



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ КОМИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СЫКТЫВКАРСКИЙ ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
КОЛЛЕДЖ имени И.А. КУРАТОВА»

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГПОУ «СППК»

_____ Е.А. Выборных

«___» _____ 2023 г.

«УЧЕБНО-ПРОГРАММНЫЕ ИЗДАНИЯ»

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ЦИКЛ
ОБЩЕПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебной дисциплины

ОП. 13.3 ПЛАВАНИЕ С МЕТОДИКОЙ
ПРЕПОДАВАНИЯ

Для студентов, обучающихся по специальности
(углубленный уровень)

49.02.01 Физическая культура
(углубленная подготовка)

Сыктывкар, 2024

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе
Федерального государственного образовательного стандарта по
специальности среднего профессионального образования

код	наименование специальности
49.02.01	Физическая культура
(программа подготовки специалистов среднего звена углубленной подготовки)	

Разработчики

	Фамилия, имя, отчество	Ученая степень (звание) [квалификационная категория]	Должность
1	Ильина Екатерина Алексеевна	Первая категория	преподаватель
2	Шахватова Елена Васильевна	Высшая категория	преподаватель

[вставить фамилии и квалификационные категории разработчиков]

20
[число]

мая
[месяц]

2024
[год]

[дата представления на экспертизу]

Рассмотрено:

ПЦК преподавателей физической культуры и спортивных дисциплин

Протокол № 9 от «23» мая 2024 г.

Председатель ПЦК

Н.Н. Вахнина

Рекомендовано:

Методическим советом ГПОУ «СГПК»

Протокол № 4 от «06» июня 2024 г.

Председатель методического совета

Содержание программы учебной дисциплины

1.	Паспорт рабочей программы учебной дисциплины	4
2.	Структура и содержание учебной дисциплины	7
3.	Условия реализации учебной дисциплины	11
4.	Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины	14

1. ПАСПОРТ

рабочей программы учебной дисциплины

ОП.13.3 Плавание с методикой преподавания

[наименование дисциплины в соответствии с ФГОС]

1.1. Область применения рабочей программы учебной дисциплины

Рабочая программа учебной дисциплины является частью ППССЗ в соответствии с ФГОС СПО

по специальности

49.02.01

[код]

Физическая культура

[наименование специальности полностью]

укрупненной группы специальностей

49.00.00

Физическая культура и спорт

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована

только в рамках реализации специальности

49.02.01

[код]

Физическая культура

[наименование специальности полностью]

в дополнительном профессиональном образовании при реализации программ повышения квалификации и переподготовки

[указать направленность программ повышения квалификации и переподготовки]

49.02.01

[код]

Физическая культура

[наименование специальности полностью]

в рамках специальности СПО

49.02.01

[код]

Физическая культура

[наименование специальности полностью]

1.2 Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Данная учебная дисциплина входит:

в обязательную часть циклов ППССЗ

Профессиональный цикл

в вариативную часть циклов ППССЗ

[наименование цикла в соответствии с ФГОС]

Изучение дисциплины предшествует освоению профессиональных модулей

ОП. Общепрофессиональные дисциплины

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

1. планировать, проводить и анализировать занятия по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности;
2. выполнять профессионально значимые двигательные действия по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности;
3. использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
4. применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений;
5. обучать двигательным действиям изученных базовых и новых видов спортивной деятельности;
6. подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт оборудования и инвентаря;

7. использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации;

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

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

В результате изучения по общепрофессиональной дисциплине

ОП.13.3 Плавание с методикой преподавания

обучающийся должен освоить общие (ОК) и профессиональные (ПК) компетенции.

