Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Кислова Наталья Николаевна
Должность: Проректор по УМР и качеству образования
Дата подписания: 11.08.2025 15:53:45
Уникальный программный ключ:
52802513f5b14a975b3e9b13008093d5726b159bf6064f865ae65b96a966c035

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«Самарский государственный социально-педагогический университет»

Кафедра теоретических основ и методики физического воспитания

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

ПРЕДМЕТНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ МОДУЛЬ ПО ПРОФИЛЮ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Плавание с методикой преподавания

рабочая программа дисциплины (модуля)

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

Учебный план ФФКС-б25Пз(4г6м)
Направление подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование
Направленность (профиль): «Физическая культура»

Квалификация **бакалавр**

Форма обучения **заочная**

Общая трудоемкость **7 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 252
в том числе:
аудиторные занятия 24
самостоятельная работа 228

Виды контроля в семестрах:
экзамены 6
зачеты 4,5

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (Курс. Номер семестра на курсе)	**4(2.2)**		**5(3.1)**		**6(3.2)**		Итого	
Вид занятий	УП	РПД	УП	РПД	УП	РПД	УП	РПД
Лекции	2	2	2	2	2	2	6	6
Практические	6	6	6	6	6	6	18	18
В том числе инт.	2	2	2	2	2	2	6	6
Итого ауд.	8	8	8	8	8	8	24	24
Контактная работа	8	8	8	8	8	8	24	24
Сам. работа	64	64	64	64	100	100	228	228
Итого	72	72	72	72	108	108	252	252

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

Плавание с методикой преподавания

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование. Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22 февраля 2018 г. № 121

составлена на основании учебного плана:

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

утвержденного Учёным советом СГСПУ от 21.03.2025 протокол № 9

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Теоретических основ и методики физического воспитания

Протокол от 27.05.2025 №10

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 закреплению профессионально-прикладных умений и навыков

Производственная практика (летняя педагогическая практика)

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

УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

УК-7.1 Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни

Владеет различными способами плавания для поддержания уровня физической подготовки и обеспечения полноценной профессиональной деятельности.

УК-7.2 Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности

Владеет навыками осознанного подбора здоровьесберегающих технологий с использованием средств плавания.

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 образовании обучающихся

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 плаванию, для осуществления различных видов деятельности.

ПК-1 Способен осуществлять педагогическую деятельность по реализации образовательного процесса по предмету

ПК-1.1 Умеет реализовывать образовательную программу по предмету с учетом специфики содержания, методов и инструментов соответствующей области научного знания

Умеет выбирать методы и средства обучения при реализации раздела программы «Плавание» с учетом возраста и иных особенностей занимающихся

ПК-1.2 Реализует образовательную программу по предмету с использованием технологий профессиональной деятельности

Умеет:

- применять профессиональную терминологию при подготовке и проведении урока;
- использовать разнообразные способы организации деятельности обучающихся;
- подбирать параметры физической нагрузки, необходимый спортивный инвентарь, методы, средства и технологии обучения при реализации раздела программы «Плавание»

