

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего**  
**профессионального образования**  
**«Липецкий государственный педагогический университет»**

**Основная образовательная программа**

Направление: 44.03.05 Педагогическое образование

Профиль: Физическая культура и безопасность жизнедеятельности

Квалификация: бакалавр

Форма обучения: очная

Срок обучения: 5 лет

Год утверждения: 2014 г.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**

**Базовые и новые физкультурно-спортивные виды (Плавание)**

**1. Цель курса** — освоение технологии профессиональной деятельности педагога физической культуры на основе специфики дисциплины «Плавание».

**2. Место дисциплины в структуре ООП**

Дисциплина «Базовые и новые физкультурно-спортивные виды: плавание» относится к вариативной части профессионального цикла дисциплин и является важным предметом для будущих школьных учителей.

Основное назначение дисциплины «Базовые и новые физкультурно-спортивные виды: плавание» - повышение профессионального уровня через освоение технологий профессиональной деятельности педагога физической культуры на основе специфики дисциплины «Плавание».

**3. Требования к результатам освоения дисциплины**

В результате освоения дисциплины (модуля) у обучающегося формируются следующие компетенции:

- Способность работать в команде, толерантно воспринимать социальные, культурные и личностные различия. (ОК-5)
- Способностью к самоорганизации и самообразованию (ОК-6);
- Готовностью поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность (ОК-8)
- Готовностью реализовывать образовательные программы по предметам в соответствии с требованиями образовательных стандартов (ПК-1)
- Способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики (ПК-2)
- Готовностью к взаимодействию с участниками образовательного процесса (ПК-6)
- способен к подготовке и редактированию текстов профессионального и социально значимого содержания (ОПК-6);

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

**Знать:**

- о месте и значении плавания в общей системе физического воспитания;
- основные этапы развития плавания в России и в мире;
- дидактические закономерности в плавании;
- методику физкультурно-оздоровительных и спортивных занятий по плаванию с различными возрастными группами населения;
- технику спортивных и прикладных способов плавания;
- основы методики спортивной подготовки в плавании;
- средства физического воспитания и спортивной тренировки в плавании;

- о возрастно-половых особенностях развития двигательных качеств и формирования двигательных навыков в плавании;
- методы и организацию комплексного контроля в занятиях плаванием;
- основы научной и методической деятельности в сфере плавания.

#### **Уметь:**

- использовать технологию обучения различных категорий людей двигательным действиям, развития двигательных качеств в процессе занятий плаванием;
- планировать и проводить основные виды физкультурно-оздоровительных занятий по плаванию с детьми дошкольного и школьного возраста, взрослыми людьми с учетом санитарно-гигиенических, климатических, региональных и национальных условий;
- анализировать и оценивать эффективность физкультурно-спортивных занятий по плаванию;
- осуществлять медико-биологический и психолого-педагогический контроль состояния организма в процессе проведения занятий по плаванию с использованием инструментальных методик;
- планировать и проводить мероприятия по профилактике травматизма;
- оказывать первую медицинскую помощь;
- использовать различные средства и методы физической реабилитации организма;
- организовывать и проводить научно-исследовательскую и методическую работу по проблемам физического воспитания, оздоровительной физической культуры и спортивной тренировки на основе плавания;
- использовать навыки рационального применения учебного и лабораторного оборудования, аудиовизуальных средств, компьютерной техники, тренажерных устройств и специальной аппаратуры в процессе различных видов занятий;
- применять средства и методы формирования здорового образа жизни на основе потребности в физической активности и регулярном применении физических упражнений, гигиенических и природных факторов с целью оздоровления и физического совершенствования обучаемых;
- применять навыки научно-методической деятельности для решения конкретных задач, возникающих в процессе проведения физкультурно-спортивных занятий;
- организовывать и проводить соревнования по плаванию для детей, подростков, взрослых и спортсменов различной квалификации;
- применять методы врачебно-педагогического контроля в конкретных ситуациях профессиональной деятельности;
- определять причины ошибок в процессе освоения обучаемыми двигательных действий и развитии физических качеств и находить методику их устранения;
- формировать потребность к самостоятельной физической активности детей и взрослых, здоровому стилю жизни.

#### **Владеть:**

- профессиональной и рациональной организации и проведения занятий и соревнований по плаванию в соответствии с содержанием действующих программ и спецификой контингента занимающихся;
- приемами общения специалиста по физической культуре и безопасной жизнедеятельности с коллективом занимающихся людей и каждым индивидуумом;
- методами самоанализа собственной профессиональной деятельности;
- использования специальной терминологии, профессиональной речи и жестикуляции в процессе занятий, общения, воспитательной и консультационной работы;
- методами и средствами сбора, обобщения и использования информации о достижениях физической культуры, спорта и адаптивного спорта, приемами агитационно-пропагандистской работой по вовлечению населения к занятиям спортивно-оздоровительной направленности.

#### 4. Семестры

Общая трудоемкость дисциплины составляет 7 зачетных единиц, 252 часов. Из них 136 ауд., 80 сам. 36 экз.

№	Наименование раздела дисциплины	Семестр	Виды учебной работы (в академических часах)			
			ЛЗ	СЗ	ПЗ	СР
1.	Характеристика дисциплины «Плавание». Классификация и терминология.	3	2			2
2.	Возникновение, развитие и современное состояние плавания	4	2			2
3.	Основы техники спортивного плавания.	3,4.			66	34
4.	Основы преподавания плавания	5	2		34	36
5.	Организация и проведение занятий по плаванию в различных звеньях системы физического воспитания	6	4	4		1
6.	Физкультурно-оздоровительные технологии с использованием средств плавания.	6	3	3		1
7.	Организация и проведение соревнований по плаванию.	6	2	2		1
8.	Основы спортивной тренировки в плавании.	6	2	2		1
9.	Содержание тренировки в спортивном плавании.	6	2	2		1
10.	Основы управления в системе спортивного плавания	6	2	2		1
<b>ИТОГО- 216 + 36 экз.</b>			<b>21</b>	<b>15</b>	<b>100</b>	<b>80</b>

#### 5. Основные разделы дисциплины

1. Характеристика дисциплины «Плавание». Классификация и терминология.
2. Возникновение, развитие и современное состояние плавания
3. Основы техники спортивного плавания.
4. Основы преподавания плавания
5. Организация и проведение занятий по плаванию в различных звеньях системы физического воспитания
6. Физкультурно-оздоровительные технологии с использованием средств плавания.
7. Организация и проведение соревнований по плаванию.
8. Основы спортивной тренировки в плавании.
9. Содержание тренировки в спортивном плавании.
10. Основы управления в системе спортивного плавания

#### 7. Автор (ы) (ФИО, должность, учёное звание)

Ильиных В.В., старший преподаватель