

Подписано электронной подписью:
Вержицкий Данил Григорьевич
Должность: Директор КГПИ КемГУ
Дата и время: 2025-04-23 00:00:00

471086fad29a3b30e244c728abc3661ab35c9d50210def0e75e03a5b6fdf6436

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ**

**Кузбасский гуманитарно – педагогический институт
федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования**

**«Кемеровский государственный университет»
Факультет физической культуры, естествознания и природопользования**

УТВЕРЖДАЮ

Декан

В.А. Рябов

« 11 » марта 2021г.

Рабочая программа дисциплины

Б1.О.10.01 Плавание с методикой преподавания

Направление подготовки

44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Направленность (профиль) подготовки

Физическая культура и Безопасность жизнедеятельности

Программа бакалавриата

Квалификация выпускника

бакалавр

Форма обучения

очная

Год набора 2019

Новокузнецк 2021

Лист внесения изменений
в РПД Б1.О.10.01 Плавание с методикой преподавания
(код по учебному плану, название дисциплины)

Сведения об утверждении:

утверждена Ученым советом факультета

(протокол Ученого совета факультета № 6а от 12.03.2020 г.)

на 2019 год набора

Одобрена на заседании методической комиссии факультета

протокол методической комиссии факультета № 5 от 27.02.2020 г.)

Одобрена на заседании обеспечивающей кафедры

протокол № 5 от 28.01.2020 г. Артемьев А.А. (Ф. И.О. зав. кафедрой)

На 2021 – 2022 уч. год

утверждена Ученым советом факультета

(протокол Ученого совета факультета № 6а от 11.03.2021 г.)

Одобрена на заседании методической комиссии факультета

протокол методической комиссии факультета № 3 от 25.02.2021 г.)

Одобрена на заседании обеспечивающей кафедры

протокол № 5 от 26.01.2021 г. Артемьев А.А. (Ф. И.О. зав. кафедрой)

Оглавление

1 Цель дисциплины.	4
1.1 Формируемые компетенции	4
1.2 Индикаторы достижения компетенций	4
1.3 Знания, умения, навыки (ЗУВ) по дисциплине	6
2 Объём и трудоёмкость дисциплины по видам учебных занятий. Формы промежуточной аттестации.	7
3 Учебно-тематический план и содержание дисциплины.	8
3.1 Учебно-тематический план	8
3.2 Содержание занятий по видам учебной работы	11
4 Порядок оценивания успеваемости и сформированности компетенций обучающегося в текущей и промежуточной аттестации.....	16
5 Материально-техническое, программное и учебно-методическое обеспечение дисциплины.....	17
5.1 Учебная литература.....	18
5.2 Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины.....	18
5.3 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.....	20
6 Иные сведения и (или) материалы.....	20
6.1 Примерные темы письменных учебных работ	20
6.2 Примерные вопросы и задания / задачи для промежуточной аттестации	20

1 Цель дисциплины

Целями освоения дисциплины «Плавание с методикой преподавания» являются: формирование системы профессиональных навыков и умений, необходимых будущим педагогам по физической культуре для успешного решения основных задач физического воспитания в различных образовательных учреждениях.

В результате освоения данной дисциплины у обучающегося должны быть сформированы компетенции основной профессиональной образовательной программы бакалавриата (далее - ОПОП): ОПК – 8, ПК – 3.

Содержание компетенций как планируемых результатов обучения по дисциплине см. таблицы 1 и 2.

1.1 Формируемые компетенции

Таблица 1 - Формируемые дисциплиной компетенции

Наименование вида компетенции (универсальная, общепрофессиональная, профессиональная)	Наименование категории (группы) компетенций	Код и название компетенции
Общепрофессиональная	Научные основы педагогической деятельности	ОПК-8. Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний
Профессиональная		ПК – 3 Способен применять современные методики и технологии для преподавания физической культуры

1.2 Индикаторы достижения компетенций

Таблица 2 – Индикаторы достижения компетенций, формируемые дисциплиной

Код и название компетенции	Индикаторы достижения компетенции по ОПОП	Дисциплины и практики, формирующие компетенцию ОПОП
ОПК-8. Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний	ОПК-8.1 Применяет специальные научные знания предметной области в педагогической деятельности по профилю подготовки. ОПК-8.2 Владеет методами научного исследования в предметной области	Б1.О.10.02 Гимнастика с методикой преподавания Б1.О.10.03 Спортивные игры с методикой преподавания Б1.О.10.04 Легкая атлетика с методикой преподавания Б1.О.10.05 Физиология физического воспитания и спорта Б1.О.10.06 Теория и методика физической культуры Б1.О.10.07 Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование Б1.О.10.08 Лечебная физическая культура и массаж Б1.О.10.09 Организационно-управленческая деятельность педагога физической культуры Б1.О.10.10 Физкультурно-оздоровительная работа в

