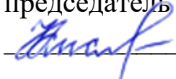


УТВЕРЖДАЮ  
Проректор по УМР и КО,  
председатель УМС СГСПУ  
 Н.Н. Кислова

## МОДУЛЬ "ЧАСТНОМЕТОДИЧЕСКИЙ"

### Теория и методика плавания \*\*

#### рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Теоретических основ и методики физического воспитания**

Учебный план ФФКС-б20Пз(4гбм)  
Направление подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование  
Направленность (профиль): «Физическая культура»

Квалификация **бакалавр**

Форма обучения **заочная**

Общая трудоемкость **5 ЗЕТ**

Часов по учебному плану	180	Виды контроля в семестрах:
в том числе:		экзамены 6
аудиторные занятия	20	зачеты 5
самостоятельная работа	147	
часов на контроль	13	

#### Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (Курс. Номер семестра на курсе)	5(3.1)		6(3.2)		Итого	
	УП	РПД	УП	РПД	УП	РПД
Лекции	2	2	4	4	6	6
Практические	6	6	8	8	14	14
В том числе инт.	2	2	2	2	4	4
Итого ауд.	8	8	12	12	20	20
Контактная работа	8	8	12	12	20	20
Сам. работа	60	60	87	87	147	147
Часы на контроль	4	4	9	9	13	13
Итого	72	72	108	108	180	180

Программу составил(и):  
Лапина Наталья Михайловна

При наличии обучающихся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья, которым необходим особый порядок освоения дисциплины (модуля), по их желанию разрабатывается адаптированная к ограничениям их здоровья рабочая программа дисциплины (модуля).

Рабочая программа дисциплины  
**Теория и методика плавания \*\***

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование (уровень бакалавриата) (приказ Минобрнауки России от 22.02.2018 г. № 121)

составлена на основании учебного плана:

Направление подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование  
Направленность (профиль): «Физическая культура»

утвержденного Учёным советом СГСПУ от 30.08.2019 протокол № 1.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры  
**Теоретических основ и методики физического воспитания**

Протокол от 27.08.2019 г. №1

Переутверждена на основании решения ученого совета СГСПУ

Протокол заседания ученого совета СГСПУ от 31.08.2022 г. №1

Зав. кафедрой Майорова Н.В.

Начальник УОП



\_\_\_\_\_  
Н.А. Доманина

### 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**Цель изучения дисциплины:** формирование профессиональных навыков и умений, необходимых будущим педагогам по физической культуре и для успешного решения основных задач физического воспитания в различных образовательных учреждениях. Изучение наиболее общих закономерностей передвижений в водной среде, представленных в спортивных способах плавания.

**Задачи изучения дисциплины:**

- формировать у обучающихся комплекс знаний, умений и навыков в области плавания, его значение и место в системе физического воспитания, в теории и методике его преподавания;
- изучить гидродинамические основы плавания;
- формировать профессиональные умения педагога физической культуры и спорта в процессе обучения технике основных способов плавания;
- организовывать самостоятельную работу по плаванию и контроль за результатами обучения.
- способствовать формированию основ здорового образа жизни и интереса к регулярным занятиям по плаванию.
- формировать умения и навыки учебно-исследовательской работы.

**Область профессиональной деятельности:** 01 Образование и наука

### 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП: Б1.О.07

#### 2.1 Требования к предварительной подготовке обучающегося:

Содержание дисциплины базируется на материале:

Теория и методика физического воспитания

Физическая культура

#### 2.2 Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

Учебная практика по организации секционных занятий в общеобразовательных школах

Организация физкультурно-оздоровительной работы в детском оздоровительном лагере

Производственная практика (летняя педагогическая практика)

### 3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

#### ОПК-8 Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний

**ОПК-8.1 Знает:** историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества, современное состояние научной области, соответствующей преподаваемому предмету; прикладное значение науки; специфические методы научного познания в объеме, обеспечивающем преподавание учебных предметов

Знает: историю, закономерности, принципы, основы теории и методики обучения в плавании.

#### ОПК-8.2 Умеет:

 использовать современные, в том числе интерактивные, формы и методы воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности, дополнительном образовании детей

Умеет: применять современные формы и методы работы в урочной и внеурочной деятельности, дополнительном образовании детей с использованием средств плавания.

**ОПК-8.3 Владеет:** методами, формами и средствами обучения, в том числе выходящими за рамки учебных занятий, с учетом возможностей образовательной организации, места жительства и историко-культурного своеобразия региона.

Владеет: методами и средствами обучения плавания, для осуществления различных видов деятельности.

### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр	Часов	Интеракт.
	<b>Раздел 1. Основы техники и методики обучения плаванию</b>			
1.1	Характеристика и содержание дисциплины «Теория и методика плавания» /Лек/	5	2	
1.2	Характеристика и содержание дисциплины «Теория и методика плавания» /Ср/	5	6	0
1.3	Начальное обучение плаванию /Ср/	5	6	0
1.4	Спортивное плавание. Способ плавания - кроль на груди /Пр/	5	2	2
1.5	Спортивное плавание. Способ плавания - кроль на груди /Ср/	5	6	0
1.6	Старт и поворот при плавании кролем на груди /Ср/	5	6	0
1.7	Спортивное плавание. Способ плавания - кроль на спине /Пр/	5	2	0
1.8	Спортивное плавание. Способ плавания - кроль на спине /Ср/	5	6	0
1.9	Старт и поворот при плавании кролем на спине /Ср/	5	6	0
1.10	Спортивное плавание. Способ плавания – брасс. Старт и поворот при плавании различными способами /Пр/	5	2	0
1.11	Спортивное плавание. Способ плавания – брасс /Ср/	5	6	0
1.12	Старт и поворот при плавании брассом /Ср/	5	6	0
1.13	Спортивное плавание. Способ плавания – дельфин /Ср/	5	6	0
1.14	Старт и поворот при плавании дельфином /Ср/	5	6	0
	Зачёт/Зачёт/	5	4	0

