

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
"Казанский (Приволжский) федеральный университет"  
Институт фундаментальной медицины и биологии



подписано электронно-цифровой подписью

**Программа дисциплины**  
**Прикладное плавание Б1.В.ДВ.6**

Направление подготовки: 44.03.01 - Педагогическое образование  
Профиль подготовки: Образование в области физической культуры  
Квалификация выпускника: бакалавр  
Форма обучения: заочное  
Язык обучения: русский

**Автор(ы):**

Колочанова Н.А.

**Рецензент(ы):**

Абзалов Н.И.

**СОГЛАСОВАНО:**

Заведующий(ая) кафедрой: Абзалов Н. И.

Протокол заседания кафедры No \_\_\_\_ от " \_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 201\_\_ г

Учебно-методическая комиссия Института фундаментальной медицины и биологии:

Протокол заседания УМК No \_\_\_\_ от " \_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 201\_\_ г

Регистрационный No 849415620

## Содержание

1. Цели освоения дисциплины
2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы
3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины /модуля
4. Структура и содержание дисциплины/ модуля
5. Образовательные технологии, включая интерактивные формы обучения
6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов
7. Литература
8. Интернет-ресурсы
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины/модуля согласно утвержденному учебному плану

Программу дисциплины разработал(а)(и) старший преподаватель, б/с Колочанова Н.А. кафедра теории и методики физической культуры, спорта и ЛФК Центр биологии и педагогического образования , natalya.kolochanova@mail.ru

### 1. Цели освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины - формирование у студентов профессионально-педагогических знаний, умений и навыков, позволяющих решать любые задачи в различных звеньях физкультурного движения с использованием средств и методов плавания с учётом безопасности на воде, оказанию первой помощи пострадавшим на воде, основанных на творческих способностях и профессиональной ориентации студентов. Основные задачи освоения дисциплины:

изучение общих вопросов о месте и значении плавания как средства физической культуры в системе физического воспитания;

освоение методики преподавания плавания, связанной с обучением, начальной тренировкой в различных звеньях физического воспитания;

научить организовывать работу по плаванию в массовом физкультурно-оздоровительном движении с учётом безопасности на воде;

овладеть приёмами оказания помощи и приёмами транспортировки пострадавшим на воде до устойчивого умения;

формирование навыков организации и проведения спортивных соревнований, водно-спортивных праздников с учётом безопасности на воде.

### 2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы высшего профессионального образования

Данная учебная дисциплина включена в раздел "Б1.В.ДВ.6 Дисциплины (модули)" основной образовательной программы 44.03.01 Педагогическое образование и относится к дисциплинам по выбору. Осваивается на 1 курсе, 2 семестр.

Прикладное плавание, представлено в программе общеобразовательных, средне специальных, высших учебных заведениях. Дисциплина 'Прикладное плавание' занимает основополагающее место, где прививаются определенные умения и навыки плавания в профессиональной подготовке выпускников. Учебная дисциплина 'Прикладное плавание' развивается с учетом других дисциплин: анатомии, физиологии, педагогики, теории физической культуры, основ спортивной тренировки, гидродинамики, спортивной медицины.

### 3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины /модуля

В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

Шифр компетенции	Расшифровка приобретаемой компетенции
ОПК-10 (профессиональные)	

компетенции)

Способен организовать совместную деятельность и

взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта.

<b>Шифр компетенции</b>	<b>Расшифровка приобретаемой компетенции</b>
ОПК-2 (профессиональные компетенции)	Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий.
ОПК-3 (профессиональные 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-4 (профессиональные компетенции)	Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта.
ОПК-5 (профессиональные компетенции)	Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения.
ОПК-6 (профессиональные компетенции)	Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.
ОПК-7 (профессиональные компетенции)	Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.
ОПК-8 (профессиональные компетенции)	Способен проводить работу по предотвращению применения допинга.

