

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Соловьев Дмитрий Александрович
Должность: ректор ФГБОУ ВО Вавиловский университет
Дата подписания: 25.04.2019 09:57:46
Уникальный программный ключ:
528682d78e671e566a107f04e1ba1172f73612



МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Саратовский государственный аграрный университет
имени Н. И. Вавилова»

СОГЛАСОВАНО

Зав. кафедрой «ФК»

«ФК» 2019 г.

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора ИЗО и ДО

/Никишанов А.Н./
«ИЗО и ДО» 2019 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Дисциплина

ПЛАВАНИЕ

Направление подготовки

08.03.01 Строительство

Направленность
(профиль)

Экспертиза и управление недвижимостью

Квалификация
выпускника

Бакалавр

Нормативный срок
обучения

4 года

Форма обучения

Заочная

Разработчик(и): доцент, Шишкина Т.Г.

доцент, Панина О.В.

(подпись)

(подпись)

Саратов 2019

1. Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Плавание», является формирование у обучающихся способности методически обоснованно и целенаправленно использовать разнообразные средства, методы и организационные формы физической культуры, для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

В соответствии с учебным планом по направлению подготовки 08.03.01 Строительство направленность (профиль) «Экспертиза и управление недвижимостью», дисциплина «Плавание» относится к дисциплинам по выбору вариативной части дисциплин Блока 1.

Для изучения данной дисциплины необходимы знания, умения и навыки, формируемые предшествующими дисциплинами: «Физическая культура спорт».

Дисциплина «Плавание» является базовой для изучения дисциплин, практик: последующие дисциплины, практики отсутствуют.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ОПОП ВО

Изучение данной дисциплины направлено на формирование у обучающихся компетенции, представленной в таблице 1.

Требование к результатам освоения дисциплины

Таблица 1

№ п/п	Код компетенции	Содержание компетенции (или ее части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны:		
			знать	уметь	владеть
1	2	3	4	5	6
1.	ОК-8	<i>способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</i>	социально-биологические основы физической культуры; основы здорового образа и стиля жизни; виды общедоступного и профессионального спорта; влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; правила и способы планирования ин-	применять систему знаний, практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, воспитание и совершенствование психофизических способностей и качеств; применять знания по основам теории, методики и организации физического воспитания и спортивной тренировки в жизненных и профессиональных целях; составлять индивидуальные про-	техникой разнообразных двигательных действий, методиками развития двигательных качеств, методикой тактической и психологической подготовки в избранном виде спорта; средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования; методами адекватного планирования нагрузки в тренировочном процессе с целью оздоровления и подготовки к профессиональной деятельности и адаптации в ней; навыками органи-

			дидеивуальных занятий различной целевой направленности; методики тренировки в избранном виде спорта	граммы тренировки и прогнозировать результаты	зации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и участия в массовых спортивных соревнованиях
--	--	--	---	---	--

4. Объем, структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 328 часов.

Таблица 2

Объем дисциплины

	Количество часов					
	Всего	в т.ч. по годам				
		1	2	3	4	5
Контактная работа – всего, в т.ч.	328	72	64	64	64	64
<i>аудиторная работа:</i>	328	72	64	64	64	64
лекции	-	-	-	-	-	-
лабораторные	-	-	-	-	-	-
практические	328	72	64	64	64	64
<i>промежуточная аттестация</i>	-	-	-	-	-	-
<i>контроль</i>	-	-	-	-	-	-
Самостоятельная работа	-	-	-	-	-	-
Форма итогового контроля	зач.	зач.	зач.	зач.	зач.	зач.
Курсовой проект (работа)	-	-	-	-	-	-

Таблица 3

Структура и содержание дисциплины

№ п/п	Тема занятия Содержание	Неделя семестра	Контактная работа			Самостоятельная работа	Контроль	
			Вид занятия	Форма проведения	Количество часов		Вид	Форма
1	2	3	4	5	6	7	8	9

1	2	3	4	5	6	7	8	9
1 курс								
1.	Основы техники безопасности на занятиях по плаванию Мониторинг функционального состояния организма.		ПЗ	В	2	-	ВК	Т
2.	«Плавание» содержание; раздел 1 приложения		ПЗ	Т	68	-	ТК	Д Т
3.	Организация и практическое судейство соревнований различного уровня. Участие в соревнованиях.		ПЗ	РИ	2	-	ТК	Д
4.	Выходной контроль Тесты выходного контроля по плаванию					-	ВыхК	3
5.	Итого за 1 курс:				72	-		

1	2	3	4	5	6	7	8	9
2 курс								
6.	Тесты входного контроля по плаванию Мониторинг функционального состояния организма.		ПЗ	В	2	-	ВК	Т
7.	«Плавание» содержание; раздел 2 приложения		ПЗ	Т	60	-	ТК	Д Т
8.	Организация и практическое судейство соревнований различного уровня. Участие в соревнованиях.		ПЗ	РИ	2	-	ТК	Д
9.	Выходной контроль Тесты выходного контроля по плаванию					-	ВыхК	3
10.	Итого за 2 курс:				64	-		
3 курс								
11.	Тесты входного контроля по плаванию Мониторинг функционального состояния организма.		ПЗ	В	2	-	ВК	Т
12.	«Плавание» содержание; раздел 3 приложения		ПЗ	Т	60	-	ТК	Д Т
13.	Организация и практическое судейство соревнований различного уровня. Участие в соревнованиях.		ПЗ	РИ	2	-	ТК	Д
14.	Выходной контроль Тесты выходного контроля по плаванию					-	ВыхК	3
15.	Итого за 3 курс:				64	-		
4 курс								
16.	Тесты входного контроля по плаванию Мониторинг функционального состояния организма.		ПЗ	В	2	-	ВК	Т
17.	«Плавание» содержание; раздел 4 приложения		ПЗ	Т	60	-	ТК	Д Т
18.	Организация и практическое судейство соревнований различного уровня. Участие в соревнованиях.		ПЗ	РИ	2	-	ТК	Д
19.	Выходной контроль Тесты выходного контроля по плаванию					-	ВыхК	3
20.	Итого за 4 курс:				64	-		
5 курс								
21.	Тесты входного контроля по плаванию Мониторинг функционального состояния организма.		ПЗ	В	2	-	ВК	Т
22.	«Плавание» содержание; раздел 5 приложения		ПЗ	Т	60	-	ТК	Д Т
23.	Организация и практическое судейство соревнований различного уровня. Участие в соревнованиях.		ПЗ	РИ	2	-	ТК	Д
24.	Выходной контроль Тесты выходного контроля по плаванию					-	ВыхК	3
25.	Итого за 5 курс:				64	-		
	Всего по дисциплине				328			

Примечание:

Условные обозначения:

Виды аудиторной работы: ПЗ – практическое занятие.

Формы проведения занятий: Т - занятие проводимое в традиционной форме, В- занятие проводимое в форме визуализации, РИ – ролевая игра.

Виды контроля: ВК – входной контроль, ТК – текущий контроль, РК – рубежный контроль, ВыхК – выходной контроль.

Форма контроля: Д – демонстрация практического навыка, Т-тестирование, 3 – зачет.

5. Образовательные технологии

Организация занятий по дисциплине «Плавание» проводится по видам учебной работы: практические занятия, текущий контроль.

Реализация компетентного подхода в рамках направления подготовки 08.03.01 Строительство направленность (профиль) «Экспертиза и управление недвижимостью», предусматривает использование в учебном процессе как традиционных педагогических технологий, так и методов активного обучения для формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

Практические занятия проводятся в спортивных залах, на открытых спортивных площадках, лыжной базе, бассейне.

Целью практических занятий является выработка практических навыков работы с методами и средствами физической культуры и спорта, для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности, формирование образовательной среды по видам спорта, способствующей удовлетворению познавательных интересов обучающихся, усилению мотивации обучения видам спорта.

Для достижения этих целей используются формы работы - проведение занятий в традиционной форме, в форме визуализации и ролевой игры.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

а) основная литература (библиотека СГАУ)

№ п/п	Наименование, ссылка для электронного доступа или кол-во экземпляров в библиотеке	Автор(ы)	Место издания, издательство, год	Используется при изучении разделов (из п. 4.3)
1	2	3	4	5
1.	Плавание : учебник; под общ. ред. проф. Н.Ж. Булгаковой. — http://znanium.com/bookread2.php?book=1020823	Н.Ж. Булгакова, С.Н. Морозов, О.И. Попов [и др.]	М. : ИНФРА-М, 2019	1 – 5
2.	Плавание: учебник http://znanium.com/bookread2.php?book=942805	Н.Ж. Булгакова, С.Н. Морозов, О.И. Попов [и др.]	М. :ИНФРА-М, 2018	1 – 5

б) дополнительная литература

№ п/п	Наименование, ссылка для электронного доступа или кол-во экземпляров в библиотеке	Автор(ы)	Место издания, издательство, год	Используется при изучении разделов (из п. 4.3)
1	2	3	4	5
1.	Комплекс тестовых заданий по теории и методике избранного вида спорта (плавание): учебное пособие http://znanium.com/bookread2.php?book=551002	Н.В. Чертов	Ростов-на-Дону: Издательство ЮФУ, 2012.	1 – 5
2.	Плавание: учебник http://znanium.com/bookread2.php?book=544338	Н.Ж.Булгаков, С.М.Никитина, Т.Н Павлова	М.:НИЦ ИНФРА-М, 2016	1 – 5
3.	Теория и методика плавания: учебник http://znanium.com/bookread2.php?book=551003	Н.В. Чертов	Ростов-на-Дону: Издательство ЮФУ, 2011	1 – 5

