

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего профессионального образования  
«Сыктывкарский государственный университет им. Питирима Сорокина»  
Институт социальных технологий  
Кафедра теоретических и медико-биологических основ физической культуры

## **АННОТАЦИЯ**

*Плавание*

### **Направление подготовки**

*49.03.01 «Физическая культура»*

### **Квалификация (степень) выпускника**

*Бакалавр*

### **Форма обучения**

*Очная, заочная*

## 1. Цели освоения дисциплины

Цель курса освоения дисциплины «Плавание» предусматривает изучение студентами теории плавания, овладение техникой спортивного плавания, ознакомление с методикой начального обучения и спортивной тренировки, приобретение необходимых знаний, умений и навыков для ведения самостоятельной педагогической, организационной работы, в том числе оздоровительной и массовой работы по плаванию.

Учебная дисциплина «Плавание» включает в себя в качестве обязательного минимума следующие дидактические единицы, интегрирующие тематику теоретического, практического и контрольного учебного материала:

- теоретико-методические особенности построения занятий по плаванию;
- особенности методики воспитания силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости и гибкости;
- виды подготовки (физическая, техническая, тактическая и психологическая);
- закономерности тренировки в плавании;
- проблемы периодизации тренировки в плавании;
- планирование и контроль за проведением занятий по плаванию;
- соревновательная деятельность и организация судейства соревнований по плаванию;
- техника безопасности и предупреждение травматизма при занятиях плаванием.

## 2. Место дисциплины в структуре ООП бакалавриата.

Обязательный учебный предмет плавание призван сформировать у студента специальные знания, практические навыки, педагогические умения по избранному направлению, которые необходимы для прочного, надежного и умелого их использования в предстоящей профессиональной деятельности при обучении плаванию и совершенствовании занимающихся различного возраста и подготовленности.

В соответствии с требованиями ФГОС ВО и учебным планом по направлению 49.03.01 – физическая культура студенты очной формы обучения проходят курс данной дисциплины в течение 2-го семестра со сдачей зачета во 2-ом семестре.

## 3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины «плавание»

В процессе освоения данной дисциплины студент формирует и демонстрирует следующие общекультурные и общепрофессиональные компетенции компетенции, выделяемые работодателем как особо приоритетные подчеркнуты сплошной линией:

### **Общекультурные компетенции (ОК) Выпускника по направлению 49.03.01 – Физическая культура (бакалавриат):**

**ОК-1** - для формирования мировоззренческой позиции;

### **Общепрофессиональные компетенции (ОПК) Выпускника по направлению 49.03.01 – Физическая культура (бакалавриат):**

**ОПК-2** - способностью проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов;

**ОПК-4** - способностью воспитывать у учеников социально-личностные качества: целеустремленность, организованность, трудолюбие, ответственность, гражданственность, коммуникативность, толерантность (ОПК-4);

**ОПК-5** - способностью оценивать физические способности и функциональное состояние обучающихся, технику выполнения физических упражнений (ОПК-5);

**ОПК-7** - способностью обеспечивать в процессе профессиональной деятельности

соблюдение требований безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм, проводить профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь;

ОПК-8 - способностью организовывать и проводить соревнования, осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта;  
педагогического контроля и контроля качества обучения, актуальные дидактические технологии;

**Профессиональные компетенции (ОК) Выпускника по направлению 49.03.01 – Физическая культура (бакалавриат):**

**ПК-1** - способностью использовать основные положения и принципы педагогики, методы

**ПК-2** - способностью осуществлять образовательный процесс на основе положений теории физической культуры (ПК-2);

**ПК-11** - способностью разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта;

**ПК-32** - способностью использовать приемы общения при работе с коллективом обучающихся и каждым индивидуумом;

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

**Знать:**

- историю развития плавания в различные периоды его становления, различать значение и основные виды плавания;
- общую характеристику техники спортивных способов плавания, общие требования к рациональной технике, располагать сведениями о важнейших физических свойствах воды, определяя многообразное влияние ее на организм человека;
- последовательность обучения плавания способами кроль на груди и кроль на спине, указывать на типичные ошибки при обучении движению ног и рук;
- общую характеристику способов прикладного плавания, ныряния в глубину и длину, основные спасательными средствами;
- основы методики обучения плаванию.

**Уметь:**

- владеть техникой спортивными способами плавания и способами прикладного плавания, применять современные и разнообразные методы устранения ошибок;
- целесообразно применять методику начального обучения плаванию в зависимости от контингента занимающихся, объяснять и показывать подготовительные упражнения на суше и в воде, применять игры в воде при начальном обучении плаванию;
- применять методики при обучении спортивных способов плавания и прикладного плавания, составлять конспекты и проводить занятия с различным контингентом занимающихся.

**Владеть:**

- в совершенстве элементами техники спортивных способов плавания, дифференцировать упражнения для совершенствования техники спортивных способов плавания;
- знаниями о методах и средствах обучения и тренировки пловца, а также о методах контроля и самоконтроля за состоянием здоровья и уровнем физической подготовленности во время занятий плаванием, планировать и организовывать тренировочные занятия с учетом различных факторов;
- приемами транспортировки пострадавшего и приемами последовательного оказания первой доврачебной помощи пострадавшему в воде;
- профессиональными навыками применения методик начального обучения плаванию и начальной тренировки.
- знаниями по подготовке места для проведения занятий по плаванию, ознакомиться с методикой построения занятий по плаванию с различными возрастными группами, составлять положение о соревнованиях по плаванию и план проведения водного праздника;

- методикой обучения плавания способами кроль на груди, кроль на спине, поворотов и стартов.