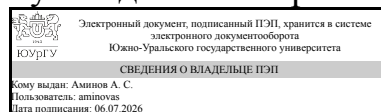


ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:
Руководитель направления



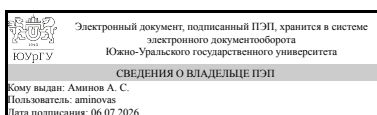
А. С. Аминов

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины 1.О.33.04 Плавание
для направления 49.03.01 Физическая культура
уровень Бакалавриат
форма обучения заочная
кафедра-разработчик Спортивное совершенствование

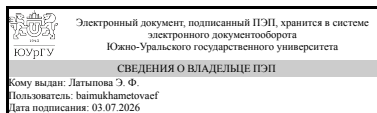
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, утверждённым приказом Минобрнауки от 19.09.2017 № 940

Зав.кафедрой разработчика,
к.биол.н., доц.



А. С. Аминов

Разработчик программы,
старший преподаватель



Э. Ф. Латыпова

1. Цели и задачи дисциплины

Цель - формирование у студентов знаний, умений, навыков по теории и методике плавания для решения организационно-методических и профессионально-педагогических задач в профессиональной деятельности. Задачи: изучить историю плавания, специальную терминологию; сформировать знания, умения и навыки по технике плавания и методике обучения различными стилями, по организации и проведению соревнований по плаванию.

Краткое содержание дисциплины

Плавание как вид спорта. История развития плавания в России и за рубежом. Техника спортивных способов плавания, стартов, поворотов. Методика обучения технике спортивных способов плавания, стартов, поворотов. Методика начального обучения плаванию. Техника плавания и методика обучения способом вольный стиль. Техника плавания и методика обучения способом на спине. Техника плавания и методика обучения способом баттерфляй (дельфин). Техника плавания и методика обучения способом брасс. Методика обучения технике стартов. Методика обучения технике поворотов. Прикладное плавание. Техника плавания и методика обучения комплексному плаванию. Совершенствование техники вольного стиля и на спине. Совершенствование техники брасса и дельфина (баттерфляя). Совершенствование техники стартов и поворотов. Проведение занятий по плаванию в системе физического воспитания. Физкультурно-оздоровительные технологии с использованием средств плавания. Организация и проведение соревнований по плаванию.

2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Планируемые результаты освоения ОП ВО (компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	Знает: терминологию и классификацию в плавании; принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по плаванию; содержание и правила оформления уонспекта учебно-тренировочного занятия с использованием средств плавания; правила и организация соревнований по плаванию; способы оценки результатов обучения в плавании Умеет: ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по плаванию; подбирать методику проведения занятий по плаванию с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов занимающихся; определять средства и величину нагрузки на занятиях по плаванию в зависимости от поставленных задач; использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей плавания;

	определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по плаванию Имеет практический опыт: планирования занятий по плаванию; планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств плавания
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	Знает: историю и современное состояние плавания, его место и значение в физической культуре, науке и образовании; воспитательные возможности занятий плаванием; методики обучения разным способам плавания; методики развития физических качеств средствами плавания; методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях плаванием; методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами плавания Умеет: применять методы организации учебной деятельности на занятиях по плаванию с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся; использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по плаванию в зависимости от поставленных задач; показывать правильное выполнение упражнений в плавании; использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой с использованием средств плавания; организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений в плавании; оценивать качество выполнения упражнений в плавании и определять ошибки в технике; использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по плаванию Имеет практический опыт: владения техникой способов плавания; проведения фрагмента урока физической культуры по плаванию
ОПК-13 Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта	Знает: правила соревнований по плаванию; нормы, требования для присвоения спортивных разрядов и званий, условия их выполнения; виды и организацию соревнований по плаванию; состав судейской коллегии по плаванию и функции отдельных спортивных судей Умеет: организовывать и проводить судейство детских спортивных соревнований по плаванию Имеет практический опыт: участия в судействе соревнований плаванию

3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана	Перечень последующих дисциплин, видов работ
1.О.33.02 Гимнастика, 1.О.33.05 Подвижные игры, 1.О.11 Анатомия человека, 1.О.26 Спортивные и физкультурно-массовые сооружения и тренажеры, Учебная практика (ознакомительная) (2 семестр)	1.О.30 Организация спортивно-массовых мероприятий, 1.О.33.07 Туризм и спортивное ориентирование, 1.О.33.01 Легкая атлетика, 1.О.22 Биомеханика двигательной деятельности, 1.О.16 Педагогика физической культуры, 1.О.23 Биохимия человека, 1.О.33.06 Спортивные игры, 1.О.33.03 Лыжный спорт, 1.О.24 Физиология физического воспитания и спорта, 1.О.17 Теория и методика физической культуры, Производственная практика (тренировочная) (6 семестр)

Требования к «входным» знаниям, умениям, навыкам студента, необходимым при освоении данной дисциплины и приобретенным в результате освоения предшествующих дисциплин:

Дисциплина	Требования
1.О.26 Спортивные и физкультурно-массовые сооружения и тренажеры	Знает: историю строительства спортивных сооружений; классификацию спортивных сооружений; особенности спортивных сооружений для различных видов спорта; состав спортивных сооружений, их габариты, разметку, пропускную способность; правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники; параметры и оборудование различных спортивных объектов; расположение зрительских мест на трибунах; расположение помещений и устройства для судей и прессы; устройство и классификации сооружений для легкой атлетики; устройство и классификации плавательных бассейнов; устройство сооружений для конькобежного спорта, хоккея, фигурного катания, шорт-трека; устройство и классификацию сооружений для игровых видов спорта; устройство сооружений для гребного, парусного, конного спорта, велотреков; устройство тира, стенда, стрельбища; устройство сооружений для лыжного спорта; устройство спортивных сооружений для инвалидов; требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию в ИВС; способы проверки наличия и качественных характеристик спортивных объектов, снарядов, инвентаря и оборудования, правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники; способы проверки наличия и качественных характеристик спортивного и технологического оборудования, спортивного

	сооружения или объекта спорта; требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию Умеет: разъяснять правила поведения в помещении спортивного сооружения и на его территории; разрабатывать план модернизации оснащения спортивного зала, выбирать оборудование; использовать инвентарь и оборудование на занятиях и соревнованиях по базовым видам спорта и ИВС; выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; использовать шаблоны и образцы для проверки спортивных снарядов, инвентаря, оборудования по размерам, массе и иным нормируемым физическим характеристикам, оценивать состояние готовности спортивного и технологического оборудования, спортивного сооружения или объекта спорта к проведению соревнований и мероприятий Имеет практический опыт:
1.О.11 Анатомия человека	Знает: основные термины, применяемые в анатомии; строение, топографию и функции органов и функциональных систем организма человека; основы возрастной морфологии, возрастную периодизацию, закономерности физического развития человека; основы динамической морфологии, методики антропометрии и соматотипирования; основы учения о конституции и пропорциях тела человека Умеет: демонстрировать движения в подвижных соединениях звеньев тела, определяя оси вращения в суставах и локализацию мышц, производящих данные движения; проецировать основные костные образования, крупные мышцы и внутренние органы на поверхность тела человека; производить анатомический анализ положений и движений тела; применять (учитывать) результаты анатомического исследования при планировании содержания занятий, определять тип телосложения путем расчета индексов, состояние опорно-двигательного аппарата Имеет практический опыт: основными анатомическими терминами (основные ориентиры, плоскости тела, оси вращения); анатомическим анализом положений и движений тела, используемых в практике физической культуры; опытом планирования учебных занятий, опираясь на анатомо-морфологические особенности занимающихся различного пола и возраста, способами определения типа телосложения, компонентов массы тела, состояние опорно-двигательного аппарата
1.О.33.05 Подвижные игры	Знает: терминологию и классификацию подвижных игр; принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по подвижным играм;

	содержание и правила оформления конспекта учебно-тренировочного занятия с использованием средств подвижных игр; организацию соревнований на основе подвижных игр, классификацию подвижных игр, принципы выбора подвижной игры для проведения занятий различной направленности и физкультурно-спортивных мероприятий на основе подвижных игр Умеет: ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по подвижным играм; подбирать методику проведения занятий по подвижным играм с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; определять средства и величину нагрузки на занятиях по подвижным играм в зависимости от поставленных задач; использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей подвижных игр; определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся на занятиях по подвижным играм, применять методы организации учебной деятельности на занятиях по подвижным играм; использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем для проведения подвижных игр Имеет практический опыт: планирования занятий по подвижным играм; планирования мероприятий оздоровительного характера на основе подвижных игр, проведения подвижных игр на занятиях и физкультурно-спортивных мероприятиях
1.О.33.02 Гимнастика	Знает: терминологию и классификацию гимнастики; принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике; содержание и правила оформления конспекта учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики; правила и организация соревнований в гимнастике; способы оценки результатов обучения в гимнастике, историю и современное состояние гимнастики, ее место и значение в физической культуре, науке и образовании; воспитательные возможности занятий гимнастикой; средства гимнастики и возможности их применения в физкультурно-спортивной деятельности; основы обучения гимнастическим упражнениям; способы (варианты) рационального размещения занимающихся при выполнении гимнастических упражнений Умеет: ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике; подбирать методику проведения

занятий по гимнастике с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике в зависимости от поставленных задач; использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики; определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, применять методы организации учебной деятельности на занятиях по гимнастике с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся; использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по гимнастике в зависимости от поставленных задач; распределять на протяжении занятия средства гимнастики с учетом их влияния на организм занимающихся; показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в гимнастике; использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой с использованием средств гимнастики; организовывать (строить, перестраивать, размыкать, размещать, перемещать и т.п.) группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения любых гимнастических упражнений; оценивать качество выполнения упражнений в гимнастике и определять ошибки в технике; определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в гимнастике и средства для их устранения; использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по гимнастике Имеет практический опыт: планирования занятий по гимнастике; планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, проведения гимнастических комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся; владения техникой обще подготовительных, специально-подготовительных и соревновательных гимнастических элементов, гимнастическим стилем исполнения гимнастических упражнений; проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств гимнастики

Учебная практика (ознакомительная) (2 семестр)	Знает: формы организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных и спортивных учреждениях Умеет: составлять конспект занятия по физической культуре или виду спорта на основе подвижных игр с учетом физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, проводить физкультурно-спортивные занятия на основе подвижных игр Имеет практический опыт: проведения занятий по совершенствованию физической подготовки, обучения занимающихся прикладным аспектам спортивной гигиены, диетологии; контроль выполнения занимающимися предписаний медицинских работников, соблюдения рекомендованного режима труда и отдыха, выполнения комплекса мероприятий по восстановлению работоспособности и здоровья, проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом, компьютерной обработки служебной документации, статистической информации и деловой графики; работы с информационно-поисковыми системами и программным обеспечением, используемым в профессиональной деятельности
--	---

4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч., 14,25 ч. контактной работы с применением дистанционных образовательных технологий

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам
		в часах
		Номер семестра
		3
Общая трудоёмкость дисциплины	108	108
<i>Аудиторные занятия:</i>	8	8
Лекции (Л)	0	0
Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ)	8	8
Лабораторные работы (ЛР)	0	0
<i>Самостоятельная работа (СРС)</i>	93,75	93,75
Подготовка к теоретическому тестированию и прохождение тестов	19,75	19.75
Подготовка к зачету	20	20
Подготовка к практическим занятиям, выполнение практических заданий	54	54
Консультации и промежуточная аттестация	6,25	6,25
Вид контроля (зачет, диф.зачет, экзамен)	-	зачет

5. Содержание дисциплины

№ раздела	Наименование разделов дисциплины	Объем аудиторных занятий по видам в часах			
		Всего	Л	ПЗ	ЛР
1	Плавание как вид физических упражнений. Техника спортивных способов плавания	2	0	2	0
2	Методика обучения и совершенствования техники плавания	2	0	2	0
3	Прикладное плавание	2	0	2	0
4	Организация и проведение соревнований по плаванию	2	0	2	0

5.1. Лекции

Не предусмотрены

5.2. Практические занятия, семинары

№ занятия	№ раздела	Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара	Кол- во часов
1	1	Плавание как учебная дисциплина. Техника плавания кролем на груди и на спине. Техника плавания брассом на груди. Техника плавания брассом на спине. Техника плавания баттерфляем. Техника поворотов и стартов в спортивном плавании	2
2	2	Основы методики обучения плаванию. Обучение спортивным способам плавания, стартам и поворотам. Методика обучения детей плаванию. Организация занятий плаванием. Организация и проведение урока по плаванию	2
3	3	Прикладные способы плавания (на боку и брасс на спине). Спасание тонущих вплавь	2
4	4	Организация и проведение соревнований по плаванию	2

5.3. Лабораторные работы

Не предусмотрены

5.4. Самостоятельная работа студента

Выполнение СРС			
Подвид СРС	Список литературы (с указанием разделов, глав, страниц) / ссылка на ресурс	Семестр	Кол- во часов
Подготовка к теоретическому тестированию и прохождение тестов	1 ЭУМД №1 с.6-208 2 ЭУМД №2 с.7-80 3 ЭУМД №3 с.4-41 4 ЭУМД №4 с.6-102 5 ЭУМД №5 с.3-39 6 ЭУМД №6 4-82 7 Конспекты лекций	3	19,75
Подготовка к зачету	1 ЭУМД №1 с.6-208 2 ЭУМД №2 с.7-80 3 ЭУМД №3 с.4-41 4 ЭУМД №4 с.6-102 5 ЭУМД №5 с.3-39 6 ЭУМД №6 4-82 7 Конспекты лекций и практические задания	3	20

Подготовка к практическим занятиям, выполнение практических заданий	1 ЭУМД №1 с.6-208 2 ЭУМД №2 с.7-80 3 ЭУМД №3 с.4-41 4 ЭУМД №4 с.6-102 5 ЭУМД №5 с.3-39 6 ЭУМД №6 4-82 7 Конспекты лекций	3	54
---	--	---	----

6. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации

Контроль качества освоения образовательной программы осуществляется в соответствии с Положением о балльно-рейтинговой системе оценивания результатов учебной деятельности обучающихся.

6.1. Контрольные мероприятия (КМ)

№ КМ	Се-местр	Вид контроля	Название контрольного мероприятия	Вес	Макс. балл	Порядок начисления баллов	Учитывается в ПА
1	3	Промежуточная аттестация	Зачет	-	5	Зачет проводится в устной форме. 5 баллов - студент ответил правильно и полно на 2 вопроса из списка вопросов к зачету и ответил правильно на дополнительный вопрос. 4 балла - студент ответил правильно и полно на 2 вопроса из списка вопросов к зачету, но не ответил на дополнительный вопрос или студент ответил правильно и полно на 1 вопрос из списка вопросов к зачету, на 2 вопрос ответил правильно, но не полно и ответил правильно дополнительный вопрос. 3 балла - студент ответил правильно и полно на 1 вопрос из списка вопросов к зачету, на 2 вопрос ответил не полно и не ответил на дополнительный вопрос или студент ответил не полно на 2 вопроса из списка вопросов к зачету и ответил правильно дополнительный вопрос. 2 балла - студент ответил не полно на 2 вопроса из списка вопросов к зачету и не ответил правильно дополнительный вопрос. 1 балла - студент ответил не полно только на 1 вопрос из списка вопросов к зачету. 0 баллов - студент не смог дать ответ ни на один вопрос	зачет
2	3	Текущий контроль	Тестирование в Электронном ЮУрГУ 1	10	40	Тест состоит из 40 вопросов. Время выполнения 40 минут. 2 попытки Правильный вопрос - 1 балл.	зачет
3	3	Текущий контроль	Тестирование в Электронном	10	40	Тест состоит из 40 вопросов. Время выполнения 40 минут. 2 попытки	зачет

			ЮУрГУ тест 2			Правильный вопрос - 1 балл.	
4	3	Текущий контроль	Конспект занятия по плаванию	15	23	Определены и соответствуют: группа занимающихся - 1 балл, цель - 1 балл, задачи - 1 балл, место проведения - 1 балл, инвентарь - 1 балл. Правильность разработки: подготовительная часть - 1-5 баллов, основная часть - 1-10 баллов, заключительная - 1-3 балла (учитывается последовательность упражнений, методические рекомендации, дозировка).	зачет
5	3	Бонус	Участие в судействе соревнований по плаванию	-	15	Судейство соревнований по плаванию - предварительная подготовка - 3, (формирование стартовых протоколов на 1 группу) баллов, судейство соревнований - 9 баллов, формирование итоговых протоколов - 3 балла	зачет
6	3	Текущий контроль	Судейство тренировочных соревнований на практическом занятии (прикидка)	15	8	Выполнение судейских функций на разных должностях - 1 балл за правильное судейство в должности (6) Формирование стартового протокола - 1 балл Формирование итогового протокола - 1 балл	зачет
7	3	Текущий контроль	Расчет рейтинга пловцов и присвоения разрядов	10	10	Максимальный балл - 10, за каждую ошибку - 1 балл	зачет
8	3	Текущий контроль	Комплекс упражнений	20	12	6 критериев оценки выполнения практического задания (за каждый критерий начислется 0-2 балла): 2 балла - критерий выполняется в правильно 1 балл - есть небольшие замечания 0 баллов - грубые ошибки	зачет
9	3	Текущий контроль	Выполнение практических заданий по плаванию	20	20	Выполнение практических заданий по дисциплине: 1-5 баллов - выполнение задания часть 1 1-5 баллов - выполнение задания часть 2 1-5 баллов - выполнение задания часть 3 1-5 баллов - выполнение задания часть 4 5 - задание выполнено в полном объеме, без ошибок 4 - задание выполнено в полном объеме, есть незначительные замечания 3 - задание выполнено в полном объеме, но есть 1-2 ошибки 2 - задание выполнено частично, есть ошибки 1 - задание выполнено частично с грубыми ошибками	зачет

6.2. Процедура проведения, критерии оценивания

Вид	Процедура проведения	Критерии
-----	----------------------	----------

промежуточной аттестации		оценивания
зачет	Студенту даются 2 вопроса из списка вопросов к зачету. Подготовка к ответу не более 15 минут. При ответе могут быть заданы уточняющие вопросы. На основании ответов задается дополнительный вопрос, обобщающий материал двух зачетных вопросов.	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

6.3. Паспорт фонда оценочных средств

Компетенции	Результаты обучения	№ КМ								
		1	2	3	4	5	6	7	8	9
ОПК-1	Знает: терминологию и классификацию в плавании; принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по плаванию; содержание и правила оформления уонспекта учебно-тренировочного занятия с использованием средств плавания; правила и организация соревнований по плаванию; способы оценки результатов обучения в плавании	+	+	+	+			+		+
ОПК-1	Умеет: ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по плаванию; подбирать методику проведения занятий по плаванию с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов занимающихся; определять средства и величину нагрузки на занятиях по плаванию в зависимости от поставленных задач; использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей плавания; определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по плаванию	+		+	+			+	+	+
ОПК-1	Имеет практический опыт: планирования занятий по плаванию; планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств плавания	+			+				+	+
ОПК-3	Знает: историю и современное состояние плавания, его место и значение в физической культуре, науке и образовании; воспитательные возможности занятий плаванием; методики обучения разным способам плавания; методики развития физических качеств средствами плавания; методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях плаванием; методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами плавания	+	+	+	+					+
ОПК-3	Умеет: применять методы организации учебной деятельности на занятиях по плаванию с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся; использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по плаванию в зависимости от поставленных задач; показывать правильное выполнение упражнений в плавании; использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой с использованием средств плавания; организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений в плавании; оценивать качество выполнения упражнений в плавании и определять ошибки в технике; использовать систему нормативов и методик контроля физической	+		+	+				+	+

			— Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система https://e.lanbook.com/book/44365
2	Основная литература	ЭБС издательства Лань	Аикина, Л. И. Оздоровительное плавание : учебно-методическое пособие / Л. И. Аикина ; составитель Л. Ю. Башта. — Омск : СибГУФК, 2018. — 96 с. https://e.lanbook.com/book/118597
3	Основная литература	ЭБС издательства Лань	Плавание: методические рекомендации : методические рекомендации / составители Н. И. Бабкова [и др.]. — Уфа : БГПУ имени М. Акмуллы, 2016. — 60 с. https://e.lanbook.com/book/76590
4	Основная литература	ЭБС издательства Лань	Дрокова, В. А. Оздоровительное и лечебное плавание : учебное пособие / В. А. Дрокова. — Хабаровск : ДВГАФК, 2020. — 122 с. — ISBN 978-5-8028-0233-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система https://e.lanbook.com/book/201977

Перечень используемого программного обеспечения:

1. Microsoft-Windows(бессрочно)
2. Microsoft-Office(бессрочно)
3. ФГАОУ ВО "ЮУрГУ (НИУ)"-Портал "Электронный ЮУрГУ" (<https://edu.susu.ru>)(бессрочно)

Перечень используемых профессиональных баз данных и информационных справочных систем:

1. -База данных polpred (обзор СМИ)(бессрочно)

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Вид занятий	№ ауд.	Основное оборудование, стенды, макеты, компьютерная техника, предустановленное программное обеспечение, используемое для различных видов занятий
Самостоятельная работа студента	1 (1)	Автоматизированное рабочее место с выходом в Интернет: системный блок, монитор, мышь, клавиатура
Практические занятия и семинары	0 (УСК)	Бассейн 50 м*25 метров, калабашки, плавательные доски, водные гантели, нудл-палки
Лекции	302 (6)	Системный блок, монитор, клавиатура, мышь, колонки, микрофон, проектор, экран
Зачет	305 (ДС)	Парты, стулья
Контроль самостоятельной работы	205 (ДС)	Системный блок, монитор, клавиатура, мышь