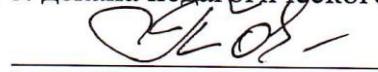


**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ**

**СЕВЕРО-ВОСТОЧНЫЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**

УТВЕРЖДАЮ

И. о. декана педагогического факультета



О. В. Пастюк

"05" сентября

2017 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
(с изменениями и дополнениями от 2017 г.)

**Б1.В.ОД.20 Плавание**

Направление подготовки

**44.03.01 «Педагогическое образование»**

Профиль подготовки

**«Физическая культура»**

Степень выпускника

**Бакалавр**

Форма обучения

**Очная, заочная**

г. Магадан 2017 г.

Рабочая программа учебной дисциплины рассмотрена и одобрена на заседании кафедры физической культуры, спорта и основ медицинских знаний протокол от **«29» сентября 2017 г. № 1.**

## **1. Цели освоения учебной дисциплины**

Целями освоения дисциплины **Б1.В.ОД.20 Плавание** является формирование у студентов системы научных знаний в области теории и методики спортивного и прикладного плавания, овладение технологиями планирования и проведения самостоятельных форм занятий плаванием, методиками их использования для укрепления и длительного сохранения индивидуального здоровья.

В качестве задач по реализации этой цели выступают следующие целевые установки:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма обучающихся;
- обогащение двигательного опыта основными способами плавания, физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью;
- освоение знаний по истории развития плавания, его роли в формировании культуры здорового образа жизни современного человека;
- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

Результатом освоения учебной дисциплины «Плавание» является использование занятий плаванием в структурной организации и ведении здорового образа жизни, самостоятельной подготовки к выполнению требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

## **2. Место учебной дисциплины в структуре ОП бакалавриата**

Дисциплина **Б1.В.ОД.20 Плавание** относится к **Блоку 1 «Дисциплины (модули)»**, который включает дисциплины (модули), относящиеся к базовой части программы, и дисциплины (модули), относящиеся к ее вариативной части, а именно **Б1.В.ОД «Обязательные дисциплины вариативной части»**. Изучается студентами во 2 и 3 семестрах (очная форма обучения); на 1 и 2 курсах (заочная форма обучения).

## **3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (модуля) - общепрофессиональные и профессиональные.**

*В результате освоения дисциплины студент должен:*

*Знать:*

- роль и значение физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
- факты истории и современного развития основных способов плавания;
- роль и значение занятий плаванием в укреплении здоровья, их место в организации здорового образа жизни;
- методические принципы обучения и совершенствования техники плавания основными и прикладными способами;
- правила профилактики и оказания доврачебной помощи при травмах на занятиях плаванием.

**Уметь:**

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;
- планировать формы занятий плаванием с оздоровительной направленностью, контролировать режимы нагрузок с учетом индивидуального здоровья и физической подготовленности;
- обеспечивать санитарно-гигиенические условия и безопасное выполнение упражнений, оказывать доврачебную помощь в процессе занятий плавательной подготовкой;

**Владеть:**

- навыками планирования индивидуальных занятий, подбирать подготовительные и подводящие упражнения, ориентированные на самостоятельное освоение техники плавания;
- способами плавания брассом, кролем на груди и спине, навыками проплывания контрольных дистанций.

Дисциплина **Б1.В.ОД.20 Плавание** способствует формированию следующих компетенций, предусмотренных ФГОС ВО по направлению подготовки **44.03.01 «Педагогическое образование»:**

**а) общепрофессиональных компетенций (ОПК):**

- готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся (ОПК-6);

**б) профессиональных компетенций (ПК):**

- готовность реализовывать образовательные программы по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов (ПК-1).

#### **4. Структура и содержание учебной дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет:

**2 семестр (очная форма обучения):**

**3** зачетные единицы; **108** часов, в том числе: **36 ч.** – лекционные занятия, **36 ч.** – практические занятия, **36 ч.** – самостоятельная работа (Приложение 1).

**3 семестр (очная форма обучения):**

**2** зачетные единицы; **72** часа, в том числе: **15 ч.** – лекционные занятия, **30 ч.** – практические занятия, **27 ч.** – самостоятельная работа (Приложение 1).

**Итого: 180 часов, 5 зачетных единиц.**

**1 и 2 курс (заочная форма обучения):**

**5** зачетных единиц; **180** часов, в том числе: **8 ч.** – лекционные занятия, **10 ч.** – практические занятия, **158 ч.** – самостоятельная работа (Приложение 1).