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр	Часов	Интеракт.
	Раздел 1. Основы техники и методики обучения плаванию			
1.1	Характеристика и содержание дисциплины «Плавание с методикой преподавания». Научно-теоретические основы плавания. Техника плавания /Лек/	4	2	0
1.2	Характеристика и содержание дисциплины «Плавание с методикой преподавания» /Ср/	4	6	0
1.3	Научно-теоретические основы плавания. Техника плавания /Ср/	4	6	0
1.4	Начальное обучение плаванию. Спортивное плавание. Способ плавания - кроль на груди /Пр/	4	2	2
1.5	Начальное обучение плаванию /Ср/	4	6	0
1.6	Спортивное плавание. Способ плавания - кроль на груди /Ср/	4	6	0
1.7	Старт и поворот при плавании кролем на груди /Ср/	4	6	0
1.8	Спортивное плавание. Способ плавания - кроль на спине /Пр/	4	2	0
1.9	Спортивное плавание. Способ плавания - кроль на спине /Ср/	4	6	0
1.10	Старт и поворот при плавании кролем на спине /Ср/	4	6	0
1.11	Спортивное плавание. Способ плавания – брасс. Старт и поворот при плавании различными способами /Пр/	4	2	0
1.12	Спортивное плавание. Способ плавания – брасс /Ср/	4	6	0
1.13	Старт и поворот при плавании брассом /Ср/	4	6	0
1.14	Спортивное плавание. Способ плавания – дельфин /Ср/	4	6	0
1.15	Старт и поворот при плавании дельфином /Ср/	4	4	0
	Раздел 2. Прикладное плавание и спасение на водах			
2.1	Основы прикладного плавания /Лек/	5	2	0
2.2	Основы прикладного плавания /Ср/	5	10	
2.3	Прикладное плавание. Способ плавания – брасс на спине /Пр/	5	2	0
2.4	Прикладное плавание. Способ плавания – брасс на спине /Ср/	5	10	0
2.5	Прикладное плавание. Способ плавания – на боку /Пр/	5	2	0
2.6	Прикладное плавание. Способ плавания – на боку /Ср/	5	10	0
2.7	Прикладное плавание. Ныряние в длину и глубину. Освобождение от захватов при спасении утопающего /Пр/	5	2	2
2.8	Прикладное плавание. Ныряние в длину и глубину. Освобождение от захватов при спасении утопающего /Ср/	5	8	0
2.9	Прикладное плавание. Освобождение от захватов при спасении утопающего /Ср/	5	10	0
2.10	Прикладное плавание. Транспортировка уставшего и утонувшего пловца /Ср/	5	8	0
2.11	Прикладное плавание. Спасение утопающего. Оказание первой доврачебной помощи. Искусственное дыхание и непрямой массаж сердца /Ср/	5	8	0
	Раздел 3. Обучение и методика преподавания техники плавания			
3.1	Плавание в различных звеньях системы физического воспитания /Лек/	6	2	0
3.2	Плавание в различных звеньях системы физического воспитания /Ср/	6	20	2
3.3	Учебная практика – подготовка и проведению урока по плаванию /Пр/	6	6	0
3.4	Учебная практика – подготовка к проведению урока по плаванию /Ср/	6	50	0
3.5	Спортивные соревнования по плаванию и судейство /Ср/	6	30	0

5. Оценочные и методические материалы по дисциплине (модулю)

5.1. Содержание аудиторной работы по дисциплине (модулю)

4 семестр, 1 лекция, 3 практических занятия

Раздел 1. Основы техники и методики обучения плаванию

Лекция № 1 (1 час)

Характеристика и содержание дисциплины «Плавание с методикой преподавания». Научно-теоретические основы плавания. Техника 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.
7. Понятие о технике плавания и ее вариативности
8. Физические свойства воды
9. Статическое плавание
10. Динамическое плавание
11. Сопротивление трения
12. Сопротивление вихреобразования

13. Сопротивление волнообразования

Практическое занятие № 1 (2 часа)

Начальное обучение плаванию. Спортивное плавание. Способ плавания - кроль на груди

Вопросы и задания:
1. Задачи начального обучения.
2. Классификация упражнений для освоения с водой.
3. Игры и развлечения на воде на начальном этапе обучения.
4. Выполнение семи групп освоение с водой.
5. Фазовый состав цикла движений руками, ногами и в полной координации в согласовании с дыханием.
6. Постановка задач обучения технике плавания кролем на груди.
7. Прохождение дистанций кролем на груди на ногах и в полной координации в согласовании с дыханием.

Примерные задания:
1. Показать элементарные движения рук и ног в воде.
2. Выполнить способы передвижения в воде по дну.
3. Выполнить упражнения на дыхание.
4. Выполнить упражнения и игры на погружение в воду.
5. Выполнить упражнения и игры на всплывание.
6. Выполнить упражнения и игры на лежание.
7. Выполнить упражнения и игры на скольжение.
8. Выполнения упражнений на ногах на суше, в воде: у неподвижной опоры, с подвижной опорой и без опоры.
9. Выполнение упражнений на руках на суше, в воде: у неподвижной опоры, с подвижной опорой и без опоры.
10. Выполнение упражнений в полной координации: у неподвижной опоры, с подвижной опорой и без опоры, в согласовании с дыханием.
11. 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.

