай Пи Ар Медиа». – Москва, [200 –]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru>. – Режим доступа: для авторизир. пользователей;

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

в) лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

- Kaspersky Endpoint Security;
- Microsoft Office 2007;
- Microsoft Office 2010.

г) базы данных и информационно-справочные системы:

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

2 Система ГАРАНТ : электронный периодический справочник / ООО «Правовой центр «Гарант». – Кемерово, [200 –]. – Режим доступа: компьютерная сеть 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.;

4 Электронный реферативный журнал (ЭлРЖ) : база данных / ВИНТИ РАН. – Москва, [200 –]. – Режим доступа: компьютерная сеть библиотеки 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);
- 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.

Для проведения практических учебных занятий по дисциплине «Теория и методика плавания» имеется следующее материально-техническое обеспечение:

бассейн

плавательные колобашки

плавательные лопатки

плавательные пояса

плавательные доски

ласты

музыкальный центр с набором записей музыкального сопровождения для тренировочных упражнений

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

Составитель(и):

старший преподаватель Григораш Елена Евгеньевна (кафедра физического воспитания);

заведующий кафедрой Угольников Ольга Александровна (кафедра физического воспитания).

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и утверждена на заседании кафедры.

Приложение А

Аннотация

рабочей программы дисциплины «Теория и методика плавания»

по направлению подготовки (специальности)

44.03.01 «Педагогическое образование»

(направленность (профиль): «Физическая культура»)

форма обучения – Очная 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 профессионально-педагогических 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:

- Педагогика;
- Психология;
- Анатомия.

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

- Биомеханика;
- Теория и организация спортивных соревнований.

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 ориентироваться в дисциплинах, служащих медико-биологическими и физиологическими основаниями физической культуры	ПК-1.1 Ориентируется в содержании, сущности, закономерностях, принципах и особенностях изучаемых явлений и процессов, определяющих место физической культуры в общей картине мира; программах и учебниках по физической культуре; основах общетеоретических дисциплин в объеме, необходимом для решения педагогических, научно-методических и организационно-управленческих задач	<p>– знать: теоретические и методические основы дисциплин (плавание), необходимые для реализации образовательного процесса.</p> <p>– уметь: использовать теоретические и практические знания, умения и навыки для обеспечения высокого уровня проведения занятий по плаванию</p> <p>– 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.</p>
		ПК-1.2 Анализирует базовые научно-теоретические представления о сущности, закономерностях, принципах и особенностях изучаемых явлений и процессов в области физической культуры	<p>– знать: содержание образовательных программ, современных методик и технологий в области физической культуры и спорта</p> <p>– уметь: проектировать образовательный процесс (в предметной области по профилю подготовки) применять технические и тактические навыки в образовательном процессе и</p>

			<p>соревновательной деятельности.</p> <p>– 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.</p>
	<p>ПК-2: Способен конструировать содержание образования в области физической культуры в соответствии с требованиями ФГОС дошкольного, основного и среднего общего образования, с уровнем развития современной науки и с учетом возрастных особенностей обучающихся</p>	<p>ПК-2.1 Осуществляет отбор содержания, методов, приемов и технологий, в том числе информационных, организационных форм учебных занятий, реализующих воспитательные возможности различных видов деятельности, средств диагностики в соответствии с планируемыми результатами обучения и воспитания в области физической культуры</p> <p>ПК-2.2 Конструирует содержание и адаптирует его в соответствии с особенностями целевой аудитории, посредством применения психолого-педагогических тех-</p>	<p>– знать: основы обеспечения безопасности, приемы и методы страховки при выполнении физических упражнений.</p> <p>– 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.</p> <p>– владеть: технологиями в области физической культуры для реализации профессиональной образовательной деятельности.</p> <p>– знать: основные способы применения современных методов и технологий обучения и диагностики.</p> <p>– уметь: самостоятельно составлять учебные программы</p>

		нологий (в том числе инклюзивных) в области физической культуры	с использованием современных методов и технологий обучения и диагностики. – владеть: практическими навыками современных методов и технологий обучения и диагностики.
--	--	---	---

4 Объем учебной дисциплины

Семестр / курс		ИТОГО	7 семестр
Форма промежуточной аттестации			<i>экзамен</i>
Трудоёмкость	<i>академ. час.</i>	180	180
	<i>зачетных единиц</i>	5	5
Лекции, <i>академ. час.</i>		26	26
в форме практической подготовки		0	0
Лабораторные работы, <i>академ. час.</i>		0	0
в форме практической подготовки		0	0
Практические занятия, <i>академ. час.</i>		36	36
в форме практической подготовки		0	0
Курсовая работа / проект, <i>академ. час.</i>		0	0
в форме практической подготовки		0	0
Консультации, <i>академ. час.</i>		0	0
в форме практической подготовки		0	0
Самостоятельная работа, <i>академ. час.</i>		73	73
в форме практической подготовки		0	0
Контроль, <i>академ. час.</i>		45	45
в форме практической подготовки		0	0

5 Краткое содержание учебной дисциплины

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

Раздел 1 Теоретический раздел

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 Практический

раздел

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):

старший преподаватель Григораш Елена Евгеньевна (кафедра физического воспитания);

заведующий кафедрой Угольников Ольга Александровна (кафедра физического воспитания).