<b>Раздел 2. Прикладное плавание и спасение на водах</b>				
2.1	Прикладное плавание. Способ плавания – брасс на спине /Пр/	6	2	2
2.2	Прикладное плавание. Способ плавания – брасс на спине /Ср/	6	6	0
2.3	Прикладное плавание. Способ плавания – на боку /Пр/	6	2	0
2.4	Прикладное плавание. Способ плавания – на боку /Ср/	6	8	0
2.5	Прикладное плавание. Ныряние в длину и глубину. Освобождение от захватов при спасении утопающего /Пр/	6	2	0
2.6	Прикладное плавание. Ныряние в длину и глубину /Ср/	6	6	0
2.7	Прикладное плавание. Освобождение от захватов при спасении утопающего /Ср/	6	6	0
2.8	Прикладное плавание. Транспортировка уставшего и утонувшего пловца /Ср/	6	6	0
2.9	Прикладное плавание. Спасение утопающего. Оказание первой доврачебной помощи. Искусственное дыхание и непрямой массаж сердца /Пр/	6	2	0
2.10	Прикладное плавание. Спасение утопающего. Оказание первой доврачебной помощи. Искусственное дыхание и непрямой массаж сердца /Ср/	6	8	0
<b>Раздел 3. Обучение и методика преподавания технике плавания</b>				
3.1	Плавание в различных звеньях системы физического воспитания /Лек/	6	4	
3.2	Плавание в различных звеньях системы физического воспитания /Ср/	6	6	0
3.3	Учебная практика – самостоятельное проведение уроков по плаванию на своей группе /Ср/	6	18	0
3.4	Спортивные соревнования по плаванию и судейство /Ср/	6	8	0
	Экзамен/Экз/	6	9	0

### 5. Оценочные и методические материалы по дисциплине (модулю)

#### 5.1. Содержание аудиторной работы по дисциплине (модулю)

##### 5 семестр, 1 лекция, 3 практических занятия

#### Раздел 1. Основы техники и методики обучения плаванию

##### Лекция №1 (2 часа)

Характеристика и содержание дисциплины «Теория и методика плавания».

Вопросы и задания:

1. Предмет и задачи плавания.
2. Значение занятий плаванием.
3. Классификация плавания и спортивные способы плавания.
4. Связь плавания с другими видами спорта.
5. Характеристика свойств воды. Статическое и динамическое плавание.
6. Фазовый состав цикла движений руками и ногами при плавании различными способами плавания.

##### Практическое занятие № 1 (2 часа)

Спортивное плавание. Способ плавания - кроль на груди.

Вопросы и задания:

1. Фазовый состав цикла движений руками, ногами и в полной координации в согласовании с дыханием.
2. Постановка задач обучения технике плавания кролем на груди.
3. Прохождение дистанций кролем на груди на ногах и в полной координации в согласовании с дыханием.
4. Выполнения упражнений на ногах на суше, в воде: у неподвижной опоры, с подвижной опорой и без опоры.
5. Выполнение упражнений на руках на суше, в воде: у неподвижной опоры, с подвижной опорой и без опоры.
6. Выполнение упражнений в полной координации: у неподвижной опоры, с подвижной опорой и без опоры, в согласовании с дыханием.

7. Прохождение дистанции 50 м на ногах на технику плавания кролем на груди.

##### Практическое занятие № 2 (2 часа)

Спортивное плавание. Способ плавания - кроль на спине.

Вопросы и задания:

1. Фазовый состав цикла движений руками, ногами и в полной координации в согласовании с дыханием.
2. Постановка задач обучения технике плавания кролем на спине.
3. Прохождение дистанций кролем на спине на ногах и в полной координации в согласовании с дыханием.
4. Выполнения упражнений на ногах на суше, в воде: у неподвижной опоры, с подвижной опорой и без опоры.
5. Выполнение упражнений на руках на суше, в воде: у неподвижной опоры, с подвижной опорой и без опоры.
6. Выполнение упражнений в полной координации: у неподвижной опоры, с подвижной опорой и без опоры, в согласовании с дыханием.

##### Практическое занятие № 3 (2 часа)

Спортивное плавание. Способ плавания – брасс. Старт и поворот при плавании различными способами

Вопросы и задания:

1. Фазовый состав цикла движений руками, ногами и в полной координации в согласовании с дыханием.
2. Постановка задач обучения технике плавания брассом.
3. Прохождение дистанций брассом на ногах и в полной координации в согласовании с дыханием.
4. Выполнения упражнений на ногах на суше, в воде: у неподвижной опоры, с подвижной опорой и без опоры.
5. Выполнение упражнений на руках на суше, в воде: у неподвижной опоры, с подвижной опорой и без опоры.
6. Выполнение упражнений в полной координации, в согласовании с дыханием.
7. Прохождение дистанции 50 м на ногах на технику плавания брассом.

8. Прохождение дистанции 100 м на технику плавания в полной координации брассом.
9. Основные фазы выполнения старта с тумбы и из воды при плавании различными способами
10. Основные фазы выполнения поворота при плавании различными способами.
11. Постановка задач обучения технике старта с тумбы и из воды.
12. Постановка задач обучения технике поворота «мятник».
13. Выполнение старта с тумбы и из воды, и поворота в различных вариациях.
14. Выполнение упражнений для изучения техники старта с тумбы и из воды.
15. Выполнение упражнений для изучения техники поворота.
16. Выполнение старта с тумбы с проплыванием дистанции 50 м в полной координации различными способами плавания на технику.
17. Выполнение поворота «мятник» на дистанции 50 м различными способами плавания.

**6 семестр, 2 лекции, 4 практических занятия**

**Раздел 2. Прикладное плавание и спасение на водах**

**Практическое занятие № 1 (2 часа)**

**Прикладное плавание. Способ плавания – брасс на спине**

**Вопросы и задания:**

1. Фазовый состав цикла движений руками, ногами и в полной координации в согласовании с дыханием.
2. Постановка задач обучения технике плавания брасс на спине.
3. Прохождение дистанций брассом на спине на ногах и в полной координации в согласовании с дыханием.
4. Выполнения упражнений на ногах на суше, в воде: у неподвижной опоры, с подвижной опорой и без опоры.
5. Выполнение упражнений на руках на суше, в воде: у неподвижной опоры, с подвижной опорой и без опоры.
6. Выполнение упражнений в полной координации: у неподвижной опоры, с подвижной опорой и без опоры, в согласовании с дыханием.
7. Прохождение дистанции 25 м на ногах на технику плавания брассом на спине.
8. Прохождение дистанции 100 м на технику плавания в полной координации брассом на спине.

**Практическое занятие № 2 (2 часа)**

**Прикладное плавание. Способ плавания – на боку**

**Вопросы и задания:**

1. Фазовый состав цикла движений руками, ногами и в полной координации в согласовании с дыханием.
2. Постановка задач обучения технике плавания способом на боку.
3. Прохождение дистанций способом на ногах и в полной координации в согласовании с дыханием.
4. Выполнения упражнений на ногах на суше, в воде: у неподвижной опоры, с подвижной опорой и без опоры.
5. Выполнение упражнений на руках на суше, в воде: у неподвижной опоры, с подвижной опорой и без опоры.
6. Выполнение упражнений в полной координации: у неподвижной опоры, с подвижной опорой и без опоры, в согласовании с дыханием.
7. Прохождение дистанции 25 м на ногах на технику плавания способом на боку.
8. Прохождение дистанции 100 м на технику плавания в полной координации способом на боку.