Примерные задания:
1. Выполнения упражнений на ногах на суше, в воде: у неподвижной опоры, с подвижной опорой и без опоры.
2. Выполнение упражнений на руках на суше, в воде: у неподвижной опоры, с подвижной опорой и без опоры.
3. 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.

Примерные задания:
1. Выполнения упражнений на ногах на суше, в воде: у неподвижной опоры, с подвижной опорой и без опоры.
2. Выполнение упражнений на руках на суше, в воде: у неподвижной опоры, с подвижной опорой и без опоры.
3. Выполнение упражнений в полной координации, в согласовании с дыханием.
4. Прохождение дистанции 50 м на ногах на технику плавания брассом.
5. Прохождение дистанции 100 м на технику плавания в полной координации брассом.
6. Основные фазы выполнения старта с тумбы и из воды при плавании различными способами
7. Основные фазы выполнения поворота при плавании различными способами.
8. Постановка задач обучения технике старта с тумбы и из воды.
9. Постановка задач обучения технике поворота «маятник».
10. Выполнение старта с тумбы и из воды, и поворота в различных вариациях.

Примерные задания:
1. Выполнение упражнений для изучения технике старта с тумбы и из воды.
2. Выполнение упражнений для изучения техники поворота.
3. Выполнение старта с тумбы с проплыванием дистанции 50 м в полной координации различными способами плавания на технику.
4. Выполнение поворота «маятник» на дистанции 50 м различными способами плавания.

5 семестр, 1 лекция, 3 практических занятия

Раздел 2. Прикладное плавание и спасение на водах

Лекция № 1 (2 часа)

Основы прикладного плавания

Вопросы и задания:
1. Плавание в экстремальных условиях
2. Спасение тонущих
3. Спасательные средства и их применение
4. Оказание первой помощи при утоплениях
5. Преодоление водных преград

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.

Примерные задания:

1. Выполнения упражнений на ногах на суше, в воде: у неподвижной опоры, с подвижной опорой и без опоры.
2. Выполнение упражнений на руках на суше, в воде: у неподвижной опоры, с подвижной опорой и без опоры.
3. Выполнение упражнений в полной координации: у неподвижной опоры, с подвижной опорой и без опоры, в согласовании с дыханием.
4. Прохождение дистанции 25 м на ногах на технику плавания брассом на спине.
5. 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.

Примерные задания:

1. Выполнения упражнений на ногах на суше, в воде: у неподвижной опоры, с подвижной опорой и без опоры.
2. Выполнение упражнений на руках на суше, в воде: у неподвижной опоры, с подвижной опорой и без опоры.
3. Выполнение упражнений в полной координации: у неподвижной опоры, с подвижной опорой и без опоры, в согласовании с дыханием.
4. Прохождение дистанции 25 м на ногах на технику плавания способом на боку.
5. 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 вверху – ноги кроль, руки вверху – ноги брасс; руки вверху – 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.

Примерные задания:

1. Прохождение дистанций 10 м под водой шестью способами.
2. Выполнение ныряний двумя способами в глубину, с касанием дна.
4. Прохождение дистанции 25 м – мальчики, 15 м девочки под водой избранным способом передвижения.
5. Выполнение ныряния в глубину двумя способами на технику.
6. Выполнение освобождения от захватов за руки спереди на суше и в воде в парах.
7. Выполнение освобождения от захватов за туловище сверху рук спереди и сзади на суше и в воде в парах.
8. Выполнение освобождения от захватов за туловище под руками спереди и сзади на суше и в воде в парах.
9. Выполнение освобождения от захватов за голову и за шею спереди и сзади на суше и в воде в парах.

6 семестр, 1 лекция, 3 практических занятия

Раздел 3. Обучение и методика преподавания техники плавания

Лекция № 1 (2 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).

