

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Демченко Альберт Михайлович  
Должность: И.о. ректора  
Дата подписания: 09.06.2026 10:59:11  
Уникальный программный ключ:  
735ac335104bb4cd044a23562564d177d3d81162

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЧАЙКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И  
СПОРТА»  
(ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)

Кафедра Теории и методики физической культуры, спорта  
и безопасности жизнедеятельности

УТВЕРЖДАЮ:  
Проректор по учебной работе  
к.п.н., доцент Фендель Т.В.

«29» апреля 2026 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Теория и методика обучения базовым видам спорта: плавание (Б1.О.13.08)

Направление подготовки	49.03.04 Спорт
Направленность (профиль) программы бакалавриата	«Спортивная подготовка в единоборствах. Тренерско-преподавательская деятельность в образовании» «Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Тренерско-преподавательская деятельность в образовании» «Спортивная подготовка в сложно-координационных зимних видах спорта. Тренерско-преподавательская деятельность в образовании» «Спортивная подготовка в командных игровых видах спорта. Тренерско-преподавательская деятельность в образовании»
Квалификация выпускника	Тренер по виду спорта. Преподаватель
Год начала подготовки (по учебному плану)	2026
Форма обучения, семестр	очная: 3,4 семестр заочная: 3,4 семестр
Трудоёмкость по рабочему учебному плану	зачётных единиц: 4 часов: 144
Промежуточная аттестация	зачет

Разработчики рабочей программы:

Борина Ю.Ю., к.п.н.,  
доцент

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры ТиМФКСиБЖД  
Протокол от «14» апреля 2026 г. № 15.

Рабочая программа одобрена на заседании УМС  
Протокол от «14» апреля 2026 г. № 9.

Чайковский 2026

## 1 Цель и задачи дисциплины

### 1.1 Цель дисциплины

Целью освоения дисциплины является формирование компетенций, предусмотренных ФГОС ВО и ОПОП, а также знаний, умений и навыков, необходимых для учебной, методической, организационной и судейской деятельности по плаванию в системе физической культуры и спорта.

### 1.2 Задачи дисциплины

- ознакомить обучающихся с историей возникновения и развития плавания, правилами соревнований, техникой спортивного и прикладного плавания;
- сформировать теоретические знания и практические навыки плавания;
- сформировать представление о методиках начального обучения плаванию, прикладному плаванию;
- подготовить обучающихся к педагогической деятельности в области физической культуры и спорта во всех типах образовательных учреждениях, в организациях, на предприятиях;
- подготовить обучающихся к профессиональной деятельности в рамках в области физической культуры и спорта, с учетом оздоровительных, рекреационных, восстановительных задач в физкультурно-спортивных, спортивно-зрелищных, туристских, реабилитационных и профилактических учреждениях.

## 2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины

Дисциплина «Теория и методика обучения базовым видам спорта: плавание» относится к обязательной части блока «Дисциплины».

При наличии обучающихся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья, которым необходим особый порядок освоения дисциплины (модуля), по их желанию разрабатывается адаптированная к ограничениям их здоровья рабочая программа дисциплины (модуля).

Процесс изучения дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта: плавание» направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и основной профессиональной образовательной программой:

Формируемые компетенции	Индикаторы достижения компетенции
ОПК-1 Способен планировать содержание занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования с учетом положений теории и методики физической культуры, теории спорта анатомо-морфологических, физиологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста.	<b>ОПК-1.1 Знает</b> положения теории физической культуры, физиологическую характеристику нагрузки, анатомо-морфологические и психические особенности спортсменов; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки. <b>ОПК-1.2 Умеет</b> планировать содержание занятий физической культурой и спортом. <b>ОПК-1.3 Владеет</b> технологиями планирования занятий физической культурой и тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки.
ОПК-3 Способен проводить занятия физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования.	<b>ОПК-3.1 Знает</b> средства, методы и приемы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; организацию и методику проведения занятий физической культурой и спортом. <b>ОПК-3.2 Умеет</b> подбирать средства и методы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности для проведения занятий, составлять комплексы общеразвивающих упражнений. <b>ОПК-3.3 Владеет</b> методикой проведения занятий физической культуры и спортом на основе комплексов общеразвивающих упражнений с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-

		спортивной деятельности.
ОПК-10	Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма.	<b>ОПК-10.1</b> Знает правила техники безопасности, профилактики травматизма. <b>ОПК-10.2</b> Умеет обеспечивать технику безопасности. <b>ОПК-10.3</b> Владеет навыками обеспечения безопасности при проведении занятий, физкультурных и спортивных мероприятий.
ОПК-17	Способен осуществлять организацию и судейство спортивных соревнований.	<b>ОПК-17.1</b> Знает регламент, правила спортивных соревнований, нормы, требования для присвоения спортивных разрядов и званий, условия их выполнения. <b>ОПК-17.2</b> Умеет планировать и организовывать спортивные соревнования и осуществлять их судейство. <b>ОПК-17.3</b> Владеет методикой организации и судейства спортивных соревнований.

### 3 Объем дисциплины и виды учебной работы

#### 3.1 Объем дисциплины и виды учебной работы (очная форма обучения)

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах		
		3 семестр	4 семестр	Всего
1	Контактная работа	36	36	72
1.1	Занятия лекционного типа	4	4	8
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.) / в т.ч. в форме практической подготовки	32/0	32/0	64/0
2	Самостоятельная работа / в том числе подготовка к промежуточной аттестации	36/0	36/0	72/0
3	Промежуточная аттестация – зачет	–	+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины:			
	<i>в академических часах</i>	72	72	144
	<i>в зачетных единицах</i>	2	2	4

#### 3.2 Объем дисциплины и виды учебной работы (заочная форма обучения)

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах		
		3 семестр	4 семестр	Всего
1	Контактная работа	8	10	18
1.1	Занятия лекционного типа	2	2	4
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.) / в т.ч. в форме практической подготовки	6/0	8/0	14/0
2	Самостоятельная работа / в том числе реферат и подготовка к промежуточной аттестации	64/0	62/14	126/14
3	Промежуточная аттестация – зачет	–	+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины:			
	<i>в академических часах</i>	72	72	144
	<i>в зачетных единицах</i>	2	2	4

### 4 Фонд оценочных средств

Фонд оценочных средств для текущего контроля и проведения промежуточной аттестации обучающихся оформлен как Приложение № 1 к рабочей программе дисциплины.

## 5 Структура и содержание дисциплины

### 5.1 Модульный тематический план

#### 5.1.1 Модульный тематический план (очная форма обучения)

№ темы	Темы дисциплины	Виды учебной работы и трудоемкость, в часах				Трудоемкость, в часах
		Контактная работа			Самостоятельная работа	
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа			
	всего		в т.ч. в форме практической подготовки			
3 семестр						
1	Организационно-методическое обеспечение работы по плаванию в различных звеньях	4	0	0	6	10
2	Гидростатика и гидродинамика плавания	0	2	0	6	8
3	Подготовительные упражнения по освоению с водой	0	2	0	6	8
4	Основы техники спортивных способов плавания: кроль на груди. Средства и методы обучения плаванию	0	10	0	6	16
5	Основы техники спортивных способов плавания: кроль на спине. Средства и методы обучения плаванию	0	10	0	6	16
6	Техника выполнения стартов и переворотов	0	8	0	6	14
Итого за 3 семестр:		4	32	0	36	72
4 семестр						
7	Материально-техническое обеспечение, организация и проведение соревнований по плаванию	4	0	0	6	10
8	Основы техники спортивных способов плавания: брасс. Средства и методы обучения плаванию	0	12	0	8	20
9	Основы техники спортивных способов плавания: баттерфляй (дельфин). Средства и методы обучения плаванию	0	6	0	4	10
10	Комплексное плавание	0	4	0	4	8
11	Прикладное плавание	0	4	0	6	10
12	Техника спасения утопающих	0	4	0	6	10
13	Игры и развлечения на воде	0	2	0	2	4
Итого за 4 семестр:		4	32	0	36	72
Итого:		8	64	0	72	144

#### 5.1.2 Модульный тематический план (заочная форма обучения)

№ темы	Темы дисциплины	Виды учебной работы и трудоемкость, в часах				Трудоемкость, в часах
		Контактная работа			Самостоятельная работа	
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа			
	всего		в т.ч. в форме практической подготовки			
3 семестр						
1	Организационно-методическое обеспечение работы по плаванию в различных звеньях	2	0	0	13	15
2	Гидростатика и гидродинамика плавания	0	1	0	12	13

3	Подготовительные упражнения по освоению с водой	0	1	0	12	13
4	Основы техники спортивных способов плавания: кроль на груди. Средства и методы обучения плаванию	0	1	0	9	10
5	Основы техники спортивных способов плавания: кроль на спине. Средства и методы обучения плаванию	0	1	0	9	10
6	Техника выполнения стартов и переворотов	0	2	0	9	11
Итого за 3 семестр:		2	6	0	64	72
4 семестр						
7	Материально-техническое обеспечение, организация и проведение соревнований по плаванию	2	0	0	15	17
8	Основы техники спортивных способов плавания: брасс. Средства и методы обучения плаванию	0	2	0	7	9
9	Основы техники спортивных способов плавания: баттерфляй (дельфин). Средства и методы обучения плаванию	0	2	0	7	9
10	Комплексное плавание	0	1	0	7	8
11	Прикладное плавание	0	1	0	8	9
12	Техника спасения утопающих	0	1	0	8	9
13	Игры и развлечения на воде	0	1	0	10	11
Итого за 4 семестр:		2	8	0	62	72
Итого:		4	14	0	126	144

Особенности проведения занятий, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья отражены в Положении об организации образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

## 5.2 Содержание разделов и тем учебной дисциплины

### 5.2.1 Содержание разделов и тем учебной дисциплины (очная форма обучения)

№ темы	Содержание
<i>3 семестр</i>	
<i>Тема Организационно-методическое обеспечение работы по плаванию в различных звеньях</i>	
1	<i>Занятия лекционного типа 1-2. Организация работы по плаванию с детьми в образовательных учреждениях. Организация работы по плаванию в детских специализированных спортивных школах. Организация работы по плаванию в детских оздоровительных лагерях. Классификация и терминология. Место плавания в системе физического воспитания и образования. Организация занятий. Правила поведения в бассейне.</i> <i>Самостоятельная работа:</i> Подготовить доклад на темы: История развития плавания. Плавание в дореволюционной России. Современное состояние плавательного спорта в мире и России, перспективы развития плавания.
<i>Тема Гидростатика и гидродинамика плавания</i>	
2	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1. Силы, действующие при статическом и динамическом плавании. Понятие плавучести.</i> <i>Самостоятельная работа:</i> Подготовить план-конспект подготовительной части занятия, который соответствовал бы содержанию основной части - обучению или совершенствованию скоростно-силовых, координационных способностей. Подготовить доклад на тему: Гидродинамические силы, обеспечивающие продвижение пловца.
<i>Тема Подготовительные упражнения по освоению с водой</i>	
3	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 2. Анатомические и физиологические основы плавания. Подготовительные упражнения по освоению с водой.</i> <i>Самостоятельная работа:</i> Подготовить доклад на тему: Основные подготовительные упражнения по освоению с водой.
<i>Тема Основы техники спортивных способов плавания: кроль на груди. Средства и методы обучения плаванию</i>	
4	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 3-7. Техника и методика обучения плаванию способом кроль на груди. Общая характеристика способа.</i> <i>Самостоятельная работа:</i> Подготовить план-конспект основной части занятия по обучению технике плавания способом кроль на груди. Основное внимание обратить на правильный выбор применяемых средств и методов, их дозировке. Подготовить доклады на темы: Положение тела

	и движения ногами. Движения руками и дыхание. Общее согласование движений рук, ног и дыхания.
5	<i>Тема Основы техники спортивных способов плавания: кроль на спине. Средства и методы обучения плаванию</i>
	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 8-12.</i> Техника и методика обучения плаванию способом кроль на спине. Общая характеристика способа. <i>Самостоятельная работа:</i> Подготовить доклад на тему: Техника согласования движений рук, ног и дыхания при плавании способом кроль на спине.
6	<i>Тема Техника выполнения стартов и переворотов</i>
	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 13-16.</i> Техника выполнения старта с тумбочки. Техника выполнения старта из воды Техника выполнения поворотов при плавании брассом и баттерфляем. Техника выполнения поворотов при плавании кролем на груди. Техника выполнения поворотов при плавании кролем на спине. <i>Самостоятельная работа:</i> 1. Подготовить план-конспект подготовительной части занятия, который соответствовал бы содержанию основной части - обучению или совершенствованию техники старта, для дальнейшего проведения с учебной группой. 2. Подготовить план-конспект подготовительной части занятия, который соответствовал бы содержанию основной части - обучению или совершенствованию техники поворота для дальнейшего проведения с учебной группой.
<i>4 семестр</i>	
7	<i>Тема Материально-техническое обеспечение, организация и проведение соревнований по плаванию</i>
	<i>Занятия лекционного типа 3-4.</i> Бассейны, их оборудование и инвентарь. Подготовка к соревнованиям по плаванию. Правила соревнований по плаванию. Основные документы, состав судейской коллегии <i>Самостоятельная работа:</i> Составить программу соревнований по плаванию, расписанную по дням, часам и минутам, включив в нее следующие виды для девочек и мальчиков: вольный стиль 50, 100, эстафета 4 x 50 метров комбинированная. Программу составить из расчета количества участников 15 - 20 человек в виде, в других видах - 8 - 12 человек. Подготовить конспект, отражающий следующие темы: Развитие плавания в зарубежных странах, мировые рекорды
8	<i>Тема Основы техники спортивных способов плавания: брасс. Средства и методы обучения плаванию</i>
	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 17-22.</i> Техника и методика обучения плаванию способом брасс. Общая характеристика способа. <i>Самостоятельная работа:</i> Подготовить доклад на темы: Положение тела и движения ногами. Движения руками и дыхание. Общее согласование движений рук, ног и дыхания. Подготовить план-конспект подготовительной части занятия, который соответствовал бы содержанию основной части - обучению или совершенствованию техники плавания способом брасс, для дальнейшего проведения с учебной группой.
9	<i>Тема Основы техники спортивных способов плавания: баттерфляй (дельфин). Средства и методы обучения плаванию</i>
	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 23-25.</i> Ознакомление с техникой и методикой обучения плаванию способом баттерфляй (дельфин). Общая характеристика способа. <i>Самостоятельная работа:</i> 1. Подготовить доклад на тему: Преимущество и недостатки плавания способом баттерфляй (дельфин). Освоение техники плавания способом баттерфляй. Подготовить план-конспект основной части занятия по обучению технике плавания баттерфляй, внимание обратить на правильный выбор применяемых средств и методов, их дозировке.
10	<i>Тема Комплексное плавание</i>
	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 26-27.</i> Общая характеристика и классификация прикладного плавания. Основы техники комплексного плавания. Методика обучения комплексному плаванию. <i>Самостоятельная работа:</i> Подготовить доклад на тему: Преимущество и недостатки комплексного плавания в соревновательной деятельности.
11	<i>Тема Прикладное плавание</i>
	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 28-29.</i> Общая характеристика. Основы техники прикладного плавания. Методика обучения прикладному плаванию <i>Самостоятельная работа:</i> Подготовить сообщение на тему: Прикладное плавание как основной элемент соревновательной деятельности пловца.

12	<i>Тема Техника спасения утопающих</i>
	<i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 30-31.</i> Спасение, транспортировка, оказание первой медицинской помощи пострадавшему на воде. <i>Самостоятельная работа:</i> Подготовить доклад на тему: Особенности спасательных работ на воде, транспортировка, оказание первой медицинской помощи пострадавшему
13	<i>Тема Игры и развлечения на воде</i>
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 32.</i> Игры, включающие элемент соревнования и не имеющие сюжета. Игры сюжетного характера. Командные игры. Методика проведения игр на воде. Игры, которые можно использовать при обучении плаванию. Развлечения на воде. <i>Самостоятельная работа:</i> Домашнее задание: Разработать карточку: игра на воде (по выбору студента).

### 5.2.2 Содержание разделов и тем учебной дисциплины (заочная форма обучения)

<i>№ темы</i>	<i>Содержание</i>
<i>3 семестр</i>	
<i>Тема Организационно-методическое обеспечение работы по плаванию в различных звеньях</i>	
1	<i>Занятие лекционного типа 1.</i> Организация работы по плаванию с детьми в образовательных учреждениях. Организация работы по плаванию в детских специализированных спортивных школах. Организация работы по плаванию в детских оздоровительных лагерях. Классификация и терминология. Место плавания в системе физического воспитания и образования. Организация занятий. Правила поведения в бассейне.
	<i>Самостоятельная работа:</i> Организация работы по плаванию с детьми в образовательных учреждениях. Организация работы по плаванию в детских специализированных спортивных школах. Организация работы по плаванию в детских оздоровительных лагерях. Классификация и терминология. Место плавания в системе физического воспитания и образования. Организация занятий. Правила поведения в бассейне. Подготовить доклад на темы: История развития плавания. Плавание в дореволюционной России. Современное состояние плавательного спорта в мире и России, перспективы развития плавания.
<i>Тема Гидростатика и гидродинамика плавания</i>	
2	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1.</i> Силы, действующие при статическом и динамическом плавании. Понятие плавучести.
	<i>Самостоятельная работа:</i> Подготовить план-конспект подготовительной части занятия, который соответствовал бы содержанию основной части - обучению или совершенствованию скоростно-силовых, координационных способностей. Подготовить доклад на тему: Гидродинамические силы, обеспечивающие продвижение пловца.
<i>Тема Подготовительные упражнения по освоению с водой</i>	
3	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1.</i> Анатомические и физиологические основы плавания. Подготовительные упражнения по освоению с водой.
	<i>Самостоятельная работа:</i> Подготовить доклад на тему: Основные подготовительные упражнения по освоению с водой.
<i>Тема Основы техники спортивных способов плавания: кроль на груди. Средства и методы обучения плаванию</i>	
4	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 2.</i> Техника и методика обучения плаванию способом кроль на груди. Общая характеристика способа.
	<i>Самостоятельная работа:</i> Подготовить план-конспект основной части занятия по обучению технике плавания способом кроль на груди. Основное внимание обратить на правильный выбор применяемых средств и методов, их дозировке. Подготовить доклады на темы: Положение тела и движения ногами. Движения руками и дыхание. Общее согласование движений рук, ног и дыхания.
<i>Тема Основы техники спортивных способов плавания: кроль на спине. Средства и методы обучения плаванию</i>	
5	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 2.</i> Техника и методика обучения плаванию способом кроль на спине. Общая характеристика способа.
	<i>Самостоятельная работа:</i> Подготовить доклад на тему: Техника согласования движений рук, ног и дыхания при плавании способом кроль на спине.
<i>Тема Техника выполнения стартов и переворотов</i>	
6	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 3.</i> Техника выполнения старта с тумбочки. Техника выполнения старта из воды Техника выполнения поворотов при плавании брассом и баттерфляем. Техника выполнения поворотов при плавании кролем на груди. Техника

	<p>выполнения поворотов при плавании кролем на спине.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> 1. Подготовить план-конспект подготовительной части занятия, который соответствовал бы содержанию основной части - обучению или совершенствованию техники старта, для дальнейшего проведения с учебной группой.</p> <p>2. Подготовить план-конспект подготовительной части занятия, который соответствовал бы содержанию основной части - обучению или совершенствованию техники поворота для дальнейшего проведения с учебной группой.</p> <p>3. Подготовить конспект, отражающий следующие темы: Возникновение видов плавания. Плавание на Олимпийских играх. Развитие плавания в современном мире. Плавание в России. Успехи российских пловцов. Лучшие пловцы мира. Классификация плавания</p>
	<i>4 семестр</i>
	<i>Тема Материально-техническое обеспечение, организация и проведение соревнований по плаванию</i>
7	<p><i>Занятие лекционного типа</i> 2. Бассейны, их оборудование и инвентарь. Подготовка к соревнованиям по плаванию. Правила соревнований по плаванию. Основные документы, состав судейской коллегии</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Бассейны, их оборудование и инвентарь. Подготовка к соревнованиям по плаванию. Правила соревнований по плаванию. Основные документы, состав судейской коллегии. Подготовить конспект, отражающий следующие темы: Развитие плавания в зарубежных странах, мировые рекорды. Написание реферата.</p>
	<i>Тема Основы техники спортивных способов плавания: брасс. Средства и методы обучения плаванию</i>
8	<p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие)</i> 4. Техника и методика обучения плаванию способом брасс. Общая характеристика способа</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Подготовить план-конспект подготовительной части занятия, который соответствовал бы содержанию основной части - обучению или совершенствованию техники плавания способом брасс, для дальнейшего проведения с учебной группой. Подготовить доклад на темы: Положение тела и движения ногами. Движения руками и дыхание. Общее согласование движений рук, ног и дыхания. Написание реферата.</p>
	<i>Тема Основы техники спортивных способов плавания: баттерфляй (дельфин). Средства и методы обучения плаванию</i>
9	<p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие)</i> 5. Ознакомление с техникой и методикой обучения плаванию способом баттерфляй (дельфин). Общая характеристика способа.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Подготовить план-конспект основной части занятия по обучению технике плавания баттерфляй, внимание обратить на правильный выбор применяемых средств и методов, их дозировке. Подготовить доклад на тему: Преимущество и недостатки плавания способом баттерфляй (дельфин). Освоение техники плавания способом баттерфляй. Написание реферата.</p>
	<i>Тема Комплексное плавание</i>
10	<p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие)</i> 6. Общая характеристика и классификация прикладного плавания. Основы техники комплексного плавания. Методика обучения комплексному плаванию.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Подготовить доклад на тему: Преимущество и недостатки комплексного плавания в соревновательной деятельности. Написание реферата.</p>
	<i>Тема Прикладное плавание</i>
11	<p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие)</i> 6. Общая характеристика. Основы техники прикладного плавания. Методика обучения прикладному плаванию.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Подготовить сообщение на тему: Прикладное плавание как основной элемент соревновательной деятельности пловца.</p>
	<i>Тема Техника спасения утопающих</i>
12	<p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие)</i> 7. Спасение, транспортировка, оказание первой медицинской помощи пострадавшему на воде.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Подготовить доклад на тему: Особенности спасательных работ на воде, транспортировка, оказание первой медицинской помощи пострадавшему. Написание реферата.</p>
	<i>Тема Игры и развлечения на воде</i>
13	<p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие)</i> 7. Игры, включающие элемент соревнования и не имеющие сюжета. Игры сюжетного характера. Командные игры. Методика проведения игр на воде. Игры, которые можно использовать при обучении плаванию. Развлечения на воде.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Домашнее задание: Разработать карточку: игра на воде (по выбору студента). Написание реферата.</p>

## 6 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### 6.1 Рекомендуемая литература

#### 6.1.1 Обязательная литература

1. Булгакова Н.Ж. и др. Теория и методика плавания: учебник. [Текст] – М.: Академия, 2014. – 320 с.
2. Гумеров, Р. А. Теория и методика обучения плаванию : учебное пособие / Р. А. Гумеров. — Набережные Челны : Набережночелнинский государственный педагогический университет, 2015. — 64 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/70485.html> — Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/70485>
3. Ермакова, М. А. Методика обучения плаванию : учебно-методическое пособие для студентов высшего профессионального образования, обучающихся по специальности 030401.65 - Клиническая психология / М. А. Ермакова, Е. Ю. Богдалова. — Оренбург : Оренбургская государственная медицинская академия, 2014. — 87 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/51456.html> — Режим доступа: для авторизир. пользователей
4. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Плавание : учебное пособие / А. С. Казызаева, О. Б. Галеева, Е. С. Жукова, М. Д. Бакшеев. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2016. — 120 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/74280.html> — Режим доступа: для авторизир. пользователей

#### 6.1.2 Дополнительная литература

5. Савельева О.Ю. Основы начального обучения плаванию [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Савельева О.Ю.— Электрон. текстовые данные.— М.: Московский городской педагогический университет, 2012.— 180 с.— URL: <http://www.iprbookshop.ru/26546>
6. Савельева О.Ю. Плавание. Самостоятельные занятия [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов факультетов физической культуры/ Савельева О.Ю.— Электрон. текстовые данные.— М.: Московский городской педагогический университет, 2010.— 116 с.— URL: <http://www.iprbookshop.ru/26556>
7. Викулов, А.Д. Плавание. [Текст] . – М : Владос-Пресс, 2004. – 367 с.

## 6.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационных технологий

### 6.2.1 Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения

№ п.п.	Наименование программного продукта
<i>Лицензионное программное обеспечение</i>	
1.	Kaspersky Endpoint Security 12
2.	Pinnacle Studio 16 Ultimate Corp License (2 -4)
3.	VideoStudio Pro X4 License (1 – 10)
4.	Astra Linux Special Edition
5.	СПС Гарант
6.	MOODL
<i>Свободно распространяемое программное обеспечение</i>	
7.	Яндекс Браузер
8.	Kinovea
9.	STDUViewer
10.	MAX
11.	VLC
12.	PDF 24

## 6.2.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

№ п.п.	Электронно-библиотечные системы	Ссылка на ресурс
1.	Электронно-библиотечная система MarcSQL (Электронная библиотека ЧГАФКиС)	<a href="http://bibleo.chgafkis.ru/marcweb2/Default.asp">http://bibleo.chgafkis.ru/marcweb2/Default.asp</a>
2.	Электронно-библиотечная система «IPR SMART»	<a href="https://www.iprbookshop.ru/">https://www.iprbookshop.ru/</a>

### 7 Материально-техническое обеспечение дисциплины

Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений
<p style="text-align: center;">аудитория № 321 учебная аудитория для проведения учебных занятий</p> <p style="text-align: center;">г. Чайковский, ул. Ленина, 67</p>	<p>1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя;</p> <p>2. Технические средства обучения: экран, проектор, ноутбук.</p>
<p style="text-align: center;">Бассейн (большая ванна) учебная аудитория для проведения учебных занятий</p> <p style="text-align: center;">г. Чайковский, ул. Кабалевского, д.27/1</p>	<p>1. Специализированная мебель: стол преподавателя, стул преподавателя;</p> <p>2. Спортивный инвентарь и оборудование: 4-е плавательные дорожки, стартовые трибуны, разделители для дорожек, доски для плавания, колобашки, аквапалки.</p>
<p style="text-align: center;">аудитория № 207 помещение для самостоятельной работы обучающихся</p> <p style="text-align: center;">г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.</p>	<p>1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя;</p> <p>2. Технические средства обучения: компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Академии.</p>