В результате освоения дисциплины студент:

1. должен знать:

особенности формирования двигательных навыков и развития физических качеств при занятиях плаванием;

методику оздоровительных и физкультурно-спортивных занятий на воде с различными возрастными группами населения;

организацию и методику проведения научно-методической и научно-исследовательской работы по плаванию;

причины травматизма и пути его предупреждения при занятиях плаванием;

особенности занятий плаванием с детьми, подростками, юношами и девушками;

анатомио- физиологические особенности развития организма детей, подростков и взрослых;

возрастно- половые закономерности формирования двигательных навыков и развитие физических качеств;

историю развития плавания как прикладного навыка;

гидродинамические основы плавания;

технику прикладных способов плавания;

средства физического воспитания и спортивной тренировки в плавании.

2. должен уметь:

Формулировать конкретные задачи физического воспитания, спортивной тренировки с использованием средств плавания с учетом состояния здоровья, возраста, физического развития и физической подготовленности, условий для занятий.

Использовать разнообразные методы физического воспитания тренировки.

Пользоваться приемами работы с группой.

Уметь определить причину ошибок в процессе обучения двигательным действиям и развития физических качеств, находить способы их устранения.

Оказывать первую помощь травмированному или пострадавшему.

Оценивать эффективность проводимых занятий.

Формировать потребность к самостоятельной физической активности детей и взрослых, здоровому стилю жизни.

Владеть профессиональной речью и специальными жестами.

Владеть навыками рационального применения учебного и лабораторного оборудования, тренажерных устройств.

### 3. должен владеть:

- технологиями планирования педагогического процесса с учетом возраста, пола занимающихся

Навыками безопасного построения занятий с учетом всех особенностей контингента; навыками страховки; умением быстро и правильно реагировать на возникновение потенциальных угроз здоровью занимающихся. - методами индивидуальной и групповой физкультурно-оздоровительной работы с занимающимися

- методикой разработки общеразвивающей программы обучения плаванию за 15 уроков школьников 1-4 классов;

- навыками разработки плана-конспекта с учетом этапов обучения и решением конкретных образовательных и воспитательных задач;

- навыками организации и проведения научно-исследовательской и научно-методической работы по проблемам оздоровительной деятельности и спортивной тренировки на воде;

- методами педагогического и врачебного контроля за занимающимися плаванием;

- профессиональной речью и специальными жестами.

### 4. должен демонстрировать способность и готовность:

Демонстрировать способность и готовность: применять полученные знания на практике.

## 4. Структура и содержание дисциплины/ модуля

Общая трудоемкость дисциплины составляет зачетных(ые) единиц(ы) 72 часа(ов).

Форма промежуточного контроля дисциплины: зачет во 2 семестре.

Суммарно по дисциплине можно получить 100 баллов, из них текущая работа оценивается в 50 баллов, итоговая форма контроля - в 50 баллов. Минимальное количество для допуска к зачету 28 баллов.

86 баллов и более - "отлично" (отл.);

71-85 баллов - "хорошо" (хор.);

55-70 баллов - "удовлетворительно" (удов.);  
 54 балла и менее - "неудовлетворительно" (неуд.).

#### 4.1 Структура и содержание аудиторной работы по дисциплине/ модулю Тематический план дисциплины/модуля

N	Раздел Дисциплины/ Модуля	Семестр	Неделя семестра	Виды и часы аудиторной работы, их трудоемкость (в часах)			Текущие формы контроля
				Лекции	Практи- ческие занятия	Лабора- торные работы	
1.	Тема 1. Значение прикладного плавания в системе физического воспитания. Общая характеристика способов прикладного плавания.	2		0	0	0	Презентация
2.	Тема 2. Начальное обучение плаванию.	2		0	0	0	Творческое задание
3.	Тема 3. Техника плавания способом брасс на спине: фазовая структура движений ног и рук; общее согласование движений ног, рук и дыхания.	2		0	1	0	Творческое задание
4.	Тема 4. Техника плавания способом на боку.	2		0	1	0	Творческое задание
5.	Тема 5. Техника ныряния в глубину: способом вниз головой; способом вниз ногами.	2		0	1	0	Творческое задание
6.	Тема 6. Техника ныряния в длину: способом брасс; комбинированными способами.	2		0	1	0	Творческое задание
7.	Тема 7. Последовательность действий при спасении тонущего вплавь. Спасательные средства и их применение.	2		0	1	0	Проверка практических навыков
8.	Тема 8. Оказание первой помощи пострадавшему на воде.	2		0	1	0	Проверка практических навыков
.	Тема . Итоговая форма контроля	2		0	0	0	Зачет
	Итого			0	6	0	

#### 4.2 Содержание дисциплины

**Тема 1. Значение прикладного плавания в системе физического воспитания. Общая характеристика способов прикладного плавания.**

**Тема 2. Начальное обучение плаванию.**

**Тема 3. Техника плавания способом брасс на спине: фазовая структура движений ног и рук; общее согласование движений ног, рук и дыхания.**



**практическое занятие (1 часа(ов)):**

Освоение, закрепление и совершенствование техники комбинированного плавания. Общая характеристика техники плавания способом брасс на спине. Специальные упражнения для освоения гребковых движений способом брасс на спине. Согласование гребковых движений ногами и руками при плавании способом брасс на спине.

**Тема 4. Техника плавания способом на боку.**

**практическое занятие (1 часа(ов)):**

Освоение, закрепление и совершенствование техники комбинированного плавания. Общая характеристика техники плавания способом брасс на боку. Специальные упражнения для освоения гребковых движений способом на боку. Согласование гребковых движений ногами, руками и дыхания при плавании способом на боку.

**Тема 5. Техника ныряния в глубину: способом вниз головой; способом вниз ногами.**

**практическое занятие (1 часа(ов)):**

Описание техники ныряния в глубину, наглядная демонстрация техники способов ныряния. Имитационные упражнения на суше: движения руками; группировка; отталкивание. Имитационные упражнения, стоя в воде: балансирующие движения руками; группировка и погружение под воду; отталкивание и первые плавательные движения. Выполнение на технику ныряние на глубину способами вниз головой и вниз ногами.

**Тема 6. Техника ныряния в длину: способом брасс; комбинированными способами.**

**практическое занятие (1 часа(ов)):**

Описание техники ныряния в длину, наглядная демонстрация техники способов ныряния. Имитационные упражнения на суше: движения руками; группировка; отталкивание. Имитационные упражнения, стоя в воде: балансирующие движения руками; группировка и погружение под воду; отталкивание и первые плавательные движения. Выполнение на технику ныряние в длину комбинированным способом и способом брасс.

**Тема 7. Последовательность действий при спасении тонущего в воду. Спасательные средства и их применение.**

**практическое занятие (1 часа(ов)):**

Описание приемов освобождения от захватов, наглядная демонстрация техники приемов. Имитация техники захватов и приемов освобождения от захватов на суше: захват одной рукой за волосы; захват одной рукой за запястья; захват сзади двумя руками за запястья; захват спереди или сзади пальцами за шею; захват спереди или сзади руками за шею; захват спереди или сзади за туловище под руками; захват спереди или сзади за туловище и руки; захват спереди или сзади руками за ноги. Приемы освобождения от захватов тонущего в воде. Описание способов транспортировки пострадавшего, наглядная демонстрация техники способов. Имитация способов транспортировки на суше: транспортировка уставшего пловца двумя спасателями; транспортировка пострадавшего пловца одним спасателем и в паре. Применение способов транспортировки пострадавшего в воде.

**Тема 8. Оказание первой помощи пострадавшему на воде.**

**практическое занятие (1 часа(ов)):**

1. Техника искусственного дыхания по способу ?изо рта в рот? 2. Техника искусственного дыхания по способу ?изо рта в нос? 3. Техника непрямого массажа сердца 4. Особенности проведения непрямого массажа у детей и подростков 5. Способ ?изо рта в рот? и ?изо рта в нос? с непрямым массажем сердца: - если меры по оживлению проводит один человек - если меры по оживлению проводят два человека. 6. Что надо делать, чтобы не утонуть

### 4.3 Структура и содержание самостоятельной работы дисциплины (модуля)

N	Раздел дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды самостоятельной работы студентов	Трудоемкость (в часах)	Формы контроля самостоятельной работы
1.	Тема 1. Значение прикладного плавания в системе физического воспитания. Общая характеристика способов прикладного плавания.	2		подготовка к презентации	8	Презентация
2.	Тема 2. Начальное обучение плаванию.	2		подготовка к творческому заданию	6	Творческое задание
3.	Тема 3. Техника плавания способом брасс на спине: фазовая структура движений ног и рук; общее согласование движений ног, рук и дыхания.	2		подготовка к творческому заданию	8	Творческое задание
4.	Тема 4. Техника плавания способом на боку.	2		подготовка к творческому заданию	8	Творческое задание
5.	Тема 5. Техника ныряния в глубину: способом вниз головой; способом вниз ногами.	2		подготовка к творческому заданию	8	Творческое задание
6.	Тема 6. Техника ныряния в длину: способом брасс; комбинированными способами.	2		подготовка к творческому заданию	8	Творческое задание

N	Раздел дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды самостоятельной работы студентов	Трудоемкость (в часах)	Формы контроля самостоятельной работы
7.	Тема 7. Последовательность действий при спасении тонущего в плывь. Спасательные средства и их применение.	2			8	Проверка практических навыков
8.	Тема 8. Оказание первой помощи пострадавшему на воде.	2			8	Проверка практических навыков
	Итого				62	

### 5. Образовательные технологии, включая интерактивные формы обучения

Практические занятия направлены на формирование профессионально-педагогических качеств будущих специалистов по физической культуре и спорту;

развитие у них устойчивого интереса к избранной специальности, усвоение научно-методических знаний, умений и навыков, необходимых для будущей практической деятельности; формирование профессионального методического мышления и творческого подхода к своей профессионально-педагогической деятельности; стимулирование научно-методического творчества и развитие исследовательских способностей будущих бакалавров.

Самостоятельная работа студентов направлена на подготовку к практическим, методическим занятиям, зачету по дисциплине 'Прикладное плавание'.

Освоение дисциплины 'Прикладное плавание' предполагает использование как традиционных практических занятий с использованием методических материалов, так и инновационных образовательных технологий с использованием в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий: выполнение ряда практических заданий с использованием профессиональных программных средств создания и ведения электронных баз данных; мультимедийных программ, включающих подготовку студентов к промежуточной аттестации.

### 6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов

#### Тема 1. Значение прикладного плавания в системе физического воспитания. Общая характеристика способов прикладного плавания.

Презентация, примерные вопросы:

По заданию преподавателя, либо самостоятельно, выбрать 4-5 великих, известных пловцов и подготовить по их биографии презентацию, которая должна включать: - как начал заниматься; - какие методики применялись при подготовке к выступлению на главных стартах; - проанализировать результаты на протяжении карьеры; - как сложилась жизнь после спорта; - выводы.

#### Тема 2. Начальное обучение плаванию.

Творческое задание, примерные вопросы:

Составить комплекс упражнений по начальному обучению. 1. Имитационные упражнения на суше для освоения с водой: ходьба из разных исходных положений, с различными положениями рук и движениями рук; бег с гребковыми движениями рук; прыжки с различными положениями рук и поворотами туловища. 2. Упражнения в воде для освоения с плотностью и сопротивлением воды: ходьба из разных исходных положений, с различными положениями и движениями рук; бег с гребковыми движениями рук; прыжки с различными поворотами; ходьба в полуприседе; ходьба на носочках. 3. Упражнения с погружением под воду и открыванием глаз в воде: опускание лица в воду с открыванием глаз в воде; погружения под воду и открывание глаз в воде. 4. Упражнения с всплыванием и лежанием на воде: ?поплавок?, ?медуза?, ?звездочка?. 5. Упражнения с выдохами в воду: выдохи в воду с погружением до уровня подбородка; выдохи в воду с погружением под воду до уровня носа; выдохи в воду с полным погружением головы под воду. 6. Упражнения со скольжением: ?стрела?, ?торпеды?. 7. Упражнения с прыжками в воду: прыжки солдатиком из исходного положения полуприсед; прыжки солдатиком из положения стоя; прыжки солдатиком с различными положениями рук; прыжки с различными поворотами туловища в воздухе.