Практические занятия № 1-3 (6 часов)

Учебная практика – подготовка и проведению урока по плаванию

Вопросы и задания:

1. Проверка конспекта урока по плаванию по теме выданной преподавателем
2. Проведение урока по плаванию на своей учебной группе по теме выданной преподавателем

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 «Плавание с методикой преподавания».	Используя лекции и видеоматериал в системе ЭО lms.sgspu.ru – https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134 1. Составить схему «Классификация плавания»	Схема
2	Научно-теоретические основы плавания. Техника плавания	1. Описать особенности перемещения в водной среде 2. Составить таблицу «Фазовый состав техники спортивных способов плавания	Конспект Таблица
3	Начальное обучение плаванию	1. Подобрать игры на воде для семи групп освоения с водой	Конспект
4	Спортивное плавание. Способ плавания - кроль на груди	Используя лекции и видеоматериал в системе ЭО lms.sgspu.ru - https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134 1. Написать анализ техники плавания кролем на груди 2. Написать методику обучения техники плавания кролем на груди	Конспект Конспект (таблица)
5	Старт и поворот при плавании кролем на груди	Используя лекции и видеоматериал в системе ЭО lms.sgspu.ru - https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134 1. Написать анализ и методику обучения повороту «маятник» и старту с тумбы при плавании кролем на груди	Конспект
6	Спортивное плавание. Способ плавания - кроль на спине	Используя лекции и видеоматериал в системе ЭО lms.sgspu.ru - https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134 1. Написание анализа техники плавания кролем на спине 2. Написание методики обучения техники плавания кролем на спине	Конспект Конспект
7	Старт и поворот при плавании кролем на спине	Используя лекции и видеоматериал в системе ЭО lms.sgspu.ru - https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134 1. Написать анализ и методику обучения повороту «маятник» и старту из воды при плавании кролем на спине	Конспект
8	Спортивное плавание. Способ плавания – брасс	Используя лекции и видеоматериал в системе ЭО lms.sgspu.ru - https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134 1. Написание анализа техники плавания брассом 2. Написание методики обучения техники плавания брассом	Конспект Конспект
9	Старт и поворот при плавании брассом	Используя лекции и видеоматериал в системе ЭО lms.sgspu.ru - https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134 1. Написать анализ и методику обучения повороту и старту с тумбы при плавании брассом	Конспект
10	Спортивное плавание. Способ плавания – дельфин	Используя лекции и видеоматериал в системе ЭО lms.sgspu.ru - https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134 1. Написание анализа техники плавания дельфином 2. Написание методики обучения техники плавания дельфином	Конспект Конспект
11	Старт и поворот при плавании дельфином	Используя лекции и видеоматериал в системе ЭО lms.sgspu.ru - https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134 1. Написать анализ и методику обучения повороту и старту с тумбы при плавании дельфином	Конспект
12	Основы прикладного плавания	Используя лекции и видеоматериал в системе ЭО lms.sgspu.ru - https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134 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
13	Прикладное плавание. Способ плавания – брасс на спине		
14	Прикладное плавание. Способ плавания – на боку	Используя лекции и видеоматериал в системе ЭО lms.sgspu.ru - https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134 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
15	Прикладное плавание. Ныряние в длину и глубину. Освобождение от захватов при спасении утопающего	Используя лекции и видеоматериал в системе ЭО lms.sgspu.ru - https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134 1. Написать анализ техники передвижения под водой 2. Написать анализ техники выполнения ныряния в глубину ногами и руками вниз 3. Написать способы захватов и освобождение от них	Конспект Конспект
16	Прикладное плавание. Транспортировка уставшего и утонувшего пловца	Используя лекции и видеоматериал в системе ЭО lms.sgspu.ru - https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134 1. Описать способы транспортировки уставшего пловца одним спасателем, двумя и тремя. 2. Описать способы транспортировки утонувшего пловца одним спасателем, двумя и тремя.	Конспект Конспект

