

## Структура и содержание дисциплины

### 1. Цели и задачи учебной дисциплины

Цель изучения дисциплины – изучение наиболее общих закономерностей передвижений в водной среде, представленных в области изучения спортивных и прикладных способах плавания, приобретение знаний, умений и навыков, необходимых для преподавания плавания для лиц с ОВЗ как учебного предмета в различных типах учебных заведений.

Задачи:

- ознакомиться с историей развития спортивного и оздоровительного плавания, плавания для лиц с ОВЗ, водных видов спорта;
- ознакомиться с классификацией и методикой обучения технике спортивного и оздоровительного плавания;
- способствовать освоению техники плавания, формирование правильного навыка техники спортивного плавания.

### 2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Учебная дисциплина «Методика преподавания плавания для лиц с ОВЗ» входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений.

Необходимыми условиями для освоения дисциплины являются:

**знания** по истории плавания, техники и методики спортивного, оздоровительного и прикладного плавания;

**умения** демонстрировать технику спортивных и прикладных способов плавания;

**навыки** профессиональной и рациональной организации и проведения занятий по плаванию в соответствии с содержанием действующих программ и спецификой контингента занимающихся.

Основывается на базе дисциплин: «Теория и методика физического воспитания», «Адаптивная физическая культура».

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций

Код по ФГОС ВО	Индикатор достижений	Результаты обучения по дисциплине
<b>Общепрофессиональные</b>		
ОПК-1 – способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов	<b>ИОПК-1.1.</b> – воспитательные возможности занятий плаванием; – основы техники способов плавания и прикладного плавания; – методики обучения способам плавания; – методики развития физических качеств средствами плавания; – методики контроля и оценки технической и физической Подготовленности обучающихся на занятиях	<b>Знает:</b> – методики обучения технике упражнений и развития физических качеств средствами базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному

<p>базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья.</p>	<p>плаванием;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методики проведения спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других оздоровительного характера средствами плавания;</li> <li>– организацию оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях;</li> <li>- организацию досуговой деятельности учащихся в образовательных организациях;</li> <li>– способы реализации здоровье-формирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> </ul> <p><b>ИОПК-1.2. Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– применять методы организации учебной деятельности на занятиях по плаванию с учетом возможностей (организации), возрастных особенностей занимающихся, инвалидностью возможностями здоровья;</li> <li>– использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий плаванию, в зависимости от поставленных задач;</li> <li>– распределять на протяжении занятия средства плавания, с учетом их влияния на организм занимающихся, в том числе, с инвалидностью возможностями здоровья;</li> <li>– показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в плавании;</li> <li>– организовывать группу занимающихся, в том числе, ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного плавания;</li> <li>– оценивать упражнения плавании и определять ошибки в технике;</li> <li>– определять причины возникновения у занимающихся движений в плавании подбирать приемы и средства для их устранения;</li> <li>– использовать систему нормативов и методик подготовленности занимающихся, в том числе с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья на занятиях по плаванию;</li> <li>– осуществлять подготовку обучающихся, в том числе, ограниченными возможностями здоровья к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях;</li> <li>– анализировать эффективность</li> </ul>	<p>обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами адаптивной физической культуры для лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидностью;</li> <li>– организацию физкультурно-оздоровительной, спортивно-массовой работы и досуговой деятельности учащихся в образовательных организациях;</li> <li>– способы реализации здоровье формирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– применять методы, средства, методические приемы организации учебной деятельности на занятиях базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья;</li> <li>– использовать стандартное и дополнительное</li> </ul>
---	--	---

	<p>проведения занятий по базовым видам спорта по количественным критериям;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся;</li> <li>– применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся, в том числе инвалидностью и возможностями здоровья;</li> </ul> <p><b>ИОПК-1.3. Имеет опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– владения техникой способов плавания и прикладного плавания выполнения контрольных нормативов;</li> <li>– участия в судействе соревнования по плаванию;</li> <li>– проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры спортивных секций).</li> </ul>	<p>оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой, адаптивной физической культурой, адаптивного спорта.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> </ul> <p><b>Имеет опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– демонстрирует способность проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья.</li> </ul>
--	--	--

#### 4. Структура и содержание дисциплины

##### 4.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов/ зачетных единиц	
	Очная форма	Заочная форма
Общая трудоемкость дисциплины	72 (2,0 з.ч. ед)	72 (2,0 з.ч. ед)
Обязательная аудиторная нагрузка (всего часов), в том числе:	32	8

Лекции	2	2
Семинарские занятия	-	-
Практические занятия	22	6
Лабораторные работы	-	-
Курсовая работа / курсовой проект	-	-
Другие формы организации учебного процесса	4	4
<b>Самостоятельная работа студента (всего часов)</b>	<b>44</b>	<b>60</b>
Форма аттестации	зачет	зачет

#### 4.2. Содержание разделов учебной дисциплины

Тема 1. Общая характеристика предмета. История развития плавания.

Тема 2. Техника и методика спортивного и оздоровительного плавания.

Тема 3. Методика преподавания плавания для лиц с ОВЗ.

#### 4.3. Лекции

№ п/п	Название темы	Объем часов	
		Очная форма	Заочная форма
2 семестр			
1.	Общая характеристика предмета.	2	2
Итого:		2	2

#### 4.4. Практические / семинарские занятия

№ п/п	Название темы	Объем часов	
		Очная форма	Заочная форма
2 семестр			
1	Подготовительные упражнения для освоения с водой	2	
2	Изучение техники движений ногами при плавании кролем на груди	2	
3.	Изучение техники движений руками и дыхания при плавании кролем на груди	2	
4.	Согласования движений при плавании кролем на груди	2	2
5.	Изучение техники движений ногами при плавании кролем на спине	2	
6.	Изучение техники движений руками при плавании кролем на спине	2	
7.	Согласования движений при плавании кролем на спине	2	2
8.	Изучение техники движений рук и ног при плавании брассом	2	
9.	Согласования движений при плавании брассом	2	2
10.	Изучение техники движений рук и ног при плавании баттерфляем	2	
11.	Совершенствование техники плавания	4	
Итого:		22	6

#### 4.5. Лабораторные работы не предусмотрены учебным планом.

#### 4.6. Самостоятельная работа студентов

№ п/п	Название темы	Вид СРС	Объем часов	
			Очная форма	Заочная форма
2 семестр				
1	Методика обучения спортивного и плавания и плавания для лиц с ОВЗ	Изучение материала по учебным пособиям, спецлитературы, статей, Интернет ресурсов. Анализ видеоматериалов.	20	20
2	Техника прикладного плавания	Изучение материала по учебным пособиям, спецлитературы, статей, Интернет ресурсов.	4	10
3	Особенности работы по плаванию с детьми	Изучение материала по учебным пособиям, спецлитературы, статей, Интернет ресурсов. Анализ видеоматериалов.	10	10
4	Применение плавания при лечении заболеваний	Изучение материала по учебным пособиям, спецлитературы, статей, Интернет ресурсов. Реферат.	10	10
5.	Влияние плавания на здоровье человека	Изучение материала по учебным пособиям, спецлитературы, статей, Интернет ресурсов.	6	10
Итого:			44	60

#### 4.7. Курсовые работы не предусмотрены учебным планом.

#### 5. Методическое обеспечение, образовательные технологии.

Преподавание дисциплины ведется с использованием отдельных элементов следующих видов образовательных технологий (классификация по признакам модернизации традиционной системы обучения):

личностно-ориентированные технологии и групповой метод. Личностное продвижение учащегося по лестнице достижений в процессе освоения знаний, умений, развития психических процессов, личностных качеств (А.Н. Майоров, И.С. Якиманская);

предметно-ориентированные технологии – это технологии, обеспечивающие высокий уровень предметных знаний, умений и навыков. Технология дифференцированного обучения позволяет сохранить мотивацию учащихся к усвоению учебного материала и снять перегрузки. (О.И. Горбич).

С целью формирования и развития профессиональных навыков, обучающихся необходимо использовать инновационные образовательные

технологии (Е.И. Виштынецкий и А.О. Кривошеев) при реализации различных видов аудиторной работы в сочетании с внеаудиторной. Используемые образовательные технологии и методы должны быть направлены на повышение качества подготовки путем развития у обучающихся способностей к самообразованию и нацелены на активацию и реализацию личностного потенциала.

#### **6. Формы контроля освоения дисциплины.**

Текущая аттестация студентов производится в дискретные временные интервалы преподавателем по дисциплине в следующих формах: тестирование технического мастерства; контрольная работа; реферат.

Итоговый контроль по результатам освоения дисциплины проходит в форме зачета (включает в себя тестирование технического мастерства, контрольной работы и написание реферата).

Система оценивания учебных достижений студентов, оценочные средства представлены в фонде оценочных средств к рабочей программе учебной дисциплины (приложении).

#### **7. Учебно-методическое и программно-информационное обеспечение дисциплины**

а) основная литература:

1. Булгакова, Н. Ж. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание / Н. Ж. Булгакова. – Москва : Академия, 2005. – 432 с.

2. Петрова, Н. Л. Плавание. Начальное обучение с видеокурсом / Петрова Н.Л., Баранов В. А. – Москва : Человек, 2013. – 148 с. – ISBN 978-5-906131-07-2. – Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/27584.html> (дата обращения: 24.01.2025). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

3. Организация и проведение занятий по плаванию в учреждениях высшего профессионального образования / А. И. Шкурин, Т. В. Загной; ГОУ ВПО ЛНР «Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко». – Луганск : Книта, 2019. – 110 с.

4. Чертов, Н. В. Теория и методика плавания : учебник / Чертов Н.В. – Ростов-на-Дону : Издательство Южного федерального университета, 2011. – 452 с. – ISBN 978-5-9275-0929-4. – Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/47154.html> (дата обращения: 24.01.2025). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

б) дополнительная литература:

1. Булгакова Н.Ж. Водные виды спорта / Н.Ж. Булгакова. – Москва : Академия, 2002. – 178 с.

2. Плавание : учебник / Н. Ж. Булгакова, С.Н. Морозов, О. И. Попов [и др.] ; под общ. ред. проф. Н. Ж. Булгаковой. – Москва : ИНФА-М, 2023. – 290 с.

3. Организация и проведение занятий по плаванию в дошкольных учреждениях/ А. И. Шкурин, Т. В. Загной; ГОУ ВПО ЛНР «Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко». – Луганск : Книта, 2020. – 112 с.

4. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «плавание» : приказ Министерства спорта РФ от 1 июня 2021 г. № 391. – 2-е изд. – Саратов : Вузовское образование, 2022. – 25 с. – ISBN 978-5-4487-0891-6. – Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/123627.html> (дата обращения: 31.08.2022). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

в) Интернет-ресурсы:

1. [www.russwimming.ru](http://www.russwimming.ru) – Всероссийская федерация плавания, официальный сайт (правила соревнований)

2. [www.swimming.ru](http://www.swimming.ru)

3. <https://www.iprbookshop.ru/>

4. <https://e.lanbook.com/>

## **8. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

Для обеспечения данной дисциплины необходимы: лекционные аудитории, бассейн.

Лекционные занятия: комплект электронных презентаций/слайдов, аудитория, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук).

Практические занятия: бассейн, специализированное оборудование.

Прочее: рабочее место преподавателя, оснащенное компьютером с доступом в Интернет, рабочие места студентов, оснащенные компьютерами с доступом в Интернет, предназначенные для работы в электронной образовательной среде, и т.п.

## 9. Лист дополнений и изменений

[illegible]