Код и название компетенции	Индикаторы достижения компетенции по ОПОП	Дисциплины и практики, формирующие компетенцию ОПОП
		образовательных организациях Б1.О.11.01 Теоретические основы безопасности человека Б1.О.11.02 Общая экология Б1.О.11.03 Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях Б1.О.11.04 Анатомо-физиологические основы здоровья человека Б1.О.11.05 Психофизиологические основы здоровья и основы охраны труда Б1.О.11.06 Основы национальной безопасности Б1.О.11.07 Первая (доврачебная) помощь пострадавшему Б1.О.11.08 Гражданская оборона Б2.О.01(У) Учебная практика. Технологическая практика Б2.О.02(У) Учебная практика. Ознакомительная практика Б2.О.03(У) Учебная практика. Проектно-технологическая практика Б2.О.04(П) Производственная практика. Педагогическая практика Б2.О.05(П) Производственная практика. Производственная проектно-технологическая практика
ПК – 3 Способен применять современные методики и технологии для преподавания физической культуры	ПК.3.1.Знает современные технологии преподавания физической культуры. ПК.3.2.Умеет использовать совокупность средств, методов и методических приемов для решения педагогических задач в учебно-тренировочном процессе. ПК.3.3.Владеет методиками обучения и воспитания в сфере физической культуры. ПК.3.4.Владеет навыками применения современных методик и технологий построения учебного и тренировочного процесса в различных физкультурно-спортивных видах.	Б1.О.10.01 Плавание с методикой преподавания Б1.О.10.02 Гимнастика с методикой преподавания Б1.О.10.03 Спортивные игры с методикой преподавания Б1.О.10.04 Легкая атлетика с методикой преподавания Б1.О.10.06 Теория и методика физической культуры Б1.О.10.07 Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование Б1.О.10.10 Физкультурно-оздоровительная работа в образовательных организациях Б1.В.02 Дошкольное физическое воспитание Б1.В.04 Научно-исследовательская работа с обучающимися по физической культуре и безопасности жизнедеятельности

Код и название компетенции	Индикаторы достижения компетенции по ОПОП	Дисциплины и практики, формирующие компетенцию ОПОП
		Б1.В.05 Мониторинг физического состояния обучающихся Б1.В.ДВ.01.01 Двигательная активность и профилактика гиподинамии Б1.В.ДВ.01.02 Профессионально-прикладная подготовка будущего учителя физической культуры Б2.В.01(П) Производственная практика. Преддипломная практика ФТД.02 Туризм и спортивное ориентирование

1.3 Знания, умения, навыки (ЗУВ) по дисциплине

Таблица 3 – Знания, умения, навыки, формируемые дисциплиной

Код и название компетенции	Индикаторы достижения компетенции, закрепленные за дисциплиной	Знания, умения, навыки (ЗУВ), формируемые дисциплиной
ОПК-8. Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний	ОПК-8.1 Применяет специальные научные знания предметной области в педагогической деятельности по профилю подготовки.	Знает: - научное содержание и современное состояние предметной области «Физическая культура», лежащее в основе содержания преподаваемого учебного предмета. Умеет: - использовать научные знания предметной области «Физическая культура» в педагогической деятельности по профилю подготовки; - применять научные знания предметной области при разработке образовательных программ, рабочих программ учебных предметов, курсов внеурочной деятельности. Владеет; - способами получения информации о современном состоянии научных исследований в предметной области «Физическая культура»; - способами применения результатов современных научных исследований предметной области «Физическая культура» в педагогической деятельности по профилю подготовки.
	ОПК-8.2 Владеет методами научного исследования в	Знает: - методы проведения научного исследования в предметной области

Код и название компетенции	Индикаторы достижения компетенции, закрепленные за дисциплиной	Знания, умения, навыки (ЗУВ), формируемые дисциплиной
	предметной области	«Физическая культура». Умеет: - решать научно-исследовательские задачи педагогической деятельности по профилю подготовки на основе специальных научных знаний. Владеет: - способами обоснования и представления результатов научного исследования по профилю подготовки.
ПК – 3 Способен применять современные методики и технологии для преподавания физической культуры	ПК.3.1.Знает современные технологии преподавания физической культуры. ПК.3.2.Умеет использовать совокупность средств, методов и методических приемов для решения педагогических задач в учебно-тренировочном процессе. ПК.3.3.Владеет методиками обучения и воспитания в сфере физической культуры. ПК.3.4.Владеет навыками применения современных методик и технологий построения учебного и тренировочного процесса в различных физкультурно-спортивных видах.	- технологии обучения двигательным действиям и развития физических качеств, здоровьесберегающие и рекреационно-оздоровительные технологии . Умеет: -рационально использовать систему средств, методов и методических приемов для решения оздоровительных, образовательных, воспитательных задач в учебном и тренировочном процессе. - разрабатывать основные общеобразовательные программы образовательной организации и программы дополнительного образования по физической культуре в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом. Владеет: -методиками формирования двигательных умений, технических и тактических навыков, развития физических качеств и совершенствования двигательных способностей обучающихся.

2 Объём и трудоёмкость дисциплины по видам учебных занятий.

Формы промежуточной аттестации.

Таблица 4 – Объем и трудоемкость дисциплины по видам учебных занятий

Общая трудоемкость и виды учебной работы по дисциплине, проводимые в разных формах	Объём часов по формам обучения		
	ОФО	ОЗФО	ЗФО
1 Общая трудоемкость дисциплины	288		
2 Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам	78		

учебных занятий) (всего)			
Аудиторная работа (всего):	78		
в том числе:			
лекции	4		
практические занятия, семинары			
практикумы			
лабораторные работы	74		
в интерактивной форме	14		
в электронной форме			
Внеаудиторная работа (всего):			
в том числе, индивидуальная работа обучающихся с преподавателем			
подготовка курсовой работы/контактная работа			
групповая, индивидуальная консультация и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем)			
творческая работа (эссе)			
3 Самостоятельная работа обучающихся (всего)	138		
4 Промежуточная аттестация обучающегося - экзамен /зачет с оценкой / зачет (указать форму и № семестра в отдельной строке) и объем часов, выделенный на промежуточную аттестацию:	72 (УО-4, 1,2 сем.)		