**Практическое занятие № 3 (2 часа)**

**Прикладное плавание. ныряние в длину и глубину. Освобождение от захватов при спасении утопающего**

**Вопросы и задания:**

1. Два способа погружения в глубину: техника ныряния головой и руками вниз; техника ныряния ногами вниз. Постановка дыхания при нырянии в глубину.
2. Техника способов передвижения под водой: руки вверх – ноги кроль, руки вверх – ноги брасс; руки вверх – ноги дельфин; руки брасс – ноги кроль; руки брасс – ноги брасс; руки брасс – ноги дельфин.
3. Способы освобождения от захватов за руки спереди.
4. Способы освобождения от захватов за туловище сверху рук спереди и сзади.
5. Способы освобождения от захватов за туловище под руками спереди и сзади.
6. Способы освобождения от захватов за голову и за шею спереди и сзади.
7. Прохождение дистанций 10 м под водой шестью способами.
8. Выполнение ныряний двумя способами в глубину, с касанием дна.
9. Прохождение дистанции 25 м – мальчики, 15 м девочки под водой избранным способом передвижения.
10. Выполнение ныряния в глубину двумя способами на технику.
11. Выполнение освобождения от захватов за руки спереди на суше и в воде в парах.
12. Выполнение освобождения от захватов за туловище сверху рук спереди и сзади на суше и в воде в парах.
13. Выполнение освобождения от захватов за туловище под руками спереди и сзади на суше и в воде в парах.
14. Выполнение освобождения от захватов за голову и за шею спереди и сзади на суше и в воде в парах.

**Практическое занятие № 4 (2 часа)**

**Прикладное плавание. Спасение утопающего. Оказание первой доврачебной помощи. Искусственное дыхание и непрямой массаж сердца.**

**Вопросы и задания:**

1. Осмотр пострадавшего (белая или синяя асфиксия) и принятие решения о дальнейших действиях.
2. Способы освобождения дыхательных путей от воды и прочих предметов
3. Способы искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.
4. Выполнение имитации спасения пострадавшего из воды и осмотра в парах.
5. Выполнении имитации способов освобождения дыхательных путей от воды в парах.
6. Выполнение имитации способов искусственного дыхания и непрямого массажа сердца в парах.

Лекция № 1-2 (4 часа)

Плавание в различных звеньях системы физического воспитания

Вопросы и задания:

1. Урок как основная форма проведения занятий по плаванию в различных звеньях.
2. Особенности организации и методического обеспечения работы по плаванию в общеобразовательной школе, дошкольных учреждениях, спортивно-оздоровительных лагерях, ДЮСШ, в высшей и средней профессиональной школах.
3. Основные теоретико-методические положения преподавателя плавания (закономерности роста и формирования организма детей и подростков; особенности среднего и пожилого возраста; специфические особенности плавания, в том числе – спортивного; закономерности рационального построения учебного процесса по преподаванию плавания, в том числе – тренировки).

**5.2. Содержание самостоятельной работы по дисциплине (модулю)**

**Содержание обязательной самостоятельной работы по дисциплине**

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы	Продукты деятельности
1	Характеристика и содержание дисциплины «Теория и методика плавания».	Используя лекции и видеоматериал в системе ЭО lms.sgspu.ru - <a href="https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134">https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134</a> 1. Составить схему «Классификация плавания»	Схема
2	Начальное обучение плаванию	1. Подобрать игры на воде для семи групп освоения с водой	Конспект
3	Спортивное плавание. Способ плавания - кроль на груди	Используя лекции и видеоматериал в системе ЭО lms.sgspu.ru - <a href="https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134">https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134</a> 1. Написать анализ техники плавания кролем на груди 2. Написать методику обучения техники плавания кролем на груди	Конспект Конспект
4	Старт и поворот при плавании кролем на груди	Используя лекции и видеоматериал в системе ЭО lms.sgspu.ru - <a href="https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134">https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134</a> 1. Написать анализ и методику обучения повороту «маятник» и старту с тумбы при плавании кролем на груди	Конспект
5	Спортивное плавание. Способ плавания - кроль на спине	Используя лекции и видеоматериал в системе ЭО lms.sgspu.ru - <a href="https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134">https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134</a> 1. Написание анализа техники плавания кролем на спине 2. Написание методики обучения техники плавания кролем на спине	Конспект Конспект
6	Старт и поворот при плавании кролем на спине	Используя лекции и видеоматериал в системе ЭО lms.sgspu.ru - <a href="https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134">https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134</a> 1. Написать анализ и методику обучения повороту «маятник» и старту из воды при плавании кролем на спине	Конспект
7	Спортивное плавание. Способ плавания – брасс	Используя лекции и видеоматериал в системе ЭО lms.sgspu.ru - <a href="https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134">https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134</a> 1. Написание анализа техники плавания брассом 2. Написание методики обучения техники плавания брассом	Конспект Конспект
8	Старт и поворот при плавании брассом	Используя лекции и видеоматериал в системе ЭО lms.sgspu.ru - <a href="https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134">https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134</a> 1. Написать анализ и методику обучения повороту и старту с тумбы при плавании брассом	Конспект
9	Спортивное плавание. Способ плавания – дельфин	Используя лекции и видеоматериал в системе ЭО lms.sgspu.ru - <a href="https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134">https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134</a> 1. Написание анализа техники плавания дельфином 2. Написание методики обучения техники плавания дельфином	Конспект Конспект
10	Старт и поворот при плавании дельфином	Используя лекции и видеоматериал в системе ЭО lms.sgspu.ru - <a href="https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134">https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134</a> 1. Написать анализ и методику обучения повороту и старту с тумбы при плавании дельфином	Конспект
11	Прикладное плавание. Способ плавания – брасс на спине	Используя лекции и видеоматериал в системе ЭО lms.sgspu.ru - <a href="https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134">https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134</a> 1. Написание анализа техники плавания брассом на спине 2. Написание методики обучения техники плавания брассом на спине 3. Написать анализ и методику обучения повороту и старту из воды при плавании брассом на спине	Конспект Конспект Конспект
12	Прикладное плавание. Способ плавания – на боку	Используя лекции и видеоматериал в системе ЭО lms.sgspu.ru - <a href="https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134">https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134</a> 1. Написание анализа техники плавания на боку 2. Написание методики обучения техники плавания на боку 3. Написать анализ и методику обучения повороту и старту с тумбы при плавании на боку	Конспект Конспект Конспект

