

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего  
образования «Вятский государственный университет»  
(ВятГУ)  
г. Киров

Утверждаю  
Директор/Декан Ковязина Г. В.



Номер регистрации  
РПД\_3-44.03.01.63\_2021\_118909  
Актуализировано: 27.04.2021

**Рабочая программа дисциплины**  
**Методика обучения базовым видам двигательной деятельности: плавание**

наименование дисциплины

Квалификация выпускника	Бакалавр
Направление подготовки	44.03.01 шифр
	Педагогическое образование наименование
Направленность (профиль)	3-44.03.01.63 шифр
	Физическая культура и спорт наименование
Формы обучения	Заочная, Очная наименование
Кафедра-разработчик	Кафедра спортивных дисциплин и адаптивной физической культуры (ОРУ) наименование
Выпускающая кафедра	Кафедра спортивных дисциплин и адаптивной физической культуры (ОРУ) наименование

## Сведения о разработчиках рабочей программы дисциплины

Анфилатова Ольга Викторовна

---

ФИО

## Цели и задачи дисциплины

Цель дисциплины	Сформировать профессиональные знания, умения и навыки, необходимые будущим педагогам по физической культуре для успешного решения основных задач физического воспитания в образовательных учреждениях
Задачи дисциплины	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формировать у студентов знания, умения и навыки в области плавания, его значение и место в системе физического воспитания, в теории и методике его преподавания;</li> <li>- формировать профессиональные умения педагога по физической культуре в процессе обучения технике спортивных способов плавания;</li> <li>- контролировать и оценивать результаты образования обучающихся;</li> <li>- применять методы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся</li> </ul>

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

#### Компетенция ОПК-3

Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов

Знает	Умеет	Владеет
Требования федеральных государственных образовательных стандартов; методику организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями	Применять методы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся при обучении базовым видам двигательной деятельности: плавание	навыками организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся при обучении базовым видам двигательной деятельности: плавание

#### Компетенция ОПК-5

Способен осуществлять контроль и оценку формирования результатов образования обучающихся, выявлять и корректировать трудности в обучении

Знает	Умеет	Владеет
Формы и способы контроля и оценки формирования результатов образования обучающихся, а также пути выявления и корректировки трудностей в обучении базовым видам двигательной активности:	контролировать и оценивать результаты образования обучающихся, а также выявлять и корректировать трудности в обучении базовым видам двигательной активности: плавание	навыками контроля и оценки результатов образования обучающихся, а также выявления и корректирования трудностей в обучении базовым видам двигательной активности:

плавание		плавание
----------	--	----------

**Структура дисциплины**  
**Тематический план**

№ п/п	Наименование разделов дисциплины	Шифр формируемых компетенций
1	Начальное обучение плаванию	ОПК-3
2	Методика обучения плаванию	ОПК-5
3	Подготовка и прохождение промежуточной аттестации	ОПК-3, ОПК-5

**Формы промежуточной аттестации**

Зачет	Не предусмотрен (Очная форма обучения) Не предусмотрен (Заочная форма обучения)
Экзамен	6 семестр (Очная форма обучения) 8 семестр (Заочная форма обучения)
Курсовая работа	Не предусмотрена (Очная форма обучения) Не предусмотрена (Заочная форма обучения)
Курсовой проект	Не предусмотрена (Очная форма обучения) Не предусмотрена (Заочная форма обучения)

### Трудоемкость дисциплины

Форма обучения	Курсы	Семестры	Общий объем (трудоемкость)		Контактная работа, час	в том числе аудиторная контактная работа обучающихся с преподавателем, час				Самостоятельная работа, час	Курсовая работа (проект), семестр	Зачет, семестр	Экзамен, семестр
			Часов	ЗЕТ		Всего	Лекции	Семинарские, практические занятия	Лабораторные занятия				
Очная форма обучения	3	6	216	6	132	86	10	76	0	84			6
Заочная форма обучения	3, 4	6, 7, 8	216	6	34.5	32	6	26	0	181.5			8

## Содержание дисциплины

### Очная форма обучения

Код занятия	Наименование тем занятий	Трудоемкость, академических часов
<b>Раздел 1 «Начальное обучение плаванию»</b>		<b>82.00</b>
<b>Лекции</b>		
Л1.1	Основы техники спортивного плавания	2.00
Л1.2	Научно-теоретические основы плавания	2.00
<b>Семинары, практические занятия</b>		
П1.1	Основы техники спортивного плавания	2.00
П1.2	Научно-теоретические основы плавания	2.00
П1.3	Освоение водной среды, овладение специальными упражнениями	2.00
П1.4	Обучение плаванию кролем на спине	6.00
П1.5	Обучение плаванию кролем на груди	6.00
П1.6	Обучение плаванию брассом	6.00
П1.7	Обучение плаванию дельфином	6.00
П1.8	Обучение стартам и поворотам	2.00
П1.9	Обучение комплексному плаванию	6.00
<b>Самостоятельная работа</b>		
С1.1	Основы техники спортивного плавания	4.00
С1.2	Научно-теоретические основы плавания	2.00
С1.3	Освоение водной среды, овладение специальными упражнениями	2.00
С1.4	Обучение плаванию кролем на спине	2.00
С1.5	Обучение плаванию кролем на груди	2.00
С1.6	Обучение плаванию брассом	2.00
С1.7	Обучение плаванию дельфином	2.00
С1.8	Обучение стартам и поворотам	2.00
С1.9	Обучение комплексному плаванию	2.00
<b>Контактная внеаудиторная работа</b>		
КВР1.1	Контактная внеаудиторная работа	20.00
<b>Раздел 2 «Методика обучения плаванию»</b>		<b>107.00</b>
<b>Лекции</b>		
Л2.1	История развития плавания. Участники Олимпийских игр Кировской области	2.00
Л2.2	Основы спортивной тренировки	2.00
Л2.3	Методика проведения урока по плаванию	2.00
<b>Семинары, практические занятия</b>		
П2.1	История развития плавания	2.00
П2.2	Основы спортивной тренировки	4.00
П2.3	Методика проведения урока по плаванию	4.00
П2.4	Освоение водной среды, овладение специальными упражнениями, игры на воде (методическое занятие)	4.00
П2.5	Обучение плаванию кролем на спине (методическое	4.00

	занятие)	
П2.6	Обучение плаванию кролем на груди (методическое занятие)	4.00
П2.7	Обучение плаванию брассом (методическое занятие)	4.00
П2.8	Обучение плаванию дельфином (методическое занятие)	4.00
П2.9	Обучение комплексному плаванию (методическое занятие)	4.00
П2.10	Обучение прикладному плаванию (методическое занятие)	4.00
<b>Самостоятельная работа</b>		
С2.1	История развития плавания	4.00
С2.2	Основы спортивной тренировки	4.00
С2.3	Методика проведения урока по плаванию	31.50
С2.4	Методика проведения урока по плаванию	
<b>Контактная внеаудиторная работа</b>		
КВР2.1	Контактна внеаудиторная работа	23.50
<b>Раздел 3 «Подготовка и прохождение промежуточной аттестации»</b>		<b>27.00</b>
ЭЗ.1	Подготовка к сдаче экзамена	24.50
КВР3.1	Консультация перед экзаменом	2.00
КВР3.2	Сдача экзамена	0.50
<b>ИТОГО</b>		<b>216.00</b>

### Заочная форма обучения

Код занятия	Наименование тем занятий	Трудоемкость, академических часов
<b>Раздел 1 «Начальное обучение плаванию»</b>		<b>72.00</b>
<b>Лекции</b>		
Л1.1	Основы техники спортивного плавания	2.00
Л1.2	Научно-теоретические основы плавания	
<b>Семинары, практические занятия</b>		
П1.1	Основы техники спортивного плавания	
П1.2	Научно-теоретические основы плавания	2.00
П1.3	Освоение водной среды, овладение специальными упражнениями	2.00
П1.4	Обучение плаванию кролем на спине	2.00
П1.5	Обучение плаванию кролем на груди	2.00
П1.6	Обучение плаванию брассом	2.00
П1.7	Обучение плаванию дельфином	2.00
П1.8	Обучение стартам и поворотам	2.00
П1.9	Обучение комплексному плаванию	2.00
<b>Самостоятельная работа</b>		
С1.1	Основы техники спортивного плавания	6.00
С1.2	Научно-теоретические основы плавания	6.00
С1.3	Освоение водной среды, овладение специальными упражнениями	6.00



C1.4	Обучение плаванию кролем на спине	6.00
C1.5	Обучение плаванию кролем на груди	6.00
C1.6	Обучение плаванию брассом	6.00
C1.7	Обучение плаванию дельфином	6.00
C1.8	Обучение стартам и поворотам	6.00
C1.9	Обучение комплексному плаванию	6.00
<b>Контактная внеаудиторная работа</b>		
КВР1.1	Контактная внеаудиторная работа	
<b>Раздел 2 «Методика обучения плаванию»</b>		<b>135.00</b>
<b>Лекции</b>		
Л2.1	История развития плавания. Участники Олимпийских игр Кировской области	2.00
Л2.2	Основы спортивной тренировки	2.00
Л2.3	Методика проведения урока по плаванию	
<b>Семинары, практические занятия</b>		
П2.1	История развития плавания	2.00
П2.2	Основы спортивной тренировки	2.00
П2.3	Методика проведения урока по плаванию	2.00
П2.4	Освоение водной среды, овладение специальными упражнениями, игры на воде (методическое занятие)	
П2.5	Обучение плаванию кролем на спине (методическое занятие)	2.00
П2.6	Обучение плаванию кролем на груди (методическое занятие)	
П2.7	Обучение плаванию брассом (методическое занятие)	
П2.8	Обучение плаванию дельфином (методическое занятие)	
П2.9	Обучение комплексному плаванию (методическое занятие)	
П2.10	Обучение прикладному плаванию (методическое занятие)	2.00
<b>Самостоятельная работа</b>		
C2.1	История развития плавания	32.00
C2.2	Основы спортивной тренировки	
C2.3	Методика проведения урока по плаванию	32.00
C2.4	Методика проведения урока по плаванию	57.00
<b>Контактная внеаудиторная работа</b>		
КВР2.1	Контактна внеаудиторная работа	
<b>Раздел 3 «Подготовка и прохождение промежуточной аттестации»</b>		<b>9.00</b>
ЭЗ.1	Подготовка к сдаче экзамена	6.50
КВР3.1	Консультация перед экзаменом	2.00
КВР3.2	Сдача экзамена	0.50
<b>ИТОГО</b>		<b>216.00</b>

Содержание дисциплины данной рабочей программы используется при обучении по индивидуальному учебному плану, при ускоренном обучении, при применении дистанционных образовательных технологий и электронном обучении (при наличии).



## **Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

Успешное освоение дисциплины предполагает активное, творческое участие обучающегося на всех этапах ее освоения путем планомерной, повседневной работы. Обучающийся обязан посещать лекции, семинарские, практические и лабораторные занятия (при их наличии), получать консультации преподавателя и выполнять самостоятельную работу.

Изучение дисциплины следует начинать с проработки настоящей рабочей программы, методических указаний и разработок, указанных в программе, особое внимание уделить целям, задачам, структуре и содержанию дисциплины.

Главной задачей каждой лекции является раскрытие сущности темы и анализ ее основных положений. Тематика лекций определяется настоящей рабочей программой дисциплины.

Лекции – это систематическое устное изложение учебного материала. На них обучающийся получает основной объем информации по каждой конкретной теме. Лекции обычно носят проблемный характер и нацелены на освещение наиболее трудных и дискуссионных вопросов.

Предполагается, что обучающиеся приходят на лекции, предварительно проработав соответствующий учебный материал по источникам, рекомендованным программой. Часто обучающимся трудно разобраться с дискуссионными вопросами, дать однозначный ответ. Преподаватель, сравнивая различные точки зрения, излагает свой взгляд и нацеливает их на дальнейшие исследования и поиск научных решений. После лекции желательно вечером перечитать и закрепить полученную информацию, тогда эффективность ее усвоения значительно возрастает. При работе с конспектом лекции необходимо отметить материал, который вызывает затруднения для понимания, попытаться найти ответы на затруднительные вопросы, используя предлагаемую литературу. Если самостоятельно не удалось разобраться в материале, сформулируйте вопросы и обратитесь за помощью к преподавателю.

Целью семинарских занятий является проверка уровня понимания обучающимися вопросов, рассмотренных на лекциях и в учебной литературе.

Целью практических и лабораторных занятий является формирование у обучающихся умений и навыков применения теоретических знаний в реальной практике решения задач; восполнение пробелов в пройденной теоретической части курса.

Семинарские, практические и лабораторные занятия в равной мере направлены на совершенствование индивидуальных навыков решения теоретических и прикладных задач, выработку навыков интеллектуальной работы, а также ведения дискуссий. Для успешного участия в семинарских, практических и лабораторных занятиях обучающемуся следует тщательно подготовиться.

Основной формой подготовки обучающихся к практическим (лабораторным) занятиям является самостоятельная работа с учебно-методическими материалами, научной литературой, статистическими данными и т.п.

Изучив конкретную тему, обучающийся может определить, насколько хорошо он в ней разобрался. Если какие-то моменты остались непонятными, целесообразно составить список вопросов и на занятии задать их преподавателю. Практические (лабораторные) занятия предоставляют обучающемуся возможность творчески раскрыться, проявить инициативу и развить навыки публичного ведения дискуссий и общения.

Самостоятельная работа обучающихся включает в себя выполнение различного рода заданий (изучение учебной и научной литературы, материалов лекций, систематизацию прочитанного материала, подготовку контрольной работы, решение

задач, подготовка докладов, написание рефератов, публикация тезисов, научных статей, подготовка и защита курсовой работы / проекта и другие), которые ориентированы на глубокое усвоение материала изучаемой дисциплины.

Обучающимся рекомендуется систематически отводить время для повторения пройденного материала, проверяя свои знания, умения и навыки.

Внутренняя система оценки качества освоения дисциплины включает входной контроль уровня подготовленности обучающихся, текущий контроль успеваемости, промежуточную аттестацию, направленную на оценивание промежуточных и окончательных результатов обучения по дисциплине (в том числе результатов курсового проектирования (выполнения курсовых работ) при наличии).

При проведении промежуточной аттестации обучающегося учитываются результаты текущего контроля, проводимого в течение освоения дисциплины.

Процедура оценивания результатов освоения дисциплины осуществляется на основе действующих локальных нормативных актов ФГБОУ ВО «Вятский государственный университет», с которыми обучающиеся знакомятся на официальном сайте университета [www.vyatsu.ru](http://www.vyatsu.ru).

## **Учебно-методическое обеспечение дисциплины, в том числе учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающегося по дисциплине**

### **Учебная литература (основная)**

1) Чертов, Н. В. Теория и методика плавания : учебник / Н.В. Чертов. - Ростов-н/Д : Издательство Южного федерального университета, 2011. - 452 с. - ISBN 978-5-9275-0929-4 : Б. ц. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=241104/> (дата обращения: 24.03.2020). - Режим доступа: ЭБС Университетская библиотека ONLINE. - Текст : электронный.

2) Теория и методика обучения базовым видам спорта. Плавание : учеб. для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлению "Физ. культура" / под ред. А. А. Литвинова. - М. : Академия, 2013. - 272 с. - (Высшее профессиональное образование. Физическая культура и спорт) (Бакалавриат). - Библиогр.: с. 263-264. - ISBN 978-5-7695-9546-2 : 620.40 р. - Текст : непосредственный.

### **Учебная литература (дополнительная)**

1) Теория и методика обучения базовым видам спорта: плавание : учебное пособие / А.С. Казызаева, О.Б. Галеева, Е.С. Жукова, М.Д. Бакшеев. - Омск : Издательство СибГУФК, 2016. - 120 с. : ил. - Библиогр.: с. 104. - Б. ц. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483291/> (дата обращения: 24.03.2020). - Режим доступа: ЭБС Университетская библиотека ONLINE. - Текст : электронный.

### **Учебно-методические издания**

1) Лушпа, А. А. Плавание : учебное пособие / А.А. Лушпа. - Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2012. - 108 с. - ISBN 978-5-8353-1333-4 : Б. ц. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=232770/> (дата обращения: 24.03.2020). - Режим доступа: ЭБС Университетская библиотека ONLINE. - Текст : электронный.

### **Электронные образовательные ресурсы**

1) Портал дистанционного обучения ВятГУ [электронный ресурс] / - Режим доступа: <http://mooc.do-kirov.ru/>

2) Раздел официального сайта ВятГУ, содержащий описание образовательной программы [электронный ресурс] / - Режим доступа: [https://www.vyatsu.ru/php/programms/eduPrograms.php?Program\\_ID=3-44.03.01.63](https://www.vyatsu.ru/php/programms/eduPrograms.php?Program_ID=3-44.03.01.63)

3) Личный кабинет студента на официальном сайте ВятГУ [электронный ресурс] / - Режим доступа: <https://new.vyatsu.ru/account/>

4) Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru/>

## Электронные библиотечные системы (ЭБС)

- ЭБС «Научная электронная библиотека eLIBRARY» (<http://elibrary.ru/defaultx.asp>)
- ЭБС «Издательства Лань» (<http://e.lanbook.com/>)
- ЭБС «Университетская библиотека online» ([www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru))
- Внутренняя электронно-библиотечная система ВятГУ (<http://lib.vyatsu.ru/>)
- ЭБС «ЮРАЙТ» (<https://urait.ru>)

## Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

- ГАРАНТ
- КонсультантПлюс
- Техэксперт: Нормы, правила, стандарты
- Роспатент (<https://www1.fips.ru/elektronnye-servisy/informatsionno-poiskovaya-sistema>)
- Web of Science® (<http://webofscience.com>)

## Материально-техническое обеспечение дисциплины

### Демонстрационное оборудование

Перечень используемого оборудования
Ноутбук Samsung R525
Проектор BenQ MP730
Экран настенный Draper Luma 120",175x234

**Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, в том числе лицензионное и свободно распространяемое ПО (включая ПО отечественного производства)**

№ п.п	Наименование ПО	Краткая характеристика назначения ПО
1	Программная система с модулями для обнаружения текстовых заимствований в учебных и научных работах «Антиплагиат.ВУЗ»	Программный комплекс для проверки текстов на предмет заимствования из Интернет-источников, в коллекции диссертация и авторефератов Российской государственной библиотеки (РГБ) и коллекции нормативно-правовой документации LEXPRO
2	Microsoft Office 365 ProPlusEdu ALNG SubsVL MVL AddOn toOPP	Набор веб-сервисов, предоставляющий доступ к различным программам и услугам на основе платформы Microsoft Office, электронной почте бизнес-класса, функционалу для общения и управления документами
3	Office Professional Plus 2016	Пакет приложений для работы с различными типами документов: текстами, электронными таблицами, базами данных, презентациями
4	Windows Professional	Операционная система
5	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса	Антивирусное программное обеспечение
6	Справочная правовая система «Консультант Плюс»	Справочно-правовая система по законодательству Российской Федерации
7	Электронный периодический справочник ГАРАНТ Аналитик	Справочно-правовая система по законодательству Российской Федерации
8	Security Essentials (Защитник Windows)	Защита в режиме реального времени от шпионского программного обеспечения, вирусов.
9	МойОфис Стандартный	Набор приложений для работы с документами, почтой, календарями и контактами на компьютерах и веб браузерах

Обновленный список программного обеспечения данной рабочей программы находится по адресу:  
[https://www.vyatsu.ru/php/list\\_it/index.php?op\\_id=118909](https://www.vyatsu.ru/php/list_it/index.php?op_id=118909)