Таблица 1. Очная форма обучения.

Формы промежуточного контроля по семестрам:

**2 семестр – зачет.**

Таблица 2. Очная форма обучения.

Формы промежуточного контроля по семестрам:

**3 семестр – зачет с оценкой.**

Таблица 3.

Заочная форма обучения.

Формы промежуточного контроля по семестрам:

**1 курс – зачет.****2 курс – зачет с оценкой.**

Содержание разделов дисциплины (2 семестр):

Таблица 1. Очная форма обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание раздела, темы
Лекционный курс	<p>Научно-теоретические основы плавания</p> <p>Основы преподавания плавания</p> <p>Основы методики обучения технике спортивных способов плавания</p>	<p>1. Научно-теоретические основы плавания. Плавательные бассейны, оборудование, инвентарь – 2 занятия (4 часа).</p> <p>2. Планирование и учет работы по плаванию. Правила безопасности при занятиях плаванием – 2 занятия (4 часа).</p> <p>3. Основы преподавания плавания – 2 занятия (4 часа).</p> <p>4. Основы техники спортивных способов плавания – 4 занятия (8 часов).</p> <p>5. Основы обучения и тренировки плаванию – 2 занятия (4 часа).</p> <p>6. Организационное и методическое обеспечение работы по плаванию в различных звеньях – 2 занятия (4 часа).</p> <p>7. Методика обучения технике плавания – 4 занятия (4 часа).</p> <p>8. Упражнения для изучения техники спортивных способов плавания и совершенствования в ней – 2 занятия (4 часа).</p>
Практические занятия	<p>Научно-теоретические основы плавания</p> <p>Основы преподавания плавания</p> <p>Основы методики обучения технике спортивных способов плавания</p>	<p>1. Разминка, общеразвивающие и специальные упражнения – 2 занятия (4 часа).</p> <p>2. Упражнения на чувство воды – 2 занятия (4 часа).</p> <p>3. Основы погружения под воду – 2 занятия (4 часа).</p> <p>4. Техника выполнения старта – 2 занятия (4 часа).</p> <p>5. Техника выполнения поворота – 2 занятия (4 часа).</p> <p>6. Обучение технике плавания кролем на груди – 2 занятия (4 часа).</p> <p>7. Обучение технике плавания кролем на спине – 2 занятия (4 часа).</p> <p>8. Обучение технике плавания способом брасс – 4 занятия (8 часов).</p> <p>9. Обучение технике плавания способом баттерфляй – 4 занятия (8 часов).</p>

Содержание разделов дисциплины (3 семестр):

Таблица 2. Очная форма обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание раздела, темы
Лекционный курс	Разминочная техника и упражнения  Техника спортивных способов в плавании	1. Разминка, общеразвивающие и специальные упражнения – 1 занятие (2 часа). 2. Основы техники спортивных способов плавания – 1 занятие (2 часа). 2. Технические элементы в плавании (старт, поворот, выход) – 2 занятия (4 часа). 3. 4. Техника выполнения старта – 1 занятие (2 часа). 5. Техника выполнения поворота – 1 занятие (2 часа). 6. Многолетняя спортивная тренировка в плавании – 1,5 занятия (3 часа).
Практические занятия	Разминочная техника и упражнения  Техника спортивных способов в плавании	1. Упражнения на разминку, общеразвивающие и специальные упражнения – 1 занятие (2 часа).  2. Упражнения на совершенствование техники способом кроль на груди – 2 занятия (4 часа). 3. Упражнения на совершенствование техники способом кроль на спине – 2 занятия (4 часа). 4. Упражнения на совершенствование техники способом брасс – 2 занятия (4 часа). 5. Упражнения на совершенствование техники способом баттерфляй – 2 занятия (4 часа). 6. Упражнения на выполнения поворота – 1 занятие (2 часа).

Таблица 3. Заочная форма обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание раздела, темы
Лекционный курс	Основы преподавания плавания  Основы методики обучения технике спортивных способов плавания. Техника спортивных способов в плавании	1. Основы техники спортивных способов плавания; обучения и тренировки плаванию – 1 занятие (2 часа).  2. Обучение технике плавания кролем на груди – 0,5 занятия (1 час). 3. Обучение технике плавания кролем на спине – 0,5 занятия (1 час). 4. Обучение технике плавания способом брасс – 0,5 занятия (1 часов). 5. Обучение технике плавания способом баттерфляй – 0,5 занятия (1 часов).
Практические занятия	Основы преподавания плавания	1. Упражнения на чувство воды – 0,5 занятия (1 час). 2. Основы погружения под воду – 0,5 занятия (1 час).

