

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Смирнов Сергей Николаевич
Должность: врио ректора
Дата подписания: 27.09.2021 14:57:29
Уникальный программный ключ:
69e375c64f7e975d4e8830e7b4fcc2ad1b5f5f08

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет»

Утверждаю:

Руководитель ООП

С.Н. Добросмылова

27 сентября 2021 г.



Рабочая программа дисциплины (с аннотацией)

Плавание

Направление подготовки

39.03.02 Социальная работа

Направленность (профиль)

Социальная работа с различными группами населения

Для студентов 1,2 курса очной формы обучения

БАКАЛАВРИАТ

Составитель: Федорова Н.А., Белоусова Е.В.

Тверь, 2021

I. Аннотация

1. Наименование дисциплины в соответствии с учебным планом

Элективная дисциплина по физической культуре и спорту. Плавание.

2. Цель и задачи дисциплины

Целью освоения дисциплины является: формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности. Изучение наиболее общих закономерностей передвижений в водной среде, представленных в спортивных и прикладных способах плавания

Задачами освоения дисциплины являются:

- выработать у обучающихся интерес к занятиям плаванием, к овладению жизненно необходимых навыков плавания;
- обучать и совершенствовать технику основных стилей спортивного плавания (кроль на груди, кроль на спине, брасс, баттерфляй);
- укреплять здоровье обучающихся, повышать и поддерживать на оптимальном уровне физическую и умственную работоспособность;
- прививать необходимые теоретические знания в области гигиены, медицины, физической культуры и оздоровительного плавания;
- развивать и совершенствовать физические качества, поддерживая их на достаточном уровне.

3. Место дисциплины в структуре ООП:

Дисциплина входит в обязательную часть дисциплин, формирующих универсальные компетенции, является обязательным разделом гуманитарного компонента образования, значимость которого проявляется через гармонизацию духовных и физических сил, формирование таких общечеловеческих ценностей, как здоровье, физическое и психическое благополучие, физическое совершенство - основы для осуществления дальнейшей профессиональной деятельности.

3. Объем дисциплины: составляет 328 академических часов, в том числе: контактная аудиторная работа: практические занятия 128 часов, самостоятельная работа: 200 часов.

Указанные академические часы являются обязательными для освоения и в зачетные единицы не переводятся.

| Вид учебной работы | Всего часов | Семестры | | | |
|-----------------------------------|-------------|----------|-------|-----|-------|
| | | I | II | III | IV |
| Общая трудоемкость (всего) | 328 | 82 | 82 | 82 | 82 |
| В том числе: | | | | | |
| Практические занятия | 128 | 34 | 36 | 30 | 28 |
| Самостоятельная работа | 200 | 48 | 46 | 52 | 54 |
| Вид промежуточной аттестации | зачет | | зачет | | зачет |

5. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

| Планируемые результаты освоения образовательной программы (формируемые компетенции) | Планируемые результаты обучения по дисциплине |
|---|---|
| УК 3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде | УК 3.5 Соблюдает нормы и установленные правила командной работы; несет личную ответственность за результат |
| УК-7 - Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | УК-7.1. - Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации УК – 7.3 - Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности |

6. Формой промежуточной аттестации является зачет во втором и четвертом семестре.

7. Язык преподавания - русский.