

## **АННОТАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ПЛАВАНИЯ**

#### **1.1 Цель освоения дисциплины**

Целью освоения дисциплины «Теория и методика плавания» является обеспечение прочного и сознательного овладения студентами основами педагогических знаний и умений, необходимых в практической деятельности бакалавра, систематизация изучения учебно-практического материала, необходимого для обеспечения профессиональной подготовки будущих специалистов в области физической культуры для работы в образовательных учреждениях различных типов.

#### **1.2 Задачи дисциплины**

Изучение дисциплины «Теория и методика плавания» направлена на формирование у студентов компетенции ПК–1: готовность реализовывать образовательные программы по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов. В соответствии с этим ставятся следующие задачи дисциплины:

1. Формирование системы знаний о закономерностях, принципах и методах воспитательного процесса в сфере физической культуры и спорта.
2. Формирование системы знаний и умений, необходимых для освоения техники, тактики и методики преподавания плавания;
3. Формирование педагогических навыков в организации и проведении соревнований по плаванию.
4. Ознакомление с основами организации учебно-воспитательной и тренировочной работы, массовых физкультурно-оздоровительных занятий.
5. Обеспечение условий для активизации познавательной деятельности студентов и формирования у них физической культуры личности, на основе повышения уровня образованности в сфере физической культуры и спорта.
6. Стимулирование самостоятельной деятельности по освоению содержания дисциплины и формированию необходимых компетенций.

#### **1.3 Место дисциплины в структуре образовательной программы**

Дисциплина «Теория и методика плавания» относится к вариативной части основной образовательной программы.

Для освоения дисциплины «Теория и методика плавания» студенты используют знания, умения, навыки, сформированные в ходе изучения следующих дисциплин: «Теория и методика гимнастики», «Анатомия», «Физиология», «Биомеханика». Знания, полученные в процессе освоения данной дисциплины, необходимы для освоения студентами профильных дисциплин, теории и методики физического воспитания, а также для прохождения практики по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности.

Дисциплина «Теория и методика плавания» является предшествующей для изучения дисциплины «Теория и методика физической культуры», «Планирование и контроль в физической культуре и спорте», «Актуальные проблемы теории и методики физического воспитания», дисциплины «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование», прохождения педагогической практики.

#### 1.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование профессиональной компетенции ПК–1: готовность реализовывать образовательные программы по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов, ОК-5: способность работать в команде, толерантно воспринимать социальные, культурные и личностные различия.

№ п.п	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть
1	ПК–1	готовность реализовывать образовательные программы по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов.	требования– Федерального образовательного стандарта; содержание учебного– предмета: «Физическая культура» (раздел плавание); принципы и методы– разработки рабочей программы, учебной дисциплины «Теория и методика плавания» на основе примерных образовательных программ; историю возникновения– и развития плавания; теоретические– основы, методику и средства обучения плаванию; – нормы и правила	применять принципы и методы разработки– рабочей программы по физической культуре на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечивать ее выполнение; оценивать– эффективность используемых средств и методов обучения на занятиях по плаванию; – анализировать технику и тактику двигательных действий, уровень физической подготовленности занимающихся.	навыками разработки и реализации программы по физической культуре на основе общеобразовательной программы; методами и организацией комплексного (внешнего и индивидуального) контроля при занятиях плаванием; техникой и тактикой плавания; навыками организации и проведения соревнований по плаванию.

			безопасности при организации и проведения занятий по плаванию.		
2	ОК-5	способность работать в команде, толерантно воспринимать социальные, культурные и личностные различия	<ul style="list-style-type: none"> <li>- содержание работы в команде, толерантно воспринимая социальные, культурные и личностные различия;</li> <li>- социально-психологические характеристики команды</li> <li>- приемы межкультурной коммуникации и толерантного общения с представителями других культур</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- определять социально-психологические особенности формирования команды в образовательной организации;</li> <li>- организовывать образовательный процесс, учитывая и толерантно воспринимая социо-культурные и личностные различия;</li> <li>- оценивать эффективность собственной педагогической деятельности, совершенствуют профессионально личностные качества</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- содержанием работы в команде, толерантно воспринимать социальные, культурные и личностные различия;</li> <li>- приемами межкультурной коммуникации и толерантного общения с представителями других культур;</li> <li>- приемами работы в команде</li> </ul>

## 2. Структура и содержание дисциплины

### 2.1 Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 4 зач.ед. (144 часов), их распределение по видам работ представлено в таблице *(для студентов ОФО)*.

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры (часы)
		1

<b>Контактная работа, в том числе:</b>			
Аудиторные (всего):		50	50
Занятия лекционного типа		10	10
Занятия семинарского типа (практические занятия)			
Лабораторные занятия		40	40
<b>Иная контактная работа:</b>			
Контроль самостоятельной работы (КСР)		6	6
Промежуточная аттестация (ИКР)		0,3	0,3
<b>Самостоятельная работа, в том числе</b>			
Курсовая работа			
Проработка учебного (теоретического) материала		30	30
Выполнение индивидуальных заданий (устный опрос, практические задания)		16	16
Подготовка к текущему контролю		6	6
<b>Контроль:</b>			
Подготовка к экзамену		35,7	35,7
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>час.</b>	144	144
	<b>в том числе контактная работа</b>	56,3	56,3
	<b>зач. ед</b>	4	4

## 2.2 Структура дисциплины

Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины.

Разделы дисциплины, изучаемые в 1 семестре (*очная форма*)

№	Наименование разделов	Всего	Количество часов			
			Аудиторная работа			Внеаудиторная работа
			ЛК	ПЗ	ЛР	
1	2	3	4	5	6	7
<b>1 семестр</b>						
1	Исторический обзор развития плавания	5	2			3
2	Научно-теоретические основы техники плавания	11	2		4	5
3	Основы техники видов спортивного плавания.	36	2		20	14
4	Упражнения для изучения и совершенствования техники: - общеразвивающие - подготовительные - специальные	16			8	8
5	Основы техники прикладного плавания	16	2		4	10

6	Основы обучения и тренировки	18	2		4	12
	<b>Итого по дисциплине</b>		<b>10</b>		<b>40</b>	<b>52</b>

Примечание: ЛК – лекции, ПЗ – практические занятия / семинары, ЛР – лабораторные занятия, СР – самостоятельная работа студента.

### 3. Примерная тематика курсовых работ

Курсовые работы не предусмотрены учебным планом.

### 4. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

#### 4.1. Основная литература:

1. Лушпа, А.А. Плавание : учебное пособие / А.А. Лушпа. - Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2012. - 108 с. - ISBN 978-5-8353-1333-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=232770>.

2. Чертов, Н.В. Теория и методика плавания : учебник / Н.В. Чертов ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Южный федеральный университет», Факультет физической культуры и спорта. - Ростов-н/Д : Издательство Южного федерального университета, 2011. - 452 с. - ISBN 978-5-9275-0929-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=241104>.

3. Казызаева, А.С. Основы техники спортивных способов плавания : учебное пособие / А.С. Казызаева, О.Б. Галеева ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики плавания. - Омск : Издательство СибГУФК, 2010. - 151 с. : ил., схем., табл. - Библиогр.: с. 140-141. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274597>.

#### 4.2. Дополнительная литература:

1. Кислица, Н.Т. Плавание : учебно-методическое пособие / Н.Т. Кислица, В.В. Семянникова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина». - Елец : ЕГУ им. И.А. Бунина, 2011. - 149 с. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272201>

2. Максимова, М.Н. Теория и методика синхронного плавания : учебник / М.Н. Максимова. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Спорт, 2017. - 304 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-906839-76-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454519>

3. Петрова, Н.Л. Плавание: начальное обучение с видеокурсом / Н.Л. Петрова, В.А. Баранов. - Москва : Человек, 2013. - 149 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-906131-07-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461426>

4. Спортивное плавание : путь к успеху. Книга 1 [Электронный ресурс] — Электрон. дан. — Москва : Советский спорт, 2012. — 480 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/11820>.

5. Спортивное плавание : путь к успеху . Книга 2 [Электронный ресурс] — Электрон. дан. — Москва : Советский спорт, 2012. — 544 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/11821>.

6. Чертов, Н.В. Комплекс тестовых заданий по теории и методике избранного вида спорта (плавание) : учебное пособие / Н.В. Чертов ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Южный федеральный университет», Факультет физической культуры и спорта, НОЦ «Инновационные технологии и научно-методическое обеспечение системы физического воспитания и спорта». - Ростов-н/Д : Издательство Южного федерального университета, 2012. - 136 с. - ISBN 978-5-9275-1044-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=241095>

#### **4.3. Периодические издания:**

1. Адаптивная физическая культура. — URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1371600>.

2. Лечебная физкультура и спортивная медицина. — URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1440777>.

3. Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. — URL: <https://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1896503>.

4. Теория и практика физической культуры. — URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1513374>.

5. Физиология человека. — URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1504633>.

6. Физическое воспитание и спортивная тренировка. — URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?titleid=51013>.

#### **5. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины.**

1. ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» [учебные, научные издания, первоисточники, художественные произведения различных издательств; журналы; мультимедийная коллекция: аудиокниги, аудиофайлы, видеокурсы, интерактивные курсы, экспресс-подготовка к экзаменам, презентации, тесты, карты, онлайн-энциклопедии, словари] : сайт. — URL: [http://biblioclub.ru/index.php?page=main\\_ub\\_red](http://biblioclub.ru/index.php?page=main_ub_red).

2. ЭБС издательства «Лань» [учебные, научные издания, первоисточники, художественные произведения различных издательств] : сайт. — URL: <http://e.lanbook.com>.

3. ЭБС «Юрайт» [раздел «ВАША ПОДПИСКА: Филиал КубГУ (г. Славянск-на-Кубани): учебники и учебные пособия издательства «Юрайт»] : сайт. — URL: <https://www.biblio-online.ru/catalog/E121B99F-E5ED-430E-A737-37D3A9E6DBFB>.

4. Научная электронная библиотека. Монографии, изданные в издательстве Российской Академии Естествознания [полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. — URL: <https://www.monographies.ru/>.

5. Научная электронная библиотека статей и публикаций «eLibrary.ru» : российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины, образования [5600 журналов, в открытом доступе – 4800] : сайт. — URL: <http://elibrary.ru>.

6. Базы данных компании «Ист Вью» [раздел: Периодические издания (на рус. яз.) включает коллекции: Издания по общественным и гуманитарным наукам; Издания по педагогике и образованию; Издания по информационным технологиям; Статистические издания России и стран СНГ] : сайт. — URL: <http://dlib.eastview.com>.

7. КиберЛенинка : научная электронная библиотека [научные журналы в полнотекстовом формате свободного доступа] : сайт. — URL: <http://cyberleninka.ru>.

8. Единое окно доступа к образовательным ресурсам : федеральная информационная система свободного доступа к интегральному каталогу образовательных интернет-ресурсов и к электронной библиотеке учебно-методических материалов для всех уровней образования: дошкольное, общее, среднее профессиональное, высшее, дополнительное : сайт. – URL: <http://window.edu.ru> .

9. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов [для общего, среднего профессионального, дополнительного образования; полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: <http://fcior.edu.ru>.

10. Официальный интернет-портал правовой информации. Государственная система правовой информации [полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: <http://publication.pravo.gov.ru>.

11. Энциклопедиум [Энциклопедии. Словари. Справочники : полнотекстовый ресурс свободного доступа] // ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» : сайт. – URL: <http://enc.biblioclub.ru/>.

12. Электронный каталог Кубанского государственного университета и филиалов. – URL: <http://212.192.134.46/MegaPro/Web/Home/About>.

## **6. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине**

### **6.1 Перечень необходимого программного обеспечения.**

1. Офисный пакет приложений «Apache OpenOffice»
2. Приложение позволяющее просматривать и воспроизводить медиаконтент PDF-файлов «Adobe Acrobat Reader DC»
3. Программы, демонстрации видео материалов (проигрыватель) «WindowsMediaPlayer».
4. Программа просмотра интернет контента (браузер) « Google Chrome »

### **6.2 Перечень информационных справочных систем:**

1. Научная электронная библиотека статей и публикаций «eLibrary.ru» : российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины, образования [база данных Российского индекса научного цитирования] : сайт. – URL: <http://elibrary.ru>.
2. Энциклопедиум [Энциклопедии. Словари. Справочники : полнотекстовый ресурс свободного доступа] // ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» : сайт. – URL: <http://enc.biblioclub.ru/>.
3. Электронный каталог Кубанского государственного университета и филиалов. – URL: <http://212.192.134.46/MegaPro/Web/Home/About>.

Автор-составитель Мекшун Л.И, ст. преподаватель кафедры физической культуры и естественно–биологических дисциплин КубГУ филиала в г. Славянске-на-Кубани.