

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ  
Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Свердловской области  
**«Свердловский областной педагогический колледж»**  
(ГАПОУ СО «СОПК»)

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОП.08.04. ПЛАВАНИЕ С МЕТОДИКОЙ ПРЕПОДОВАНИЯ**


**49.02.01 Физическая культура**

**Очная форма**

Екатеринбург  
2020

**Рассмотрена** на заседании кафедры  
физической культуры  
20 мая 2020г., протокол №10

Заведующий кафедрой:

 /О.В.Бабич/

Рабочая программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта по специальности среднего профессионального образования

**Утверждена** решением научно- методическ  
совета ГАПОУ СО «СОПК» протокол №11  
03 июня 2020г.

Рабочая программа учебной дисциплины ОП.08.04. «Плавание с методикой преподавания» разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности среднего профессионального образования 49.02.01 «Физическая культура», утвержденного Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 27 октября 2014 г. № 1355

**Организация-разработчик:** Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Свердловской области «Свердловский областной педагогический колледж»

**Разработчик:**

Прусс Б.А., преподаватель высшей квалификационной категории

© ГАПОУ СО «Свердловский областной педагогический колледж», 2020

## СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
<b>1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ</b>	4
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	6
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	12
<b>4 КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	14

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## ОП.08.04. ПЛАВАНИЕ С МЕТОДИКОЙ ПРЕПОДАВАНИЯ

### 1.1. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОП. 08.. «Базовые и новые виды физкультурно- спортивной деятельности с методикой преподавания» (ОП.08.04. «Плавание с методикой преподавания») относится к обязательной части общепрофессиональных дисциплин основной профессиональной образовательной программы по специальности (специальностям) СПО 49.02.01 «Физическая культура»

Применение данной программы направлено на формирование элементов основных видов профессиональной деятельности (ВПД) в части освоения соответствующих **профессиональных компетенций (ПК):**

**ПК 1.1** Определять цели и задачи, планировать учебные занятия.

**ПК 1.2** Вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре.

**ПК 1.3** Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения.

**ПК 1.4** Анализировать учебные занятия.

**ПК 1.5** Проводить учебные занятия по физической культуре.

**ПК 2.1** Определять цели и задачи, планировать внеурочные мероприятия и занятия.

**ПК 2.3** Мотивировать обучающихся, родителей (лиц, их заменяющих) к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

**ПК 2.4** Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

**ПК 2.5** Анализировать внеурочные мероприятия и занятия

**ПК 2.6** Вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно-спортивной деятельности

**ПК 3.1** Выбирать учебно-методический комплект, разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе федерального государственного образовательного стандарта и примерных основных образовательных программ с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.

**ПК 3.2** Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

**ПК 3.3** Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

**ПК 3.4** Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания.

Учитель физической культуры должен обладать **общими компетенциями**, включающими в себя способность:

**ОК 01** Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

**ОК 02** Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

**ОК 03** Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях

**ОК 04** Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития

**ОК 05** Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

**ОК 06** Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.

**ОК 07** Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса

**ОК 08** Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации

**ОК 09** Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.

**ОК 10** Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.

**ОК 11** Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм.

**ОК 12** Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности.

### 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

**Цель:** подготовить студентов к успешной работе в образовательном учреждении и иных звеньях российской системы физического воспитания в спортивно-педагогической, оздоровительной и прикладной направленности.

#### Задачи:

1. Вооружить студентов знаниями теоретических, методических позиций и принципов плавания.

2. Способствовать овладению студентами техникой спортивных способов плавания и основных видов упражнений по плаванию.

3. Вызвать профессиональный интерес к кругу проблем современного плавания, стремление овладеть знаниями и умениями, необходимыми для осуществления преподавательской работы по плаванию.

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ПК 1.1 ПК 1.2 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 1.5 ПК 2.1 ПК 2.3 ПК 2.4. ПК 2.5 ПК 2.6 ПК 3.1. ПК 3.2. ПК 3.3. ПК 3.4. ОК 01-12	<p>– планировать, проводить и анализировать занятия по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности (плаванию)</p> <p>– выполнять профессионально значимые двигательные действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (плаванию)</p> <p>– использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (плавания)</p> <p>– применять приемы страховки и само-страховки при выполнении физических упражнений</p> <p>– обучать двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (плавания)</p> <p>– подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт оборудования и инвентаря.</p> <p>– использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной</p>	<p>- истории и этапов развития базовых видов спорта и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (плавания)</p> <p>- терминологии базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (плавания)</p> <p>- техники профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (плавания)</p> <p>- содержания, форм организации и методики проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (плаванию) в школе.</p>