Код	Наименование результата обучения
Общие компетенции	
ОК 1.	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;
ОК 2.	Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;
ОК 3.	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях;
ОК 4.	Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;
ОК 5.	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;
ОК 6.	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения;
ОК 7.	Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;
ОК 8.	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления

	здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;
ОК 9.	Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.
Профессиональные компетенции	
ПК 1.1	Планировать и анализировать физкультурно-спортивную работу
ПК 1.2	Организовывать и проводить мероприятия в сфере молодежной политики, включая досуг и отдых детей, подростков и молодежи, в том числе в специализированных (профильных) лагерях
ПК 1.3	Организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия
ПК 1.4	Организовывать деятельность волонтеров в области физической культуры и спорта
ПК 1.5	Организовывать спортивно-массовые соревнования и мероприятия по тестированию населения по нормам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
ПК 2.1.	Разрабатывать методическое обеспечение для организации и проведения занятий по физической культуре и спорту, физкультурно-спортивной работы
ПК 2.2.	Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности специалистов в области физической культуры и спорта
ПК 2.3.	Оформлять результаты методической и исследовательской деятельности в виде выступлений, докладов, отчетов
ПК 2.4.	Осуществлять исследовательскую и проектную деятельность в области физической культуры и спорта
ПК 3.1	Определять цели и задачи, планировать учебные занятия по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта
ПК 3.2	Проводить учебные занятия по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта
ПК 3.3	Осуществлять контроль и учет, оценивать и анализировать процесс и результаты деятельности обучающихся на учебных занятиях
ПК 3.4	Вести первичную учетно-отчетную документацию, обеспечивающую учебные занятия
ПК 3.5.	Осуществлять набор и комплектование групп на обучение по дополнительным общеразвивающим программам

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение примерной программы учебной дисциплины:

всего часов в том числе

максимальной учебной нагрузки обучающегося часов, в том числе

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося часов,

самостоятельной работы обучающегося часов;

[количество часов вносится в соответствии с рабочим учебным планом специальности]

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

№	Вид учебной работы	Объем часов
1	Максимальная учебная нагрузка (всего)	72
2	Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	72
в том числе:		
2.1	лекции	12
2.2	семинарские и практические работы	56
3	Самостоятельная работа обучающегося (всего)	4
	Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета	6 семестр
	Итого	72

2.2. Примерный тематический план и содержание учебной дисциплины

ОП.13.3 Плавание с методикой преподавания

Номер разделов и тем	Наименование разделов и тем Содержание учебного материала; лабораторные работы и практические занятия; самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения	Формируемые компетенции (ОК, ПК)
Раздел 1.	Оздоровительное и спортивное значение плавания	11		ОК 1-9 ПК 1.1-1.5, 2.1-2.4, 3.1.-3.5.
Тема 1.1.	История и этапы развития плавания. Плавание в системе физического воспитания			
	Лекции	2		
	Содержание учебного материала			
	1 Исторический обзор развития плавания в России.		2	
	2 Плавание как жизненно важный навык.		2	
	Самостоятельная работа студентов	1	3	
	Оздоровительное и спортивное значение плавания.			
Тема 1.2.	Лечебное плавание.			
	Лекции	2		
	Содержание учебного материала			
	1 Организационно-методические основы лечебного плавания.		2	
	2 Особенности занятий лечебным плаванием.		2	
	3 Лечебное плавание при различных заболеваниях		2	
Тема 1.3.	Прикладное плавание			
	Лекции	2		
	Содержание учебного материала			
	1 Организационно-методические основы прикладного плавания.		2	
	2 Плавание на боку и различными способами		2	
	3 Помощь пострадавшему в воде. Спасение тонущего человека		2	
	Практическая работа	4		
	Спасение тонущего человека			
Раздел 2.	Обучение технике плавания различными способами	52		ОК 1-9 ПК 1.1-1.5, 2.1-2.4, 3.1.-3.5.
Тема 2.1.	Упражнения для освоения с водой			
	Содержание учебного материала			
	1 Методика обучения упражнениям у бортика		2	
	2 Методика обучения упражнениям без опоры		2	
	Практическая работа	8		
	Выполнить упражнения: «Поплавок», «звезда», «медуза», скольжение, скольжение с работой ног			
Тема 2.2.	Обучение прыжкам в воду			
	Лекции	2		
	Содержание учебного материала			
	1 Методика обучения прыжку в воду способом «солдатики»		2	
	2 Методика обучения прыжкам в воду способом «бомбочка»		2	
	Практические занятия	8		
	Контрольное упражнение Прыжок с бортика способом «солдатики»			