3 Учебно-тематический план и содержание дисциплины

3.1 Учебно-тематический план

Таблица 5 - Учебно-тематический план очной формы обучения

№ п/п	Разделы и темы дисциплины по занятиям	Общая трудоемкость (все го час.)	Трудовоемкость занятий (час.)						Формы текущего контроля и промежуточной аттестации успеваемости
			ОФО			ЗФО			
			Аудиторные занятия		СРС	Аудиторные занятия		СРС	
			лек.ц.	практ.		лек.ц.	практ.		
Семестр 1									
Семестр 1									
1	Научно - теоретические основы плавания	6	2		4				
2	Основы техники спортивных способов плавания, стартов и поворотов.								ПР
2.1	Ознакомление с водной средой. Обучение техники работы ног вольным стилем, обучение дыханию.	6		2	4				
2.2	Обучение работе рук вольным стилем, обучение согласованию дыхания с работой рук и ног.	6		2	4				
2.3	Совершенствование техники способа вольный стиль.	6		2	4				
2.4	Техника работы ног, дыхание в	6		2	4				

№ п/п	Разделы и темы дисциплины по занятиям	Общая трудоемкость (всего час.)	Трудоемкость занятий (час.)						Формы текущего контроля и промежуточной аттестации успеваемости
			ОФО			ЗФО			
			Аудиторные занятия		СРС	Аудиторные занятия		СРС	
			лек.ц.	практ.		лек.ц.	практ.		
	способе кроль на спине. Обучение технике работы рук кролем на спине.								
2.5	Совершенствование техники «кроль на спине».	5		2	3				
2.6	Обучение технике работы ног, дыханию способом баттерфляй.	5		2	3				
2.7	Обучение технике работы рук способом баттерфляй.	5		2	3				
2.8	Совершенствование техники «баттерфляй».	5		2	3				
2.9	Обучение технике работы ног брассом.	5		2	3				
2.10	Обучение работы рук брассом.	5		2	3				
2.11	Совершенствование техники «брасс».	5		2	3				
2.12	Обучение повороту «маятник».	5		2	3				
2.13	Обучение поворотам способом кроль на спине, кроль на груди.	5		2	3				
2.14	Обучение старту с тумбы.	5		2	3				
2.15	Обучение поворотам способом баттерфляй, брасс.	5		2	3				
2.16	Анализ техники спортивных способов плавания.	5		2	3				
3	Прикладное плавание.								
3.1	Плавание в усложненных условиях. Спасение пострадавших на воде. Оказание первой помощи пострадавшим на воде.	6		2	4				
3.2	Обучение прикладному плаванию.	6		2	4				
3.3	Техника ныряния. Техника передвижения под водой.	6		2	4				
4	Промежуточная аттестация	36							УО-4
ИТОГО по семестру 1		144	2	38	68				
Семестр 2									
1	Методика обучения плаванию	6	2		4				
1.1	Методика обучения способу	6		2	4				

№ п/п	Разделы и темы дисциплины по занятиям	Общая трудоемкость (все го час.)	Трудоемкость занятий (час.)						Формы текущего контроля и промежуточной аттестации успеваемости
			ОФО			ЗФО			
			Аудиторные занятия		СРС	Аудиторные занятия		СРС	
			лек. ц.	практ.		лек. ц.	практ.		
	вольный стиль. Методика обучения способу на спине.								
1.2	Методика обучения способу брасс. Методика обучения способу баттерфляй.	6		2	4				
1.3	Методика обучения стартам и поворотам. Методика проведения уроков по плаванию в различных звеньях.	6		2	4				
1.4	Начальное обучение в плавании. Средства, методы и технология обучения спортивным способам плавания.	8		4	4				
2	Организационно-методическое обеспечение работы по плаванию в различных звеньях.								
2.1	Организация и методика проведения занятий по плаванию в дошкольных учреждениях.	6		2	4				
2.2	Организация и методика проведения занятий по плаванию в средней школе.	6		2	4				
2.3	Организация и методика проведения занятий по плаванию в высшей школе.	6		2	4				
2.4	Организация и методика проведения занятий по плаванию с различными слоями населения, в спортивно-оздоровительном лагере.	6		2	4				
2.5	Организация и методика проведения занятий по плаванию в детско-юношеской спортивной школе и по адаптивному плаванию.	6		2	4				
2.6	Обучение планированию. Методика работы с документами.	6		2	4				
3	Основы спортивной тренировки в плавании.								
3.1	Задачи, методы и средства спортивной тренировки.	6		2	4				ПР

№ п/п	Разделы и темы дисциплины по занятиям	Общая трудоемкость (всего час.)	Трудоемкость занятий (час.)						Формы текущего контроля и промежуточной аттестации успеваемости
			ОФО			ЗФО			
			Аудиторные занятия		СРС	Аудиторные занятия		СРС	
			лек.ц.	практ.		лек.ц.	практ.		
3.2	Содержание тренировки пловцов высокого класса.	6		2	4				
3.3	Многолетняя и начальная спортивная тренировка в плавании.	6		2	4				
3.4	Спортивный отбор в плавании.	6		2	4				
4	Организация и проведение соревнований.								
4.1	Правила соревнований по плаванию. Судейская коллегия по плаванию.	8		4	4				
4.2	Организация и проведение соревнований по плаванию в начальной школе и средней школе.	8		2	6				
5	Промежуточная аттестация	36							УО-4
ИТОГО по семестру 2		144	2	36	70				
	Всего:	288	4	74	138				

3.2 Содержание занятий по видам учебной работы

Таблица 6 – Содержание дисциплины

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
	Семестр 1	
<i>Содержание лекционного курса</i>		
1	Научно - теоретические основы плавания	Специальные научные знания, теоретические основы и общие закономерности плавания. Свойства воды. Движение руками, ногами, дыхание. Анатомо-физиологические особенности организма и техника плавания. Профессиональная терминология на занятиях плавания.
<i>Содержание лабораторных занятий</i>		
1	Основы техники спортивных способов плавания, стартов и поворотов.	
1.1	Ознакомление с водной средой. Обучение техники работы ног вольным стилем,	Выполнение комплекса упражнений направленных на ознакомление с водной средой, обучение лежанию, скольжению, дыханию. Выполнение комплекса упражнений у неподвижной опоры, с подвижной опорой