	<p>деятельности (плаванием) в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- методики обучения действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (плавания).</li> <li>- особенностей и методики развития физических качеств в базовых и новых видах физкультурно-спортивной деятельности (плавание)</li> <li>- особенностей организации и проведения соревнований по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности (плаванию).</li> <li>- основ судейства по базовым видам спорта (плаванию)</li> </ul>
--	--	---

## 2. 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы учебной дисциплины	Объем часов
<b>Объем образовательной программы</b>	92
в том числе:	
теоретическое обучение	20
лабораторные работы	0
практические занятия	32
курсовая работа (проект) <i>(если предусмотрено для специальностей)</i>	0
контрольная работа	0
<i>Самостоятельная работа</i>	40
<b><i>Промежуточная аттестация / итоговая аттестация</i></b>	Текущая отметка

**2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.08. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания» (оп.08.04. «плавание с методикой преподавания»)**

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
<b>Раздел 1.</b>	<b>Плавание в системе физического воспитания и основы методики обучения</b>	<b>38</b>	
<b>Тема 1.1.</b> <i>История, этапы развития плавания</i>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>6</b>	ОК1 ОК4 ОК5
	<b>1 История возникновения плавания.</b>	2	ОК6
	Развитие плавания в Древние и Средние века. Плавание в Новое время Развитие плавания в России Плавание в Древней Руси. Плавание в России в XVIII – XIX в. Плавание в 1917-1941 гг. Плавание в годы Великой Отечественной войны. Плавание в послевоенные годы. Выступления пловцов на международной арене Традиции советской и российской школы плавания. Участие и анализ выступлений пловцов на Олимпийских играх. Мировые рекорды.		ПК 2.3 ПК 3.2 ПК 3.3
	<b>2. Плавание с методикой тренировки как учебный предмет.</b>	2	
	Понятие плавания. Плавание как вид спорта. Водные виды спорта. Плавание как учебная дисциплина в системе среднего профессионального образования.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>2</b>	
	1. Информационное сообщение «Знаменитые пловцы мира» (на выбор студента).	2	
<b>Тема 1.2.</b> <i>Плавание как учебная дисциплина</i>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>14</b>	
	<b>1.Классификация предмета «Плавание»</b>	2	
	Основные термины и понятия в плавании. Водные виды спорта: многоборья, прыжки, водное и подводное плавание, синхронное плавание. Плавание: спортивное плавание, прикладное плавание, оздоровительное плавание.		ОК1ОК2 ОК4 ОК5 ОК6 ОК9 ОК10 ОК11
	<b>2.Разновидности спортивно-оздоровительных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий плаванием</b>	2	ОК12
	Бассейны, их оборудование и эксплуатация. Специальное оборудование, тренажерные устройства, инвентарь для «сухого» плавания. Тренажерные устройства в воде. Спасательные средства.		ПК1.3 ПК1.5 ПК 2.3 ПК2.6 ПК3.1 ПК 3.2 ПК 3.3

	<b>В том числе практических занятий</b>	<b>2</b>	
	1. Техника безопасности при проведении занятий по плаванию. Выбор места занятий по плаванию Приемы страховки и самостраховки на занятиях по плаванию	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>8</b>	
	1. Информационное сообщение «Использование средств и оборудования для эффективного обучения плаванию».	2	
	2. Конспект-схема на тему «Классификация предмета «плавание».	2	
	3. Мультимедийная презентация «Выбор места для проведения занятий по плаванию»	2	
	4. Мультимедийная презентация «Оборудование места для проведения занятий по плаванию на открытом водоеме»	2	
<b>Тема 1.3. Общие закономерности плавания</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>8</b>	OK2 OK4 OK5
	<b>1.Физические свойства воды и равновесие тела в воде</b>	2	OK11
	Силы, действующие при статическом и динамическом плавании. Понятие плавучести. Виды сопротивления движению тела в воде.		ПК 3.1 ПК 3.3.
	<b>2.Кинематические и динамические характеристики движений при плавании.</b>	2	
	Анатомические и физиологические основы плавания. Элементы движений пловцов.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>4</b>	
	1. Мультимедийная презентация «Анализ кинематических и динамических характеристик движений».	2	
2.Тезисы «Гидростатическое давление».	2		
<b>Тема 1.4. Основы методики обучения плаванию</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>12</b>	OK2 OK3 OK4
	<b>1.Цель и задачи обучения плаванию. Принципы обучения плаванию.</b>	2	OK5 OK6 OK7
	Принцип сознательности и активности. Принцип наглядности Принцип систематичности и последовательности. Принцип прочности. Принцип доступности. Принцип научности. Принцип индивидуализации. Принцип связи теории с практикой.		OK8 OK9 OK10
	<b>2.Методы обучения плаванию</b>	2	OK11 OK12
	Словесные методы. Наглядные методы. Практические методы		ПК1.1 ПК1.2
	<b>3.Средства обучения плаванию.</b>	2	ПК1.3ПК1.4
	Общеразвивающие и специальные упражнения. Подготовительные упражнения по освоению с водой. Характеристика упражнений для изучения техники плавания, стартов и поворотов		ПК1.5
	<b>4.Классификация ошибок и причины их возникновения.</b>	2	ПК2.6
	Учет возрастных особенностей в процессе обучения плаванию. Характеристика четырех групп ошибок. Ошибки на начальном этапе. Аквафобии. Профилактика и коррекции аквафобии.		ПК3.1 ПК 3.2
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>4</b>	ПК 3.3ПК3.4
1. Тезисы «Учет возрастных особенностей в процессе обучения плаванию».	2		



	2. Тезисы «Методика обучения детей плаванию с описанием мер безопасности при проведении занятий».	2	
<b>Раздел 2</b>	<b>Техника профессионально-значимых двигательных действий в спортивном плавании и методика обучения</b>	<b>30</b>	
<b>Тема 2.1. Техника спортивных способов плавания с методикой обучения</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>17</b>	
	Техника плавания кролем на груди. Техника плавания кролем на спине. Техника плавания брассом. Методика обучения.		
	<b>В том числе практических занятий</b>	<b>8</b>	ОК1ОК2 ОК3
	1. Техника плавания кролем на груди. Методика обучения.	2	ОК4 ОК5 ОК6
	2. Техника плавания кролем на спине. Методика обучения.	2	ОК7 ОК10
	3. Техника плавания брассом. Методика обучения.	2	ОК11 ОК12
	4. Общие требования к рациональной технике движений руками при плавании.	2	ПК1.1
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>9</b>	ПК1.3ПК1.4
	1. Мультимедийная презентация «Техники спортивного плавания» (движения ногами, руками, общая согласованность движений, дыхание, методические указания).	2	ПК2.1 ПК2.4 ПК2.6
	2. Конспект -схема занятия по методике обучения одному из способов спортивного плавания.	2	ПК3.1 ПК 3.2
3. Конспект-схема фаз в цикле движений руками и ногами при различных спортивных способах плавания.	2	ПК 3.3 ПК3.4	
4. Карточка упражнений для изучения техники плавания кролем на груди, кролем на спине, брассом на груди.	3		
<b>Тема 2.2. Техника стартов и поворотов в спортивном плавании</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>8</b>	ОК1ОК2 ОК3
	Техника стартов. Техника поворотов. Методика обучения		ОК4 ОК5 ОК6
	<b>В том числе практических занятий</b>	<b>4</b>	ОК7 ОК10
	1. Техника стартов. Методика обучения.	2	ОК11 ОК12
	2. Техника поворотов. Методика обучения	2	ПК1.1
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>4</b>	ПК1.3ПК1.4
	1. Карточка упражнений по методике обучения поворотам.	2	ПК2.1 ПК2.4 ПК2.6
2. Карточка упражнений по методике обучения стартам.	2	ПК3.1 ПК 3.2 ПК 3.3	
<b>Тема 2.3. Особенности и методика воспитания</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>5</b>	ОК1ОК2 ОК3
	Особенности физических качеств пловца. Совершенствование двигательных качеств пловца.		ОК4 ОК5 ОК6
	<b>В том числе практических занятий</b>	<b>4</b>	ОК7 ОК8 ОК9
	1. Методы и средства обучения плаванию.	2	