17	Прикладное плавание. Спасение утопающего. Оказание первой доврачебной помощи. Искусственное дыхание и непрямой массаж сердца	Используя лекции и видеоматериал в системе ЭО lms.sgspu.ru - https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134 1. Написать схему последовательности действий спасению пострадавшего на воде 2. Написать схему последовательности действий по оказанию первой доврачебной помощи	Схема Схема
18	Плавание в различных звеньях системы физического воспитания	Используя лекции и видеоматериал в системе ЭО lms.sgspu.ru - https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134 1. Написать особенности занятий плаванием с детьми грудного и дошкольного возраста	Конспект
19	Учебная практика – подготовка к проведению уроков по плаванию на своей группе	1. Написать конспект урока по плаванию на выбранную преподавателем тему	Конспект урока
20	Спортивные соревнования по плаванию и судейство	Используя лекции и видеоматериал в системе ЭО lms.sgspu.ru - https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134 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 с методикой преподавания»	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 соревнования 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

Дата обращения к электронным учебным изданиям, электронным образовательным ресурсам, современным базам данных и информационным справочным системам совпадает с датой утверждения рабочей программы

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие, ссылка на электронную библиотечную систему	Издательство, год
Л1.1	Казызаева А.С., Галеева О.Б.	Основы техники спортивных способов плавания: учебное пособие. https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274597	Омск: Издательство СибГУФК, 2010.
Л1.2	Лушпа А.А.	Плавание: учебное пособие: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=232770	Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2012.
Л1.3	Чертов Н.В.	Теория и методика плавания: учебник. http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=241104&sr=1	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	Герасимов С.Н., Волкова Е.В.	Основы безопасности на учебных занятиях по плаванию в вузе: учебное пособие. http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=228958&sr=1	Новосибирск: НГТУ, 2012.
Л2.2	Жукова Е.С.	Организация и проведение зрелищных мероприятий на воде: учебное пособие. https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=336074	Омск: Издательство СибГУФК, 2013.
Л2.3	Кислица Н.Т., Семянникова В.В.	Плавание: учебно-методическое пособие. https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272201	Елец: ЕГУ им. И.А. Бунина, 2011.
Л2.4	Петрова Н.Л., Баранов В.А.	Плавание: начальное обучение с видеокурсом. https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461426	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).
- Microsoft Windows 10 Education
- XnView
- Архиватор 7-Zip

6.3 Перечень информационных справочных систем, профессиональных баз данных

- ЭБС «Университетская библиотека онлайн»
- 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; помечать 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 удается 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.

Балльно-рейтинговая карта дисциплины «Плавание с методикой преподавания»

Курс 2 Семестр 4

Вид контроля		Минимальное количество баллов	Максимальное количество баллов
Наименование раздела: «Основы техники и методики обучения плаванию»			
Текущий контроль по разделу:		**35**	**70**
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		**45**	**85**
Промежуточная аттестация		**9**	**15**
	Итого:	**56**	**100**