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
	<i>обучение дыханию.</i>	и без опоры для обучения работе ног способом вольный стиль. Обучение дыханию. Обучение согласованию дыхания с работой ног.
1.2	<i>Обучение работе рук вольным стилем, обучение согласованию дыхания с работой рук и ног.</i>	Выполнение имитационных упражнений на суше и подготовительных упражнений в воде для обучения работе рук кролем. Выполнение специальных упражнений с опорой и без опоры направленных на обучение работе рук кролем.
1.3	<i>Совершенствование техники способа вольный стиль.</i>	Обучение согласованию движений рук, ног и дыханию в способе вольный стиль.
1.4	<i>Техника работы ног, дыхание в способе кроль на спине. Обучение технике работы рук кролем на спине.</i>	Выполнение комплекса упражнений для обучения работе ног на спине. Выполнения подготовительный и специальных упражнений направленных на обучение работе рук способом на спине.
1.5	<i>Совершенствование техники «кроль на спине».</i>	Обучение согласованию работы рук, ног, дыхания в способе кроль на спине.
1.6	<i>Обучение технике работы ног, дыханию способом баттерфляй.</i>	Выполнение комплекса упражнений у неподвижной опоры, с подвижной опорой и без опоры для обучения работе ног способом баттерфляй. Обучение дыханию. Обучение согласованию дыхания с работой ног.
1.7	<i>Обучение технике работы рук способом баттерфляй.</i>	Выполнение имитационных упражнений на суше и подготовительных упражнений в воде для обучения работе рук баттерфляем. Выполнение специальных упражнений с опорой и без опоры направленных на обучение работе рук баттерфляем.
1.8	<i>Совершенствование техники «баттерфляй».</i>	Согласование движений рук, ног, дыхания в способе баттерфляй.
1.9	<i>Обучение технике работы ног брасом.</i>	Выполнение подводящих, подготовительных, специальных упражнений направленных на обучение работы ног брасом.
1.10	<i>Обучение работы рук брасом.</i>	Выполнение подводящих, подготовительных, специальных упражнений направленных на обучение работы рук брасом
1.11	<i>Совершенствование техники «брас».</i>	Согласование движений рук, ног и дыхания в брасе. Совершенствование техники способом брас.
1.12	<i>Обучение повороту «маятник».</i>	Ознакомление с «открытыми» и «закрытыми» поворотами.
1.13	<i>Обучение поворотам способом кроль на спине, кроль на груди.</i>	Простые и скоростные повороты в кроле. Поворот сальто, поворот маятником.
1.14	<i>Обучение старту с тумбы.</i>	Учебные прыжки в воду. Спады в воду. Подготовительные и подводящие упражнения для обучения стартам с тумбы.
1.15	<i>Обучение поворотам способом баттерфляй, брас.</i>	Обучение скольжению после поворота, обучение выполнения полного цикла под водой, обучение подходу к повороту и касанию.
1.16	<i>Анализ техники</i>	Методическое занятие по анализу техники спортивных

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
	<i>спортивных способов плавания.</i>	способов плавания, стартов и поворотов. Методические указания и исправление ошибок.
2	Прикладное плавание.	
2.1	<i>Плавание в усложненных условиях. Спасание пострадавших на воде. Оказание первой помощи пострадавших на воде.</i>	Плавание в различных условиях, плавание с помощью подсобных средств, переплывы вплавь с предметами, способы отдыха в воде. Ознакомление с техникой спасения утопающего. Спасение утопающего - подплыв и освобождение от захватов. Способы транспортировки пострадавшего на воде. Способы и приемы оказания первой медицинской помощи пострадавшему на воде. Ознакомление со способами искусственного дыхания («изо рта в рот», «изо рта в нос», «Сильвестра - Броша», «Шеффера», «Каллистова»). Виды утопления, непрямой массаж сердца.
2.2	<i>Обучение прикладному плаванию.</i>	Техника плавания способом брасс на спине, способом на боку.
2.3	<i>Техника ныряния. Техника передвижения под водой.</i>	Обучение нырянию в глубину, доставание предмета со дна бассейна, учебные прыжки с вышки.
3	Промежуточная аттестация - экзамен	
	Семестр 2	
	<i>Содержание лекционного курса</i>	
1	Методика обучения плаванию	Методика обучения спортивным способам плавания. Технологии обучения способа кроль на груди, на спине, брасс, баттерфляй. Подводящие и подготовительные упражнения для обучения спортивным способом плавания. Особенности обучения плаванию различных групп населения. Двигательные действия в плавании как предмет обучения. Основные средства обучения плаванию: общеразвивающие упражнения, подготовительные упражнения, специальные упражнения, игры, развлечения – на суше и в воде. Методы обучения: словесные, наглядные, практические. Формы обучения: индивидуальная, групповая, групповая с индивидуальным подходом. Системы обучения спортивным способам плавания: последовательная, параллельная, параллельно-последовательная. Целостно-раздельный метод обучения способам плавания. Общие правила предупреждения и исправления ошибок. Техника безопасности, меры по предупреждению травматизма при занятиях плаванием. Врачебно-педагогический контроль в плавании. Урок плавания. Особенности урока плавания.
	<i>Содержание лабораторных занятий</i>	
1	Методика обучения плаванию	
1.1	<i>Методика обучения способу вольный стиль. Методика обучения способу на спине.</i>	Использовать научные знания при составлении алгоритма обучения способа «вольный стиль». Написание комплексов упражнений, направленных на обучение и совершенствование. Составление комплексов