<i>физических качеств в плавании</i>	2. Общая физическая подготовка пловца. Специальная физическая подготовка пловца	2	ОК10 ОК11
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>1</b>	ОК12
	1. Комплексы упражнений по воспитанию физических качеств общей и специальной подготовки пловца.	1	ПК1.1 ПК1.2 ПК1.3ПК1.4 ПК1.5 ПК2.1 ПК.2.2 ПК 2.3 ПК2.4 ПК2.5 ПК2.6 ПК3.1 ПК 3.2 ПК 3.3ПК3.4
<b>Раздел 3.</b>	<b>Организация занятий по плаванию в системе физического воспитания</b>	<b>24</b>	
<b>Тема 3.1.</b> <i>Организация и планирование занятий по плаванию</i>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>6</b>	
	Требования примерной программы различного уровня обучения		
	<b>В том числе практических занятий</b>	<b>2</b>	ОК1ОК2 ОК3
	1. Организация и проведение урока по плаванию с детьми школьного возраста	2	ОК4 ОК5 ОК6
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>4</b>	ОК7 ОК8 ОК9
	1.Письменный анализ программы по обучению плаванию в образовательных организациях. 2.Конспект занятия по начальному обучению плаванию с различным контингентом занимающихся (по заданию).	2 2	ОК10 ОК11 ОК12 ПК1.1 ПК1.2 ПК1.3ПК1.4 ПК1.5 ПК2.1 ПК.2.2 ПК2.4 ПК2.5 ПК2.6 ПК3.1 ПК 3.2 ПК 3.3ПК3.4
<b>Тема 3.2.</b> <i>Значение и способы прикладного плавания</i>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>10</b>	ОК1ОК2 ОК3
	Техника плавания и методика обучения. Спасение утопающих. Спасательный инвентарь и техника его применения.		ОК4 ОК5 ОК6 ОК7 ОК8 ОК9
	<b>В том числе практических занятий</b>	<b>8</b>	ОК10 ОК11
	1.Прикладные способы плавания. Техника плавания и методика обучения	2	ОК12
	2.Обучение нырянию и правила безопасности на занятиях нырянием.	2	ПК2.1 ПК2.4
	3. Оказание первой медицинской помощи при утоплении	2	ПК2.5
	4.Правила безопасности и спасение утопающих в условиях естественного водоема	2	ПК3.1 ПК 3.2
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>2</b>	ПК 3.3	

	1 Конспект-схема способов транспортировки утопающего	2	
<b>Тема 3.3. Организация и проведение соревнований по плаванию</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>8</b>	ОК1 ОК2 ОК3 ОК4 ОК5 ОК6 ОК7 ОК8 ОК9 ОК10 ОК11 ОК12 ПК2.1 ПК.2.2 ПК 2.3 ПК2.4 ПК2.5 ПК2.6 ПК3.1 ПК 3.2 ПК 3.3 ПК3.4
	Типы соревнований в спортивном плавании. Основная документация. Подготовка мест соревнований. Обязанности участников. Правила соревнований. Состав судейской коллегии. Основные обязанности судей.		
	<b>В том числе практических занятий</b>	<b>6</b>	
	1. Планирование и организация соревнований.	2	
	2. Особенности судейства соревнований по плаванию.	2	
	3. Организация и условия сдачи нормативов комплекса ГТО в условиях плавательного бассейна	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>2</b>	
1. Тезисы «Организация проведения соревнований среди школьников». Положение о соревнованиях.	2		
<b>ВСЕГО</b>		<b>92</b>	

### **3. 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ**

#### **3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Учебный кабинет - рабочие места по количеству обучающихся:

- рабочее место преподавателя, оборудованное персональным компьютером, проектором, экраном, колонками;
- комплект учебно-методических материалов;
- наглядные пособия (схемы, таблицы, портреты спортсменов и др.);
- технические средства обучения: компьютер с лицензионным программным обеспечением и выходом в Интернет, мультимедийный проектор, колонки.

Плавательный бассейн 25;50 метров оснащенный оборудованием:

доски для плавания, колобашки, лопатки для плавания, восьмерки, антилопатки, дыхательные трубки, ласты, свисток, секундомер, стартовые флажки, ноутбук, или планшет, доступ в интернет.

Реализация программы предусматривает использование оборудования Мастерской по компетенции Физическая культура, спорт и фитнес:

- амортизатор с ручками уровень сопротивления слабый;
- амортизатор с ручками уровень сопротивления средний.

Для организации смешанного обучения и самостоятельной работы студентов с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий используется платформа Moodle и GoogleClass.

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

##### **3.2.1. Печатные издания**

###### **Основные источники:**

1. Булгакова Н. Ж. [и др.] Лечебная и адаптивная физическая культура. Учебное пособие для среднего профессионального образования ISBN 978-5-534-08973-8 ISBN 978-5-534-08973— 3-е изд. —М.: Юрайт, 2020. — 399 с. Текст: электронный.
2. Булгакова Н. Ж. [и др.] Плавание с методикой преподавания. Учебник для среднего профессионального образования ISBN 978-5-534-08846-5 — 2-е изд. —М.: Юрайт, 2020. — 344 с. Текст: электронный.
3. Булгакова Н. Ж. [и др.] Теория и методика обучения предмету «физическая культура»: водные виды спорта. Учебное пособие для среднего профессионального образования ISBN 978-5-534-11455-3. — 2-е изд. —М.: Юрайт, 2020. — 304 с. Текст: электронный.