Виды контроля		Перечень или примеры заданий, критерии оценки и количество баллов	Темы для изучения и образовательные результаты
Текущий контроль по разделу «Основы техники и методики обучения плаванию»			
1	Аудиторная работа	Конспект лекции, устные ответы Практические занятия: изучение семи групп освоения с водой; изучение техники плавания спортивными способами – кроль на груди, кроль на спине, брасс; выполнение старта и поворота Сдача текущих практических зачетов на технику плавания: 1. кроль на груди на ногах – 25 м 2. кроль на груди в полной координации со старта и с поворотами – 50 м 3. кроль на спине в полной координации со старта и с поворотами – 50 м 4. брасс в полной координации со старта и с поворотами – 50 м Критерии оценивания: 5 баллов – техника плавания соответствует требованиям правил соревнований, без явных ошибок 4 балла – техника плавания соответствует требованиям правил соревнований, присутствуют не значительные ошибки в согласовании движений и дыхания 3 балла – техника плавания соответствует требованиям правил соревнований, присутствуют ошибки в технике плавания руками и ногами в согласовании с дыханием 2 балла – техника плавания не соответствует требованиям правил соревнований. Max 20 баллов	1. Характеристика и содержание дисциплины «Теория и методика плавания». Научно-теоретические основы плавания. Техника плавания 2. Начальное обучение плаванию. Спортивное плавание. Способ плавания - кроль на груди 3. Спортивное плавание. Способ плавания - кроль на спине 4. Спортивное плавание. Способ плавания – брасс. Старт и поворот при плавании различными способами Образовательные результаты: Знает: историю, закономерности, принципы, основы теории и методики обучения в плавании.
2	Самостоятельная работа (обязательные формы)	Используя лекции и видеоматериал в системе ЭО lms.sgspu.ru - https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134 Составить схему «Классификация плавания» Критерии оценивания: 2 балла – в схеме перечислены все виды плавания, подробно описан каждый вид плавания. 1 балл – в схеме перечислены не все виды плавания, описаны не все виды. Подобрать игры на воде для семи групп освоения с водой Критерии оценивания: 2 балла – перечислены все 7 групп освоения с водой в правильной последовательности и с правильным 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.	1. Характеристика и содержание дисциплины «Плавание с методикой преподавания» 2. Научно-теоретические основы плавания. Техника плавания 3. Начальное обучение плаванию 4. Спортивное плавание. Способ плавания - кроль на груди 5. Старт и поворот при плавании кролем на груди 6. Спортивное плавание. Способ плавания - кроль на спине

		Написание конспекта: 1. Особенности перемещения в водной среде. 2. Анализ техники плавания кроль на груди; 3. Методика обучения техники плавания кролем на груди 4. Анализ техники плавания кроль на спине; 5. Методика обучения техники плавания кролем на спине 6. Анализ техники плавания способом брасс; 7. Методика обучения техники плавания способом брасс. 8. Анализ техники плавания способом дельфин (баттерфляй). 9. Методика обучения техники плавания кролем на груди. 10. Анализ и методика обучения повороту «маятник» и старту с тумбы при плавании кролем на груди. 11. Анализ и методика обучения повороту «маятник» и старту из воды при плавании кролем на спине. 12. Анализ и методика обучения повороту и старту с тумбы при плавании брассом. 13. Написать анализ и методику обучения повороту и старту с тумбы при плавании дельфином (баттерфляем) Критерии оценивания: 4 балла – 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 3 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. 1 балл - 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. Max 40 баллов	7. Старт и поворот при плавании кролем на спине 8. Спортивное плавание. Способ плавания – брасс 9. Старт и поворот при плавании брассом 10. Спортивное плавание. Способ плавания – дельфин 11. Старт и поворот при плавании дельфином Образовательные результаты: Владеет различными способами плавания для поддержания уровня физической подготовки и обеспечения полноценной профессиональной деятельности. Владеет навыками осознанного подбора здоровьесберегающих технологий с использованием средств плавания. Знает: историю, закономерности, принципы, основы теории и методики обучения в плавании. Владеет: методами и средствами обучения плавания, для осуществления различных видов деятельности. Умеет выбирать методы и средства обучения при реализации раздела программы «Плавание» с учетом возраста и иных особенностей занимающихся
3	Самостоятельная работа (на выбор)	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. Max 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, введение, заключение и список литературы. Осуществлено объяснение фактов, явлений, закономерностей содержит дополнительные сведения, почерпнутые обучающимся из других источников.	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: Владеет различными способами плавания для поддержания уровня физической подготовки и обеспечения полноценной профессиональной деятельности.

		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. Разработать сценарий мероприятия на воде с использованием игр для начинающих. Критерии оценивания: 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 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 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 Max 10 баллов	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.
Контрольное мероприятие по разделу		Проплыть 50 м любым способом на время 10 баллов – время на серебряный значок ГТО (6 ступень (18-24 лет) мужчины – 1.00; женщины – 1.15) 15 баллов – время на золотой значок ГТО (6 ступень (18-24 лет) мужчины – 0,50; женщины – 1.00)	
Промежуточный контроль (количество баллов)		45-85 баллов	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
Промежуточная аттестация		Представлены в фонде оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине	

Балльно-рейтинговая карта дисциплины «Плавание с методикой преподавания»