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
		упражнений направленных на обучение и совершенствование способа кроль на спине
1.2	<i>Методика обучения способу брасс. Методика обучения способу баттерфляй.</i>	Использовать научные знания при составлении комплексов упражнений направленных на обучение и совершенствование способа брасс. Составление комплексов упражнений направленных на обучение и совершенствование способа баттерфляй.
1.3	<i>Методика обучения стартам и поворотам. Методика проведения уроков по плаванию в различных звеньях.</i>	Использовать научные знания при составлении комплексов упражнений направленных на обучение и совершенствование стартов и поворотов. Использование теоретических и практических знаний, умений и навыков в разработке конспектов уроков и проведения занятий в группах.
1.4	<i>Начальное обучение в плавании. Средства, методы и технология обучения спортивным способам плавания.</i>	Выполнение комплекса упражнений направленных на ознакомление с водной средой, обучение лежанию, скольжению, дыханию. Подвижные игры на воде. Подготовительные, подводящие имитационные, специальные упражнения на суше и в воде направленные на обучение спортивным способам плавания. Наглядный, словесный и практический метод обучения. Параллельно-последовательный, целостно-раздельный методы обучения плаванию. Способы и методы диагностики результатов обучения. Оценка практических знаний и умений обучающихся на основе тестирования и других методов контроля.
2	Организационно-методическое обеспечение работы по плаванию в различных звеньях.	
2.1	<i>Организация и методика проведения занятий по плаванию в дошкольных учреждениях.</i>	Плавание как средство укрепления здоровья в дошкольном возрасте. Разработка образовательных программ на основе научных знаний по предмету. Содержание программы по плаванию в детском саду. Разработка рабочих программ на основе научных знаний по предмету Методика обучения плаванию детей дошкольного возраста.
2.2	<i>Организация и методика проведения занятий по плаванию в средней школе.</i>	Средства, методы и методические приемы для решения оздоровительных и образовательных задач. Разработка образовательных программ на основе научных знаний по предмету. Разработка рабочих программ на основе научных знаний по предмету. Содержание программы по плаванию в общеобразовательной школе. Методика обучения плаванию школьников.
2.3	<i>Организация и методика проведения занятий по плаванию в высшей школе.</i>	Задачи дисциплины плавания в высшей школе. Организация учебных занятий, учебно-тренировочных занятий, спортивных секций по плаванию в высшей школе.
2.4	<i>Организация и методика проведения занятий по</i>	Использовать научные знания при разработке курсов внеурочной деятельности на основе научных знаний по

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
	<i>плаванию с различными слоями населения, в спортивно-оздоровительном лагере.</i>	предмету. Средства, методы и методические приемы для решения оздоровительных задач. Организация занятий по плаванию в плавательных бассейнах, фитнес клубах, открытых водоемах. Методика обучения плаванию взрослого населения. Акваэробика, гимнастика в воде. Организаций занятий по плаванию на открытых и закрытых водоемах. Техника безопасности и подготовка к занятиям. Проведение подвижных игр и праздников на воде.
2.5	<i>Организация и методика проведения занятий по плаванию в детско-юношеской спортивной школе и по адаптивному плаванию.</i>	Организация учебно-тренировочных занятиях на суше и в воде с детьми разных звеньев ДЮСШ. Программа в ДЮСШ. Организация и проведение занятий по плаванию при различных заболеваниях. Организация и проведение занятий по плаванию с детьми с ограниченными возможностями.
2.6	<i>Обучение планированию. Методика работы с документами.</i>	Тематическое планирование, поурочное планирование, разработка конспектов урока по плаванию. Нормативные документы (федеральные образовательные стандарты начального, среднего общего образования и основной и основная общеобразовательная программа по предмету физическая культура).
3	Основы спортивной тренировки в плавании.	
3.1	<i>Задачи, методы и средства спортивной тренировки.</i>	Воспитание физических качеств, воспитание волевых качеств, повышение функциональных возможностей, совершенствование техники плавания, и приобретение необходимых знаний и навыков в теории и практики тренировки. Переменный, интервальный, повторный методы тренировки. Подводящие, специальные, подготовительные общеразвивающие упражнения.
3.2	<i>Содержание тренировки пловцов высокого класса.</i>	Физическая подготовленность пловцов, силовая подготовленность пловцов, скоростные способности пловца, выносливость пловца.
3.3	<i>Многолетняя и начальная спортивная тренировка в плавании.</i>	Общие представление о системе подготовки спортсменов. Построение тренировочного процесса. Управление в процессе тренировки. Адаптация к физическим нагрузкам. Периодизация биологического развития детей и подростков. Совершенствование спортивной подготовленности юных пловцов. Влияние темпов полового созревание на развитие физических качеств.
3.4	<i>Спортивный отбор в плавании.</i>	Методы проведения научного исследования для спортивного отбора. Выбор критериев спортивного отбора. Методика оценки спортивной перспективности и специальной подготовленности юных пловцов, сроки и содержание этапов отбора.
4	Способы организации и проведения соревнований.	
4.1	<i>Правила соревнований по</i>	Способы плавания, дистанции и характер соревнований.

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
	<i>плаванию. Судейская коллегия по плаванию.</i>	Допуск участников к соревнованиям. Обязанности и права участников. Состав судейской коллегии. Обязанности судей.
4.2	<i>Организация и проведение соревнований по плаванию в начальной школе и средней школе.</i>	Применять научные знания при составлении программ соревнований. Определение результатов, награждение. Прохождение дистанции, нарушение правил и взыскания, протесты. Заплывы, распределение дорожек, переплывы. Регистрация рекордов и достижений.
5	Промежуточная аттестация - экзамен	

4 Порядок оценивания успеваемости и сформированности компетенций обучающегося в текущей и промежуточной аттестации.

Для положительной оценки по результатам освоения дисциплины обучающемуся необходимо выполнить все установленные виды учебной работы. Оценка результатов работы обучающегося в баллах (по видам) приведена в таблицах.