Тема 2.3.	Обучение технике плавания кролем на груди				
	Содержание учебного материала				
	Практическая работа		8		
	1. Движения ногами кролем на суше.				
	2. Выполнение движений ногами кролем на груди в воде в опорном и безопорном положении, а также в скольжении с различным положением рук.				
	3. Упражнения с работой ног кролем на груди в сочетании с дыханием.				
	4. Согласование гребка с дыханием и работой ног.				
	5. Совершенствование техники элементов плавания кролем на груди.				
	Самостоятельная работа студентов	Подготовка конспекта, проведение занятия по заданной теме	1	3	
Тема 2.4.	Обучение технике плавания кролем на спине				
	Содержание учебного материала				
	Практическая работа		8		
	1. Выполнение движений ногами кролем на спине в воде в опорном и безопорном положении, а также в скольжении с различным положением рук.				
	2. Упражнения с работой ног кролем на груди в сочетании с дыханием.				
	3. Совершенствование техники элементов плавания кролем на груди.				
	Самостоятельная работа студентов	Подготовка конспекта, проведение занятия по заданной теме	1	3	
Тема 2.5.	Методика обучения старту и повороту кролем на груди, кролем на спине.				
	Содержание учебного материала				
	Практическая работа		8		
	1. Последовательность обучения стартовому прыжку с тумбочки. 2. Последовательность действий при простом повороте типа «маятник».				
Тема 2.6.	Методика обучения плаванию способом брасс				
	Содержание учебного материала				
	Практическая работа		8		
	1. Движения ногами и руками брассом на суше.				
	2. Выполнение движений ногами брассом в воде в опорном и безопорном положении				
	3. Выполнение движений рук брассом в воде				
	4. Согласование гребка с дыханием и работой ног.				
	5. Совершенствование техники элементов плавания кролем на груди.				
Раздел 3.	Содержание, организация и методы проведения занятий по плаванию		9		ОК 1-9 ПК 1.1-1.5, 2.1-2.4, 3.1.- 3.5.
Тема 3.1.	Методика обучения плаванию				
	Лекции		2		
	Содержание учебного материала				
	1	Выбор и постановка задач обучения		2	
	2	Выбор средств и методов в соответствии с поставленными задачами.		2	

	3	Особенности организации и методического обеспечения работы по плаванию в общеобразовательной школе.		2	
	4	Техника безопасности на воде.		2	
Тема 3.2.	Организация и проведение соревнований по плаванию				
	Лекции		2		
	Содержание учебного материала				
	1	Формирование положения соревнований по плаванию		2	
	2	Правила судейства		2	
	3	Формирование личных и командных заявок		2	
	Практическая работа		4		
	Самостоятельная работа студентов		1	3	
Всего			72		

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация профессионального модуля предполагает наличие

3.1.1	учебного кабинета	методики физического воспитания, лечебной физической культуры и врачебного контроля
3.1.2	лаборатории	информатики и информационно-коммуникационных технологий;
3.1.3	зала	библиотека; читальный зал с выходом в сеть Интернет.

3.2 Оборудование учебного кабинета и рабочих мест кабинета Оборудование учебного кабинета

№	Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения	Примечания
1.	Оборудование учебного кабинета	
1.1.	рабочие места по количеству обучающихся – не менее 25	
1.2.	рабочее место преподавателя	
1.3.	доска для мела	
1.4.	раздвижная демонстрационная система	
2.	Печатные пособия	
2.1.	Тематические таблицы	
2.2.	Портреты	
2.3.	Схемы по основным разделам курсов	
3.	Цифровые образовательные ресурсы	
3.1.	Цифровые компоненты учебно-методических комплексов (слайдовые презентации по темам)	Д
3.2.	Общепользовательские цифровые инструменты учебной деятельности	Д
4.	Экранно-звуковые пособия (могут быть в цифровом виде)	
4.1.	Видеофильмы	
4.2.	Слайды (диапозитивы) по разным разделам курса	Д

Условные обозначения

Д – демонстрационный экземпляр (1 экз., кроме специально оговоренных случаев);

К – полный комплект (исходя из реальной наполняемости группы);

Ф – комплект для фронтальной работы (примерно в два раза меньше, чем полный комплект, то есть не менее 1 экз. на двух обучающихся);

П – комплект, необходимый для практической работы в группах, насчитывающих по несколько обучающихся (6-7 экз.).