###### **Дополнительные источники:**

- 1.Гузман Р. Плавание. Упражнения для обучения и совершенствования техники всех стилей. – М.: Попурри, 2018. - 288с. Текст: непосредственный.
2. Еремеева Л.Ф. Научите ребенка плавать. Программа обучения плаванию детей дошкольного и младшего школьного возраста. – СПб.: Детство-пресс, 2005.– 112 с. Текст: непосредственный.
- 3.Карпенко Е Плавание. Игровой метод обучения. – М.: Терра спорт,2015-48. с. Текст: непосредственный.
- 4.Лафлин Т., Как рыба в воде. Эффективные техники плавания, доступные каждому. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2015. - 232с. Текст: непосредственный.
- 5.Лафлин Т., Делвз Д. Полное погружение. Как плавать лучше, быстрее и легче. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2014. - 208с. Текст: непосредственный.
- 6.Маклауд Й. Анатомия плавания. – М.: Попурри, 2017. - 200с. Текст: непосредственный.
- 7.Начальное обучение с видеокурсом. – М.: Человек,2015-148. с. Текст: непосредственный.
- 8.Педролетти М.Основы плавания. Обучение и путь к совершенству. М.: Феникс 2016. - 176с. Текст: непосредственный.

9. Козлов А.В. Основы техники плавания. / А.В. Козлов.– СПб, СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 1997.– 37 с. Текст: непосредственный.
- 10 Макаренко Л.П. Техника спортивного плавания: Пособие для тренеров.– М.: Всероссийская федерация плавания, 2000.– 136 с., ил. Текст: непосредственный.
11. Меньшуткина Т.Г. Профессионально-педагогическое мастерство тренера-преподавателя по плаванию-СПбГАФК им.П.Ф. Лесгафта, 2000 – 48 с. Текст: непосредственный.
- 12 Меньшуткина Т.Г., Литвинов А.А, Новосельцев О.В., Непочатых М.Г.Плавание. Теория и методика оздоровительно-спортивных технологий базовых видов спорта: Учебно-методическое пособие / СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 2002.– 117 с. Текст: непосредственный.

### **3.2.2 Сайты научных библиотек и каталогов**

1. <http://www.fina.org>- Всемирная федерация плавания-
2. <http://www.fismag.ru> Журнал «Физкультура и спорт
3. <http://www.swimtempo.ru> Начальное обучение плаванию – школа плавания.
4. <http://www.online.ru/sp/eel/russian> Публичная электронная библиотека
5. <http://www.nlr.ru> Российская национальная библиотека
6. <http://www.swimming.hat.ru> Техника спортивного плавания
7. <http://www.d-inter.ru/telia> Электронная библиотека URL

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
<p><i>В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- историю и этапы развития базовых видов спорта и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;(плавание )</li> <li>- терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности( плавания с методикой преподавания);</li> <li>- техники профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;(плавание);</li> <li>- содержание, формы организации и методики проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;(плавание) в школе;</li> <li>- методики обучения двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;(плавание);</li> <li>- особенности и методики развития физических качеств в базовых и новых видах физкультурно-спортивной деятельности;(плавание);</li> <li>- особенности организации и проведения соревнований по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности;(плавание)</li> <li>- основы судейства по базовым видам спорта;(плавание)</li> <li>- разновидности спортивно-оздоровительных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации;</li> <li>- технику безопасности и требований к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю.</li> </ul> <p><i>В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планировать, проводить и анализировать занятия по базовым</li> </ul>	<p>- традиционная система отметок в баллах за освоение каждой темы практического занятия, <i>итоговая отметка за семестр:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- накопительная система баллов,</li> <li>-выполнение контрольных нормативов</li> </ul>	<p>письменный/устный тестирование терминологический диктант письменный/устный опрос анализ конкретных соревновательных ситуаций составление положения о соревнованиях ролевая игра (судья, игрок, тренер) технологическая карта (конспект) урока, схема анализа урока оценка демонстрируемых умений, выполняемых действий.</p>

<p>видам физкультурно-спортивной деятельности (плаванию,) и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– выполнять профессионально значимые двигательные действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; ;(плаванию)</li> <li>– использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;(плавания)</li> <li>– применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений;</li> <li>– обучать двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;(плавания)</li> <li>– использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации;</li> <li>– подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт оборудования и инвентаря</li> </ul>		
--	--	--

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 710858474967985478426001373498448859431888587349

Владелец Симонова Татьяна Сергеевна

Действителен с 26.09.2022 по 26.09.2023