

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КАБАРДИНО-БАЛКАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМ. Х.М. БЕРБЕКОВА»**

Педагогический колледж

УТВЕРЖДАЮ
Директор педагогического колледжа



/Ашабокова Ф.К./
2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОПЦ.13.04 ПЛАВАНИЕ С МЕТОДИКОЙ ПРЕПОДАВАНИЯ

Программа подготовки специалистов среднего звена

специальность 49.02.01 Физическая культура

Среднее профессиональное образование

Квалификация выпускника

Педагог по физической культуре и спорту

Очная форма обучения

Нальчик, 2023

Рабочая программа учебной дисциплины «Плавание с методикой преподавания» разработана на основании федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования специальности 49.02.01 Физическая культура, утвержденного приказом Минпросвещения России от 11.11.2022г. №968, учебного плана по программе подготовки специалистов среднего звена Физическая культура.

Составитель: Ачиева Н.А, преподаватель

Рабочая программа учебной дисциплины рассмотрена и одобрена на заседании ЦК Физического воспитания

Протокол № 10 от «23» мая 2023года.

Председатель ЦК Физического
воспитания



(подпись)

Пшукова Рузана Заурбиевна

СОДЕРЖАНИЕ

- 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ
ДИСЦИПЛИНЫ**
- 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.13.04 «Плавание с методикой преподавание»

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОП.13.04 «Плавание с методикой преподавание» является обязательной частью общепрофессионального цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК: ОК 01., ОК 02, ОК 04, ОК 06, ОК 08.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 01; ОК 02; ОК 03 ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5;	<p>-выполнять профессионально значимые двигательные действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>-использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>-применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений;</p> <p>-использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации;</p> <p>-проводить занятия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;</p>	<p>-технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>-терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>-технику безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности, приемы, способы страховки и само страховки;</p> <p>- методику обучения профессионально значимым двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>-методику проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>-основы организации и проведения соревнований и судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности</p>

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы учебной дисциплины	64
в т.ч. в форме практической подготовки	60
в т. ч.:	
теоретическое обучение	4
практические занятия (если предусмотрено)	60
Самостоятельная работа	
Промежуточная аттестация (зачет с оценкой)	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Тема 1. Плавание как вид физкультурно-спортивной деятельности	Содержание учебного материала	2	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06; ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1.ПК 3.3.; ПК 3.5;
	1. Спортивное плавание	2	
	2. Прикладное и оздоровительное плавание		
Тема 2. Техника спортивных способов плавания, стартов и поворотов	Содержание учебного материала	14	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08;
	В том числе, практических занятий		
	Практическое занятие 1. Освоение техники спортивных способов плавания. Техника плавания кролем на груди. Техника плавания кролем на спине. Техника плавания брассом. Техника плавания баттерфляем	8	ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5;
	Практическое занятие 2. Освоение техники стартов и поворотов. Техника поворотов в спортивном плавании. Техника стартов в спортивном плавании	6	
Тема 3. Обучение спортивным способам плавания, стартам и поворотам	Содержание учебного материала	20/18	ОК 01; ОК 02; ОК 03 ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5;
	1. Подготовительные упражнения по освоению с водой	2	
	В том числе, практических занятий	18	
	Практическое занятие 3. Освоение методики обучения спортивным способам плавания	8	
	Практическое занятие 4. Освоение методики обучения стартам и поворотам	4	
	Практическое занятие 5. Упражнения для изучения техники плавания кролем на груди Упражнения для изучения техники плавания брассом	4	
	Практическое занятие 6. Упражнения для изучения техники плавания баттерфляем	2	
Тема 4. Методика обучения детей плаванию	Содержание учебного материала	10	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5;
	В том числе, практических занятий	10	
	Практическое занятие 7. Упражнения, применяемые для изучения поворотов	2	
	Практическое занятие 8. Упражнения для изучения стартов с тумбочки, стартов из воды	2	
	Практическое занятие 9. Последовательность обучения детей плаванию	2	
	Практическое занятие 10. Освоение методики обучения детей плаванию	4	
Тема 5.	Содержание учебного материала	8	

Организация и методика проведения занятий	Практическое занятие 11. Освоение методики проведения занятий по плаванию	4	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5;
	Практическое занятие 12. Применение средств плавания в занятиях по другим видам спорта	2	
	Практическое занятие 13. Техника безопасности на занятиях плаванием	2	
Тема 6. Основы прикладного плавания	Содержание учебного материала	8	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5;
	В том числе, практических занятий		
	Практическое занятие 14. Освоение видов и способов прикладного плавания	4	
	Практическое занятие 15. Ныряние. Спасение утопающих	2	
Тема 7. Организация и проведение соревнований по плаванию	Практическое занятие 16. Переправы вплавь	2	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5;
	Содержание учебного материала	2	
	В том числе, практических занятий	2	
	Практическое занятие 17. Организация и проведение соревнований по плаванию	2	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1.- ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1.- ПК 3.3.; ПК 3.5;
	ВСЕГО	64	
Промежуточная аттестация (Дифференциальный зачет)			

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания»

Оборудование и инвентарь:

- Очки для плавания
- Шапочки для плавания
- Ласты
- Доски для плавания
- Калабашки для плавания
- Беруши, зажимы

3.2 Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

1. Плавание с методикой преподавания: учебник для среднего профессионального образования / Н. Ж. Булгакова [и др.]; под общей редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 344 с.

2. Плавание с методикой преподавания: учебник для среднего профессионального образования / Н. Ж. Булгакова [и др.]; под общей редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 344 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08846-5. — Текст: электронный

3. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 322 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13046-1. — Текст : электронный

4. Теория и методика избранного вида спорта: учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. А. Завьялова [и др.]; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 189 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08356-9. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/441267>

Дополнительные источники:

1. Спортивные игры: правила, тактика, техника: учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.]; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 322 с. — (Высшее

образование). – ISBN 978-5-534-11314-3. – Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/444895>

2. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 322 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13046-1. — Текст : электронный

Интернет-источники:

1. <http://www.teoriya.ru> – научный портал "теория.ру"
2. <http://www.lib.sportedu.ru> – центральная отраслевая библиотеке по физической культуре.
3. <http://www.rsl.ru> – РГБ.
4. www.school.edu.ru – Российский общеобразовательный портал.
5. www.fismag.ru – журнал «Физкультура и спорт».

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
<i>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>		
-Технику спортивных способов плавания, стартов и поворотов -организацию и методики обучения плаванию - основы прикладного плавания -рганизация и проведение соревнований по плаванию	- использование терминологии в соответствии с требованиями; - описание техники профессионально значимых двигательных действий; - перечисление требований к технике безопасности на занятиях; - описание методики обучения профессионально значимых двигательных действий; - описание методики обучения плаванию описание особенностей организации и проведения соревнований по плаванию	оценка результатов выполнения практических заданий; оценка заданий при проведении текущего контроля; промежуточной аттестации
<i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>		
выполнять профессионально значимые двигательные действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности	- выполнение двигательных действий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности с учетом требований к технике; - соблюдение требований и правил, предъявляемых к терминологии при записи упражнений, а также при объяснении техники двигательных действий;	оценка результатов выполнения практических заданий; тестирование; оценка заданий при проведении текущего контроля; промежуточной аттестации
использовать терминологию	- рациональный выбор места для оказания помощи и страховки при выполнении двигательных действий с учетом трудности выполняемого упражнения и этапа обучения по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;	
применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений	- своевременная подготовка места занятия, рациональное размещение спортивного инвентаря и оборудования с учетом вида деятельности; - подбор эффективных, разнообразных упражнения для обучения двигательным действиям по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с задачами занятия;	
использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации	- применение различных способов организации для рационального размещения занимающихся в зале с учетом задач и содержания занятий по	

	<p>базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - соблюдение требований к качественному показу упражнений и демонстрации техники выполнения двигательных; -соблюдение методической последовательности при проведении; - выявление и своевременность исправления ошибок при выполнении двигательных действий с учетом требований к технике. 	
--	---	--

Лист регистрации изменений

№ п/п	Содержание изменения	Реквизиты документа об утверждении изменения	Дата введения изменения
1.		Протокол заседания ЦК _____ № 1 от _____ 20__ г.	
2.		Протокол заседания ЦК _____ № 1 от _____ 20__ г.	
3.		Протокол заседания ЦК _____ № 1 от _____ 20__ г.	