Курс 3 Семестр 5

Вид контроля		Минимальное количество баллов	Максимальное количество баллов
Наименование раздела: «Прикладное плавание и спасение на водах»			
Текущий контроль по разделу:		**35**	**70**
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		**45**	**85**
Промежуточная аттестация		**9**	**15**
Итого:		**56**	**100**

Виды контроля		Перечень или примеры заданий, критерии оценки и количество баллов	Темы для изучения и образовательные результаты
Текущий контроль по разделу «Прикладное плавание и спасение на водах»			
1	Аудиторная работа	Конспект лекции, устные ответы 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. Сдача текущих практических зачетов на технику плавания: 1. брасс на спине – 50 м 2. плавание на боку – 50 м Критерии оценивания: 10 баллов – техника плавания соответствует требованиям правил соревнований, без явных ошибок 7 баллов – техника плавания соответствует требованиям правил соревнований, присутствуют не значительные ошибки в согласовании движений и дыхания 5 баллов – техника плавания соответствует требованиям правил соревнований, присутствуют ошибки в технике плавания руками и ногами в согласовании с дыханием 3 балла – техника плавания не соответствует требованиям правил соревнований. За два прикладных способа плавания мах 20 баллов За выполнение каждого вида спасения на водах по 2 баллу (всего 10 баллов) Всего мах 30 баллов	1. Основы прикладного плавания 2. Прикладное плавание. Способ плавания – брасс на спине 3. Прикладное плавание. Способ плавания – на боку 4. Прикладное плавание. Ныряние в длину и глубину. Освобождение от захватов при спасении утопающего 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)	Используя лекции в системе ЭО lms.sgspu.ru - https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134 Используя лекции и видеоматериал в системе ЭО lms.sgspu.ru - https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134 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	1. Основы прикладного плавания 2. Прикладное плавание. Способ плавания – брасс на спине 3. Прикладное плавание. Способ плавания – на боку 4. Прикладное плавание. Ныряние в длину и глубину. Освобождение от захватов при спасении утопающего

		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 балла – 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 балла). 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 (7-13 вопросы) (мах 7 баллов) Мах 20 баллов	5. Прикладное плавание. Освобождение от захватов при спасении утопающего 6. Прикладное плавание. Транспортировка уставшего и утонувшего пловца 7. Прикладное плавание. Спасение утопающего. Оказание первой доврачебной помощи. Искусственное дыхание и непрямой массаж сердца Образовательные результаты: Владеет различными способами плавания для поддержания уровня физической подготовки и обеспечения полноценной профессиональной деятельности. Владеет навыками осознанного подбора здоровьесберегающих технологий с использованием средств плавания. Знает: историю, закономерности, принципы, основы теории и методики обучения в плавании. Владеет: методами и средствами обучения плавания, для осуществления различных видов деятельности. Умеет выбирать методы и средства обучения при реализации раздела программы «Плавание» с учетом возраста и иных особенностей занимающихся Умеет: - применять профессиональную терминологию при подготовке и проведении урока; - использовать разнообразные способы организации деятельности обучающихся; - подбирать параметры физической нагрузки, необходимый спортивный инвентарь, методы, средства и технологии обучения при реализации раздела программы «Плавание»
3	Самостоятельная работа (на выбор)	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.	1. Прикладное плавание. Способ плавания – брасс на спине 2. Прикладное плавание. Способ плавания – на боку Образовательные результаты:

		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. Max 20 баллов	Знает: историю, закономерности, принципы, основы теории и методики обучения в плавании. Владеет: методами и средствами обучения плавания, для осуществления различных видов деятельности.
Контрольное мероприятие по разделу		Демонстрация в парах (тройках) спасения тонущего на воде и оказание первой доврачебной помощи 10 баллов – 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 15 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)		45-85 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.
Промежуточная аттестация		Представлены в фонде оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине	

Балльно-рейтинговая карта дисциплины «Плавание с методикой преподавания»