13	Прикладное плавание. Нырание в длину и глубину	Используя лекции и видеоматериал в системе ЭО lms.sgspu.ru - <a href="https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134">https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134</a> 1. Написать анализ техники передвижения под водой 2. Написать анализ техники выполнения ныряния в глубину ногами и руками вниз	Конспект Конспект
14	Прикладное плавание. Освобождение от захватов при спасении утопающего	Используя лекции и видеоматериал в системе ЭО lms.sgspu.ru - <a href="https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134">https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134</a> 1. Написать способы захватов и освобождение от них	Конспект
15	Прикладное плавание. Транспортировка уставшего и утонувшего пловца	Используя лекции и видеоматериал в системе ЭО lms.sgspu.ru - <a href="https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134">https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134</a> 1. Описать способы транспортировки уставшего пловца одним спасателем, двумя и тремя. 2. Описать способы транспортировки утонувшего пловца одним спасателем, двумя и тремя.	Конспект Конспект
16	Прикладное плавание. Спасение утопающего. Оказание первой доврачебной помощи. Искусственное дыхание и непрямой массаж сердца	Используя лекции и видеоматериал в системе ЭО lms.sgspu.ru - <a href="https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134">https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134</a> 1. Написать схему последовательности действий спасению пострадавшего на воде 2. Написать схему последовательности действий по оказанию первой доврачебной помощи	Схема Схема
17	Плавание в различных звеньях системы физического воспитания	Используя лекции и видеоматериал в системе ЭО lms.sgspu.ru - <a href="https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134">https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134</a> 1. Написать особенности занятий плаванием с детьми грудного и дошкольного возраста	Конспект
18	Учебная практика – самостоятельное проведение уроков по плаванию на своей группе	1. Написать конспект урока по плаванию на выбранную преподавателем тему	Конспект урока
19	Спортивные соревнования по плаванию и судейство	Используя лекции и видеоматериал в системе ЭО lms.sgspu.ru - <a href="https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134">https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134</a> 1. Написать состав судейской коллегии и их обязанности 2. План положения о соревнованиях по плаванию	Конспект План

**Содержание самостоятельной работы по дисциплине на выбор**

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы	Продукты деятельности
1	Характеристика и содержание дисциплины «Плавание»	Написание реферата на темы: 1. «Исторический обзор развития плавания». 2. «Возникновение плавания». 3. «Основные этапы плавания в дореволюционной России». 4. «Развитие плавания в России с 1917 года».	Реферат
2	Начальное обучение плаванию	1. Разработать сценарий мероприятия на воде с использованием игр для начинающих	Сценарий
3	Спортивное плавание. Способ плавания - кроль на груди	1. История развития способа плавания кроль на груди. 2. Анализ выступления зарубежных и российских пловцы, специализирующиеся на различных дистанциях кролем на груди	Реферат Реферат
4	Спортивное плавание. Способ плавания - кроль на спине	1. История развития способа плавания кроль на спине 2. Анализ выступления зарубежных и российских пловцы, специализирующиеся на различных дистанциях кролем на спине	Реферат Реферат
5	Спортивное плавание. Способ плавания – брасс	1. История развития способа плавания брассом 2. Анализ выступления зарубежных и российских пловцы, специализирующиеся на различных дистанциях брассом	Реферат Реферат
6	Спортивное плавание. Способ плавания – дельфин	1. История развития способа плавания дельфин и баттерфляй 2. Анализ выступления зарубежных и российских пловцы, специализирующиеся на различных дистанциях дельфином (баттерфляем)	Реферат Реферат
7	Прикладное плавание. Способ плавания – брасс на спине	1. История развития прикладного способа плавания брассом на спине	Реферат
8	Прикладное плавание. Способ плавания – на боку	1. История развития прикладного способа плавания на боку	Реферат
9	Спортивные соревнования по плаванию и судейство	1. Написать положение о соревнованиях по плаванию в общеобразовательной школе (для обучающихся начальных классов, средних классов и старшеклассников)	Положение о соревнованиях



### 5.3. Образовательные технологии

При организации изучения дисциплины будут использованы следующие образовательные технологии: информационно-коммуникационные технологии, технология организации самостоятельной работы, технология рефлексивного обучения, технология модульного обучения, технология игрового обучения, технологии групповой дискуссии, интерактивные технологии, технология проблемного обучения, технология организации учебно-исследовательской деятельности, технология проектного обучения, технология развития критического мышления.

### 5.4. Текущий контроль, промежуточный контроль и промежуточная аттестация

Балльно-рейтинговая карта дисциплины оформлена как приложение к рабочей программе дисциплины. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине оформлен отдельным документом.

## 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

### 6.1. Рекомендуемая литература

#### 6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие, ссылка на электронную библиотечную систему	Издательство, год
Л1.1	Казызаева А.С., Галева О.Б.	Основы техники спортивных способов плавания: учебное пособие. <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=274597">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=274597</a>	Омск: Издательство СибГУФК, 2010.
Л1.2	Лушпа А.А.	Плавание: учебное пособие. : <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=232770">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=232770</a>	Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2012.
Л1.3	Чертов Н.В.	Теория и методика плавания: учебник. <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&amp;id=241104&amp;sr=1">http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&amp;id=241104&amp;sr=1</a>	Ростов-на-Дону: Издательство Южного федерального университета, 2011.

#### 6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие, ссылка на электронную библиотечную систему	Издательство, год
Л2.1	Степанова М.В.	Плавание в системе физического воспитания студентов вузов: учебное пособие. <a href="http://www.iprbookshop.ru/71310.html">http://www.iprbookshop.ru/71310.html</a> .	Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2017
Л2.2	Махов С.Ю.	Плавание [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие. <a href="http://www.iprbookshop.ru/65713.html">http://www.iprbookshop.ru/65713.html</a> .	Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2016.
Л2.3	Герасимов С.Н., Волкова Е.В.	Основы безопасности на учебных занятиях по плаванию в вузе: учебное пособие. <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&amp;id=228958&amp;sr=1">http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&amp;id=228958&amp;sr=1</a>	Новосибирск: НГТУ, 2012.
Л2.4	Жукова Е.С.	Организация и проведение зрелищных мероприятий на воде: учебное пособие. <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=336074">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=336074</a>	Омск: Издательство СибГУФК, 2013.
Л2.5	Кислица Н.Т., Семянникова В.В.	Плавание: учебно-методическое пособие. <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=272201">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=272201</a>	Елец: ЕГУ им. И.А. Бунина, 2011.
Л2.6	Петрова Н.Л., Баранов В.А.	Плавание: начальное обучение с видеокурсом. <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=461426">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=461426</a>	Москва: Человек, 2013.