Технические средства обучения

№	Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения	Примечания
	Технические средства обучения (средства ИКТ)	
1	Телевизор с универсальной подставкой	+

2	Видеомагнитофон (видеоплейер)	+
3	Аудио-центр	+
4	Мультимедийный компьютер	+
5	Сканер с приставкой для сканирования слайдов	+
6	Принтер лазерный	+
7	Цифровая видеокамера	+
8	Цифровая фотокамера	+
9	Слайд-проектор	+
10	Мультимедиа проектор	+
11	Стол для проектора	+
12	Экран (на штативе или навесной)	+

3.3. ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ОБУЧЕНИЯ

В целях реализации компетентностного подхода в образовательном процессе используются следующие активные и интерактивные формы проведения занятий: компьютерные симуляции, деловые и ролевые игры, анализ конкретных ситуаций, кейс метод, психологические и иные тренинги, круглый стол (групповые дискуссии и дебаты), проблемное обучение, мозговой штурм или брейнсторминг, интеллект-карты, интернет-экскурсии (интерактивная экскурсия), экскурсионный практикум, мастер-класс, знаково-контекстное обучение, проектное обучение, олимпиада, лабораторные опыты, конференция, дистанционное обучение, работа в малых группах, социальные проекты (внеаудиторные формы - соревнования, фильмы, спектакли, выставки и др.), интерактивные лекции (применением видео- и аудиоматериалов) и др.

3.4. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные печатные источники

№	Выходные данные печатного издания	Год издания	Режим доступа
Базовые печатные издания			
1.	Булгакова, Н. Ж. Игры на воде для обучения и развлечения / Н. Ж. Булгакова - Москва: Спорт, 2018. - 70 с.	2018	ЭБС
2.	Карась, Т.Ю. Оздоровительное плавание: учебное пособие для СПО / Карась Т.Ю. — Саратов: Профобразование, 2019. — 52 с.	2019	ЭБС
3.	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, 2019. — 344 с.	2019	ЭБС-Юрайт

Основные электронные издания

№	Выходные данные электронного издания	Режим доступа	Проверено
1	Лекции по плаванию. — Режим доступа: http://window.edu.ru/window/library	свободный	2021
2	Ведущий сайт о спортивном плавании в России. — Режим доступа: http://www.swimming.ru/	свободный	2021

Дополнительные электронные издания

№	Выходные данные электронного издания	Режим доступа	Проверено
1	Swimnews online. - Режим доступа: www.swimnews.com	свободный	2021
2	Официальный сайт Международной Федерации плавания. – Режим доступа: http://www.fina.org/	свободный	2021

Ресурсы Интернет

Единое окно доступа к образовательным ресурсам. Библиотека

<http://window.edu.ru/window/library>

Электронная библиотека учебно-методической литературы для общего и профессионального образования.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1 Банк средств для оценки результатов обучения

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

Оценочные средства составляются преподавателем самостоятельно при ежегодном обновлении банка средств. Количество вариантов зависит от числа обучающихся.

Код компетенции	Наименование результата обучения	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
	Освоенные умения		
У1	планировать, проводить и анализировать занятия по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности;	Выполнение анализа занятия по предложенной схеме	устный опрос
У2	выполнять профессионально значимые двигательные действия по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности;	Умение применять рациональные двигательные действия в соответствии с методикой выполнения	устный опрос, практическая работа
У3	использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;	Умение использовать терминологию плавания в физкультурно- спортивной деятельности (тестирование)	тест
У4	применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений;	Применение приёмов само страховки при занятиях лечебным плаванием	контрольная работа, практическая работа
У5	обучать двигательным действиям изученных базовых и новых видов спортивной деятельности;	Умение обучать способам лечебного плавания по предложенной теме (учебная практика)	контрольная работа, практическая работа
У6	подбирать, хранить,	Умение подбирать, хранить,	устный опрос,

	осуществлять мелкий ремонт оборудования и инвентаря;	осуществлять мелкий ремонт оборудования и инвентаря	практическая работа
У7	использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации;	Умение подбирать, использовать плавательный инвентарь, в зависимости от способа передвижения (индивидуально)	устный опрос, практическая работа
	Освоенные знания		
31	историю и этапы развития изученных базовых видов спорта и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;	Знание истории основных этапов развития плавания в России и за рубежом (тестирование)	устный опрос
32	терминологию изученных базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;	Знание основных терминов применяемых в плавании (тестирование)	тест
33	технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;	Знание и умение демонстрировать технику спортивного и лечебного плавания	устный опрос, практическая работа
34	содержание, формы организации и методику проведения занятий по изученным базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности в школе;	Знание и практическое умение проведения занятия по предложенной теме (дифференцированно)	устный опрос, практическая работа
35	методику обучения двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;	Умение методически грамотно разрабатывать конспект занятия по формированию двигательного действия (дифференцированно)	устный опрос, практическая работа
36	особенности и	Знание возрастных	устный опрос

	методику развития физических качеств в базовых и новых видах физкультурно-спортивной деятельности;	особенностей и методику развития физических качеств средствами лечебного плавания	
37	основы судейства по изученным базовым видам спорта;	Участие в судействе соревнований различной категории	устный опрос, практическая работа
38	разновидности спортивно-оздоровительных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации;	Знание и умение использования различного плавательного инвентаря для занятий видами физкультурно-спортивной деятельности	устный опрос, практическая работа
39	технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю	Знание техники безопасности при организации занятий гидрокинезотерапией	устный опрос, практическая работа

	Общие компетенции		
ОК 1.	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	- демонстрация интереса к будущей профессии, участие в профессиональных конкурсах, наличие дипломов, грамот, сертификатов и т.д.	Интерпретация результатов наблюдения за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы.
ОК 2.	Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности	- обоснование выбора и применение методов и способов решения профессиональных задач;	Выполнение текстовых заданий второго уровня, выполнение творческих работ.
ОК 3.	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие,	- решение стандартных и нестандартных профессиональных задач в области преподавания;	Выполнение текстовых заданий второго уровня, выполнение творческих работ.

	предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях		
ОК 4.	Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	- эффективный поиск необходимой информации;	Собеседование.
ОК 5.	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста	- проектирование уроков физической культуры с применением современных технических средств обучения в процессе преподавания.	Устный счет. Собеседование.
ОК 6.	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения	- применение разнообразных методов, форм и приемов взаимодействия с членами педагогического коллектива, представителями администрации; - владение профессиональной лексикой; - соблюдение субординационных отношений; - продуктивное взаимодействие с членами группы, решающей общую задачу; - построение продуктивного процесса общения, толерантное восприятие позиции субъекта взаимодействия; - использование делового стиля общения; - соотносит свои устремления с интересами других людей и социальных групп; - привлекает других субъектов образовательного процесса к решению поставленных задач.	Экспертная оценка при защите творческих проектов.

ОК 7.	Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях	- организация деятельности учащихся с учетом их интересов и возможностей.	Экспертная оценка при защите творческих проектов.
ОК 8.	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	- рациональность организации самостоятельной работы в соответствии с задачами профессионального и личностного развития;	Собеседование.
ОК 9.	Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках	- проявление интереса к инновациям в области профессиональной деятельности;	Тестирование.
Профессиональные компетенции			
ПК 1.1.	Планировать и анализировать физкультурно-спортивную работу	- точность и обоснованность в определении целей и задач уроков различных типов и видов; - оптимальность планирования уроков с учетом возрастных и индивидуально-психологических особенностей школьников.	Текущий контроль Разработка конспектов уроков.
ПК 1.2.	Организовывать и проводить мероприятия в сфере молодежной политики, включая досуг и отдых детей, подростков и молодежи, в том числе в специализированных (профильных) лагерях	- методически грамотное использование совокупности специфических и общепедагогических средств, методов, приёмов обучения и организационных условий проведения урочных форм занятий с учётом: - требований программного экспертного наблюдения и оценка выполнения практических работ на учебных занятиях; экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебной и 21	- контроль выполнения самостоятельной работы; - анализ и оценка конспектов занятий и мероприятий; - оценка результатов сдачи обучающимися нормативов; - оценка результатов практических занятий
ПК 1.3.	Организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые		

	мероприятия	материала по физической культуре, - возрастных особенностей обучающихся, уровня их двигательной подготовленности и состояния здоровья. - применять при проведении урока физической культуры современные образовательные технологии, включая дистанционные, а также цифровые образовательные ресурсы с учётом цели и задач урока физической культуры; - методически грамотное использование общепедагогических средств, методов и приёмов для создания положительной учебной мотивации, стимулирования деятельности обучающихся, выстраивания педагогически целесообразных взаимоотношений между участниками образовательного процесса; - применение форм и методов воспитательной работы при проведении уроков физической культуры; - проведение уроков физической культуры с учетом требований обеспечения безопасности жизни и здоровья обучающихся	
ПК 1.4.	Организовывать деятельность волонтеров в области физической культуры и спорта		
ПК 1.5.	Организовывать спортивно-массовые соревнования и мероприятия по тестированию населения по нормам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса		- контроль выполнения самостоятельной работы; - анализ и оценка конспектов занятий и мероприятий; - оценка результатов сдачи обучающимися нормативов; - оценка результатов практических занятий
ПК 2.1.	Разрабатывать методическое обеспечение для организации и проведения занятий по физической культуре и спорту, физкультурно-спортивной работы	- соответствие содержания учебно-методических материалов возрасту, индивидуально-психологическим особенностям учащихся, условиям обучения - аргументированность выбора учебно-методического комплекта; - разработка методического обеспечения для осуществления профессиональной деятельности; - соответствие разработанных	Текущий контроль Защита выбранной методики диагностирования с учетом вида образовательного учреждения, особенностей класса и отдельных обучающихся Оценка презентаций созданных рабочих программ, учебно-тематических планов по предметам начальной школы с

		учебно-методических материалов ФГОС.	учетом выбранного УМК Экспертная оценка выбранного УМК Рубежный контроль Экспертная оценка разработанных учебно-методических материалов
ПК 2.2.	Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности специалистов в области физической культуры и спорта	- точность и обоснованность в определении целей и задач уроков различных типов и видов; - оптимальность планирования уроков с учетом возрастных и индивидуально-психологических особенностей школьников.	Текущий контроль Разработка конспектов уроков.
ПК 2.3.	Оформлять результаты методической и исследовательской деятельности в виде выступлений, докладов, отчетов	- разработка тематики исследовательской и проектной деятельности с учетом основных тенденций развития начального общего образования, интересов, возрастных и индивидуально-психологических особенностей учителя и учащихся;	Текущий контроль Консультационная проверка промежуточных результатов исследования
ПК 2.4.	Осуществлять исследовательскую и проектную деятельность в области физической культуры и спорта	- демонстрация владения технологией разработки и методикой проведения уроков-проектов; - качество оформления результатов педагогического исследования; результативность участия в исследовательской и проектной деятельности.	Рубежный контроль Экспертная оценка Портфолио студента (раздел «Сертификаты и свидетельства»)
ПК 3.1.	Определять цели и задачи, планировать учебные занятия по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта	- соответствие содержания учебно-методических материалов возрасту, индивидуально-психологическим особенностям учащихся, условиям обучения - аргументированность выбора учебно-методического комплекта; - разработка методического	Текущий контроль Защита выбранной методики диагностирования с учетом вида образовательного учреждения, особенностей класса и отдельных обучающихся Оценка презентаций

		обеспечения для осуществления профессиональной деятельности; - соответствие разработанных учебно-методических материалов ФГОС.	созданных рабочих программ, учебно-тематических планов по предметам начальной школы с учетом выбранного УМК Экспертная оценка выбранного УМК Рубежный контроль Экспертная оценка разработанных учебно-методических материалов
ПК 3.2.	Проводить учебные занятия по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта	- планирование обобщения педагогического опыта в соответствии с алгоритмом. - качество оценки готовности педагога к инновационной деятельности - полнота анализа портфолио педагогической деятельности в соответствии с требованиями и критериями оценки - обоснованность выбора педагогической и методической литературы; - обоснованность выбора способа решения педагогических проблем методического характера; - сравнение эффективности применяемых методов обучения, с целью выбора наиболее эффективных образовательных технологий с учетом вида образовательного учреждения и особенностей возраста обучающихся; - качество использования инструментов самоанализа и анализа педагогической деятельности, оценивания образовательных технологий; - логичность составленной программы профессионального совершенствования.	Текущий контроль Оценка аннотации студента к созданной им базе данных Оценка проведенного по алгоритму анализа педагогической деятельности Экспертная оценка представленного самоанализа педагогической деятельности (после проведения внеурочного занятия, пробного урока и т.д.)
ПК 3.3.	Осуществлять контроль и учет, оценивать и	- соответствие содержания выступления (доклада) структуре и требованиям,	Текущий контроль Проверка отчетов, рефератов,

	анализировать процесс и результаты деятельности обучающихся на учебных занятиях	предъявляемым к ее компонентам. - логичность выступлений с аргументированностью выбора формы; - демонстрация правильности оформления педагогических разработок; - соответствие педагогических разработок методическим требованиям; - качество презентации результатов педагогической деятельности; - полнота оформления портфолио педагогических достижений.	выступлений на соответствие требованиями СИБИБД (Системы стандартов по информации, библиотечному и издательскому делу) Оценка презентаций педагогических разработок
ПК 3.4.	Вести первичную учетно-отчетную документацию, обеспечивающую учебные занятия	- планирование исследовательской деятельности в соответствии с этапами научного исследования; - разработка тематики исследовательской и проектной деятельности с учетом основных тенденций развития начального общего образования, интересов, возрастных и индивидуально-психологических особенностей учителя и учащихся; - демонстрация владения технологией разработки и методикой проведения уроков-проектов; - качество оформления результатов педагогического исследования; 1 результативность участия в исследовательской и проектной деятельности.	Текущий контроль Консультационная проверка промежуточных результатов исследования Рубежный контроль Экспертная оценка Портфолио студента (раздел «Сертификаты и свидетельства»)
ПК 3.5.	Осуществлять набор и комплектование групп на обучение по дополнительным общеразвивающим программам.	- определение цели и задачи неурочных форм занятий в соответствии требованиями программы, с учетом возрастных особенностей обучающихся; - определение оптимальных средств, методов и организационных условий для проведения неурочных форм занятий физическими	экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебных занятиях; экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на

		упражнениями в режиме учебного дня и во внеурочной деятельности с учётом решаемых задач, возрастных особенностей обучающихся; - планирование и проведение неурочных форм занятий физическими упражнениями с учётом решаемых задач, возрастных особенностей школьников, уровня их двигательной подготовленности и имеющимися организационными экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебных занятиях; экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ на учебной и производственной практике; - методически грамотное использование общепедагогических средств, методов и приёмов для создания положительной мотивации и приобщения обучающихся к первоначальной соревновательной деятельности, формирования интереса к занятиям физкультурой и спортом; - проведение неурочных форм занятий физическими упражнениями с учетом требований обеспечения безопасности жизни и здоровья обучающихся	учебной и производственной практике;
--	--	---	---

4.2 Примерный перечень вопросов и заданий для проведения промежуточной аттестации

1. Анализ движений ногами в кроле на груди / кроле на спине, брасе, плавании на боку
2. Анализ движений руками в кроле на груди / кроле на спине, брасе, плавании на боку.
3. Косо направленный гребок. Дыхание в плавании.
4. Общая согласованность движений в кроле на груди / кроле на спине, брасе, плавании на боку/ - анализ.
5. Фазовый характер движений в плавании.
6. Пути сохранения механической энергии в движениях пловца.

7. Методика обучения кролю на груди.
8. Методика обучения кролю на спине.
9. Методика обучения брассу.
10. Методика обучения плаванию на боку.
11. Упражнения для обучения кролю на груди/ кролю на спине, брассу, плаванию на боку/
12. Анализ техники старта с тумбочки.
13. Анализ техники старта из воды.
14. Анализ поворота вращением.
15. Методика обучения стартам.
16. Методика обучения поворотам.
17. Плавание. Виды плавучести. Факторы, её определяющие.
18. Свойства воды и техника плавания.
19. Сопротивление трения.
20. Сопротивление вихреобразования / формы/.
21. Сопротивление волнообразования.
22. Силы тяги в плавании.
23. Механизм создания тяговых усилий.
24. Механизм создания подъемной силы.
25. Способы освобождения от захватов тонущего.
26. Способы транспортировки пострадавшего.
27. Доврачебная помощь пострадавшему.
28. Ошибки, их причины и способы устранения: в кроле на груди, кроле на спине, брассе, плавании на боку.
29. Силовая подготовка пловца.
30. Гибкость в плавании.
31. Схемы обучения спортивным способам плавания.
32. Схема обучения одному из способов плавания.
33. Этапность в формировании навыка плавания.
34. Антропометрические характеристики пловца, их значение.
35. Физиологические характеристики пловца, их значение.
36. Игры на воде.
37. Начальное обучение плаванию: упражнения на погружение, всплытие, лежания, упражнения на плавание, упражнения на дыхание, скольжения, прыжки и спады в воду, опорные упражнения.
38. Плавание в детском саду.
39. Плавание в общеобразовательной школе.
40. Плавание в оздоровительном лагере.
41. Плавание в ДЮСШ.
42. Техника безопасности при занятиях плаванием.
43. Методы обучения в плавании.
44. Типы уроков в плавании.
45. Методы ведения уроков плавания
46. Подготовка к проведению урока плавания.
47. Специфика уроков плавания.
48. Организация соревнований по плаванию.
49. Самообразование преподавателя плавания.
50. Праздник Нептуна.
51. Общая физическая подготовка пловца.
52. Состав судейской коллегии на соревнованиях по плаванию, краткая характеристика их обязанностей.
53. Силовая подготовка пловца в воде.
54. Силовая подготовка пловца на суше.
55. Техника ныряния на глубину и на дальность.

56. Причины гибели на воде и меры по их устранению.
57. Статическое плавание.
58. Спасательные средства.
59. Фазовая структура техники плавания.
60. Место и значение плавания в системе физического воспитания.
61. Проблема «суша-вода»
62. Динамическое плавание.
63. Проблема массового обучения детей плаванию.
64. Универсальная программа начального обучения плаванию.
65. Темп, ритм, шаг пловца, скорость, время как основные характеристики техники плавания.
66. Гимнастика в воде.
67. Лечебное плавание.
68. Тренажерные устройства в плавании.
69. Плавание как научная дисциплина.

ПРОМЕЖУТОЧНЫЙ КОНТРОЛЬ

Предметно-цикловая комиссия преподавателей физической культуры и спортивных дисциплин

<i>Специальность</i>	<i>49.02.01 Физическая культура</i>
<i>Наименование дисциплины</i>	<i>ОП.13.3 Плавание с методикой преподавания</i>

Компетенции по дисциплине «Плавание с методикой преподавания» формируются последовательно в ходе проведения теоретических и практических (семинарских) занятий.

Критерии оценивания компетенций (результатов)

Зачет проводится по экзаменационным билетам. Количество вопросов в билете -2.
Перечень вопросов представлен в п.4.2.

Критерии оценивания:

Общее максимально возможное количество баллов – 16 баллов

«Отлично»	✓ 15 и более баллов
«Хорошо»	✓ 12-14 баллов
«Удовлетворительно»	✓ 8-11 баллов
«Неудовлетворительно»	✓ менее 7 баллов