№ п/п	Наименование, ссылка для электронного доступа или кол-во экземпляров в библиотеке	Автор(ы)	Место издания, издательство, год	Используется при изучении разделов (из п. 4.3)
1	2	3	4	5
4.	Физическая культура студента: учебное пособие http://znanium.com/bookread2.php?book=443255	А. Б. Муллер, Н.С.Дядичкина, Ю.А.Богащенко, А.Ю.Близневский	Красноярск: Сиб. федер. ун-т., 2011	1 – 5

в) ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

Для освоения дисциплины рекомендуются следующие сайты информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

- Официальный сайт университета: <http://www.sgau.ru/>;
- Государственная политика в области образования-Российское образование. Федеральный портал-URL: http://www.edu.ru/index.php?page_id=105
- Официальный сайт Электронной библиотеки диссертаций Российской государственной библиотеки. <http://diss.rsl.ru/>
- Электронная библиотека: Труды ученых ИГУ. <http://ellib.library.isu.ru/index.php>

г) периодические издания

1. Научный журнал включен в список ВАК России «Теория и практика физической культуры». - ISSN: 00403601

д) информационные справочные системы и профессиональные базы данных

Для пользования стандартами и нормативными документами рекомендуется применять информационные справочные системы и профессиональные базы данных, доступ к которым организован библиотекой университета через локальную вычислительную сеть.

Для пользования электронными изданиями рекомендуется использовать следующие информационные справочные системы и профессиональные базы данных:

1. Научная библиотека университета <http://read.sgau.ru/biblioteka/>

Базы данных содержат сведения обо всех видах литературы, поступающей в фонд библиотеки. Более 1400 полнотекстовых документов (учебники, учебные пособия и т.п.). Доступ – с любого компьютера, подключенного к сети Интернет.

2. Электронная библиотечная система «Лань» <http://e.lanbook.com>.

Электронная библиотека издательства «Лань» – ресурс, включающий в себя как электронные версии книг издательства «Лань», так и коллекции полнотекстовых файлов других российских издательств. После регистрации с компьютера университета – доступ с любого компьютера, подключенного к сети Интернет.

3. Электронно-библиотечная система «IPRbooks» [http:// ibooks.ru](http://ibooks.ru) - ресурс новейших информационных технологий и учебной лицензионной литературы. Доступ к полному тексту изданий на сайте возможен после авторизации. Пройдя личную регистрацию в дальнейшем можно работать под своими учетными данными в любой точке, где есть доступ в сеть Интернет.

4. Электронно-библиотечная система «Znanium» [http:// znanium.com](http://znanium.com)

Электронная библиотечная система «Znanium» содержит электронные версии изданий, публикуемых Научно-издательским центром ИНФРА-М, коллекции книг и журналов других российских издательств, а также произведения отдельных авторов. Доступ – с любого компьютера, подключенного к сети Интернет.

5. «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru>.

Электронно-библиотечная система, обеспечивающая доступ к книгам, конспектам лекций, энциклопедиям и словарям, учебникам по различным областям научных знаний, материалам по экспресс-подготовке к экзаменам. После регистрации с компьютера университета – доступ с любого компьютера, подключенного к сети Интернет.

6. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU. <http://elibrary.ru>.

Российский информационный портал в области науки, медицины, технологии и образования. На платформе аккумулируются полные тексты и рефераты научных статей и публикаций. Доступ с любого компьютера, подключенного к сети Интернет. Свободная регистрация.

7. Профессиональная база данных «Министерство спорта РФ»

8. Поисковые интернет-системы Яндекс, Rambler, Google.

е) информационные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса:

- программное обеспечение - не предусмотрено программой

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Для проведения практических занятий по дисциплине кафедры «Физическая культура» имеются аудитории:

- игровой зал оснащённый баскетбольными пластиковыми щитами, мячами;
- бассейн оснащённый досками для плавания;
- тренажерный зал оснащённый тренажерами, лавками, гантелями;
- спортивная комплексная площадка оснащённая баскетбольными пластиковыми щитами, воротами для мини-футбола.

8. Оценочные материалы

Оценочные материалы, сформированные для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Плавание» разработаны на основании следующих документов:

- Федерального закона Российской Федерации от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
- приказа Минобрнауки РФ от 05.04.2017 № 301 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры»;

Оценочные материалы представлены в приложении 1 к рабочей программе дисциплины и включает в себя:

- перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы;

- описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания;
- типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы;
- методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

9. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы

Самостоятельная работа не предусмотрена учебным планом по направлению подготовки 08.03.01 Строительство направленность (профиль) «Экспертиза и управление недвижимостью».

1. Методические указания для обучающихся по изучению дисциплины «Плавание»

Методические указания по изучению дисциплины «Плавание» не предусмотрены.

*Рассмотрено и утверждено на заседании кафедры «Физическая культура»
«26» августа 2019 года (протокол № 1).*

Приложение к рабочей программе по дисциплине «Плавание»

Темы занятий
Раздел № 1
Беседа на тему «Техника безопасности на занятиях по плаванию» Общая, специальная физическая подготовка Обучение элементов «Поплавок» и «Звездочка» Обучение дыхания в воде Обучение техники работы ног в плавании кролем на груди у жесткой опоры Обучение техники работы ног в плавании кролем на груди у подвижной опоры на Обучение техники работы ног с доской в плавании кролем на груди Обучение скольжению в плавании кролем на груди Обучение скольжению с работой ног в плавании кролем на груди Обучение технике гребка руками в плавании кроль на груди Обучение согласованному движению рук и ног в плавании кролем на груди Обучение элемента «Звездочка на спине» Обучение выдохам в воду Обучение техники работы ног в плавании кроль на спине у жесткой опоры Обучение техники работы ног в плавании кроль на спине у подвижной опоры Обучение техники работы ног с доской в плавании кроль на спине Обучение скольжению в плавании кроль на спине Обучение скольжению с работой ног в плавании кроль на спине Обучение техники плавания кроль на спине Обучение технике гребка руками в плавании кроль на спине Обучение согласованному движению рук и ног в плавании кроль на спине
Раздел № 2
Общая и специальная физическая подготовка Обучение плаванию под водой способом брасс Обучение техники работы ног в плавании способом брасс у жесткой опоры Обучение техники работы ног в плавании способом брасс у подвижной опоры Обучение техники работы ног с доской в плавании способом брасс на груди Обучение техники работы ног с доской в плавании способом брасс на спине Обучение скольжению в плавании способом брасс Обучение работы ног в плавании способом брасс Обучение технике гребка руками в плавании способом брасс Обучение согласованному движению рук и ног в плавании способом брасс Обучение плаванию под водой ногами дельфин руки в стрелочке Обучение техники работы ног в плавании способом баттерфляй у жесткой опоры Обучение техники работы ног в плавании способом баттерфляй у подвижной опоры Обучение техники работы ног с доской в плавании способом баттерфляй Обучение скольжению в плавании способом баттерфляй Обучение работы ног в плавании способом баттерфляй Обучение техники плавания способом баттерфляй Обучение технике гребка руками в плавании способом баттерфляй Обучение согласованному движению рук и ног в плавании способом баттерфляй
Раздел № 3
Общая и специальная физическая подготовка Обучение технике движений ног (с подвижной опорой и без опоры) Обучение технике гребка руками в плавании кроль на груди Обучение техники работы ног с доской в плавании кролем на груди Обучение скольжению в плавании кролем на груди Обучение скольжению с работой ног в плавании кролем на груди Обучение скольжению в плавании кроль на спине Обучение скольжению с работой ног в плавании кроль на спине Обучение техники плавания кроль на спине Обучение технике гребка руками в плавании кроль на спине Обучение согласованному движению рук и ног в плавании кроль на спине Обучение скольжению в плавании способом брасс

Обучение работы ног в плавание способом брасс
Обучение техники плавания способом брасс
Обучение технике гребка руками в плавании способом брасс
Раздел № 4
Общая и специальная физическая подготовка
Обучение плаванию с опорой о плавательную доску с дыханием
Обучение технике спортивных способов плавания, стартов и поворотов
Обучение старта
Обучение поворота маятник
Обучение поворота сальто
Раздел № 5
Общая и специальная физическая подготовка
Совершенствование изученных тем

**Лист изменений и дополнений,
вносимых в рабочую программу дисциплины
«Плавание»**

Дополнения и изменения, внесенные в рабочую программу дисциплины «Плавание» на 2020/2021 учебный год:

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

а) основная литература (библиотека СГАУ)

1. Блинков, С. Н. Элективные курсы по физической культуре и спорту : учебное пособие / С. Н. Блинков, В. А. Мезенцева, С. Е. Бородачева. — Самара : СамГАУ, 2018. — 161 с. — ISBN 978-5-88575-500-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/reader/book/109462/>

б) дополнительная литература

2. Хуббиев, Ш. З. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой тренировки: Учебное пособие / Хуббиев Ш.З., Лукина С. - СПб:СПбГУ, 2018. - 272 с. ISBN 978-5-288-05785-4. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/document?pid=1000483>

Актуализированная рабочая программа дисциплины «Плавание» рассмотрена и утверждена на заседании кафедры «Физическая культура» «31» августа 2020 года (протокол № 1).

Заведующий кафедрой


(подпись)