### **Тема 3. Техника плавания способом брасс на спине: фазовая структура движений ног и рук; общее согласование движений ног, рук и дыхания.**

Творческое задание , примерные вопросы:

Техника плавания способом брасс на спине: фазовая структура движений ног и рук; согласование движений рук и дыхания. Характеристика общего согласования движений ног, рук и дыхания при плавании способом брасс на спине. Возможные типичные ошибки в технике плавания способом брасс. Особенности выполнения старта при плавании способом брасс. Техника выполнения поворота при плавании способом брасс.

### **Тема 4. Техника плавания способом на боку.**

Творческое задание , примерные вопросы:

Плавание способом на боку Правильная техника плавания способом на боку характеризуется следующими компонентами: - положение тела должно быть обтекаемым в течение всего цикла движения; - рабочие движения должны выполняться с ускорением; - туловище в воде занимает положение на боку, вытянутое в горизонтальном положении; - голова на продольной оси тела лицом вперед (в цикле вдоха во время фазы выхода руки из воды голова поворачивается в сторону ?верхней? руки); - движения ногами одновременные, направление движения ?верхней? ноги вперед, направление движения ?нижней? ноги назад; амплитуда движений ногами большая; - движения руками попеременные, ?верхняя? рука выполняет фазовые движения над водой, ?нижняя? - под водой; Существенные ошибки: - скольжения осуществляется на груди; - несогласованность движения ?верхней? руки и дыхания; - одновременные гребковые движения руками; - угол сгибания ног в коленных и тазобедренных суставах больше или меньше 90°; - во время завершения гребка ногами происходит пересеченное движение; - отсутствует общее согласование движений; - выполнение движений ногами как при плавании брассом.

### **Тема 5. Техника ныряния в глубину: способом вниз головой; способом вниз ногами.**

Творческое задание , примерные вопросы:

Ныряние в глубину. Выполнение на технику ныряние на глубину способами вниз головой и вниз ногами. - 5 м.

### **Тема 6. Техника ныряния в длину: способом брасс; комбинированными способами.**

Творческое задание , примерные вопросы:

Ныряние в длину. Выполнение на технику ныряние в длину комбинированным способом и способом брасс (м-25,22,19м; ж-20,16,12,5).

### **Тема 7. Последовательность действий при спасении тонущего вплавь. Спасательные средства и их применение.**

Проверка практических навыков , примерные вопросы:

Транспортировка утопающего на расстояние 25 метров. Метание спасательного круга на дальность и точность.

### **Тема 8. Оказание первой помощи пострадавшему на воде.**

Проверка практических навыков , примерные вопросы:

Порядок выполнения действий по оказанию первой помощи пострадавшему на воде. Выполнить искусственное дыхание одним из изученных способов. Продемонстрировать технику выполнения непрямого массажа сердца.

### **Итоговая форма контроля**

зачет (в 2 семестре)

Примерные вопросы к итоговой форме контроля

Примерный перечень вопросов к зачету.

1. Плавание - как жизненно необходимый прикладной навык. Зарождение плавания.
2. Фазовая структура движений. Понятия: цикл, фазы движений, периоды движений.
3. Основные фазы движений рук и ног в плавании.
4. Методика начального обучения плаванию детей. Предпосылки, основные средства.
5. Техника плавания брассом. Положение тела, основные фазы движений ног и рук, дыхание. История развития, варианты техники.
6. Массовое плавание. Игры и развлечения на воде.
7. Особенности обучения плаванию взрослых.
8. Прикладное плавание. Основные навыки (классификация и характеристика).
9. Плавание в общеобразовательной школе.
10. Роль плавучести для плавания. Условия горизонтального равновесия.
11. Плавание в оздоровительном лагере.
12. Воспитательное, прикладное и оздоровительное значения плавания.
13. Задачи начального обучения плаванию. Основные группы упражнений начального этапа обучения. Продолжительность начального этапа обучения.
14. Оздоровительное, лечебное, прикладное и спортивное значения плавания.
15. Организация плавания в детском саду.
16. Значение плавания для человека в его профессиональной, бытовой деятельности. Причины несчастных случаев на воде, как проблема и перспективы её решения. Массовое обучение плаванию. Проблемы массового обучения.
17. Правила оказания помощи потерпевшему. Искусственное дыхание, его виды. Признаки утопления (смерти).
18. Спасательные средства.
19. Исторический обзор возникновения плавания. Плавание, как прикладной навык.
20. Доврачебная помощь пострадавшему.
21. Способы транспортировки пострадавшего.
22. Техника ныряния на глубину и на дальность.
23. Способы освобождения от захватов тонущего.
24. Начальное обучение плаванию: упражнения на погружение, всплывание, лежание, упражнения на дыхание, скольжения, прыжки и спады в воду, опорные упражнения.
25. Причины гибели на воде и меры по их устранению