### 6.2 Перечень программного обеспечения

- Acrobat Reader DC
- Dr.Web Desktop Security Suite, Dr.Web Server Security Suite
- GIMP
- Microsoft Office 365 Pro Plus - subscription license (12 month) (Пакет программ Word, Excel, Access, PowerPoint, Outlook, OneNote, Publisher, Teams, OneDrive, Yammer, Stream, SharePoint Online).
- Microsoft Windows 10 Education
- XnView
- Архиватор 7-Zip

### 6.3 Перечень информационных справочных систем, профессиональных баз данных

- ЭБС «Университетская библиотека онлайн»
- ЭБС «IPR BOOKS»
- Базы данных Springer eBooks

## 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1	Наименование специального помещения: учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, практических занятий, групповых консультаций, индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации, Учебная аудитория. Оснащенность: Меловая доска-1шт., Комплект учебной мебели
7.2	Наименование специального помещения: помещение для самостоятельной работы, Читальный зал. Оснащенность: ПК-4шт. с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду СГСПУ, Письменный стол-4 шт., Парта-2 шт.



7.3	Наименование специального помещения: учебная аудитория для проведения практических занятий, Бассейн с чашей, ФОК с плав.бассейном.
-----	--

#### **8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Работа над теоретическим материалом происходит кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, обобщения; пометать важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю.

Проработка рабочей программы дисциплины, уделяя особое внимание целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Конспектирование источников, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с информационными источниками в разных форматах.

Также в процессе изучения дисциплины методические рекомендации могут быть изданы отдельным документом.

Направление подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование  
 Направленность (профиль): «Физическая культура»  
 Рабочая программа дисциплины «Теория и методика плавания \*\*»  
 Балльно-рейтинговая карта дисциплины «Теория и методика плавания»

Курс 3 Семестр 5

Вид контроля		Минимальное количество баллов	Максимальное количество баллов
<b>Наименование раздела: «Основы техники и методики обучения плаванию»</b>			
Текущий контроль по разделу:		<b>35</b>	<b>70</b>
1	Аудиторная работа	15	30
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	10	20
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)	10	20
Контрольное мероприятие по разделу		10	15
Промежуточный контроль		<b>45</b>	<b>85</b>
Промежуточная аттестация		<b>9</b>	<b>15</b>
Итого:		<b>56</b>	<b>100</b>

Виды контроля	Перечень или примеры заданий, критерии оценки и количество баллов	Темы для изучения и образовательные результаты
<b>Текущий контроль по разделу «Основы техники и методики обучения плаванию»</b>		
1	<p>Аудиторная работа</p> <p>Конспект лекции, устные ответы</p> <p>Практические занятия: изучение семи групп освоения с водой; изучение техники плавания спортивными способами – кроль на груди, кроль на спине, брасс, баттерфляй; выполнение старта и поворота</p> <p>Сдача текущих практических зачетов на технику плавания:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. кроль на груди на ногах – 50 м</li> <li>2. кроль на груди в полной координации со старта и с поворотами – 100 м</li> <li>3. кроль на спине в полной координации со старта и с поворотами – 100 м</li> <li>4. брасс в полной координации со старта и с поворотами – 100 м</li> <li>5. дельфин на ногах – 25 м</li> <li>6. дельфин в полной координации со старта и с поворотами – 50 м</li> </ol> <p>Критерии оценивания:</p> <p>5 баллов – техника плавания соответствует требованиям правил соревнований, без явных ошибок</p> <p>4 балла – техника плавания соответствует требованиям правил соревнований, присутствуют незначительные ошибки в согласовании движений и дыхания</p> <p>3 балла – техника плавания соответствует требованиям правил соревнований, присутствуют ошибки в технике плавания руками и ногами в согласовании с дыханием</p> <p>2 балла – техника плавания не соответствует требованиям правил соревнований.</p> <p>Мин 30 баллов</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Характеристика и содержание дисциплины «Теория и методика плавания»</li> <li>2. Спортивное плавание. Способ плавания - кроль на груди</li> <li>3. Спортивное плавание. Способ плавания - кроль на спине</li> <li>4. Спортивное плавание. Способ плавания – брасс. Старт и поворот при плавании различными способами</li> </ol> <p>Образовательные результаты:</p> <p>Знает: историю, закономерности, принципы, основы теории и методики обучения в плавании.</p>
2	<p>Самостоятельная работа (обязательные формы)</p> <p>Используя лекции и видеоматериал в системе ЭО lms.sgspu.ru - <a href="https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134">https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134</a></p> <p>Составить схему «Классификация плавания»</p> <p>Критерии оценивания:</p> <p>2 балла – в схеме перечислены все виды плавания, подробно описан каждый вид плавания.</p> <p>1 балл – в схеме перечислены не все виды плавания, описаны не все виды.</p> <p>Подобрать игры на воде для семи групп освоения с водой</p> <p>Критерии оценивания:</p> <p>2 балла – перечислены все 7 групп освоения с водой в правильной последовательности и с правильным</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Характеристика и содержание дисциплины «Теория и методика плавания»</li> <li>2. Начальное обучение плаванию</li> <li>3. Спортивное плавание. Способ плавания - кроль на груди</li> <li>4. Старт и поворот при плавании кролем на груди</li> <li>5. Спортивное плавание. Способ плавания -</li> </ol>

		<p>названием. Описаны как минимум 2 упражнения и 2 игры к каждой группе.                  1 балл – перечислены не все группы, с ошибками в последовательности. Описано 1 упражнение и 1 игра к каждой группе.                  Написание конспекта: 1. Анализ техники плавания кроль на груди; 2. Методика обучения техники плавания кролем на груди 3. Анализ техники плавания кроль на спине; 4. Методика обучения техники плавания кролем на спине 5. Анализ техники плавания способом брасс; 6. Методика обучения техники плавания способом брасс. 7. Анализ техники плавания способом дельфин (баттерфляй). 8. Методика обучения техники плавания кролем на груди. 9. Анализ и методика обучения повороту «маятник» и старту с тумбы при плавании кролем на груди. 10. Анализ и методика обучения повороту «маятник» и старту из воды при плавании кролем на спине. 11. Анализ и методика обучения повороту и старту с тумбы при плавании брассом. 12. Написать анализ и методику обучения повороту и старту с тумбы при плавании дельфином (баттерфляем)                  Критерии оценивания:                  5 баллов – конспект написан разборчиво, раскрыты все пункты анализа техники плавания: положения тела, фазы движений ногами, фазы движений руками, полная координация движений в согласовании с дыханием. Методика обучения записана в таблицу, расписана по следующей схеме: упражнения для изучения техники плавания на ногах – у неподвижной опоры, с подвижной опорой, без опоры; упражнения для изучения техники плавания на руках – у неподвижной опоры, с подвижной опорой, без опоры; упражнения техники плавания в полной координации в согласовании с дыханием – у неподвижной опоры, с подвижной опорой, без опоры. Полностью описана техника и методика обучения старту и повороту. К каждому упражнению даны методические указания и дозировка                  4 балла - конспект написан разборчиво, раскрыты все пункты анализа техники плавания и методики обучения (см. 5 баллов). Имеются 2-3 незначительные ошибки в описании техники плавания и методике обучения.                  3 балла - конспект написан не разборчиво, раскрыты не все пункты анализа техники плавания и методики обучения (см. 5 баллов). Имеются 3-5 ошибок в описании техники плавания и методике обучения.                  2 балла - конспект написан не разборчиво, раскрыты не все пункты анализа техники плавания и методики обучения (см. 5 баллов). Имеются более 5 ошибок в описании техники плавания и методике обучения. Не описаны старт и поворот.                  Мах 20 баллов</p>	<p>кроль на спине                  6. Старт и поворот при плавании кролем на спине                  7. Спортивное плавание. Способ плавания – брасс                  8. Старт и поворот при плавании брассом                  9. Спортивное плавание. Способ плавания – дельфин                  10. Старт и поворот при плавании дельфином                  Образовательные результаты:                  Знает: историю, закономерности, принципы, основы теории и методики обучения в плавании.                  Владеет: методами и средствами обучения плавания, для осуществления различных видов деятельности.</p>
3	Самостоятельная работа (на выбор)	<p>Написание реферата по следующим темам на выбор: 1. «Исторический обзор развития плавания». 2. «Возникновение плавания». 3. «Основные этапы плавания в дореволюционной России». 4. «Развитие плавания в России с 1917 года». 5. История развития способа плавания кроль на груди. 6. Анализ выступления зарубежных и российских пловцы, специализирующиеся на различных дистанциях кролем на груди. 8. История развития способа плавания кроль на спине 9. Анализ выступления зарубежных и российских пловцы, специализирующиеся на различных дистанциях кролем на спине. 10. История развития способа плавания брассом. 11. Анализ выступления зарубежных и российских пловцы, специализирующиеся на различных дистанциях брассом. 12. История развития способа плавания дельфин и баттерфляй. 13. Анализ выступления зарубежных и российских пловцы, специализирующиеся на различных дистанциях дельфином (баттерфляем).                  Критерии оценивания:                  2-3. Написание реферата по истории развития спортивного способа плавания (на выбор) и анализ выступления зарубежных и российских пловцы, специализирующиеся на различных дистанциях в выбранном способе плавания. Мах 10 баллов. Критерии оценивания:                  5 баллов – реферат соответствует теме и отражает основные положения, и написан разборчиво, структурирован, полнота и логичность изложения, методология анализа, раскрытие темы. Присутствует план,</p>	<p>1. Характеристика и содержание дисциплины «Плавание»                  2. Начальное обучение плаванию                  3. Спортивное плавание. Способ плавания - кроль на груди                  4. Спортивное плавание. Способ плавания - кроль на спине                  5. Спортивное плавание. Способ плавания – брасс                  6. Спортивное плавание. Способ плавания – дельфин                  Образовательные результаты:                  Умеет: применять современные формы и методы работы в урочной и внеурочной деятельности, дополнительном образовании детей с</p>

	<p>введение, заключение и список литературы. Осуществлено объяснение фактов, явлений, закономерностей содержит дополнительные сведения, почерпнутые обучающимся из других источников.</p> <p>4 балла – реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы. В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы.</p> <p>3 балла – реферат соответствует заявленной теме, структурирован, нет плана, не указан список литературы. В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы.</p> <p>2 балла – реферат не соответствует заявленной теме, структурирован, нет плана, не указан список литературы. В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы.</p> <p>Разработать сценарий мероприятия на воде с использованием игр для начинающих.</p> <p>Критерии оценивания:</p> <p>5 баллов – сценарий имеет название, цель, задачи, определен возраст, описано оборудование, время и место проведения, организаторы праздника. Полно расписан ход мероприятия, использован большой банк заданий, упражнений и игр, соответствующие заявленному возрасту, указан порядок определения победителя и награждения</p> <p>4 балла – сценарий имеет название, цель, задачи, не определен возраст, не описано оборудование, указано время и место проведения, организаторы праздника. Не полно расписан ход мероприятия, использован небольшой банк заданий, упражнений и игр, соответствующие заявленному возрасту, указан порядок определения победителя и награждения</p> <p>3 балла – сценарий имеет название, цель, задачи, не определен возраст, не описано оборудование, не указано время и место проведения, организаторы праздника. Не полно расписан ход мероприятия, использован мало заданий, упражнений и игр, соответствующие заявленному возрасту, не указан порядок определения победителя и награждения</p> <p>Макс 20 баллов</p>	<p>использованием средств плавания.</p> <p>Владеет: методами и средствами обучения плавания, для осуществления различных видов деятельности.</p>
Контрольное мероприятие по разделу	<p>Проплыть 50 м любым способом на время</p> <p>10 баллов – время на серебряный значок ГТО (6 ступень (18-24 лет) мужчины – 1.00; женщины – 1.15)</p> <p>15 баллов – время на золотой значок ГТО (6 ступень (18-24 лет) мужчины – 0,50; женщины – 1.00)</p>	
Промежуточный контроль (количество баллов)	45-85 баллов	<p>Образовательные результаты:</p> <p>Знает: историю, закономерности, принципы, основы теории и методики обучения в плавании.</p> <p>Умеет: применять современные формы и методы работы в урочной и внеурочной деятельности, дополнительном образовании детей с использованием средств плавания.</p> <p>Владеет: методами и средствами обучения плавания, для осуществления различных видов деятельности.</p>
Промежуточная аттестация	Представлены в фонде оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине	

