

**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: 2015 г.

Аннотация рабочей программы дисциплины

Плавание

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

2. Место дисциплины в структуре ООП:

Дисциплина относится к вариативной части профессионального цикла.

3. Требования к результатам освоения дисциплины:

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование и развитие компетенций:

- владеет культурой мышления, способен к обобщению, анализу, восприятию информации, постановке цели и выбору путей ее достижения (ОК-1);
- способен понимать значение культуры как формы человеческого существования и руководствоваться в своей деятельности современными принципами толерантности, диалога и сотрудничества (ОК-3);
- готов использовать методы физического воспитания и самовоспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья (ОК-5);
- готов к взаимодействию с коллегами, к работе в коллективе (ОК-7);
- способен использовать навыки публичной речи, ведения дискуссии и полемики (ОК-16);
- осознает социальную значимость своей будущей профессии, обладает мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности (ОПК-1);
- владеет основами речевой профессиональной культуры (ОПК-3);
- способен нести ответственность за результаты своей профессиональной деятельности (ОПК-4);
- способен к подготовке и редактированию текстов профессионального и социально значимого содержания (ОПК-6);
- способен реализовывать учебные программы базовых и элективных курсов в различных образовательных учреждениях (ПК-1);
- готов применять современные методики и технологии, в том числе и информационные, для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса на конкретной образовательной ступени конкретного образовательного учреждения (ПК-2);
- способен применять современные методы диагностирования достижений обучающихся и воспитанников, осуществлять педагогическое сопровождение процессов социализации и профессионального самоопределения обучающихся, подготовки их к сознательному выбору профессии (ПК-3);

- способен использовать возможности образовательной среды, в том числе информационной, для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса (ПК-4);
- готов включаться во взаимодействие с родителями, коллегами, социальными партнерами, заинтересованными в обеспечении качества учебно-воспитательного процесса (ПК-5);
- способен организовывать сотрудничество обучающихся и воспитанников (ПК-6).

В результате изучения дисциплины студент 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 организацией 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 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 адаптивной и спортивно-рекреационной деятельности.

4. Общая трудоемкость дисциплины составляет 7 зачетных единиц (252 часа).

5. Семестры:

| Семестр | Трудоемкость | | | | | | | | Контроль | | |
|---------|--------------|-------------|-------------------|--------|-------------------|----------------------|------------------------|------------------------|--------------------|-------------------|-----------------|
| | ЗЕТ | Часов всего | Аудиторная работа | Лекции | Семинары/практика | Лабораторные занятия | Индивидуальные занятия | Самостоятельная работа | Контрольные работы | Зачеты, экзамены* | Курсовые работы |
| 3 | 1 | 56 | 36 | 6 | 30 | | | 20 | | | |
| 4 | 2 | 54 | 34 | 4 | 30 | | | 20 | | 3 | |
| 5 | 2 | 56 | 36 | 6 | 30 | | | 20 | | | |
| 6 | 2 | 86 | 30 | 5 | 25 | | | 56 | | Э | |

* 3 – зачет, О – зачет с оценкой, Э - экзамен

6. Основные разделы дисциплины:

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

7. Автор(ы) (ФИО, должность, ученое звание):

Ильиных В.В., старший преподаватель кафедры спортивных дисциплин.