### **7.1. Основная литература:**

Физическая культура: учебное пособие / Чертов Н.В. - Ростов-на-Дону: Издательство ЮФУ, 2012. - 118 с. ISBN 978-5-9275-0896-9 - Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/551007>



Физическая культура и физическая подготовка: учебник для студентов вузов, курсантов и слушателей образовательных учреждений высшего профессионального образования МВД России / И.С. Барчуков, Ю.Н. Назаров, С.С. Егоров [и др.] ; под ред. В.Я. Кикотя, И.С. Барчукова. ? М. : ЮНИТИ-ДАНА, 2017. ?431 с. - ISBN 978-5-238-01157-8. - Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/1028835>

## 7.2. Дополнительная литература:

Муллер, А. Б. Физическая культура студента [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко, А. Ю. Близневский. - Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2011. - 172 с. - ISBN 978-5-7638-2126-0. - Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/443255>

Здоровье и физическая культура студента: Учеб. пособие / В.А. Бароненко, Л.А. Рапопорт. - 2-е изд., перераб. - М.: Альфа-М: ИНФРА-М, 2009. - 336 с.: ил.; 60x90 1/16. (переплет) ISBN 978-5-98281-157-8 - Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/180800>

Физическая культура / Григорович Е.С., Переверзев В.А., Романов К.Ю., - 4-е изд. - Мн.:Вышэйшая школа, 2014. - 350 с.: ISBN 978-985-06-2431-4 - Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/509590>

Физическая культура как компонент здорового образа жизни современного студенчества: социологический аспект [Вестник Удмуртского университета. Серия 3. Философия. Социология. Психология. Педагогика, Вып. 1, 2010, стр. -] - Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/525972>

## 7.3. Интернет-ресурсы:

Обучение спасению на воде часть 3 - [https://youtu.be/MJs\\_b8Lomb4](https://youtu.be/MJs_b8Lomb4)

Оказание первой помощи - <https://youtu.be/epTQloPOdsM>

Основы прикладного плавания - <https://youtu.be/FMhLpmsEziM>

Перемещение пострадавшего в воде. Навыки спасения утопающих - <https://youtu.be/jELU-0JzQsc>

Тренинг по оказанию первой помощи на воде - <https://youtu.be/AauY9Q7RdK8>

## 8. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля)

Освоение дисциплины "Прикладное плавание" предполагает использование следующего материально-технического обеспечения:

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "ZNANIUM.COM", доступ к которой предоставлен студентам. ЭБС "ZNANIUM.COM" содержит произведения крупнейших российских учёных, руководителей государственных органов, преподавателей ведущих вузов страны, высококвалифицированных специалистов в различных сферах бизнеса. Фонд библиотеки сформирован с учетом всех изменений образовательных стандартов и включает учебники, учебные пособия, УМК, монографии, авторефераты, диссертации, энциклопедии, словари и справочники, законодательно-нормативные документы, специальные периодические издания и издания, выпускаемые издательствами вузов. В настоящее время ЭБС ZNANIUM.COM соответствует всем требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего профессионального образования (ФГОС ВПО) нового поколения.

1. Закрытый плавательный бассейн (25 метров) с раздевалками для девушек и юношей, душ.
2. Доски для плавания, ласты, лопатки,
3. Ванна детская, для обучения не умеющих плавать (глубина до 1 метра).

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВПО и учебным планом по направлению 44.03.01 "Педагогическое образование" и профилю подготовки Образование в области физической культуры .

Автор(ы):

Колочанова Н.А. \_\_\_\_\_

"\_\_" \_\_\_\_\_ 201\_\_ г.

Рецензент(ы):

Абзалов Н.И. \_\_\_\_\_

"\_\_" \_\_\_\_\_ 201\_\_ г.