

МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
"Тулский государственный педагогический университет им. Л.Н. Толстого"
(ФГБОУ ВО "ТГПУ им. Л.Н. Толстого")

Аннотация рабочей программы дисциплины (модуля)

Плавание

ОПОП	Направление 06.03.01 Биология направленность (профиль) Биоэкология
Квалификация	Бакалавр
Год начала подготовки	2022
Форма обучения	очная
Общая трудоемкость	0 з.е.

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Формирование у студентов знаний, умений и навыков в теории и методике спортивного, оздоровительного и прикладного плавания, изучение особенностей водной среды и ее воздействия на организм.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП

Цикл (раздел) ООП:	ЭДФКС.ДЭ.01
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
1.	К началу изучения дисциплины студенты должны знать основы методики подбора физических упражнений для лиц, занимающихся плаванием, показания и противопоказания к занятиям оздоровительным плаванием, уметь подбирать средства и методы для решения коррекционных, компенсаторных и оздоровительных задач плавания как вида спорта, владеть основными способами спортивного и оздоровительного плавания.
2.2	Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
1.	Для освоения элективных дисциплин по физической культуре и спорту используются знания, умения и навыки, полученные во время прохождения основной образовательной программы в "Центрах образования" по дисциплине физическая культура

3. СООТНЕСЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ) С ИНДИКАТОРАМИ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

3.1 Компетенции обучающегося и индикаторы их достижения:

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

УК-7.1	Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности
	Знать основы физической культуры и спорта (общей физической подготовки) и здорового образа жизни обучающихся; основные понятия физической культуры и здорового образа жизни, основы здоровьесберегающих технологий и их воздействие на организм человека, основы самостоятельных занятий физической культурой и спортом, основы методик самоконтроля при занятиях физической культурой.
УК-7.2	Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности
	Уметь составлять и методически грамотно проводить комплекс утренней гигиенической гимнастики, физкультпаузы и физкультминутки. Выполнять физические упражнения, направленные на развитие основных физических качеств. Выполнять физические упражнения оздоровительной направленности.

УК-7.3	Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья
Владеть основными способами повышения жизнедеятельности средствами физической культуры и спорта для улучшения качества социальной и профессиональной деятельности.	
УК-7.4	Демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности
Выполнять комплексы физических упражнений, составленные на основе выбранного вида спорта или физкультурно-спортивной активности для укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности.	

3.2 Результаты обучения по дисциплине:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

	Знать:
3.1	- основы физической культуры и спорта (общей физической подготовки) и здорового образа жизни обучающихся,
3.2	- основные понятия физической культуры и здорового образа жизни,
3.3	- основы здоровьесберегающих технологий и их воздействие на организм человека,
3.4	- основы самостоятельных занятий физической культурой и спортом,
3.5	- основы методик самоконтроля при занятиях физической культурой.
	Уметь:
У.1	- составлять и методически грамотно проводить комплекс утренней гигиенической гимнастики, физкультпаузы и физкультминутки,
У.2	- выполнять физические упражнения, направленные на развитие основных физических качеств,
У.3	- выполнять физические упражнения оздоровительной направленности.
	Владеть:
В.1	- владеть основными способами повышения жизнедеятельности средствами физической культуры и спорта для улучшения качества социальной и профессиональной деятельности и демонстрировать комплексы физических упражнений, составленные на основе выбранного вида спорта и физкультурно-спортивной активности.