Таблица 7 - Балльно-рейтинговая оценка результатов учебной работы обучающихся по видам (БРС) - 1 семестр

Учебная работа (виды)	Сумма баллов	Виды и результаты учебной работы	Оценка в аттестации	Баллы
Текущая учебная работа в семестре (Посещение занятий по расписанию и выполнение заданий)	60	Лекционные занятия (конспект) (1 занятие)	2 балла - посещение 1 лекционного занятия	0-2
		Лабораторные занятия (38 занятий)	1 балл - посещение 1 практического занятия и выполнение работы на 51-100%	20-38
		Тест	14 баллов – процент выполненных заданий 80- 100%; 10 баллов – процент выполненных заданий 65-79,9%; 8 баллов - процент выполненных заданий 50-64,9%; 0 баллов - процент выполненных заданий менее 50%.	8-14
		Реферат	3 балла (пороговое значение) 6 баллов (максимальное значение)	3- 6
Итого по текущей работе в семестре				31 – 60 б.
Промежуточная аттестация (экзамен)	40 (100% /баллов приведенной шкалы)	Ответ на 1 вопрос	10 баллов (пороговое значение) 20 баллов (максимальное значение)	10 - 20
		Ответ на 2 вопрос	10 баллов (пороговое значение) 20 баллов (максимальное значение)	10 - 20
Итого по промежуточной аттестации (экзамен)				20-40 б.
Суммарная оценка по дисциплине: Сумма баллов текущей и промежуточной аттестации				51 – 100 б.

Практическое занятие – 38 часов

Форма контроля – экзамен

Для положительной оценки по результатам освоения дисциплины, обучающемуся необходимо выполнить установленные виды учебной работы.

Минимальное количество для допуска к итоговому экзамену - 31 балл.

Максимальное количество баллов за экзамен - 40 баллов.

Оценка результатов работы обучающегося в баллах (по видам) приведена в таблице.

2 семестр

Учебная работа (виды)	Сумма баллов	Виды и результаты учебной работы	Оценка в аттестации	Баллы
Текущая учебная работа в семестре (Посещение занятий по расписанию и выполнение заданий)	60	Лекционные занятия (конспект) (1 занятие)	2 балла - посещение 1 лекционного занятия	0-2
		Лабораторные занятия (36 занятий)	1 балл - посещение 1 практического занятия и выполнение работы на 51-100%	20-36
		Тест	16 баллов – процент выполненных заданий 80- 100%; 10 баллов – процент выполненных заданий 65-79,9%; 8 баллов - процент выполненных заданий 50-64,9%; 0 баллов - процент выполненных заданий менее 50%.	8-16
		Реферат	3 балла (пороговое значение) 6 баллов (максимальное значение)	3- 6
Итого по текущей работе в семестре				31 – 60 б.
Промежуточная аттестация (экзамен)	40 (100% /баллов приведеной шкалы)	Ответ на 1 вопрос	10 баллов (пороговое значение) 20 баллов (максимальное значение)	10 - 20
		Ответ на 2 вопрос	10 баллов (пороговое значение) 20 баллов (максимальное значение)	10 - 20
Итого по промежуточной аттестации (экзамен)				20-40 б.
Суммарная оценка по дисциплине: Сумма баллов текущей и промежуточной аттестации				51 – 100 б.

Лекция – 2 часа

Практическое занятие – 36 часов

Форма контроля – экзамен

Для положительной оценки по результатам освоения дисциплины, обучающемуся необходимо выполнить установленные виды учебной работы.

Минимальное количество для допуска к итоговому экзамену - 31 балл.

Максимальное количество баллов за экзамен - 40 баллов.

Оценка результатов работы обучающегося в баллах (по видам) приведена в таблице.

5 Материально-техническое, программное и учебно-методическое обеспечение

дисциплины

5.1 Учебная литература

Основная учебная литература

1. Афанасьев, В. З. Плавание : учебник для академического бакалавриата / В. З. Афанасьев [и др.] ; под общ.ред. Н. Ж. Булгаковой. – 2-е издание. – Электронные текстовые данные. – Москва: Юрайт, 2019. – 344 с. – (Серия : Бакалавр. Академический курс). – ISBN 978-5-534-07939-5. – URL: <https://biblio-online.ru/book/plavanie-442095> (дата обращения: 24.01.2020). - Текст : электронный.

Дополнительная учебная литература

1. Болдарева, Н. С. Обучение плаванию способом кроль на груди. Техника старта и поворота : методические указания для студентов 1-5 курсов и преподавателей вузов / НФИ КемГУ, Кафедра физического воспитания и спорта ; сост. Н. С. Болдарева, Т. И. Лукьянец, И. В. Михалева. – Новокузнецк: РИО НФИ КемГУ, 2006. – 26 с. - Текст : непосредственный.

2. Викулов, А. Д. Плавание : учебное пособие для вузов / А. Д. Викулов. – Москва: ВЛАДОС-Пресс, 2004. – 367, [1] с. – (Учебное пособие для вузов). – Библиогр.: с. 364-365. – ISBN 530500022X. - Текст : непосредственный.

3. Литвинов, А. А. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Плавание :учебник / А. А. Литвинов [и др.] ; под ред. А. А. Литвинова. – 3-е издание ; стереотипное. – Москва: Академия, 2014. – 288 с. – (Высшее образование. Бакалавриат). - Текст : непосредственный.

4. Чертов, Н. В. Комплекс тестовых заданий по теории и методике избранного вида спорта (плавание) : учебное пособие / Н. В. Чертов. – Электронные текстовые данные. – Ростов-на-Дону : ЮФУ, 2012. – 136 с. ISBN 978-5-9275-1044-3 – URL: <http://znanium.com/catalog/product/551002> (дата обращения: 24.01.2020). - Текст : электронный.

