

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Романчук Иван Сергеевич

Должность: Ректор

Дата подписания: 23.11.2021

Уникальный программный ключ:

e68634da050325a9234284dd96b4f0f8b288e139

ФГАОУ ВО «Тюменский государственный университет»

Тобольский педагогический институт им. Д.И.Менделеева (филиал)

Тюменского государственного университета

УТВЕРЖДЕНО

Заместителем директора филиала

Шитиковым П.М.

РАЗРАБОТЧИК

Новоселова А.Ю.

**ОП.08. БАЗОВЫЕ И НОВЫЕ ВИДЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С МЕТОДИКОЙ ПРЕПОДАВАНИЕ (ПЛАВАНИЕ)**

рабочая программа дисциплины для обучающихся по программе подготовки

специалистов среднего звена

49.02.01 Физическая культура

(углубленная подготовка)

форма обучения очная

Новоселова А.Ю. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания (плавание). Рабочая программа дисциплины для обучающихся по программе подготовки специалистов среднего звена 49.02.01 Физическая культура. Форма обучения – очная. Тобольск, 2022.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 27 октября 2014 года, № 1355

Рабочая программа дисциплины опубликована на сайте ТюмГУ: Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания (плавание). [электронный ресурс] / Режим доступа: <https://www.utmn.ru/sveden/education/#>

© Тобольский педагогический институт им. Д.И.Менделеева (филиал) Тюменского государственного университета, 2022

© Новоселова Анна Юрьевна, 2022

## Содержание

1. Паспорт рабочей программы дисциплины	3
2. Структура и содержание дисциплины	5
3. Условия реализации дисциплины	9
4. Контроль и оценка результатов освоения дисциплины	10

## **1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины**

### **1.1. Область применения программы**

Рабочая программа дисциплины – является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура.

### **1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:**

Дисциплина «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания (плавание)» входит в профессиональный учебный цикл.

### **1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:**

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

- историю и этапы развития базовых видов спорта и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- содержание, формы организации и методику проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности в школе;
- методику обучения двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- особенности и методику развития физических качеств в базовых и новых видах физкультурно-спортивной деятельности;
- особенности организации и проведения соревнований по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности;
- основы судейства по базовым видам спорта;
- разновидности спортивно-оздоровительных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации;
- технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

- планировать, проводить и анализировать занятия по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности (гимнастике, легкой атлетике, спортивным играм, плаванию, подвижным играм, лыжному спорту, туризму) и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;
- выполнять профессионально значимые двигательные действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;
- использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений;
- обучать двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт оборудования и инвентаря;
- использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен обладать следующими компетенциями:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.

ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм.

ОК 12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия.

ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.

ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения.

ПК 1.4. Анализировать учебные занятия.

ПК 1.5. Вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре.

ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать внеурочные мероприятия и занятия.

ПК 2.2. Проводить внеурочные мероприятия и занятия.

ПК 2.3. Мотивировать обучающихся, родителей (лиц, их заменяющих) к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 2.5. Анализировать внеурочные мероприятия и занятия.

ПК 2.6. Вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 3.1. Выбирать учебно-методический комплект, разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе федерального государственного образовательного стандарта и примерных основных образовательных программ с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.

ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания.

**1.4. Количество часов на освоение дисциплины:**

Семестры 7-8;

Максимальной учебной нагрузки обучающегося 70 часов, в том числе:

обязательной аудиторной нагрузки обучающегося 48 часов;

самостоятельной работы обучающегося 14 часов.

## 2. Структура и содержание дисциплины

### 2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	70
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	48
в том числе:	
лабораторные занятия	
практические занятия	48
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	14
<i>Форма промежуточной аттестации по дисциплине – контрольная работа (7 семестр), экзамен (8 семестр)</i>	

## 2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) (если предусмотрены)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Теоретические основы плавания			
Тема 1.1. Плавание как вид спорта	Содержание учебного материала Историческое развитие плавания. Плавание как эффективный метод физического воспитания. Педагогическая характеристика плавания для детей на разных ступенях обучения и воспитания.	2	Ознакомительный
Тема 1.2. Значение плавания	Содержание учебного материала Значение плавания (оздоровительное, спортивное, прикладное). Классификация плавания. Техника безопасности на занятиях плаванием. Организация и проведение соревнований по плаванию. Судейство соревнований по плаванию.	2	Ознакомительный
Раздел 2. Техника спортивных способов плавания			
Тема 2.1. Технология проведения занятий по плаванию	Содержание учебного материала Практические занятия Техника плавания кролем на груди. Вход в воду и скольжение. Захват. Подтягивание. Отталкивание. Пронос: Выход руки из воды. Движение руки над водой. Согласование движений рук. Движения ногами: Движение вниз. Движение вверх. Положение тела пловца. Дыхание. Согласование движений рук и ног. Техника плавания баттерфляем. Движения руками: Захват. Подтягивание. Движения ногами. Согласование движений рук и ног. Дыхание. Техника плавания кролем на спине. Движения руками: Захват. Подтягивание. Отталкивание. Пронос. Движения ногами вниз, вверх. Согласование движений рук и ног. Положение тела пловца. Дыхание. Техника плавания брассом. Движения руками: Захват. Подтягивание. Движения ногами. Согласование движений рук и ног. Положение тела пловца и дыхание. Техника стартов и поворотов. Техника стартов: Старт с захватом руками за	44	Репродуктивный



	тумбочку (греб-старт). Старт при плавании на спине. Поворот при плавании кролем на груди. Поворот при плавании на спине. Повороты при плавании баттерфляем и брассом.		
	Самостоятельная работа. Изучение разновидностей и требований к плавательным бассейнам. Документы для проведения соревнований (положение о соревнованиях, календарный план, сроки и порядок подачи заявок, протоколы, карточки участников). Обязанности главного судьи и секретаря соревнований. Обязанности судьи-стартера, судьи на финише. Обязанности судей-секундометристов. Обязанности судей на повороте, судьи на дистанции, судьи при участниках. Подготовка места проведения соревнований и инвентаря. Подготовка наградной атрибутики. Подведение итогов.	14	продуктивный

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1. – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
1. – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством);
2. – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

### 3. Условия реализации дисциплины

#### 3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация дисциплины требует наличия:

- учебного кабинета методики физического воспитания, спортивного зала и плавательного бассейна;
- библиотеки, читального зала с выходом в сеть Интернет.

Оборудование учебного кабинета методики физического воспитания:

- рабочие места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя.

Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением;
- мультимедийные средства.

Оборудование и спортивный инвентарь:

Волейбольные сетки, баскетбольные щиты, гимнастическая стенка, гимнастические скамейки, мячи: баскетбольные, волейбольные, футбольные; фитбол, гимнастические маты, лыжный инвентарь, теннисный стол, обручи, скакалки, гири, тренажеры.

#### 3.2. Информационное обеспечение обучения

**Перечень рекомендуемых учебных изданий: основной и дополнительной литературы, интернет-ресурсов.**

Основная литература:

1. Шулаков, А. В. Технология овладения навыками плавания: учебно-методическое пособие / А. В. Шулаков, С. Г. Сушкова, Е. В. Минская. — Новосибирск: Новосибирский государственный университет экономики и управления «НИИХ», 2019. — 66 с. — ISBN 978-5-7014-0946-8. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/106159.html> (дата обращения: 06.08.2022). - Режим доступа: по подписке ТюмГУ.

2. Плавание: учебник для вузов / В.З.Афанасьев [и др.]; под общей редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 344 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07939-5. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/494146> (дата обращения: 06.08.2022). - Режим доступа: по подписке ТюмГУ.

Дополнительная литература:

1. Плавание: учебно-методическое пособие / под редакцией С. Ю. Махов. — Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2016. — 40 с. — ISBN 2227-8397. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/65713.html> (дата обращения: 06.08.2022). - Режим доступа: по подписке ТюмГУ.

2. Петрова, Н.Л. Плавание. Начальное обучение с видеокурсом: учебное пособие / Н.Л. Петрова, В.А. Баранов. — Москва: Спорт-Человек, 2013. — 148 с. — ISBN 978-5-906131-07-2. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/97565> (дата обращения: 06.08.2022). - Режим доступа: по подписке ТюмГУ.

Интернет-ресурсы:

1. Знаниум - <https://new.znanium.com/>
2. Лань - <https://e.lanbook.com/>
3. IPR Books - <http://www.iprbookshop.ru/>

4. Elibrary - <https://www.elibrary.ru/>
5. Национальная электронная библиотека (НЭБ) - <https://rusneb.ru/>
6. Межвузовская электронная библиотека (МЭБ) - <https://icdlib.nspu.ru/>
7. "ИВИС" (БД периодических изданий) - <https://dlib.eastview.com/browse>
8. Электронная библиотека Тюмгу - <https://library.utmn.ru/>

**Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине:** Платформа для электронного обучения Microsoft Teams.

#### 4. Контроль и оценка результатов освоения дисциплины

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
планировать, проводить и анализировать занятия по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности (гимнастике, легкой атлетике, спортивным играм, плаванию, подвижным играм, лыжному спорту, туризму) и новым видам физкультурно-спортивной деятельности	Контрольная работа, тестирование, контрольные нормативы, экзамен
выполнять профессионально значимые двигательные действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности	
использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности	
применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений	
обучать двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности	
подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт оборудования и инвентаря	
использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации	
историю и этапы развития базовых видов спорта и новых видов физкультурно-спортивной деятельности	
терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности	
технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности	
содержание, формы организации и методику проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности в школе	

методику обучения двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности	
особенности и методику развития физических качеств в базовых и новых видах физкультурно-спортивной деятельности	
особенности организации и проведения соревнований по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности	
основы судейства по базовым видам спорта	
разновидности спортивно-оздоровительных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации	
технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю	