

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЛГПУ»)**

**Институт физического воспитания и спорта
Кафедра спортивных дисциплин**

УТВЕРЖДАЮ
Врио директора Института
физического воспитания и спорта
Чорноштан А.Г.
«20» апреля 2023 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
«Методика преподавания плавания для лиц с ОВЗ»**

По направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Профиль подготовки Физическая реабилитация

Квалификация выпускника бакалавр

Форма обучения очная

Курс ОФО –1 курс (2 семестр), ЗФО –1 курс (3 триместр)

Луганск, 2023

Рабочая программа учебной дисциплины «Методика преподавания плавания для лиц с ОВЗ» является частью основной профессиональной образовательной программы для подготовки бакалавров по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» профиль «Физическая реабилитация» очной и заочной форм обучения.

Составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 19.09.2017 № 942 (с изменениями и дополнениями).

СОСТАВИТЕЛЬ:

к.п.н., доцент кафедры спортивных дисциплин ФГБОУ ВО «ЛГПУ»

Шкурин А.И.

доцент кафедры спортивных дисциплин ФГБОУ ВО «ЛГПУ»

Загной Т.В.

Рабочая программа дисциплины утверждена на заседании кафедры физического воспитания

«28» апреля 2023 г., протокол № 9

И.о. заведующего кафедрой спортивных дисциплин А.И. Шкурин

ОДОБРЕНА на заседании учебно-методической комиссии Института физического воспитания и спорта

«28» апреля 2023 г., протокол № 9

Председатель

А.С. Богданова

СОГЛАСОВАНО:

И.о. заведующего

учебно-методическим отделом

В.В. Савенков
«29» апреля 2023 г.

Структура и содержание дисциплины

1. Цели и задачи дисциплины, ее место в учебном процессе

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 оздоровительного плавания как учебного предмета в различных типах учебных заведений.

Задачи:

1. Ознакомиться с историей развития оздоровительного плавания.
2. Ознакомиться с классификацией и методикой обучения технике оздоровительного плавания.
3. Формировать знания об истории, правилах, технике и тактике, методике обучения водных видах спорта.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО.

Дисциплина «Методика преподавания плавания для лиц с ОВЗ» относится к части дисциплин, формируемых участниками образовательных отношений.

Дисциплина реализуется кафедрой спортивных дисциплин.

Необходимыми условиями для освоения дисциплины являются:

знания по истории плавания, правил соревнований, методику 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.

Содержание дисциплины является логическим продолжением содержания дисциплин «Педагогика»: закономерности, принципы, методы, средства обучения; виды (модели) обучения; современные технологии обучения; «Теория и методика физического воспитания»: формы построения занятий физическими упражнениями; оценка эффективности физкультурно-спортивных занятий; планирование и контроль в процессе физического воспитания; особенности физического воспитания детей школьного возраста; теория и методика оздоровительно-рекреативной и реабилитационной физической культуры; различные виды спортивных игр предусматривает выявление у студентов знаний об основах техники и тактики в разных видах спорта, средствах и методах обучения и основах спортивной тренировки, и служит основой для освоения дисциплин профессионального цикла, таких как, «Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре», а также будут использоваться в процессе профессиональной деятельности тренера, преподавателя физической культуры, учителя, реабилитолога.

3. Требования к результатам освоения содержания дисциплины

Студенты, завершившие изучение дисциплины «Методика преподавания плавания для лиц с ОВЗ», должны:

знать:

- анатомо-физиологические особенности развития организма детей, подростков и взрослых;
- санитарно-гигиенические и психолого-педагогические основы в работе со всеми категориями обучающихся по обучению плаванию;
- историю развития плавания как прикладного, жизненно важного навыка;
- историю развития спортивного плавания;
- гидродинамические основы плавания;
- технику облегченных и спортивных способов плавания;
- средства и методику начального обучения плаванию;
- дидактические закономерности в плавании;
- технику безопасности при занятиях по плаванию;
- методику проведения оздоровительных занятий с использованием элементов нахождения в воде и плавания с различными группами населения.