5.2 Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины

Таблица 8 - Учебные аудитории КГПИ КемГУ

Наименование помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом, в том числе помещения для самостоятельной работы, с указанием перечня основного оборудования, учебно-наглядных пособий и используемого программного обеспечения	Адрес (местоположение) помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом (в случае реализации образовательной программы в сетевой форме дополнительно указывается наименование организации, с которой заключен договор)
223 Учебная аудитория (мультимедийная) для проведения: - занятий лекционного типа; - групповых и индивидуальных консультаций. Специализированная (учебная) мебель: доска меловая, столы, стулья.	654041, Кемеровская область - Кузбасс, Новокузнецкий городской округ, г. Новокузнецк, ул. Кузнецова, д. 6

Оборудование: стационарное - ноутбук, экран, проектор. Используемое программное обеспечение: MSWindows (MicrosoftImaginePremium 3 year по лицензионному договору № 1212/КМР от 12.12.2018 г. до 12.12.2021 г.), LibreOffice (свободно распространяемое ПО). Интернет с обеспечением доступа в ЭИОС.	
214 Бассейн. Учебная аудитория для проведения занятий практического типа. Оборудование: вышки для прыжков, спортивный инвентарь (доски для плавания, нудлы для плавания, секундомеры настенные и др.).	654041, Кемеровская область - Кузбасс, г. Новокузнецк, ул. Циолковского, д.6
102 Зал тренажерной техники. Учебная аудитория для проведения занятий практического типа. Оборудование: тренажеры, шведские стенки, спортивный инвентарь (гантели, блины, штанги и др.).	654041, Кемеровская область - Кузбасс, Новокузнецкий городской округ, г. Новокузнецк, ул. Кузнецова, д. 6
114 Лаборатория функциональных исследований. Учебная аудитория для проведения: - занятий лабораторного типа; - индивидуальных консультаций. Специализированная (учебная) мебель: столы, стулья. Лабораторное оборудование: компьютер, анализатор Аккутренд Плюс, устройство психофизического тестирования УПФТ-1/30 («Психофизиолог»), монитор сердечного ритма, весы медицинские, динамометры кистевые, спирометры, эргометры, тонометр, ростометр. Учебно-наглядные пособия: раздаточный материал по психофизиологии в здоровьесбережении, мониторингу физического состояния школьников и физиологии физического воспитания и спорта. Используемое программное обеспечение: MSWindows (MicrosoftImaginePremium 3 year по лицензионному договору № 1212/КМР от 12.12.2018 г. до 12.12.2021 г.), LibreOffice (свободно распространяемое ПО); Интернет с обеспечением доступа в ЭИОС.	654041, Кемеровская область - Кузбасс, Новокузнецкий городской округ, г. Новокузнецк, ул. Кузнецова, д. 6
220 Учебная аудитория для проведения: - занятий семинарского (практического) типа; - групповых и индивидуальных консультаций; - текущего контроля и промежуточной аттестации. Специализированная (учебная) мебель: доска меловая, столы, стулья, кафедра. Оборудование: стационарное – телевизор; переносное – проектор, ноутбук, экран. Учебно-наглядные пособия: раздаточные материалы по методике обучения физической культуре и педагогическо-физкультурно-спортивного совершенствования. Используемое программное обеспечение: MSWindows (MicrosoftImaginePremium 3 year по лицензионному договору № 1212/КМР от 12.12.2018 г. до 12.12.2021 г.), LibreOffice (свободно распространяемое ПО). Интернет с обеспечением доступа в ЭИОС.	654041, Кемеровская область - Кузбасс, Новокузнецкий городской округ, г. Новокузнецк, ул. Кузнецова, д. 6

5.3 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Перечень СПБД и ИСС по дисциплине

1. Федеральный портал Министерства спорта Российской Федерации <https://www.minsport.gov.ru/>
2. Информационный сайт по базовым и новым видам спорта <http://www.fizkultura.ru/swimming>

6 Иные сведения и (или) материалы.

6.1 Примерные темы письменных учебных работ

Темы рефератов:

1. Формы проведения занятий по плаванию.
2. Общие правила исправления ошибок при обучении.
3. Параллельное обучение спортивным способам плавания.
4. Одновременное обучение спортивным способам плавания.
5. Проявление силовых показателей в плавании.
6. Проявление скоростных показателей в плавании.
7. Проявление выносливости в плавании.
8. Проявление гибкости в плавании.
9. Проявление ловкости в плавании.
10. Специальные упражнения пловца на суше и в воде.

6.2 Примерные вопросы и задания / задачи для промежуточной аттестации

Семестр I

Таблица 9 - Примерные теоретические вопросы и практические задания к экзамену

Разделы и темы	Примерные теоретические вопросы	Примерные практические задания
1. Научно - теоретические основы плавания. Основы техники спортивных способов плавания, стартов и поворотов.		
1.1 Ознакомление с водной средой. Обучение техники работы ног вольным стилем, обучение дыханию.	1. Развитие плавания в настоящее время за рубежом.	- Проплавание отрезка 50м способом вольный стиль с учетом техники плавания и поворота.
1.2 Обучение работе рук вольным стилем, обучение согласованию дыхания с работой рук и ног.	2. Развитие плавания в России на современном этапе.	- Проплавание отрезка 50м способом кроль на спине с учетом техники плавания и поворота
1.3 Совершенствование техники способа вольный стиль.	3. Содержание и современное состояние предметной области «Физическая культура» в рамках дисциплины «Плавание с методикой преподавания».	- Проплавание отрезка 50м способом баттерфляем с учетом техники плавания и поворота
1.4 Анализ техники спортивных способов плавания.	4. Содержание образовательных программ, рабочих программ учебных предметов, курсов внеурочной деятельности по плаванию.	- Проплавание отрезка 50м способом брасс с учетом техники плавания и поворота
	5. Взаимодействие сил при статическом и	- Проплавание дистанции 200м вольным стилем с учетом техники плавания, выполнением поворотов и старта.
		- Проплавание дистанции 100м комплексным плаванием с учетом техники плавания, выполнением поворотов и старта.
		- Проплавание дистанции 50м любым из способов плавания с