	<p>Основы методики обучения технике спортивных способов плавания. Техника спортивных способов в плавании</p>	<p>3. Техника выполнения старта – 0,5 занятия (1 час). 4. Техника выполнения поворота – 0,5 занятия (1 час). 5. Упражнения на совершенствование техники способом кроль на груди – 0,5 занятия (1 час). 6. Упражнения на совершенствование техники способом кроль на спине – 0,5 занятия (1 час). 7. Упражнения на совершенствование техники способом брасс – 1 занятие (2 часа). 8. Упражнения на совершенствование техники способом баттерфляй – 1 занятие (2 час).</p>
--	--	--

## 5. Образовательные технологии

По дисциплине **Б1.В.ОД.20 Плавание** предполагается использование:

- мультимедиа презентации на лекционных занятиях с элементами показов документальных или художественных кинофильмов в соответствии с отрабатываемым элементом плавания;
- занятий-практикумов, в ходе которых студенты формируют набор соответствующих данному виду спорта умений и навыков;
- наглядные и аудиовизуальные технологии с демонстрацией элементов техники выполняемых упражнений мастерами спорта по плаванию;
- приглашение на практические занятия-практикумы кандидатов в мастера спорта по плаванию для наглядной демонстрации выполняемых упражнений в данном виде спорта.

## 6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы студентов.

Распределение содержания обучения техники плавания по функциональным методическим блокам, позволяет обеспечить в тренировочном процессе последовательность освоения способов плавания, логику постановки и решения педагогических задач, связанных с

особенностями этапного формирования двигательного навыка, что облегчает работу преподавателя по планированию учебного содержания в микроциклах, объединению их в целостный педагогический процесс.

Предлагаемая методика обучения плаванию, основывается на наполнении каждого тренировочного блока специальными комплексами физических упражнений, которые оказывают положительное воздействие на развитие необходимых двигательных качеств и способствуют успешному освоению плавательных движений:

- блок 1 - физическая подготовка. Включает в себя: упражнения на развитие мышечной силы; упражнения на развитие гибкости; упражнения на развитие скоростно-силовых качеств;
- блок 2 - техническая подготовка к освоению плавательных элементов на суще. Включает в себя: освоение техники движения рук и ног при плавании брасом, кролем на спине и кролем на груди; освоение темпа выполнения техники движения рук и ног при плавании брасом, кролем на спине и кролем на груди; освоение ритма выполнения техники движения рук и ног при плавании брасом, кролем на спине и кролем на груди;
- блок 3 - техническая подготовка к освоению плавательных элементов в воде. Включает в себя: элементарные движения, сопряженные с приседаниями, балансом, сгибанием и разгибанием ног; изучение техники раздельных движений рук и ног в облегченных условиях (с опорой о бортик или дно); изучение техники раздельных движений рук и ног с подвижной опорой и плаванием (с помощью партнера); плавание в полной координации.

Внутри каждого блока, согласно решаемым базовым задачам, выделяются тематические направления, где в каждом из них представлены комплексы упражнений. Для освоения техники плавания брасом, кролем на груди и кролем на спине, приведены свои относительно самостоятельные комплексы, которые характеризуются сопряженным функциональным воздействием на изучение техники плавания и развитие соответствующих физических способностей. Придание относительной самостоятельности комплексам упражнений, обеспечивается за счет различий в ритмо-темповой структуре техники способов плавания.

Система технической подготовки студентов к освоению способов плавания на суще включает в себя по преимуществу имитационные упражнения и элементы техники. Основной акцент используемых упражнений делается на усвоение занимающимися рационального ритма дыхания, умение применять его во время имитации плавательных движений. При отработке ритма движений рекомендуется использовать метроном, задающий темп плавательных движений. Данный подход позволяет формировать навык регулирования ритмических характеристик плавательных движений посредством изменения темпа движений. Оптимальный темп выполнения плавательных движений и их рациональный ритм позволяют существенно повысить эффективность процесса обучения плаванию и качество техники выполнения его способов.

Следующим компонентом системно-структурной организации обучения является система технической подготовки, осуществляющейся на воде. Данный вид подготовки подразделяется на два этапа: - первый этап - обучение навыку удержания тела на поверхности воды; - второй этап - обучение передвижению в воде. Для удержания на поверхности воды и передвижения в ней обучающемуся необходим совершенно особый, характерный только для плавания навык создания опоры о воду, используя при этом

внешнюю гидродинамическую силу. Для ее создания необходимо, чтобы кисть руки обучающегося двигалась под определенным углом атаки во фронтальной плоскости.

Распределение содержания упражнений для первого этапа обучения плаванию – навык удержания тела на поверхности воды:

1-3 занятия – упражнения с опорой о стенки или дно бассейна (для этого не требуется опускать лицо в воду);

4-6 занятия – упражнения у бортика, с различной работой рук и ног (при разучивании упражнения выполняются с произвольным дыханием, а затем в согласовании с дыханием). Распределения содержания упражнений для второго этапа обучения плаванию – передвижение тела в воде;

начиная с 7-го занятия – упражнения с плавательной доской и упражнения в парах;

9-10 занятия – «проплытие» 15 м – работа ног стилем кроль, работа рук стилем брасс;

11 занятие – плавание в облегченных условиях — с поддержкой партнера;

с 12-го занятия – «проплытие» 15 м спортивными способами.

**Места для проведения учебных занятий:**

1. Бассейн. Договор № 8/2016 – ГЗ от 15 сентября 2016 г. о безвозмездном оказании услуг. Договор №5/2017-ГЗ от 30 августа 2017 г. о безвозмездном оказании услуг.
2. Учебная аудитория № 3515 для проведения занятий лекционного и семинарского типа (практические занятия); проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Площадь 37,7 м<sup>2</sup>. Рабочее место преподавателя. Стационарная доска. Комплект учебной мебели - 19 посадочных мест на 12 парт.
3. Учебная аудитория № 1316 для проведения занятий лекционного и семинарского типа, для самостоятельной работы (практические занятия); проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Площадь 41,5 м<sup>2</sup>. Рабочее место преподавателя. Стационарная доска. Доска - 1 шт. Стеллаж книжный - 1 шт. Комплект учебной мебели - 24 посадочных места.

**7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины Б1.В.ОД.20**  
**Плавание:**

Основная литература:

1. Вайнбаум Я.С. Гигиена физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. пед. вузов / Я.С. Вайнбаум, В.И. Коваль, Т.А. Родионова. – М. : ИЦ «Академия», 2005. – 240 с.
2. Викулов А.Д. Плавание: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / А.Д. Викулов. – М. : Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2004. – 367 с.
4. Водные виды спорта: Учебник для студ. высш. учеб. заведений / под ред. Н.Ж. Булгаковой. – М. : Издательский центр «Академия», 2003. – 230 с.

5. Дементьев В.В. Формирование навыка плавания у учащихся старших классов на уроках физической культуры: дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / В.В. Дементьев; [Место защиты: Ин-т возраст. физиологии РАО]. – Москва, 2007.
6. Ганчар И.Л. Плавание: Теория и методика преподавания. Учебник / И.Л. Ганчар. – Минск, 1998. – 352 с.
7. Еремеева Л.Ф. Научите ребенка плавать. Программа обучения плаванию детей дошкольного и младшего школьного возраста: Методическое пособие. – СПб. : Детство-пресс, 2005. – 112 с., ил.
8. Плавание с методикой преподавания: учебник для СПО / под общ. ред. Н. Ж. Булгаковой. – 2-е изд. – М. : Издательство Юрайт, 2018. – 344 с. – (Серия: Профессиональное образование).
9. Плавание. Начальное обучение с видеокурсом / В.А. Баранов, Н.Л. Петрова. – М. : Человек, 2013. – 148 с.
10. Стрельченко В.Ф. Плавание. Учебно-методическое пособие по дисциплине «Физическая культура (элективный курс)» для студентов очной и заочной форм обучения всех направлений подготовки бакалавров / В.Ф. Стрельченко, Д.П. Крахмалев Е.В. Ярошенко. – Пятигорск: СКФУ, 2015. – 140 с.

**Дополнительная литература:**

1. Гузман Р. Плавание. Упражнения для обучения и совершенствования техники всех стилей / Р. Гузман. – М. : Попурри, 2013. – 288 с.
2. Литвинов А.А., Ивченко Е.В., Федчин В.М. Азбука плавания / А. А.Литвинов, Е. В. Ивченко, В.М. Федчин. – СПб. : «Фолиант», 1995. – 108 с., ил.
3. Макаренко Л.П. Техника спортивного плавания: Пособие для тренеров / Л.П. Макаренко. – М. : Всероссийская федерация плавания, 2000. – 136 с.
4. Меныиуткина Т.Г. Плавание. Теория и методика оздоровительно-спортивных технологий базовых видов спорта: Учебно-методическое пособие / Т.Г. Меныиуткина, А.А. Литвинов, О.В. Новосельцев, М.Г. Непочатых. – СПб. : СПбГАФК им. П.Ф. Лесгавта, 2002. – 117 с.

**Подготовка докладов с мультимедиа презентацией (3 семестр).**

1. Основные факторы образа жизни, укрепляющие здоровье. Их характеристика.
2. Основные факторы образа жизни, ухудшающие здоровье. Их характеристика.
3. Классификации видов плавания, использование в практике обучения и подготовки спортсменов.
4. Особенности лечебного (реабилитационного) плавания.
5. Кондиционное плавание, характеристика.
6. Адаптивное плавание, характеристика.
7. Спортивное плавание, характеристика.
8. Прикладное плавание, характеристика.

9. Способы плавания, особенности.
10. Влияние плавания на организм человека.
11. Спортивные способы плавания,
12. Способы поворотов в плавании, их анализ.
13. Характеристика применяемых в плавании поворотов.
14. Принципы обучения, лежащие в основе учебно-тренировочного процесса в плавании.
15. Группы методов обучения пользуются в плавании.
16. Группы физических упражнений относятся к основным средствам обучения плаванию.

**8. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)**  
**Б1.В.ОД.20 Плавание: мультимедиа технологии, Интернет-ресурсы.**

**9. Рейтинг-план дисциплины (2 семестр) (Ф СВГУ 7.3-08 Рейтинг-план)**

**Рейтинг-план дисциплины**

**Б1.В.ОД.20 Плавание**

Факультет педагогический  
 Курс 1 группа ФКС семестр 2 2020 уч/года  
 Преподаватель (и): \_\_\_\_\_  
 Кафедра физической культуры, спорта и основ медицинских знаний

Аттестационный период	Номер модуля	Название модуля	Виды работ, подлежащие оценке	Количество баллов
1	1	Научно-теоретические основы плавания	1. Учет посещаемости занятий в бассейне. 2. Выполнение обязательных заданий по плаванию. 3. Составление правил техники безопасности для детей определенной возрастной группы. 4. Правила оказания помощи утопающему.	10 20 25 30
2	2	Основы преподавания плавания	1. Учет посещаемости занятий в бассейне. 2. Выполнение обязательных заданий по плаванию. 3. Подготовка докладов, выступлений по вопросам практических занятий. 4. Демонстрация необходимых упражнений, применяемых для обучения плаванию в сухом зале.	10 20 25 30
3	3.	Основы методики обучения технике спортивных способов плавания	1. Учет посещаемости занятий в бассейне. 2. Выполнение обязательных заданий по плаванию. 3. Подготовка сообщения по избранной методике обучения технике плавания (кроль на груди; кроль на спине; брасс; баттерфляй (дельфин)).	10 20 40

**Рейтинг-план дисциплины (3 семестр) (Ф СВГУ 7.3-08 Рейтинг-план).**

**Б1.В.ОД.20 Плавание**

Факультет педагогический  
 Курс 2 группа ФКС семестр 3 2020 уч/года  
 Преподаватель (и): \_\_\_\_\_  
 Кафедра физической культуры, спорта и основ медицинских знаний

Аттестационный период	Номер модуля	Название модуля	Виды работ, подлежащие оценке	Количество баллов
1	1	Разминочная техника упражнения и	1. Учет посещаемости занятий в бассейне. 2. Выполнение обязательных заданий по плаванию. 3. Подготовка докладов с мультимедиа презентацией (по предложенному списку).	10 20 25
2, 3	2, 3	Техника спортивных способов плавания	1. Учет посещаемости занятий в бассейне. 2. Выполнение обязательных заданий по плаванию. 3. Применение техники спортивного способа обучения плаванию (на выбор студента) в сухом зале и на воде.	10 20 45

**10. Протокол согласования программы с другими дисциплинами направления (специальности) подготовки.** Не требуется.

**11. Приложения.**

Приложение 1 Ф СВГУ 8.1.4-02 Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Автор(ы): Кожакин Сергей Васильевич, тренер по плаванию  
подпись.

Заведующий(ая) кафедрой ФКСиОМЗ: Могучева А. В., к.п.н.  
подпись.

**Лист изменений и дополнений на 2017/2018 учебный год**

в рабочую программу учебной дисциплины

**Б1.В.ОД.20 Плавание**

**44.03.01 «Педагогическое образование»**

Профиль подготовки

**«Физическая культура»**

1. В рабочую программу учебной дисциплины вносятся следующие изменения:

Изменен колонтитул формы: Ф СВГУ «Рабочая программа направления (специальности)».

2. В рабочую программу учебной дисциплины вносятся следующие дополнения:

- дополнены название и содержание 4-го пункта «Структура и содержание учебной дисциплины, включая объем контактной работы»;

**В п. 4 Структура и содержание учебной дисциплины, включая объем контактной работы**

Контактная работа при проведении учебных занятий по дисциплинам (модулям) включает в себя занятия лекционного типа, семинарского типа (практические занятия, лабораторные работы). Объем (в часах) контактной работы занятий лекционного типа, семинарского типа (практические занятия, лабораторные работы) определяется расчетом аудиторной учебной нагрузки по данной дисциплине и составляет 117 часов для очной формы обучения и 8 часов для заочной формы обучения. Контактная работа при проведении промежуточной аттестации включает в себя групповую консультацию обучающихся перед экзаменом, индивидуальную сдачу экзамена и (или) индивидуальную сдачу зачета. Объем (в часах) групповой консультации обучающихся перед экзаменом определяется нормами времени для расчета объема учебной нагрузки, выполняемой профессорско-преподавательским составом, и составляет 2 часа на группу.

Объем (в часах) для индивидуальной сдачи экзамена определяется нормами времени для расчета объема учебной нагрузки, выполняемой профессорско-преподавательским составом, и составляет 0,5 час на одного обучающегося.

Объем (в часах) для индивидуальной сдачи зачета определяется нормами времени для расчета объема учебной нагрузки, выполняемой профессорско-преподавательским составом, и составляет 0,25 час на одного обучающегося.

Приложение 2 Протокол согласования рабочей программы с другими дисциплинами специальности

Приложение 3 Лист изменений и дополнений.

**Приложение 2**

**Протокол согласования программы  
с другими дисциплинами направления подготовки**

Наименование базовых дисциплин и разделов (тем), усвоение которых необходимо для данной дисциплины не предусмотрен	Предложения базовым дисциплинам об изменениях в пропорциях материала, порядок изложения, введение новых тем курса и т.д.
--	--

Ведущие лекторы \_\_\_\_\_ ФИО

**Лист изменений и дополнений на 20\_\_/20\_\_ учебный год**

в рабочую программу учебной дисциплины  
**Б1.В.ОД. 20 Плавание**

(код, наименование дисциплины)

**44.03.01 Педагогическое образование**

(Шифр и название направления подготовки)

Профиль подготовки  
**«Физическая культура»**

1. В рабочую программу учебной дисциплины вносятся следующие изменения:

---

---

---

---

---

---

2. В рабочую программу учебной дисциплины вносятся следующие дополнения:

---

---

---

---

---

Автор: С. В. Кожакин, тренер по плаванию

24.11.2017 г.

Рабочая программа учебной дисциплины пересмотрена и одобрена на заседании кафедры ФКСиОМЗ, протокол заседания кафедры № 3 от 24.11.2017 г.

Заведующий кафедрой ФКСиОМЗ, А. В. Могучева, к.п.н.

26.11.2017

**Приложение 3**

**Лист изменений и дополнений на 2018/2019 учебный год**

в рабочую программу учебной дисциплины

**Б1.В.ОД. 20 Плавание**

(код, наименование дисциплины)

**44.03.01 Педагогическое образование**

(Шифр и название направления подготовки)

Профиль подготовки  
**«Физическая культура»**

1 В титульный лист вносятся следующие изменения:

Изменено название Министерства: **Министерство науки и высшего образования Российской Федерации**

2. В рабочую программу учебной дисциплины вносятся следующие дополнения: **нет**

Автор: С. В. Кожакин, тренер по плаванию

 28.09.2018.

