

**АННОТАЦИЯ**  
рабочей программы по дисциплине  
**ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ БАЗОВЫМ**  
**ВИДАМ СПОРТА(плавание)**  
основной образовательной программы  
по направлению подготовки высшего образования  
**49.03.01 Физическая культура**

профиль подготовки

**СПОРТИВНАЯ ТРЕНИРОВКА В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА**

квалификация (степень) – бакалавр

форма обучения – очная, заочная

**1. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ**

**1.1. ЦЕЛЬ ДИСЦИПЛИНЫ:**

Рабочая программа дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта: Плавание» составлена в соответствии с учебным планом подготовки **академических бакалавров** по направлению подготовки 49.03.01 – «Физическая культура» в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования и утвержденными стандартами и положениями Университета.

Целью освоения дисциплины является освоением студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области теории и методики спортивного и прикладного плавания и реализация их в своей профессиональной деятельности, а так же овладение технологиями планирования и проведения занятий и спортивно-массовых мероприятий для осуществления профессиональной образовательной и рекреационной деятельности.

**1.2. ЗАДАЧИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:**

Результатом освоения дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта: Плавание» является способность применять знания, умения и личные качества в соответствии с задачами профессиональной деятельности.

**Академический бакалавр** по направлению подготовки 49.03.01 – «Физическая культура» должен решать следующие профессиональные задачи в соответствии с видами профессиональной деятельности и профилем подготовки:

Педагогическая деятельность:

1. Решать педагогические задачи в рамках образовательных учреждений дошкольного, общего и профессионального образования, ориентированные на анализ научной, научно-практической литературы и обобщение практики в области физической культуры и образования;

2. Осуществлять обучение и воспитание занимающихся в процессе занятий;

3. Определять содержание обучения в рамках учебных планов, с учетом результатов оценивания физического и функционального состояния учащихся;

4. Обеспечивать уровень подготовленности занимающихся, соответствующий требованиям федеральных государственных образовательных стандартов, обеспечивать необходимый запас знаний, двигательных умений и навыков, а также достаточный уровень физической подготовленности учащихся для сохранения и укрепления их здоровья и трудовой деятельности;

Рекреационная деятельность:

1. Подбирать адекватные поставленным задачам средства, методы и формы рекреационной деятельности по циклам знаний различной продолжительности;

2. Обеспечивать уровень двигательной активности, соответствующий состоянию и потребностям занимающихся;

3. Способствовать осознанному использованию средств физической культуры как средства восстановления и укрепления здоровья, приобщения к здоровому образу жизни;

Организационно-управленческая деятельность:

1. Организовывать и проводить спортивно-массовые и спортивные мероприятия;

2. Работать с финансово-хозяйственной документацией в сфере физической культуры и спорта;

3. Соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся в процессе занятий;

### **1.3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП:**

Дисциплина «Теория и методика обучения базовым видам спорта: Плавание» относится к Блоку 1 Базовой части ООП. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на II курсе, в течение 3 и 4 семестра по очной и заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: **(дифференцированный зачет)**.

Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и компетенции студента, полученные по следующим дисциплинам: анатомии, биомеханики двигательной деятельности, биохимии человека, истории физической культуры, теории и методике избранного вида спорта, профессионально-спортивное совершенствование.

### **1.4. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:**

**1.4.1.** В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

**Общекультурные компетенции (ОК):**

- способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)

#### **Общепрофессиональные компетенции (ОПК):**

- способностью проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов (ОПК-2);
- способностью обеспечивать в процессе профессиональной деятельности соблюдение требований безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм, проводить профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь (ОПК-7);
- способностью организовывать и проводить соревнования, осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта (ОПК-8);