Курс 3 Семестр 6

Вид контроля		Минимальное количество баллов	Максимальное количество баллов
Наименование раздела: «Обучение и методика преподавания техники плавания»			
Текущий контроль по разделу:		**35**	**70**
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		**45**	**85**
Промежуточная аттестация		**9**	**15**
Итого:		**56**	**100**

Виды контроля		Перечень или примеры заданий, критерии оценки и количество баллов	Темы для изучения и образовательные результаты
Текущий контроль по разделу «Обучение и методика преподавания техники плавания»			
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 балла – полный развернутый конспект с мелкими недочетами и удовлетворительное проведение урока; 4 балла - полный развернутый конспект и хорошее проведение урока с мелкими методическими ошибками; 5 баллов - 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 балла - 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 баллов - упражнение выполнено автоматизировано, свободно, ненапряженно, в соответствии с показанным образцом. Max 10 баллов	1. Плавание в различных звеньях системы физического воспитания 2. Учебная практика – подготовка и проведению урока по плаванию 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;	1. Плавание в различных звеньях системы физического воспитания

		6 баллов – полный развернутый конспект с ошибками в терминологии, нет методических указаний, указана несоответствующая дозировка; 8 баллов - полный развернутый конспект с мелкими недочетами в терминологии и методически указаниях; 10 баллов - 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. 2. Написать состав судейской коллегии и их обязанности 6 баллов – описаны не все члены судейской коллегии (60 %), имеются ошибки в описании обязанностей судей 8 баллов – описаны все члены судейской коллегии (100 %), имеются ошибки в описании обязанностей судей 10 баллов - описаны все члены судейской коллегии (100 %), без ошибок описаны обязанностей судей Max 20 баллов	2. Учебная практика – подготовка к проведению урока по плаванию 3. Спортивные соревнования по плаванию и судейство Образовательные результаты: Владеет различными способами плавания для поддержания уровня физической подготовки и обеспечения полноценной профессиональной деятельности. Владеет навыками осознанного подбора здоровьесберегающих технологий с использованием средств плавания. Знает: историю, закономерности, принципы, основы теории и методики обучения в плавании. Владеет: методами и средствами обучения плавания, для осуществления различных видов деятельности. Умеет выбирать методы и средства обучения при реализации раздела программы «Плавание» с учетом возраста и иных особенностей занимающихся Умеет: - применять профессиональную терминологию при подготовке и проведении урока; - использовать разнообразные способы организации деятельности обучающихся; - подбирать параметры физической нагрузки, необходимый спортивный инвентарь, методы, средства и технологии обучения при реализации раздела программы «Плавание»
3	Самостоятельная работа (на выбор)	1. Написать положение о соревнования по плаванию в общеобразовательной школе (для обучающихся начальных классов, средних классов и старшеклассников) 8 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 10 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	1. Спортивные соревнования по плаванию и судейство Образовательные результаты: Владеет различными способами плавания для поддержания уровня физической подготовки и обеспечения полноценной профессиональной деятельности. Владеет навыками осознанного подбора здоровьесберегающих технологий с использованием средств плавания.

		15 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 15 баллов	Знает: историю, закономерности, принципы, основы теории и методики обучения в плавании. Владеет: методами и средствами обучения плавания, для осуществления различных видов деятельности. Умеет выбирать методы и средства обучения при реализации раздела программы «Плавание» с учетом возраста и иных особенностей занимающихся Умеет: - применять профессиональную терминологию при подготовке и проведении урока; - использовать разнообразные способы организации деятельности обучающихся; - подбирать параметры физической нагрузки, необходимый спортивный инвентарь, методы, средства и технологии обучения при реализации раздела программы «Плавание»
Контрольное мероприятие по разделу		Тестирование в системе ЭО lms.sgspu.ru - https://lms.sgspu.ru/course/view.php?id=134 5 баллов - правильно выполнено от 55 до 65 % заданий теста; 10 баллов - правильно выполнено от 66 до 89 % заданий теста; 15 баллов - правильно выполнено от 90 до 100 % заданий теста.	
Промежуточный контроль (количество баллов)		45-85 баллов	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.
Промежуточная аттестация		Представлены в фонде оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине	