

## **АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **«Теория и методика обучения базовым видам спорта, в том числе: плавание»**

#### **1. Место дисциплины в структуре ОПОП.**

Дисциплина «Теория и методика обучения базовым видам спорта, в том числе: плавание» относится к дисциплинам Блока 1 обязательной части Б1.О.15.04

#### **2. Объем дисциплины: 2 зачетные единицы**

**3. Содержание дисциплины:** Техника безопасности на занятиях по плаванию, проверка плавательной подготовленности. Общеразвивающие и имитационные упражнения на суше. Подготовительные упражнения для освоения с водой. Обучение технике плавания способом кроль на груди по элементам. Совершенствование техники плавания способом кроль на груди, развитие координационных способностей и ритма движений. Изучение техники плавания способом кроль на спине. Совершенствование техники работы рук и ног в плавании способом кроль на спине. Совершенствование техники плавания способом кроль на спине в полной координации на отрезках 25, 50 и 100 м. Ознакомление и изучение техники стартов и поворотов. Изучение и совершенствование техники стартов и поворотов в плавании кролем на спине. Изучение и совершенствование техники стартов и поворотов в плавании кролем на груди. Обучение технике стартового прыжка с тумбочки при плавании кролем на груди. Обучение технике стартового прыжка из воды с опорой о тумбочку при плавании кролем на спине.

#### **4. Планируемые результаты обучения по дисциплине.**

В результате освоения дисциплины у студента должны быть сформированы следующие компетенции:

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 – ОПК-3;

Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности – УК-7;

Способен проектировать индивидуальные образовательные маршруты обучающихся по преподаваемым учебным предметам – ПК-9.

#### **5. Форма контроля: зачет.**

**6. Разработчик:** Годжиев Георгий Тимофеевич старший преподаватель кафедры спортивной борьбы, гимнастики и легкой атлетики

Воробьева Ирина Николаевна, к.п.н., доцент кафедры спортивной борьбы, гимнастики и легкой атлетики