Курс 3 Семестр 6

Вид контроля		Минимальное количество баллов	Максимальное количество баллов
<b>Наименование раздела: «Прикладное плавание и спасение на водах»</b>			
Текущий контроль по разделу:		<b>22</b>	<b>35</b>
1	Аудиторная работа	10	15
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	9	15
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)	3	5
Контрольное мероприятие по разделу		<b>3</b>	<b>10</b>
Промежуточный контроль		<b>25</b>	<b>45</b>
<b>Наименование раздела «Обучение и методика преподавания технике плавания»</b>			
Текущий контроль по разделу:		<b>18</b>	<b>30</b>
1	Аудиторная работа	6	10
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	6	10
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)	6	10
Контрольное мероприятие по разделу		<b>2</b>	<b>10</b>
Промежуточный контроль		<b>20</b>	<b>40</b>
Промежуточная аттестация		<b>9</b>	<b>15</b>
Итого:		<b>56</b>	<b>100</b>

Виды контроля	Перечень или примеры заданий, критерии оценки и количество баллов	Темы для изучения и образовательные результаты
<b>Текущий контроль по разделу «Прикладное плавание и спасение на водах»</b>		
1	<p>Аудиторная работа</p> <p>Конспект лекции, устные ответы</p> <p>Практические занятия: изучение техники прикладного плавания: способы – брасс на спине, плавание на боку; спасение на водах: ныряние в длину, ныряние в глубину, освобождение от захватов, транспортировка уставшего и утонувшего пловца, оказание первой доврачебной помощи.</p> <p>Сдача текущих практических зачетов на технику плавания:</p> <p>1. брасс на спине – 100 м</p> <p>2. плавание на боку – 100 м</p> <p>Критерии оценивания:</p> <p>5 баллов – техника плавания соответствует требованиям правил соревнований, без явных ошибок</p> <p>4 балла – техника плавания соответствует требованиям правил соревнований, присутствуют незначительные ошибки в согласовании движений и дыхания</p> <p>3 балла – техника плавания соответствует требованиям правил соревнований, присутствуют ошибки в технике плавания руками и ногами в согласовании с дыханием</p> <p>2 балла – техника плавания не соответствует требованиям правил соревнований.</p> <p>За два прикладных способа плавания мах 10 баллов</p> <p>За выполнение каждого вида спасения на водах по 1 баллу (всего 5 баллов)</p> <p>Всего мах 15 баллов</p>	<p>1. Прикладное плавание. Способ плавания – брасс на спине</p> <p>2. Прикладное плавание. Способ плавания – на боку</p> <p>3. Прикладное плавание. Ныряние в длину и глубину. Освобождение от захватов при спасении утопающего</p> <p>4. Прикладное плавание. Спасение утопающего. Оказание первой доврачебной помощи. Искусственное дыхание и непрямой массаж сердца</p> <p>Образовательные результаты:</p> <p>Знает: историю, закономерности, принципы, основы теории и методики обучения в плавании.</p> <p>Владеет: методами и средствами обучения плавания, для осуществления различных видов деятельности.</p>
2	Самостоятельная работа	Используя лекции в системе ЭО lms.sgspsu.ru - <a href="https://lms.sgspsu.ru/course/view.php?id=134">https://lms.sgspsu.ru/course/view.php?id=134</a>
		1. Прикладное плавание. Способ

	(обязательные формы)	<p>Используя лекции и видеоматериал в системе ЭО lms.sgspsu.ru - <a href="https://lms.sgspsu.ru/course/view.php?id=134">https://lms.sgspsu.ru/course/view.php?id=134</a>                  Написание конспектов: 1. Написание анализа техники плавания брассом на спине. 2. Написание методики обучения техники плавания брассом на спине. 3. Написать анализ и методику обучения повороту и старту из воды при плавании брассом на спине. 4. Написание анализа техники плавания на боку. 5. Написание методики обучения техники плавания на боку. 6. Написать анализ и методику обучения повороту и старту с тумбы при плавании на боку анализ техники и методика обучения плаванию прикладными способами: брасс на спине и на боку. 7. Написать анализ техники передвижения под водой 8. Написать анализ техники выполнения ныряния в глубину ногами и руками вниз. 9. Написать способы захватов и освобождение от них. 10. Описать способы транспортировки уставшего пловца одним спасателем, двумя и тремя. 11. Описать способы транспортировки утонувшего пловца одним спасателем, двумя и тремя. 12. Написать схему последовательности действий спасению пострадавшего на воде. 13. Написать схему последовательности действий по оказанию первой доврачебной помощи. Критерии оценивания:                  4 баллов – конспект написан разборчиво, раскрыты все пункты анализа техники плавания: положения тела, фазы движений ногами, фазы движений руками, полная координация движений в согласовании с дыханием. Методика обучения записана в таблицу, расписана по следующей схеме: упражнения для изучения техники плавания на ногах – у неподвижной опоры, с подвижной опорой, без опоры; упражнения для изучения техники плавания на руках – у неподвижной опоры, с подвижной опорой, без опоры; упражнения техники плавания в полной координации в согласовании с дыханием – у неподвижной опоры, с подвижной опорой, без опоры. К каждому упражнению даны методические указания и дозировка                  3 балла - конспект написан разборчиво, раскрыты все пункты анализа техники плавания и методики обучения (см. 4 баллов). Имеются 2-3 незначительные ошибки в описании техники плавания и методике обучения.                  2 балла - конспект написан не разборчиво, раскрыты не все пункты анализа техники плавания и методики обучения (см. 5 баллов). Имеются 3-5 ошибок в описании техники плавания и методике обучения.                  По 1 баллу за конспекты по спасению на водах (маж 7 баллов)                  Мах 15 баллов</p>	<p>плавания – брасс на спине                  2. Прикладное плавание. Способ плавания – на боку                  3. Прикладное плавание. Ныряние в длину и глубину                  4. Прикладное плавание. Освобождение от захватов при спасении утопающего                  5. Прикладное плавание. Транспортировка уставшего и утонувшего пловца                  6. Прикладное плавание. Спасение утопающего. Оказание первой доврачебной помощи. Искусственное дыхание и непрямой массаж сердца                  Образовательные результаты:                  Знает: историю, закономерности, принципы, основы теории и методики обучения в плавании.                  Владеет: методами и средствами обучения плавания, для осуществления различных видов деятельности.</p>
3	Самостоятельная работа (на выбор)	<p>Написание реферата (один на выбор)                  1. История развития прикладного способа плавания брассом на спине                  2. История развития прикладного способа плавания на боку                  5 баллов – реферат соответствует теме и отражает основные положения, и написан разборчиво, структурирован, полнота и логичность изложения, методология анализа, раскрытие темы. Присутствует план, введение, заключение и список литературы. Осуществлено объяснение фактов, явлений, закономерностей содержит дополнительные сведения, почерпнутые обучающимся из других источников.                  4 балла – реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы. В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы.                  3 балла – реферат соответствует заявленной теме, структурирован, нет плана, не указан список литературы. В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы.                  2 балла – реферат не соответствует заявленной теме, структурирован, нет плана, не указан список литературы. В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы.                  Мах 5 баллов</p>	<p>1. Прикладное плавание. Способ плавания – брасс на спине                  2. Прикладное плавание. Способ плавания – на боку                  Образовательные результаты:                  Знает: историю, закономерности, принципы, основы теории и методики обучения в плавании.                  Владеет: методами и средствами обучения плавания, для осуществления различных видов деятельности.</p>
Контрольное мероприятие по	Демонстрация в парах (тройках) спасения тонущего на воде и оказание первой доврачебной помощи		