#### **1.4.2. В результате изучения дисциплины студент будет:**

Знать:	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ технологию составления и оформления документов планирования и учета различных форм занятий физическими упражнениями (ОПК-2);</li> <li>✓ сущность содержания документов планирования в зависимости от направленности педагогических воздействий, особенностей занимающихся и условий педагогического процесса (ОК-8);</li> <li>✓ санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта (ОПК-7);</li> <li>✓ способы повышения эффективности педагогического процесса на уроках физической культуры, физкультурно-массовых и оздоровительных мероприятиях (ОК-8);</li> <li>✓ пути применения сопряженного использования средств и методов физической культуры для обеспечения образовательного, развивающего, оздоровительного и воспитательного эффекта педагогических воздействий с целью достижения всестороннего и гармоничного развития (ОК-8);</li> <li>✓ особенности организации рекреационной работы в учреждениях различного типа (ОПК-8);</li> <li>✓ гигиенические факторы, учитываемые при организации рекреационных занятий (ОПК-7);</li> <li>✓ естественно-средовые факторы, влияющие на организацию рекреационных занятий (ОПК-7);</li> <li>✓ опасные ситуации, возможные при проведении занятий, причины их возникновения, действия по ликвидации (ОПК-7);</li> <li>✓ правила эксплуатации спортсооружений, инвентаря и оборудования, санитарно-гигиенические требования проведения занятий, правила пожарной безопасности на спортивных объектах (ОПК-7);</li> <li>✓ формы организации занимающихся (ОПК-2);</li> <li>✓ правила оказания помощи и страховки при проведении упражнений (ОПК-7);</li> </ul>
Уметь:	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических, психолого-педагогических основ физкультурной деятельности, климатических, региональных, национальных особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья и рекреации занимающихся (ОПК-2);</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ использовать в профессиональной деятельности актуальные приемы обучения и воспитания, разнообразные формы занятий с учетом возрастных, морфофункциональных и психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и спортивной подготовленности, состояния здоровья, подбирать средства и методы, адекватные поставленным задачам (ОПК-2);</li> <li>✓ распределять и дозировать средства физической культуры (ОК-8);</li> <li>✓ применять методы организации учебной деятельности с учетом материально-технических возможностей учебного заведения, возрастных и поведенческих особенностей занимающихся (ОПК-2);</li> <li>✓ определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений, подбирать приемы и средства для их устранения, создавать условия для самоанализа и совершенствования (ОК-8);</li> <li>✓ распределять средства с учетом их влияния на организм занимающихся; (ОПК-2);</li> <li>✓ определять объем и интенсивность физической нагрузки с учетом особенности работоспособности контингента занимающихся (ОПК-2);</li> <li>✓ организовывать и проводить физкультурно-массовые мероприятия, мероприятия в режиме учебного и продленного дня, спортивные соревнования (ОПК-8);</li> <li>✓ обеспечивать санитарно-гигиенические условия, безопасное выполнение упражнений (ОПК-7);</li> <li>✓ использовать профессиональную лексику (ОК-8);</li> <li>✓ учитывать гигиенические факторы при организации рекреационных занятий (ОПК-7);</li> <li>✓ использовать различные формы организации занимающихся (ОПК-2);</li> <li>✓ использовать инвентарь и тренажеры (ОПК-2);</li> <li>✓ находить эффективные способы общения с коллективом и отдельным индивидуумом (ОК-8);</li> <li>✓ контролировать реакцию организма на нагрузку (ОПК-2);</li> <li>✓ оказывать первую доврачебную помощь пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий (ОПК-7);</li> <li>✓ использовать инвентарь и оборудование в соответствии с правилами эксплуатации (ОПК-7);</li> </ul>
Владеть:	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ способами совершенствования профессиональных знаний и умений путем использования возможностей информационной среды учреждения, региона, области, страны (ОПК-2);</li> <li>✓ навыками составления и оформления документов планирования и учета (ОПК-2);</li> <li>✓ навыками составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста занимающихся (ОК-8);</li> <li>✓ техническими элементами базовых видов спорта (плавание) (ОПК-2);</li> <li>✓ методами обучения технике физических упражнений, развития способностей, воспитания личности, проверки и оценивания результатов деятельности занимающихся (ОПК-2);</li> <li>✓ способами нормирования, контроля и коррекции учебных, тренировочных и соревновательных нагрузок (ОК-8);</li> <li>✓ навыками рационального использования спортивного оборудования, инвентаря, специальной аппаратуры и современной компьютерной техники. (ОПК-2);</li> <li>✓ технологией организации рекреационной работы в учреждениях различного типа (ОПК-8);</li> <li>✓ технологией учета гигиенических факторов при организации рекреацион-</li> </ul>

- ных занятий (ОПК-7);
- ✓ профессиональной терминологией (ОПК-2);
- ✓ методами обеспечения наглядности (ОПК-2);
- ✓ навыками помощи и страховки при проведении упражнений (ОПК-7);
- ✓ опытом проведения занятий (ОПК-2);

## 1.5. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

### Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры				
		I	II	III	IV	V
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	<b>108*</b>			<b>42</b>	<b>66</b>	
В том числе:	-			-	-	
Лекции	8			4	4	
Практические занятия (ПЗ)	<b>100</b>			38	62	
Семинары (С)	-			-	-	
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	<b>36</b>			<b>18</b>	<b>18</b>	
В том числе:	-			-	-	
Написание реферата	<b>5</b>			5	-	
Написание конспекта урока	<b>5</b>			-	5	
Подготовка к зачету	<b>20</b>			10	10	
Подготовка к экзамену	-			-	-	
Курсовая работа	-			-	-	
Изучение специальной литературы по плаванию	<b>6</b>			3	3	
Вид промежуточной аттестации (зачет)	-			3	3 диф	
Общая трудоемкость (часы)	<b>144</b>			<b>60</b>	<b>84</b>	
Зачетные единицы	<b>4</b>					

*\*Примечание: из 108 часов занятий – 30 часов в интерактивной форме*

### Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры				
		I	II	III	IV	V
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	<b>22</b>			<b>10</b>	<b>12</b>	
В том числе:	-			-	-	
Лекции	4			2	2	
Практические занятия (ПЗ)	<b>18</b>			8	10	
Семинары (С)	-			-	-	
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	<b>122</b>			<b>62</b>	<b>60</b>	
В том числе:	-			-	-	
Написание конспекта урока	<b>10</b>				5	
Совершенствование техники плавания, стартов и поворотов	<b>10</b>			5	5	
Разработка комплексов упражнений по изучению техники плавания	<b>34</b>			10	18	
Подготовка и написание контрольной	<b>40</b>			20		
Изучение литературы по плаванию				13	18	
Подготовка к тестированию	<b>8</b>			4	4	

Подготовка к зачету	<b>20</b>			10	10		
Вид промежуточной аттестации ( <b>зачет</b> )	-			3	3 диф		
Общая трудоемкость (часы)	<b>144</b>			<b>72</b>	<b>72</b>		
Зачетные единицы	<b>4</b>						

***\*Примечание: из 22 часов занятий – 4 часа в интерактивной форме***