подпись, дата

Рабочая программа учебной дисциплины пересмотрена и одобрена на заседании кафедры ФКСиОМЗ, протокол заседания кафедры № 1 от 28.09.2018 г.

Заведующий кафедрой ФКСиОМЗ А. В. Могучева, канд. пед. наук,

 28.09.2018.

подпись, дата

**Лист изменений и дополнений на 2018/2019 учебный год**

в рабочую программу учебной дисциплины

**Б1.В.ОД. 20 Плавание**

(код, наименование дисциплины)

**44.03.01 Педагогическое образование**

(Шифр и название направления подготовки)

Профиль подготовки  
**«Физическая культура»**

**1 В п. 4. Структура и содержание учебной дисциплины, включая объем контактной работы вносятся следующие изменения:**

Объем (в часах) для индивидуальной сдачи зачета с оценкой определяется нормами времени для расчета объема учебной нагрузки, выполняемой профессорско-преподавательским составом, и составляет 0,25 часа на одного обучающегося; зачета – 0,15 часа.

**В п. 7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**  
**Б1.В.ОД. 20 Плавание**

**Основная**

1. Казызаева, А.С. Основы техники спортивных способов плавания : учебное пособие / А.С. Казызаева, О.Б. Галеева ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики плавания. – Омск : Издательство СибГУФК, 2010. – 151 с. : ил., схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274597>. – Библиогр.: с. 140-141. – Текст : электронный.
2. Кислица, Н.Т. Плавание : учебно-методическое пособие / Н.Т. Кислица, В.В. Семянникова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина». – Елец : ЕГУ им. И.А. Бунина, 2011. – 149 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272201>. – Текст : электронный.
3. Лушпа, А.А. Плавание : учебное пособие / А.А. Лушпа. – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2012. – 108 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=232770>. – ISBN 978-5-8353-1333-4. – Текст : электронный.
4. Плавание с методикой преподавания : учебник для среднего профессионального образования / Н. Ж. Булгакова [и др.] ; под общей редакцией Н. Ж. Булгаковой. – 2-е изд. – М. : Издательство Юрайт, 2020. – 344 с. – (Профессиональное образование). – ISBN 978-5-534-08846-5. – Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/455542> (дата обращения: 19.02.2021).
5. Теория и методика обучения базовым видам спорта: плавание : учебное пособие : [16+] / А.С. Казызаева, О.Б. Галеева, Е.С. Жукова, М.Д. Бакшеев ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики плавания. – Омск : Издательство СибГУФК, 2016. – 120 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483291>. – Библиогр.: с. 104. – Текст : электронный.

6. Чертов, Н.В. Теория и методика плавания : учебник / Н.В. Чертов ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Южный федеральный университет», Факультет физической культуры и спорта. – Ростов-на-Дону : Издательство Южного федерального университета, 2011. – 452 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=241104>. – ISBN 978-5-9275-0929-4. – Текст : электронный.

7.

### Дополнительная

1. Максимова, М.Н. Теория и методика синхронного плавания : учебник : [12+] / М.Н. Максимова. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Спорт, 2017. – 304 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454519> (дата обращения)
2. Чертов, Н.В. Комплекс тестовых заданий по теории и методике избранного вида спорта (плавание) : учебное пособие / Н.В. Чертов ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Южный федеральный университет», Факультет физической культуры и спорта, НОЦ «Инновационные технологии и научно-методическое обеспечение системы физического воспитания и спорта». – Ростов-на-Дону : Издательство Южного федерального университета, 2012. – 136 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=241095>. – ISBN 978-5-9275-1044-3. – Текст : электронный.

**В п. 8. Материально-техническое обеспечение дисциплины** вносятся следующие изменения:

Помещение	Адрес
Бассейн. Договор № 8/2016 – ГЗ от 15 сентября 2016 г. о безвозмездном оказании услуг. Договор №5/2017-ГЗ от 30 августа 2017 г. о безвозмездном оказании услуг. Учебная аудитория № 3515 для проведения занятий лекционного и семинарского типа (практические занятия); проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Площадь 37,7 м <sup>2</sup> . Рабочее место преподавателя. Стационарная доска. Комплект учебной мебели - 19 посадочных мест на 12 парт. Учебная аудитория № 3403 для проведения занятий лекционного и семинарского типа (практические занятия); проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Площадь 89,4 м <sup>2</sup> . Рабочее место преподавателя. Стационарная доска. Проектор «EPSON» – 1 шт; Проекционный экран «STAR» – 1 шт; Комплект учебной мебели – 70 посадочных мест на 35 парт. Список ПО на системном блоке: Kaspersky Endpoint Security (Антивирус Касперского), антивирусное ПО; ИРБИС64, автоматизированная библиотечная система; Microsoft Windows, операционная система, Microsoft Office, пакет офисных приложений).	685000, г. Магадан, ул. Парковая, д. 18  685000, г. Магадан, ул. Коммуны, 4А  685000, г. Магадан, ул. Коммуны, 4А
Учебная аудитория № 1316 для проведения занятий лекционного и	685000, г. Магадан, ул.

<p>семинарского типа, для самостоятельной работы (практические занятия); проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации Площадь 41,5 м<sup>2</sup>. Рабочее место преподавателя. Стационарная доска. Доска - 1 шт. Стеллаж книжный - 1 шт. Комплект учебной мебели - 24 посадочных места.</p>	<p>Портовая, д.13</p>
<p>Аудитория № 4101 для самостоятельной работы Научно-техническая библиотека СВГУ Площадь 531,9 м<sup>2</sup> Книжный фонд, компьютеры с выходом в локальную сеть университета и сеть Интернет, электронную информационно-образовательную среду и электронную библиотечную систему (10 посадочных мест), принтеры, многофункциональные устройства, мультимедиа проектор с экраном, комплект учебной мебели на 55 посадочных мест Программное обеспечение: Microsoft Windows 7; Microsoft Office 2010; Антивирус Касперского (Kaspersky Endpoint Security); ИРБИС СВГУ 64 – Читатель; Справочно-правовая система «Гарант»; Справочно-правовая система «Консультант Плюс». Свободно распространяемое программное обеспечение: Mozilla Firefox, Opera Browser, Yandex Browser, Adobe Reader, Архиватор 7zip.</p>	<p>685000, г. Магадан, ул. Коммуны, д. 4А</p>

### Компьютерное программное обеспечение, используемое в учебном процессе

Год	Авторы	Наименование программы	Наименование органа, зарегистрировавшего программу	Наименование и номер документа о регистрации программы
2019	Igor Pavlov	7-Zip, архиватор	Свободно распространяемое (бесплатное) программное обеспечение	-
2019	«The Document Foundation»	LibreOffice, пакет офисных приложений	Свободно распространяемое (бесплатное) программное обеспечение	-
2019	«Лаборатория Касперского»	Kaspersky Endpoint Security (Антивирус Касперского), антивирусное ПО	АО «Лаборатория Касперского»	Лицензия 2022-...-333, Лицензия 2022-...-126
2012	Международная ассоциация «ЭБНИТ»	ИРБИС64, автоматизированная библиотечная система	Международная ассоциация «ЭБНИТ»	Лицензия №431/1 от 12.12.2012
2019	Mozilla Corporation	Firefox, интернет-браузер	Свободно распространяемое (бесплатное) программное обеспечение	-
2019	Google	Google Chrome,	Свободно распространяемое	-

		интернет-браузер	(бесплатное) программное обеспечение	
2019	Opera Software	Opera, интернет-браузер	Свободно распространяемое (бесплатное) программное обеспечение	-
2012	Корпорация Microsoft	Microsoft Windows, операционная система	Корпорация Microsoft	Корпорация Microsoft, номер лицензии 61343227
2012	Корпорация Microsoft	Microsoft Office, пакет офисных приложений	Корпорация Microsoft	Корпорация Microsoft, номер лицензии 61703990
2019	УНЦИТ СВГУ	Рейтинг Студента СВГУ	Разработка УНЦИТ СВГУ	-
2019	УНЦИТ СВГУ	Студент СВГУ – Инфо	Разработка УНЦИТ СВГУ	-

2. В рабочую программу учебной дисциплины вносятся следующие дополнения: **нет**

Автор: составитель программы дисциплины **И. Г. Третьяк**, к.п.н., доцент, заведующий кафедрой педагогики и валеологии И. Г. Третьяк, 27.09.2019.  
подпись, дата

Рабочая программа учебной дисциплины пересмотрена и одобрена на заседании кафедры педагогики и валеологии, протокол заседания кафедры № 1 от 27.09.2019 г.

Заведующий кафедрой педагогики и валеологии: **И.Г. Третьяк**, к.п.н., доцент  
И. Г. Третьяк, 27.09.2019.  
подпись, дата