уметь:

- формулировать конкретные задачи физического воспитания с использованием средств плавания с учетом состояния здоровья, возраста, физического развития и физической подготовленности занимающихся, условий для занятий;
- пользоваться организационными приёмами работы с группой;
- вести индивидуальную работу;
- уметь определять причину ошибок в процессе обучения двигательным действиям и развития физических качеств, находить способы их устранения;
- оказывать первую помощь травмированному или пострадавшему;
- оценивать эффективность проводимых занятий;
- формировать потребность к самостоятельной физической активности детей и взрослых, здоровому стилю жизни.

иметь опыт:

- профессиональной и рациональной организацией и проведения занятий и соревнований по плаванию в соответствии с содержанием действующих программ и спецификой контингента занимающихся;
- приемами общения специалиста по физической культуре и спорту с коллективом занимающихся и каждым индивидуумом и межличностного общения в коллективе;
- методами самоанализа собственной профессиональной деятельности;
- использования специальной терминологии, профессиональной речи и жестикულიции в процессе занятий, общения, воспитательной и консультационной работы;
- методами и средствами сбора, обобщения и использования информации о достижениях физической культуры, спорта и адаптивного спорта, приемами агитационно-пропагандистской работой по вовлечению населения к занятиям спортивно-рекреационной направленности.

Перечисленные результаты обучения являются основой для формирования ряда компетенций (в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» и требованиями к результатам освоения ОПОП ВО):

Общепрофессиональных:

ОПК-1 – способен 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;

ОПК-13 – способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся;

ОПК-14 – способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.

4. Структура и содержание дисциплины.

4.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы.

Вид учебной работы	Объем часов / зач. ед.	
	Очная форма	Заочная форма
Общая учебная нагрузка	72 (2,0зач. ед)	72 (2,0зач. ед)
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего часов) в том числе:	32	8
Лекции	2	2
Семинарские занятия	-	-
Практические занятия	30	6
Лабораторные работы	-	-
Контрольные работы	-	-
Курсовая работа / курсовой проект	-	-
Другие формы организации учебного процесса	-	-
Самостоятельная работа студента (всего часов)	36	60
Контроль	4	4
Итоговая аттестации	зачет	зачет

4.2. Содержание разделов дисциплины

Тема 1. Общая характеристика предмета.

Тема 2. История развития плавания.

Тема 3. Техника и методика спортивного и оздоровительного плавания.

Тема 4. Методика преподавания плавания для лиц с ОВЗ.

4.3. Лекции

№ п/п	Название темы	Объем часов	
		Очная форма	Заочная

			форма
	2 семестр / 3 триместр	2 семестр	3 триместр
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 / 3 триместр	2 семестр	3 триместр
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	4	2
10.	Изучение техники движений рук и ног при плавании баттерфляем	2	-
11.	Совершенствование техники плавания	8	-
Итого:		30	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 / 3 триместр		2 семестр	3 триместр
1	Методика обучения спортивного и плавания и плавания для лиц с ОВЗ	Изучение материала по учебным пособиям, спецлитературы, статей, Интернет ресурсов. Анализ видеоматериалов.	14	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.	6	10
4	Применение плавания при лечении заболеваний	Изучение материала по учебным пособиям, спецлитературы, статей, Интернет ресурсов. Реферат.	6	10
5.	Влияние плавания на здоровье человека	Изучение материала по учебным пособиям, спецлитературы, статей, Интернет ресурсов.	6	10
Итого:			36	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):

лично-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 (прил. 2) и написание реферата).

Система оценивания учебных достижений студентов очной / заочной формы обучения

Вид текущей учебной работы	Количество баллов
2 семестр / 3 триместр	
практические нормативы	60
реферат	20
контрольная работа	20
Итого за семестр и за год:	100

Схема получения баллов за тестирование уровня овладения умениями и навыками студентами на практических занятиях

	Вид тестирования	баллов
1.	Скольжение на груди	10
2.	Скольжение на спине	10
3.	Техника плавания вольным стилем	10
4.	Техника плавания кролем на спине	10
5.	Техника плавания брассом	10
6.	Техника плавания баттерфляем	10
	Всего:	60

Накопительная система оценивания по 100-балльной шкале

Четырехбал- льная система оценивания экзамена	100- балльная шкала	Буквенная шкала, соответствующая 100-балльной шкале	Система оцени- вания зачета
Отлично	90–100	А – отлично – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному	Зачтено
Хорошо	83–89	В – очень хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения большинства из них оценено числом баллов, близким к максимальному	
Хорошо	75–82	С – хорошо – теоретическое содержание	

		курса освоено полностью; некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые виды заданий выполнены с ошибками	
Удовлетворительно	63–74	D – удовлетворительно – теоретическое содержание дисциплины освоено частично, но пробелы не носят существенного характера; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий, содержат ошибки	
Удовлетворительно	50–62	E – посредственно – теоретическое содержание курса освоено частично; некоторые практические навыки работы не сформированы, многие предусмотренные программой обучения учебные задания не выполнены либо качество выполнения некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному	
Неудовлетворительно	21–49	FX – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса освоено частично; необходимые практические навыки работы не сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному; при дополнительной самостоятельной работе над материалом курса возможно повышение качества выполнения учебных заданий	Не зачтено
Неудовлетворительно	0–20	F – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса не освоено; необходимые практические навыки работы не сформированы; все выполненные учебные задания содержат грубые ошибки, дополнительная самостоятельная работа над материалом курса не приведет к какому-либо значимому повышению качества выполнения учебных заданий	

7. Учебно-методическое и программно-информационное обеспечение дисциплины

а) основная литература:

а) основная литература:

1. Никитский Б.М. Плавание / Б.М. Никитский. – М. : Просвещение, 1981. – 304 с.
2. Плавание : учебник / Н.Ж. Булгакова, С.Н. Морозов, О.И. Ппов [и др.] ; под общ. ред. проф. Н.Ж. Булгаковой. – М. : ИНФА-М, 2023. – 290 с.
3. Платонов В.Н. Плавание / В.Н. Платонов. – К. : Олимпийская литература, 2000. – 496 с.
4. Булгакова Н.Ж. Водные виды спорта / Н.Ж. Булгакова. – М. : Академия, 2002. – 178 с.
5. Правила соревнований по плаванию.

б) дополнительная литература:

1. Булгакова Н.Ж. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание / Н.Ж. Булгакова. – М. : Академия, 2005. – 432 с.
2. Платонов В.Н. Золотые страницы олимпийского спорта / В.Н. Платонов. – К. : Олимпийская литература, 2000. – 192 с.
3. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте // Учебник для студентов вузов физического воспитания и спорта / В.Н. Платонов. – К. : Олимпийская литература, 1997. – 583 с.
4. Платонов, В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте: общая теория и ее практические приложения: учебник тренера высшей квалификации / В.Н. Платонов. – К. : Олимпийская литература, 2004. – 808 с.
5. Платонов В.Н. Олимпийский спорт: учебник для студентов ВУЗов: в 2 кн. / В.Н. Платонов, С.И. Гуськов. – М. : Олимпийская литература, 1992. – 495 с.
6. Платонов В.Н. Сильнейшие пловцы мира / В.Н. Платонов, С.Л. Фесенко. – М. : Физкультура и спорт, 1990. – 304 с.
7. 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.
8. 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.
9. Петрова Н.Л. Плавание. Начальное обучение с видеокурсом / Н.Л. Петрова, В.А. Баранов. – Москва : Человек, 2013. - 148 с. – ISBN 978-5-906131-07-2. – Текст : электронный // ЭБС «Консультант студента» : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906131072.html> (дата обращения: 06.04.2021). – Режим доступа : по подписке.

в) Интернет-ресурсы:

1. www.russwimming.ru – Всероссийская федерация плавания, официальный сайт.
2. Sib-swimming.ru - портал плавания
3. www.swimming.ru
4. www.i-swimmer.ru/pub

5. www.kidsport.narod.ru

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]