	динамическом плавании. 6. Урок по начальному обучению плаванию. 7. Урок по совершенствованию навыка плавания. 8. Техника безопасности на занятиях плаванием. 9. Анализ движения ног в облегченных способах плавания. 10. Анализ движения рук в облегченных способах плавания. 11. Координация движений в облегченных способах плавания. 12. Оздоровительное значение плавания. 13. Гигиеническое значение плавания. 14. Спортивное значение плавания. 15. Анализ движения ног в плавании кролем на спине. 16. Анализ движения рук в плавании кролем на спине. 17. Анализ движений ног плавания кролем на груди. 18. Анализ движений рук плавания кролем на груди. 19. Координация движений в плавании кролем на груди. 20. Анализ движений ног в плавании брассом. 21. Анализ движений рук в плавании брассом. 22. Анализ движений ног в плавании баттерфляем (дельфином). 23. Анализ движений рук в плавании баттерфляем (дельфином). 24. Анализ техники комплексного плавания 25. Анализ техники ныряния в длину.	учетом времени.
2. Прикладное плавание.		

2.1 Плавание в усложненных условиях. Спасание пострадавших на воде. Оказание первой помощи пострадавших на воде. 2.2 Обучение прикладному плаванию. 2.3 Техника ныряния. Техника передвижения под водой.	26. Оказание помощи пострадавшему в воде. 27. Анализ техники способов искусственного дыхания. 28. Анализ подготовительных упражнений для освоения с водой. 29. Обучение облегченным способам плавания. 30. Применение целостного метода обучения в плавании. 31. Использование расчлененного метода обучения в плавании. 32. Последовательное обучение спортивным способам плавания. 33. Одновременное обучение спортивным способам плавания. 34. Прикладное значение плавания 35. Координация движений в плавании баттерфляем (дельфином). 36. Координация движений в плавании брассом. 37. Координация движений в плавании кролем на спине. 38. Анализ техники ныряния в глубину.	
---	--	--

Семестр 2

Таблица 10 - Примерные теоретические вопросы и практические задания к экзамену

Разделы и темы	Примерные теоретические вопросы	Примерные практические задания
1. Методика обучения плаванию		
1.1 Методика обучения способу вольный стиль, на спине, брассом, баттерфляй 1.2 Методика обучения стартам и поворотам. Методика проведения уроков по плаванию в различных	1. Методические приемы, используемые при обучении плаванию. 2. . 3. Методика развития силовых показателей пловца. 4. Методика развития скоростных показателей пловца.	1. Методика обучения плаванию кролем на груди. 2. Методика обучения плаванию кролем на спине. 3. Методика обучению плаванию баттерфляем (дельфином). 4. Методика обучения плаванию брассом. 5. Методика обучения плаванию в дошкольном возрасте.

звеньях. 1.3 Начальное обучение в плавании. Средства, методы и технология обучения спортивным способам плавания.	5. Методика развития выносливости пловца. 6. Методика развития гибкости и подвижности в суставах 7. Методика развития ловкости пловца. 8. Методы спортивной тренировки в плавании.	6. Методика обучения плаванию в младшем возрасте. 7. Методика обучения плаванию в среднем возрасте. 8. Методика обучения плаванию в старшем возрасте. 9. Методика обучения плаванию учащихся профтехучилищ и техникумов
2. Организационно-методическое обеспечение работы по плаванию в различных звеньях.		
2.1 Организация и методика проведения занятий по плаванию в дошкольных учреждениях, в средней школе, в высшей школе.	9. Педагогический контроль на занятиях плаванием. 10. Особенности методики обучения плаванию студентов вузов. 11. Особенности методики обучения плаванию в пожилом возрасте. 12. Использование игр и развлечений при обучении плаванию. 13. Использование игр и развлечений в тренировки пловцов. 14. Направленность тренировки по плаванию среди детей. 15. Направленность тренировки по плаванию среди подростков. 16. Направленность тренировки по плаванию среди взрослых. 17. Специальные упражнения пловца на суше.	
3. Основы спортивной тренировки в плавании.		
3.1 Задачи, методы и средства спортивной тренировки. Спортивный отбор в плавании.	18. Самоконтроль пловца. 19. Методы проведения научного исследования при спортивном отборе. 20. Спортивный отбор в плавании. 21. Равномерный метод спортивной тренировки в плавании. 22. Переменный метод спортивной тренировки в плавании. 23. Интервальный метод спортивной тренировки в	

	плавании. 24. Повторный метод спортивной тренировки в плавании. 25. Контрольный метод спортивной тренировки в плавании. 26. Избирательная направленность тренировки по плаванию. 27. Комплексная направленность тренировки по плаванию. 28. Интегральная направленность тренировки по плаванию. 29. Организация спортивной тренировки по плаванию у школьников. 30. Организация спортивной тренировки по плаванию у взрослых.	
4. Организация и проведение соревнований.		
4.1 Правила соревнований по плаванию. Судейская коллегия по плаванию.	31. Положение о соревновании по плаванию. 32. Правила проведения соревнований по плаванию. 33. Судейская коллегия соревнований по плаванию.	
4.2 Организация и проведение соревнований по плаванию в начальной школе и средней школе.	34. Техническое оснащение бассейнов. 35. Специальное оборудование в бассейнах. 36. Санитарные требования к естественному бассейну. 37. Санитарные требования к искусственному бассейну.	

Составитель (и): Артемьев А.А. , зав. кафедрой ФКС