разделу	3 балла – спасение утопающего выполнено с ошибками в последовательности действий, частично представлен способ транспортировки, с ошибками выполнено освобождение от захватов; с ошибками выполнено оказание первой доврачебной помощи 10 баллов - спасение утопающего выполнено в правильной последовательности действий, без ошибок представлен способ транспортировки, четко выполнено освобождение от захватов; действия по оказанию первой доврачебной помощи выполнены без ошибочно четко, быстро последовательно.		
Промежуточный контроль (количество баллов)	25-45 баллов	Образовательные результаты: Знает: историю, закономерности, принципы, основы теории и методики обучения в плавании. Владеет: методами и средствами обучения плавания, для осуществления различных видов деятельности.	
<b>Текущий контроль по разделу «Обучение и методика преподавания технике плавания»</b>			
1	Аудиторная работа	Написание конспекта урока и проведение урока по плаванию (тема урока дается преподавателем, например: Методика обучения технике плавания кролем на груди на ногах). Критерии - 2 балла – наличие конспекта урока; 3 балл – полный развернутый конспект с мелкими недочетами и удовлетворительное проведение урока; 4 балла - полный развернутый конспект и хорошее проведение урока с мелкими методическими ошибками; 5 балла - образцовый конспект (тема, цель, задачи урока, инвентарь, время дата, расписаны части урока: подготовительная, основная, заключительная, методически грамотно написаны упражнения, дозировка к ним и методические указания) и методически грамотно проведенный урок. Совершенствование умений и навыков показа и объяснения специальных упражнений. 3 балл - упражнение выполнено очень напряженно, скованно, замедленно. При выполнении упражнения допущены лишние действия, задержки между отдельными операциями, допущены ошибки, нарушающие структуру движения, грубо нарушены амплитуда и темп движения; 4 балла - упражнение выполнено, с выраженным напряжением, замедленно, без лишних действий. При выполнении допущены мелкие ошибки, не нарушающие структуру движения при нарушении амплитуды и темпа. 5 балла - упражнение выполнено автоматизировано, свободно, ненапряженно, в соответствии с показанным образцом. Мах 10 баллов	1. Плавание в различных звеньях системы физического воспитания Образовательные результаты: Знает: историю, закономерности, принципы, основы теории и методики обучения в плавании. Владеет: методами и средствами обучения плавания, для осуществления различных видов деятельности.
2	Самостоятельная работа (обязательные формы)	1. Написать конспект урока по плаванию на выбранную преподавателем тему Критерии - 2 балла – наличие конспекта урока; 6 балл – полный развернутый конспект с ошибками в терминологии, нет методических указаний, указана несоответствующая дозировка; 8 балла - полный развернутый конспект с мелкими недочетами в терминологии и методически указаниях; 10 балла - образцовый конспект – указана тема, цель, задачи урока, инвентарь, время дата, расписаны части урока: подготовительная, основная, заключительная, методически грамотно написаны упражнения, дозировка к ним и методические указания. Мах 10 баллов	1. Плавание в различных звеньях системы физического воспитания 2. Учебная практика – самостоятельное проведение уроков по плаванию на своей группе 3. Спортивные соревнования по плаванию и судейство Образовательные результаты: Знает: историю, закономерности, принципы, основы теории и методики обучения в плавании.



			Владеет: методами и средствами обучения плавания, для осуществления различных видов деятельности.
3	Самостоятельная работа (на выбор)	<p>1. Написать положение о соревнования по плаванию в общеобразовательной школе (для обучающихся начальных классов, средних классов и старшеклассников)                      6 баллов –положение имеет название, цель, задачи, не определен возраст, не описано оборудование, не указано время и место проведения, организаторы соревнований. Не описана судейская коллегия. Не полно расписан ход мероприятия, дистанции не соответствуют заявленному возрасту, не указан порядок определения победителя и награждения                      8 баллов –положение имеет название, цель, задачи, не определен возраст, не описано оборудование, указано время и место проведения, организаторы соревнования, указан не полный список судейской коллегии. Не полно расписан ход мероприятия, дистанции соответствуют заявленному возрасту, указан порядок определения победителя и награждения                      10 баллов – положение имеет название, цель, задачи, определен возраст, описано оборудование, время и место проведения, организаторы соревнования. Полно расписан ход мероприятия, дистанции соответствуют заявленному возрасту, указан порядок определения победителя и награждения                      Max 10 баллов</p>	<p>1. Спортивные соревнования по плаванию и судейство                      Образовательные результаты:                      Умеет: применять современные формы и методы работы в урочной и внеурочной деятельности, дополнительном образовании детей с использованием средств плавания.                      Владеет: методами и средствами обучения плавания, для осуществления различных видов деятельности.</p>
	Контрольное мероприятие по разделу	<p>Тестирование в системе ЭО lms.sgspsu.ru - <a href="https://lms.sgspsu.ru/course/view.php?id=134">https://lms.sgspsu.ru/course/view.php?id=134</a>                      3 баллов - правильно выполнено от 55 до 65 % заданий теста;                      5 балла - правильно выполнено от 66 до 89 % заданий теста;                      10 баллов - правильно выполнено от 90 до 100 % заданий теста.</p>	
	Промежуточный контроль (количество баллов)	20-40 баллов	<p>Образовательные результаты:                      Знает: историю, закономерности, принципы, основы теории и методики обучения в плавании.                      Умеет: применять современные формы и методы работы в урочной и внеурочной деятельности, дополнительном образовании детей с использованием средств плавания.                      Владеет: методами и средствами обучения плавания, для осуществления различных видов деятельности.</p>
	Промежуточная аттестация	Представлены в фонде оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине	