

*Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего  
образования  
«Северо-Осетинский государственный университет  
имени Коста Левановича Хетагурова»*

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Теория и методика преподавания: Плавание»**

**Направление** 49.03.01 Физическая культура

**Профиль подготовки** – Спортивная подготовка

**Квалификация (степень) выпускника** - Бакалавр

Форма обучения

Очная, заочная

Год набора - 2020

Утверждена в составе ОПОП.

Составитель: ст. преподаватель Годжиев Г.Т., доцент кафедры  
спортивной борьбы, гимнастики и легкой атлетики Воробьева И.Н.

Владикавказ 2020

## 1. Структура и общая трудоемкость дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет **5 ЗЕ (180 часа); ЗФО 5 ЗЕ (180 часа)**

	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
Курс	2-3	2,3
Семестр	4-5	3, 5
Лекции	18	4
Практические (семинарские) занятия	72	14
Лабораторные занятия	-	-
Консультации	-	-
Итого аудиторных занятий		
Самостоятельная работа	90	162
Курсовая работа	-	-
Форма контроля		
Зачет	+	+
Общее количество часов	180	180

## 2. Цели освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Плавание» входящая в обязательную часть программы, является - формирование у студентов общепрофессиональных компетенций. Перечень профессиональных стандартов, соотнесенных с федеральным государственным образовательным стандартом по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура.

Получение теоретических и практических знаний, в процессе изучения данной дисциплины, расширят круг знаний студентов. Этот круг знаний поможет в будущем применять их в своей практической деятельности преподавателя. Круг знаний по дисциплине «Плавание» может быть расширен на основе знаний медико-биологического, психолого-педагогического, социально-гуманитарного и естественно-научного блока дисциплин:

- развитие психомоторных способностей, необходимых для успешного овладения легко атлетическими упражнениями различной сложности, бытовыми, профессионально-прикладными двигательными умениями и навыками;

- формирование организаторских способностей и обогащение профессиональных знаний, умений и навыков, необходимых в деятельности специалиста по физической культуре.

**Задачи профессиональной деятельности выпускника**

Дисциплина «Плавание» ориентирует на учебно-воспитательную и организационно-управленческую профессиональную деятельность, что будет способствовать решению следующих типовых задач:

**В области тренерской деятельности:**

- способствовать формированию личности обучающихся в процессе занятий избранным видом спорта, ее приобщению к общечеловеческим ценностям, здоровому образу жизни, моральным принципам честной спортивной конкуренции;
- осуществлять свою профессиональную деятельность, руководствуясь Конституцией Российской Федерации, законами Российской Федерации и нормативными документами органов управления образованием, физической культурой и спортом, нормативно-правовыми актами в сфере образования, физической культуры и спорта;
- организовывать работу малых коллективов исполнителей;
- соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности, обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся в процессе занятий.

**В области педагогической деятельности:**

- способствовать социализации, формированию общей культуры личности, обучающихся средствами физической культуры в процессе физкультурно-спортивных занятий, ее приобщению к общечеловеческим ценностям и здоровому образу жизни;
- решать педагогические задачи в рамках общеобразовательных и профессиональных образовательных организаций, ориентированные на анализ научной и научно-практической литературы, обобщение практики в области физической культуры и образования;
- осуществлять обучение и воспитание обучающихся в процессе занятий;
- определять содержание обучения в рамках учебных планов, с учетом результатов оценивания физического и функционального состояния учащихся;
- обеспечивать уровень подготовленности обучающихся, соответствующий требованиям федеральных государственных образовательных стандартов, обеспечивать необходимый запас знаний, двигательных умений и навыков, а также достаточный уровень физической подготовленности учащихся для сохранения и укрепления их здоровья и трудовой деятельности;
- участвовать в деятельности методических комиссий и в других формах методической работы;
- осуществлять сотрудничество с обучающимися, педагогами, родителями (лицами, их заменяющими);

**в области научно-исследовательской деятельности:**

- выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта;
- проводить научные исследования по определению эффективности различных видов деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием опробованных методик;
- осуществлять научный анализ, обобщение и оформление результатов исследований;
- использовать информационные технологии для планирования и коррекции процессов профессиональной деятельности, контроля состояния обучающихся, обработки результатов исследований, решения других практических задач.

### 3. Место дисциплины в структуре ОПОП бакалавриата

В процессе профессионального образования студентов дисциплина «Плавание» входит в обязательную часть программы учебного плана подготовки бакалавра по направлению Физическая культура, профиль «Спортивная тренировка».

«Плавание» является одним из курсов, обучающихся по программе «Физическая культура». Данная программа предусматривает семинарские, практические занятия с применением ТСО, обзорно-методические занятия, индивидуальную и самостоятельную работу.

Программа подготовлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО третьего поколения по направлению 49.03.01 «Физическая культура».

При подготовке программы использованы различные источники:

Обеспечен доступ к современным профессиональным базам данных, информационным справочным и поисковым системам (библиотека СОГУ)

**Предварительные компетенции:** Знания и умения в области физической культуры, полученные в рамках общеобразовательной программы.

Учебная работа проводится в форме теоретических, методических и практических занятий с применением ТСО, учебной практики и самостоятельной работы.

Для освоения данной учебной дисциплины (УД) студент должен

#### **Знать:**

- начальный курс теории и методики физического воспитания;
- курс истории и общей педагогики;
- комплексы ОРУ направленных на повышение гибкости;

#### **Уметь:**

- удерживаться и передвигаться в водной среде;
- оказывать доврачебную помощь при утоплении;

**Владеть:**

- теоретическими основами техники плавания.

**4. Требования к результатам освоения дисциплины (компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (модуля))**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

**ОПК-3**

**Общепрофессиональные компетенции выпускников и индикаторы их достижения**

Категория (группа) компетенций	Код и наименование компетенции
Обучение и развитие	ОПК-3. 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

Коды компетенций ОПОП	Планируемые результаты обучения, соответствующие формируемым компетенциям ОПОП		
	Знать	Уметь	Владеть
ОПК-3	Осуществлять планирование методики физического воспитания и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях с использованием средств базовых видов спорта	Использовать психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся средствами базовых видов спорта	Осуществлять процесс физического воспитания в урочных и неурочных формах проведения занятий с использованием средств базовых видов спорта

**5. Содержание и учебно-методическая карта дисциплины**  
**2 курс**

*Лекции*

Номер недели	Наименование тем (вопросов), изучаемых по данной дисциплине	Занятия				Самостоятельная работа студентов			Формы контроля	Лит ера тур а
		ДО		ЗФО						
		л	п р	л	п р	Содержание	Часы			
							ДО	ЗФО		
1	Введение в предмет. История зарождение и развития плавания.	2				История плавания с древних времен и до 16 века	2	2		1-4
2	История возникновения плавание в России	2				История возникновения Российского плавания	4	6	Конспект лекций	1-4
3	Развитие методики обучения плаванию	2				Основные этапы развития методики обучения	4	6		1-4
4-6	Техника спортивных способов плавания (кроль на груди, кроль на спине, брасс, баттерфляй, стартов и поворотов)	6		4		Средство и методы обучения техники спортивных способов плавания	4	6	Вопросы в рубежной контрольной работе	1-4
7-8	Плавание в экстремальных условиях и оказание доврачебной	4				Средства преодоления	2	4	Конспект лекций	1-4

	помощи при утоплении					различных водных преград				
<b>9</b>	Средства и методы начального обучения спортивным способом плавания	2				Имитационные и подводные упражнения в системе начального обучения	2	4		<b>1-4</b>

***Практические занятия***

Номер недели	Наименование тем (вопросов), изучаемых по данной дисциплине	Занятия				Самостоятельная работа студентов			Литература
		ДО		ЗФО					
		л	п р	л	п р	Содержание	Часы		
						ДО	ЗФО		
1	Введение в курс дисциплины «Плавание»		2			Основная и дополнительная литература по теме.	2	2	1-4
2-3	Обучение технике плавания способом кроль на груди по элементам		4		2	Основная и дополнительная литература по теме.	4	6	1-4
4	Совершенствование техники плавания способом кроль на груди		2			Основная и дополнительная литература по теме	4	6	1-4
5-6	Обучение технике плавания способом кроль на спине		4		2	Основная и дополнительная литература по теме.	4	6	1-4

7-8	Совершенствование техники работы рук и дыхания в плавании кролем на груди движений		4			Основная и дополнительная литература по теме	2	4	1-4
9	Обзорно-методическое занятие. Первая рубежная аттестация.		2			Основная и дополнительная литература по теме	2	4	1-4
	Текущая работа студентов							25	
	1-я рубежная аттестация							25	
10	Изучение техники поворотов при плавании кролем на груди		2			Основная и дополнительная литература по теме	2	6	1-4
11	Изучение техники поворотов при плавании кролем на спине		2			Основная и дополнительная литература по теме	2	6	1-4
12	Совершенствование техники поворотов при плавании кролем на груди и на спине		2		2	Основная и дополнительная литература по теме		6	1-4
13	Изучение техники стартового прыжка		2			Основная и дополнительная литература по теме	2	4	1-4
14	Совершенствование техники стартового прыжка		2			Основная и дополнительная литература по теме	4	4	1-4
15	Совершенствование техники плавания кролем на груди и поворотов на отрезках 50, 100, 200м		2			Основная и дополнительная литература по теме	4	4	1-4
16	Совершенствование техники плавания кролем на спине и поворотов на отрезках 50, 100, 200м		2			Основная и дополнительная литература по теме	4	4	1-4



<b>17</b>	Спасение утопающих и доврачебная помощь при утоплении		2			Основная и дополнительная литература по теме		4	<b>1-4</b>
<b>18</b>	Изучение техники плавания способом «басс». Подводящие и имитационные упражнения на суше		2						<b>1-4</b>
	<b>Текущий контроль</b>							<b>25</b>	
	<b>2-я рубежная аттестация</b>							<b>25</b>	
	<b>Итого</b>		<b>3 6</b>		<b>6</b>		<b>36</b>	<b>66</b>	

### 3 курс

Номер недел и	Наименование тем (вопросов), изучаемых по данной дисциплине	Занятия				Самостоятельная работа студентов			Формы контроля	Лите ратур а
		ДО		ЗФО						
		л	п р	л	п р	Содержание	Час ы			
							Д О	З Ф О		
1	Техника безопасности на занятиях по плаванию, проверка плавательной подготовленности. Общеразвивающие и имитационные упражнения на суше. Подготовительные упражнения для освоения с водой		2	2	2	Основная и дополнительная литература по теме.	6	10	Рубежная аттестация	1-4
2	Обучение технике плавания способом брасс		2			Основная и дополнительная литература по теме.	6	10	Рубежная аттестация	1-4
3-4	Совершенствование техники плавания способом кроль на груди		4		2	Основная и дополнительная литература по теме	4	8	Рубежная аттестация	1-4
5-6	Обучение технике работы ног в плавании способом брасс		4		2	Основная и дополнительная литература по теме.	4	8	Рубежная аттестация	1-4
7-8	Совершенствование техники работы рук и дыхания в плавании брасс		4			Основная и дополнительная литература по теме	4	10	Рубежная аттестация	1-4
9	Обзорно-методическое занятие. Первая рубежная аттестация.		2			Основная и дополнительная литература по теме	6	8	Рубежная аттестация	1-4

	Текущая работа студентов							25	
	1-я рубежная аттестация							25	
10-11	Изучение техники поворотов при плавании брассом и совершенствование техники брасса	4	2		Основная и дополнительная литература по теме	4	8	Рубежная аттестация	1-4
12-13	Совершенствование техники поворотов при плавании брассом	4			Основная и дополнительная литература по теме	4	8	Рубежная аттестация	1-4
14-15	Изучение техники работы ног дельфином Изучение техники работы ног дельфином с дыханием и без	4		2	Основная и дополнительная литература по теме	4	8	Рубежная аттестация	1-4
16	Совершенствование техники плавания брассом и поворотов на отрезках 50, 100, 200м	2			Основная и дополнительная литература по теме	4	10	Рубежная аттестация	1-4
17-18	Изучение техники комплексного плавания, на отрезках 50м,100м,200м.	4			Основная и дополнительная литература по теме	8	8	Рубежная аттестация	1-4
	Текущий контроль							25	
	2-я рубежная аттестация							25	
	Итого	36	4	8		54	96	Зачет	
	Итого за весь курс: ОФО – 180часа; ЗФО – 180 часа.								

## **6. Образовательные технологии**

В соответствии с требованиями ФГОС ВО по реализации компетентностного подхода предусматривается широкое использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий: доклады, рефераты, разбор конкретных ситуаций. В рамках учебных курсов предусмотрены интерактивные формы проведения лекций и практических занятий:

- лекция с проблемным изложением,
- лекция-беседа;
- лекция-дискуссия, семинары (в форме дискуссий, дебатов), в диалоговом режиме, использование средств мультимедиа (интерактивные доски, компьютерные классы), презентация с обсуждением, работа в малых группах — в парах, ротационных тройках, “два, четыре, вместе”.

- онлайн-семинар – разновидность веб-конференции, проведение онлайн-встреч или презентаций через Интернет в режиме реального времени. Каждый из участников находится у своего компьютера (средства связи), а связь между ними поддерживается через Интернет посредством загружаемого приложения, установленного на компьютере каждого участника (Zoom, Meet, Skype, Webex и др.);

- традиционные лекции и практические занятия с использованием современных технологий;

- лекция-диалог – содержание подается через серию вопросов, на которые студент должен отвечать непосредственно в ходе лекции.

Технология электронного обучения реализуется при помощи электронной образовательной среды СОГУ (при использовании ресурсов ЭБС), в ходе проведения автоматизированного тестирования и т. д.

Самостоятельная работа обучающихся является одним из видов учебных занятий. Самостоятельная работа проводится с целью:

- систематизации и закрепления полученных теоретических знаний и практических умений обучающихся студентов;
- углубления и расширения теоретических знаний;
- формирования умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию и специальную литературу;
- формирования самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;

– развития исследовательских умений.

Самостоятельная работа обучающихся осуществляется на протяжении изучения всей дисциплины в соответствии с утвержденной в учебном плане трудоемкостью и состоит из:

- работы студентов с лекционными материалами, поиска и анализа литературы и электронных источников информации по заданной теме;
- выполнения заданий для самостоятельной работы в ЭИОС СОГУ;
- изучения теоретического, правового и статистического материала для подготовки к семинарским занятиям и написанию курсовой работы (при наличии в плане);
- подготовки к экзамену.

Темы и формы внеаудиторной самостоятельной работы, ее трудоёмкость содержатся в разделе 5

### **7.1. Содержание тем практических занятий**

Самостоятельная работа студентов по данной дисциплине подразделяется на:

самостоятельную работу студента под непосредственным руководством и контролем преподавателя;

самостоятельную работу студента при выполнении домашних заданий учебного и научно-исследовательского характера без непосредственного руководства и контроля преподавателя.

Самостоятельная работа студентов, осуществляемая под непосредственным руководством и контролем преподавателя, по данной дисциплине и включает следующие виды:

- 1) подготовка письменной работы (реферата);
- 2) участие в НИРС под руководством преподавателя с подготовкой доклада (сообщения) сначала на семинарском занятии, а затем на ежегодной студенческой конференции университета;
- 3) совместная работа с преподавателем в ходе групповых консультаций и в ходе индивидуальных консультаций.

### **7.2. Методические рекомендации по написанию рефератов (докладов)**

Реферат (доклад) – письменная работа по определенной научной проблеме, краткое изложение содержания научного труда или научной проблемы. Он является действенной формой самостоятельного исследования научных проблем на основе изучения текстов, специальной литературы, а также на основе личных наблюдений, исследований и практического опыта. Реферат помогает выработать навыки и приемы самостоятельного

научного поиска, грамотного и логического изложения избранной проблемы и способствует приобщению студентов к научной деятельности.

Последовательность работы:

1. Выбор темы исследования. Тема реферата выбирается студентом на основе его научного интереса. Также помощь в выборе темы может оказать преподаватель.

2. Планирование исследования. Включает составление календарного плана научного исследования и плана предполагаемого реферата. Календарный план исследования включает следующие элементы: выбор и формулирование проблемы, разработка плана исследования и предварительного плана реферата; сбор и изучение исходного материала, поиск литературы; анализ собранного материала, теоретическая разработка проблемы; сообщение о предварительных результатах исследования; литературное оформление исследовательской проблемы; обсуждение работы (на семинаре и т. п.).

План реферата характеризует его содержание и структуру. Он должен включать в себя: введение, где обосновывается актуальность проблемы, ставятся цель и задачи исследования; основная часть, в которой раскрывается содержание проблемы; заключение, где обобщаются выводы по теме и даются практические рекомендации.

3. Поиск и изучение литературы. Для выявления необходимой литературы следует обратиться в библиотеку или к преподавателю. Подбранную литературу следует зафиксировать согласно ГОСТ по библиографическому описанию произведений печати.

Для разработки реферата достаточно изучение 4-5 важнейших статей по избранной проблеме. При изучении литературы необходимо выбирать материал, не только подтверждающий позицию автора реферата, но и материал для полемики.

4. Обработка материала. При обработке полученного материала автор должен: систематизировать его по разделам; выдвинуть и обосновать свои гипотезы; определить свою позицию, точку зрения по рассматриваемой проблеме; уточнить объем и содержание понятий, которыми приходится оперировать при разработке темы; сформулировать определения и основные выводы, характеризующие результаты исследования; окончательно уточнить структуру реферата.

5. Оформление реферата. При оформлении реферата рекомендуется придерживаться следующих правил: Следует писать то, что выразить сущность проблемы, ее логику; Писать строго последовательно, логично, доказательно (по схеме: тезис – обоснование – вывод); Писать, выражая свою позицию, пропагандируя полученные результаты; Писать осмысленно, соблюдая правила грамматики, не злоупотребляя наукообразными выражениями.

Реферат выполняется в соответствии с требованиями стандартов, разработанных для данного вида документов. Работа должна быть выполнена на белой бумаге стандартного листа А4. Текст должен быть отпечатан на компьютере в текстовом редакторе Microsoft Word и отвечать следующим требованиям: параметры полей страниц должны быть в пределах: верхнее и нижнее – по 20 мм, правое – 10 мм, левое – 30 мм, шрифт – Times New Roman , размер шрифта – 14, межстрочный интервал – полуторный. Нумерация страниц в реферате должна быть сквозной, начиная с третьей страницы. Номер проставляется арабскими цифрами снизу каждой страницы справа.

При изложении материала необходимо придерживаться принятого плана.

Библиографический список составляется на основе источников, которые были просмотрены и изучены студентом при написании реферата. Данный список отражает самостоятельную творческую работу студента, что позволяет судить о степени его подготовки и углублении в выбранную тематику. Вся использованная литература размещается в следующем порядке: законодательные акты, постановления, нормативные документы; вся учебная литература в алфавитном порядке, затем средства периодической печати в алфавитном порядке; источники из сети Интернет.

## **8. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, рубежной аттестации и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины.**

### **8.1. Темы для самостоятельной работы (для формирования компетенций ОПК-3)**

**Тема 1:** Общие закономерности плавания. Особенности водной среды.

Техника безопасности на занятиях плаванием.

Форма отчетности: реферат, устный опрос

**Тема 2.** Общеразвивающие и имитационные упражнения на суше

Форма отчетности: реферат, устный опрос

**Тема 3.** Подготовительные упражнения для освоения с водой.

Форма отчетности: реферат, устный опрос

**Тема 4.** Основы техники плавания кролем на груди (положение тела, движения рук, ног, дыхание).

Форма отчетности: реферат, устный опрос

**Тема 5.** Основы техники плавания кролем на спине (положение тела, движения рук, ног, дыхание).

Форма отчетности: реферат, устный опрос

**Тема 6.** Типичные ошибки при плавании кролем на груди, кролем на спине.

Форма отчетности: реферат, устный опрос

### **8.2 Тесты по технической подготовленности:**

1. Проплыть на технику 25 метров кролем на груди (без учета времени).
2. Проплыть на технику 25 метров кролем на спине (без учета времени).
3. Выполнить стартовый прыжок с последующим выходом из воды способом кроль на груди.
4. Выполнить стартовый прыжок из воды способом кроль на спине с последующим выходом из воды.
5. Выполнить открытый поворот способом кроль на груди.
6. Выполнить горизонтальный поворот способом кроль на спине.

### **8.3 Контрольные нормативы: (для формирования компетенций ОПК-3)**

1. Знать меры безопасности при проведении занятий в бассейне и открытом водоеме.
2. Проплыть на технику 50 метров кролем на спине, включая старт и один из изученных поворотов (без учета времени).
- 3 Проплыть на технику 50 метров кролем на груди, включая старт и один из изученных поворотов (без учета времени).
4. Продемонстрировать технику движений ног в согласовании с дыханием при плавании способом кроль на груди, кроль на спине.
5. Плавание 200 м. вольным стилем (возможно чередование стилей плавания).

### **8.4 Контрольные требования 1-ой рубежной аттестации 4-го семестра**

Контрольное	Результат/ Баллы	Min	
-------------	------------------	-----	--



<b>упражнение</b>	Не выполнен	Выполнен с грубыми ошибками	Выполнен с незначитель- ными ошибками	Выполнен техничес- ки правиль- но	<b>кол- во балло в</b>	<b>ах кол- во балл ов</b>
Техника плавания «на ногах» кролем на спине, 50 м	0	1-2	3-4	5	0	
Техника плавания «на ногах» кролем на груди, 50 м	0	1-2	3-4	5	0	
Техника плавания кролем на спине, 50м	0	1-4	5-8	9-15	0	5
<b>ИТОГО</b>					25	

#### Контрольные требования 2-ой рубежной аттестации 4-го семестра

<b>Контрольное упражнение</b>	<b>Результат/ Баллы</b>				<b>Min кол- во балло в</b>	<b>ах кол- во балл ов</b>
	Не выполнен	Выполнен с грубыми ошибками	Выполнен с незначитель- ными ошибками	Выполнен техничес-ки правиль-но		
Техника стартового прыжка	0	1-2	3-4	5	0	
Техника поворотов	0	1-2	3-4	5	0	
Плавание 200 м, чередование стилей плавания	0	1-4	5-8	9-15	0	0
<b>ИТОГО</b>					25	

#### Контрольные требования 1-ой рубежной аттестации 5-го семестра

<b>Контрольное упражнение</b>	<b>Результат/ Баллы</b>				<b>Min кол- во балло в</b>	<b>max кол- во балл ов</b>
	Не выполнен	Выполнен с грубыми ошибками	Выполнен с незначитель- ными ошибками	Выполнен техничес- ки правиль- но		
Техника плавания брассом 50 м	0	1-2	3-4	5	0	5

Техника плавания дельфином 2 х 25 м	0	1-2	3-4	5	0	5
Техника плавания кролем 100 м	0	1-4	5-8	9-15	0	15
<b>ИТОГО</b>					25	

#### **Контрольные требования 2-ой рубежной аттестации 5-го семестра**

Контрольное упражнение	Результат/ Баллы				Min кол-во баллов	max кол-во баллов
	Не выполнен	Выполнен с грубыми ошибками	Выполнен с незначительными ошибками	Выполнен технически правильно		
Техника стартового прыжка	0	1-2	3-4	5	0	5
Техника поворотов	0	1-2	3-4	5	0	5
Плавание 100 м. комплексом	0	1-4	5-8	9-15	0	15
<b>ИТОГО</b>					25	

#### **Фонд оценочных средств**

Способ накопления баллов описан в Положении о балльно-рейтинговой системе успеваемости студентов (СОГУ).

Текущий контроль – это непрерывно осуществляемый мониторинг уровня усвоения знаний и формирования умений и навыков в течение семестра или учебного года. Текущий контроль знаний, умений и навыков студентов осуществляется в ходе учебных (аудиторных) занятий, проводимых по расписанию. Формами текущего контроля являются устный опрос на практических занятиях, а также короткие (например, до 15 мин.) тестовые задания, письменные контрольные работы, самостоятельное выполнение студентами определенного числа конспектов по заданной тематике, рефераты, доклады.

Текущий контроль осуществляется в течение семестра на каждом практическом занятии, или через занятие в соответствии с учебной программой. Текущему контролю

подлежит проверка исходного уровня знаний студента по теме занятия или/и степень усвоения знаний и навыков, полученных в ходе занятия.

<b>Форма контроля</b>	<b>Минимальное количество баллов</b>	<b>Максимальное количество баллов</b>
Текущая работа студентов: Работа на семинарских занятиях; Посещение занятий; Минитестирование; Написание докладов и конспектов	<b>0</b>  0  0 0 0	<b>25</b>  6 8 6 5
<b>1-ая рубежная контрольная работа-тест</b>	<b>0</b>	<b>25</b>
Текущая работа студентов: Работа на семинарских занятиях; Посещение занятий; Мини-тестирование; Написание докладов и конспектов	<b>0</b>  0 0 0 0	<b>25</b>  6 8 6 5
<b>2-ая рубежная контрольная работа-тест</b>	<b>0</b>	<b>25</b>
<b>Итого</b>	<b>0</b>	<b>100</b>

Порядок осуществления рубежного контроля и подсчёта итоговой оценки

1- я рубежная аттестации максимально 50 баллов; из них:

от 0 до 25 баллов ( $P_1$ ) - аттестационная (рубежная) контрольная работа;

от 0 до 25 баллов ( $T_1$ ) — текущая работа студента в течение рубежа.

2- я рубежная аттестация — максимально 50 баллов; из них:

от 0 до 25 баллов ( $P_1$ ) — аттестационная (рубежная) контрольная работа;

от 0 до 25 баллов ( $T_1$ ) — текущая работа студента в течение рубежа.

Экзамен (Э) — максимально 50 баллов.

Зачет (З) — максимально 50 баллов».

По предметам, имеющим форму контроля зачет/экзамен, возможно проставление оценки «зачтено»/ «удовлетворительно», или «хорошо», или «отлично» в соответствии с пунктом 2.7. 2.4.1.

По предметам, имеющим форму контроля зачет/экзамен, возможно проставление оценки «зачтено»/«удовлетворительно», или «хорошо», или «отлично» если количество набранных баллов составляет 56 и более. Студент имеет право сдавать экзамен, если

полученный «автоматически» результат по набранной сумме баллов его не устраивает. Если же студент набрал менее 56 баллов, то он обязан сдавать зачет/экзамен.

Студент, набравший на рубежных аттестациях менее 56 баллов, **обязан сдавать зачет/экзамен (в устной форме) комиссионно** во время сессии. Итоговая оценка выводится следующим образом:

$$O = T_1 + T_2 + \frac{P_1 + P_2 + \vartheta}{2}$$

**Шкала итоговой академической успеваемости студентов по дисциплине**

Система оценок СОГУ		
Сумма баллов	Название	Числовой эквивалент
86 - 100	Отлично	5
71-85	Хорошо	4
56-70	Удовлетворительно	3
36-55	Неудовлетворительно	2
0-35		2

**Форма проведения зачета - практическая**

**9. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)**

а) основная литература:

1. . Плавание: учебник для академического бакалавриата / В. З. Афанасьев [и др.]; под общей редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 344 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-07939-5. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/442095>

2. Степанова М.В., Плавание в системе физического воспитания студентов вузов: учебное пособие. Изд. 2-ое., дополн. / Степанова М.В. - Оренбург: ОГУ, 2017. - 136 с. - ISBN 978-5-7410-1745-6 - Текст: электронный // ЭБС "Консультант студента"

Текст: электронный. URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=481808>

б) дополнительная

3. Годжиев Г.Т., Ларионов В.И., Ларионова Т.А., Козаев Р.Х. Плавание – учебное пособие. Издательство: Владикавказ 2018. 115с.

4. Платонов В.Н Плавание 1-2: Учебник. Издательство: М: - Сов. спорт 2012. - 950 с.

**в) электронные библиотечные системы, с которыми у СОГУ имеется действующий договор, современные профессиональные базы, информационные справочные системы:**

Обеспечен доступ к современным профессиональным базам данных, информационным справочным и поисковым системам (библиотека СОГУ):

В своей деятельности преподаватели и студент вправе воспользоваться:

- любыми поисковыми системы в сети Internet,
- ЭБС "Университетская библиотека Online" (<http://www.biblioclub.ru>);
- Электронная библиотека «Консультант студента» (<http://www.studmedlib.ru/>);
- Научная электронная библиотека eLibrary.ru (<http://elibrary.ru>);
- База данных «ЭБС elibrary» (<http://elibrary.ru>);
- ФГБУ «ГПНТБ России» ([link.springer.com](http://link.springer.com));
- Электронная библиотека «Юрайт» ([biblio-online.ru](http://biblio-online.ru)).
- сайтом научно-теоретического журнала «Теория и практика физической культуры» (<http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/>),
- сайтом научно-методического журнала «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка», <http://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/>,
- научным порталом <http://www.teoriya.ru>,

Scopus - крупнейшая база данных, содержащая краткое описание и сведения о цитировании рецензируемой литературы: научных журналов, книг и материалов конференций (<https://ru.service.elsevier.com/app/home/supporthub/scopus/>)

#### ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ БАЗЫ ДАННЫХ И ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ

Физическая культура и спорт	Национальная информационная сеть «Спортивная Россия»	<a href="https://www.infosport.ru/">https://www.infosport.ru/</a>
	История Олимпийских игр	<a href="https://www.olympichistory.info/">https://www.olympichistory.info/</a>
	Министерство спорта РФ	<a href="https://www.minsport.gov.ru/">https://www.minsport.gov.ru/</a>
Универсальные ресурсы	Российская национальная библиотека	<a href="http://nlr.ru/">http://nlr.ru/</a>
	Национальная электронная библиотека	<a href="https://rusneb.ru/">https://rusneb.ru/</a>
	Российская государственная библиотека	<a href="https://www.rsl.ru/">https://www.rsl.ru/</a>
	Единое окно доступа к информационным ресурсам	<a href="http://window.edu.ru">http://window.edu.ru</a>
	Каталог электронных библиотек	<a href="https://elementy.ru/catalog/g31/elektronnye_biblioteki">https://elementy.ru/catalog/g31/elektronnye_biblioteki</a>
	«Мегаэнциклопедия Кирилла и Мефодия»	<a href="https://megabook.ru">https://megabook.ru</a>
	Библиотека учебной и научной	<a href="http://sbiblio.com/biblio/">http://sbiblio.com/biblio/</a>

	литературы	
--	------------	--

#### 10. Материально-техническое обеспечение дисциплины

<p><b>Учебная аудитория для проведения занятий лекционного и семинарского типа №12:</b> преподавательский стол, стул; столы и стулья для обучающихся – 58 посадочных мест; мультимедийный комплекс (проектор, экран); ПК преподавателя; колонки; кафедра; программное обеспечение: Windows 7 Professional; Office Standard 2010; Антивирусное программное обеспечение Kasperksy Total Security; Система поиска текстовых заимствований «Антиплагиат.ВУЗ»; Система проведения вебинаров</p>	<p>362025, Республика Северная Осетия-Алания, город Владикавказ, улица Ватутина, дом 44-46, учебный корпус №8</p>
<p><b>Учебные аудитории для проведения занятий лекционного и семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также самостоятельной работы обучающихся №17: Компьютерный класс:</b> преподавательский стол, стул; столы и стулья для обучающихся – 29 посадочных мест; мультимедийный комплекс (проектор, экран); классная доска; ПК преподавателя; колонки; ПК обучающихся -11шт.; кафедра; программное обеспечение: Windows 7 Professional; Office Standard 2010; Антивирусное программное обеспечение Kasperksy Total Security; Система тестирования Sunrav WEB Class; Консультант плюс; Система поиска текстовых заимствований «Антиплагиат.ВУЗ»; Система проведения вебинаров</p>	<p>362025, Республика Северная Осетия-Алания, город Владикавказ, улица Ватутина, дом 44-46, учебный корпус №8</p>
<p><b>Бассейн:</b> Оснащен шестью дорожками по 25 метров с дополнительным и вспомогательным оборудованием. Имеются две раздевалки для переодевания с душевыми и санузелом S=248 кв.м.</p>	<p>362025, Республика Северная Осетия-Алания, город Владикавказ, улица Ватутина, дом 44-46, Спортивно-оздоровительный комплекс «ДЕЛЬФИН»</p>
<p><b>Библиотека, в том числе читальный зал:</b> столы, стулья, ПК обучающихся, программное обеспечение: Adobe flash player 31; Adobe reader 10; Java 6.0; K-Lite Codec Pack; Win rar; Microsoft Office 10; Microsoft Visio 10; Microsoft Visual studio; Kaspersky Endpoint Security для бизнеса; Консультант плюс</p>	<p>362025, Республика Северная Осетия-Алания, город Владикавказ, улица Церетели, 16</p>

**Состав лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование</b>	<b>№ договора (лицензия)</b>
1	Программа для ЭВМ «Банк вопросов для контроля знаний»	Разработка СОГУ Свидетельство о государственной регистрации программы для ЭВМ №2015611829 от 06.02.2015 г. (бессрочно)
2	Система тестирования Sunrav WEB Class	№468 от 03.12.2013 ИП Сунгатулин Р.Т.(бессрочно)
3	«Галактика»	№31907480031 от 25.02.2018 г. (бессрочно)

## **11. Лист обновления/актуализации**

### **Дополнения и изменения в учебной программе на 2021/2022 учебный год**

1. Принято Положение о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости студентов в ФГБОУ ВО «Северо-Осетинский государственный университет имени Коста Левановича Хетагурова» (новая редакция) (3.02.2021 г., № 25).

2. Принято Положение о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости студентов в ФГБОУ ВО «Северо-Осетинский государственный университет имени Коста Левановича Хетагурова» (новая редакция) (1.10.2021, №226).

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2021-2022 учебном году на заседании кафедры теоретических и медико-биологических основ физической культуры и спортивных игр (протокол № 9 от «23» апреля 2021 г.)

Программа одобрена на заседании Совета факультета физической культуры и спорта от «26» апреля 2021 г., протокол № 8.

### **Дополнения и изменения в учебной программе на 2022/2023 учебный год**

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2022-2023 учебном году на заседании кафедры теоретических и медико-биологических основ физической культуры и спортивных игр (протокол № 10 от «23» мая 2022 г.)

Программа одобрена на заседании Совета факультета физической культуры и спорта от «27» мая 2022 г., протокол № 9.

### **Дополнения и изменения в учебной программе на 2023/2024 учебный год**

Программа актуализирована и утверждена на заседании кафедры от 30 августа 2023 г., протокол № 1.

Программа актуализирована и утверждена заседании совета факультета от 31 августа 2023 г., протокол № 1.