

48505f11ec15acaa386f5219d3113d72refda78МИНИСТЕР

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования

Елабужский институт (филиал) КФУ



УТВЕРЖДАЮ  
Заместитель директора по  
образовательной деятельности

О.Ю. Бахвалов

НАС  
E Byd  
УН  
ТУ\* C  
646

«  ФГАОУ ВО  2026 г.

МП

Программа дисциплины (модуля)  
Теория и методика плавания

Направление подготовки/специальность: 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Направленность (профиль) подготовки (специальности): Физическая культура и безопасность жизнедеятельности

Квалификация: бакалавр

Форма обучения: очное

Язык обучения: *русский*

Год начала обучения по образовательной программе: 2026

## **Содержание**

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ОПОП ВО
2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО
3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся
4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий
  - 4.1. Структура и тематический план контактной и самостоятельной работы по дисциплине (модулю)
  - 4.2. Содержание дисциплины (модуля)
5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)
6. Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю)
7. Перечень литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)
8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимых для освоения дисциплины (модуля)
9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)
10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)
11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)
12. Средства адаптации преподавания дисциплины (модуля) к потребностям обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья
13. Приложение №1. Фонд оценочных средств
14. Приложение №2. Перечень литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)
15. Приложение №3. Перечень информационных технологий, используемых для освоения дисциплины (модуля), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

Программу дисциплины разработал(а)(и) доцент, кандидат педагогических наук Халиков Г.З. (Кафедра теории и методики физической культуры и безопасности жизнедеятельности), [GZKhalikov@kpfu.ru](mailto:GZKhalikov@kpfu.ru)

### **1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ОПОП ВО**

Обучающийся, освоивший дисциплину (модуль), должен обладать следующими компетенциями:

| <b>Шифр компетенции</b> | <b>Расшифровка приобретаемой компетенции</b>                                                                                                           |
|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-5                   | Способен осуществлять контроль и оценку формирования результатов образования обучающихся, выявлять и корректировать трудности в обучении               |
| ОПК-5.1                 | Знать технологии организации контроля и оценки формирования результатов образования обучающихся, выявления и коррекции трудностей в обучении           |
| ОПК-5.2                 | Уметь применять технологии организации контроля и оценки формирования результатов образования обучающихся, выявления и коррекции трудностей в обучении |
| ОПК-5.3                 | Владеть технологиями осуществления контроля и оценки формирования результатов образования обучающихся, выявления и коррекции трудностей в обучении     |
| ОПК-8                   | Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний                                                                 |
| ОПК-8.1                 | Знать способы применения специальных научных знаний при осуществлении педагогической деятельности                                                      |
| ОПК-8.2                 | Уметь осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний                                                                    |
| ОПК-8.3                 | Владеть способностью осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний                                                     |

Обучающийся, освоивший дисциплину (модуль):

Должен знать:

эффективные технологии организации контроля и оценки формирования результатов образования обучающихся, выявления и коррекции трудностей в обучении;

основные способы применения специальных научных знаний при осуществлении педагогической деятельности

Должен уметь:

выбирать и применять эффективные технологии организации контроля и оценки формирования результатов образования обучающихся, выявления и коррекции трудностей в обучении;

осуществлять педагогическую деятельность по заданному алгоритму на основе специальных научных знаний

Должен владеть:

эффективными технологиями осуществления контроля и оценки формирования результатов образования обучающихся, выявления и коррекции трудностей в обучении;

способностью осуществлять педагогическую деятельность по заданному алгоритму на основе специальных научных знаний

### **2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО**

Данная дисциплина (модуль) включена в раздел "Б1.О.07.10 Дисциплины (модули)" основной профессиональной образовательной программы 44.03.05 "Педагогическое образование (с двумя профилями

подготовки) (Физическая культура и безопасность жизнедеятельности)" и относится к обязательным дисциплинам. Осваивается на 3 курсе в 5 семестре.

### 3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных(ые) единиц(ы) на 108 часа(ов).

Контактная работа - 54 часа(ов), в том числе лекции - 10 часа(ов), практические занятия - 44 часа(ов), лабораторные работы - 0 часа(ов), контроль самостоятельной работы - 0 часа(ов).

Самостоятельная работа - 54 часа(ов).

Контроль (зачёт) - 0 часа(ов).

Форма промежуточного контроля дисциплины: зачет с оценкой в 5 семестре.

### 4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

#### 4.1 Структура и тематический план контактной и самостоятельной работы по дисциплине (модулю)

| N  | Разделы дисциплины / модуля                                                                             | С е м е с тр | Виды и часы контактной работы, их трудоемкость (в часах) |                      |                     | Самостоятельная работа |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------------------------------------------|----------------------|---------------------|------------------------|
|    |                                                                                                         |              | Лекции                                                   | Практические занятия | Лабораторные работы |                        |
| 1. | Тема 1. Основы техники и методика обучения способам спортивного плавания.                               | 3            | 2                                                        | 4                    | 0                   | 6                      |
| 2. | Тема 2. Основы техники и методика обучения прикладного плавания.                                        | 3            | 2                                                        | 6                    | 0                   | 8                      |
| 3. | Тема 3. Методика тренировки в плавании.                                                                 | 3            | 2                                                        | 8                    | 0                   | 10                     |
| 4. | Тема 4. Техника и методика обучения способам спортивного плавания.                                      | 3            | 4                                                        | 8                    | 0                   | 12                     |
| 5. | Тема 5. Сдача контрольных нормативов изученных способов и элементов спортивного и прикладного плавания. | 3            | 0                                                        | 8                    | 0                   | 18                     |
| 6. | Тема 6. Техника и методика обучения способам прикладного плавания, плавание на боку, брасс на спине.    | 3            | 0                                                        | 10                   | 0                   | 0                      |
|    | Итого 144 часа                                                                                          |              | 10                                                       | 44                   | 0                   | 54                     |

#### 4.2 Содержание дисциплины (модуля)

##### Тема 1. Основы техники и методика обучения способам спортивного плавания.

Техника спортивных способов плавания: кроль на груди, кроль на спине, брасс. Общая характеристика и особенности каждого способа: положение тела, головы, движений рук, ног, дыхания, согласование движений. Вариативность техники. Базовая и цикловая структура гребковых движений. Темп, ритм и шаг пловца, их взаимосвязь. Техника стартовых прыжков с тумбочки и из воды. Техника поворотов при плавании различными способами. Основные средства обучения плаванию: обще развивающие упражнения, подготовительные, специальные упражнения, игры, развлечения на суше и в воде. Целостно-раздельный метод обучения способам плавания. Совершенствование двигательных действий. Особенности воспитания физических качеств (выносливости, силы, быстроты, ловкости, гибкости) средствами плавания. Общие правила предупреждения и исправления ошибок. Техника безопасности, меры по предупреждению травматизма при занятиях плаванием. Врачебно-педагогический контроль в плавании.

##### Тема 2. Основы техники и методика обучения прикладного плавания.

Способы прикладного плавания: плавание на боку, брасс на спине. Фазовая структура гребковых движений. Способы ныряния в глубину и в длину. Комбинированные способы ныряния. Способы освобождения от захвата тонущего. Способы транспортировки пострадавшего. Учебные прыжки в воду с отталкиванием. Основы обучения и тренировки. Последовательность обучения: ознакомление с движением, опробование и изучение, закрепление и совершенствование навыка. Основные средства обучения плаванию. Подготовительные упражнения для изучения спортивных способов плавания. Подвижные игры в воде как средство обучения. Методы и общая схема обучения плаванию. Основы техники лечебного плавания. Плавание при заболеваниях опорно-двигательного аппарата нарушение осанки, плоскостопие, при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, при заболеваниях дыхательной системы.

### **Тема 3. Методика тренировки в плавании.**

Многолетняя подготовка пловца. Виды подготовки. Методы тренировки. Тренировочный режим и режим отдыха. Управление тренировкой пловца. Контроль за тренировкой. Планирование круглогодичной тренировки пловца. Применение специальных физических упражнений для совершенствования техники плавания. Организация и проведение соревнований по плаванию. Классификация соревнований по плаванию. Календарь соревнований. Оформление документации по проведению соревнований. Работа судейских бригад. Обязанности гл. судьи и гл. секретаря. Техника безопасности при занятиях плаванием. Посещение бассейна с допуском врача. Дисциплина обучающихся на занятиях плаванием. Форма и купальные принадлежности пловца купальник либо плавки, шапочка, мыло, мочалка, сланцы, полотенце. Спортивные плавательные сооружения и их особенности их эксплуатации.

### **Тема 4. Техника и методика обучения способам спортивного плавания.**

Подготовительные упражнения для освоения с водой. Игры на погружение с головой под воду и открывание глаз. Игры с выдохами в воду, игры со скольжением. Облегченные способы плавания. Обучение технике плавания кролем на груди. Обучение технике плавания кролем на спине. Обучение технике плавания брассом. Совершенствование техники плавания кролем на спине, кролем на груди, брассом. Обучение технике стартов при плавании кролем на груди, кролем на спине, брассом. Игры, способствующие изучению спортивных способов плавания. Обучение технике поворотов при плавании спортивными способами.

### **Тема 5. Сдача контрольных нормативов изученных способов и элементов спортивного и прикладного плавания.**

Основы техники прикладного плавания. Способы прикладного плавания: плавание на боку, брасс на спине. Фазовая структура гребковых движений. Комбинированные способы ныряния. Способы освобождения от захвата тонущего. Способы транспортировки пострадавшего. Учебные прыжки в воду с отталкиванием. Обучение технике ныряния в глубину, длину и транспортировке пострадавшего

### **Тема 6. Техника и методика обучения способам прикладного плавания, плавание на боку, брасс на спине.**

Сдача контрольных нормативов спортивных способов плавания: кроль на груди, кроль на спине, брасс. Ныряния в глубину, длину и транспортировке пострадавшего.

Основы техники прикладного плавания. Фазовая структура гребковых движений. Комбинированные способы ныряния. Способы освобождения от захвата тонущего. Способы транспортировки пострадавшего. Учебные прыжки в воду с отталкиванием. Обучение технике ныряния в глубину, длину и транспортировке пострадавшего.

## **5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)**

Самостоятельная работа обучающихся выполняется по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия. Самостоятельная работа подразделяется на самостоятельную работу на аудиторных занятиях и на внеаудиторную самостоятельную работу. Самостоятельная работа обучающихся включает как полностью самостоятельное освоение отдельных тем (разделов) дисциплины, так и проработку тем (разделов), осваиваемых во время аудиторной работы. Во время самостоятельной работы обучающиеся читают и конспектируют учебную, научную и справочную литературу, выполняют задания, направленные на закрепление знаний и отработку умений и навыков, готовятся к текущему и промежуточному контролю по дисциплине.

Организация самостоятельной работы обучающихся регламентируется нормативными документами, учебно-методической литературой и электронными образовательными ресурсами, включая:

Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 5 апреля 2017 года №301)

Письмо Министерства образования Российской Федерации №14-55-996ин/15 от 27 ноября 2002 г. "Об активизации самостоятельной работы студентов высших учебных заведений"

Устав федерального государственного автономного образовательного учреждения "Казанский (Приволжский) федеральный университет"

Правила внутреннего распорядка федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего профессионального образования "Казанский (Приволжский) федеральный университет"

Локальные нормативные акты Казанского (Приволжского) федерального университета

## 6. Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю)

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) включает оценочные материалы, направленные на проверку освоения компетенций, в том числе знаний, умений и навыков. Фонд оценочных средств включает оценочные средства текущего контроля и оценочные средства промежуточной аттестации.

В фонде оценочных средств содержится следующая информация:

- соответствие компетенций планируемым результатам обучения по дисциплине (модулю);
- критерии оценивания сформированности компетенций;
- механизм формирования оценки по дисциплине (модулю);
- описание порядка применения и процедуры оценивания для каждого оценочного средства;
- критерии оценивания для каждого оценочного средства;
- содержание оценочных средств, включая требования, предъявляемые к действиям обучающихся, демонстрируемым результатам, задания различных типов.

Фонд оценочных средств по дисциплине находится в Приложении 1 к программе дисциплины (модуля).

## 7. Перечень литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

Освоение дисциплины (модуля) предполагает изучение основной и дополнительной учебной литературы. Литература может быть доступна обучающимся в одном из двух вариантов (либо в обоих из них):

- в электронном виде - через электронные библиотечные системы на основании заключенных КФУ договоров с правообладателями;

- в печатном виде - в Научной библиотеке Елабужского института КФУ. Обучающиеся получают учебную литературу на абонементе по читательским билетам в соответствии с правилами пользования Научной библиотекой.

Электронные издания доступны дистанционно из любой точки при введении обучающимся своего логина и пароля от личного кабинета в системе "Электронный университет". При использовании печатных изданий библиотечный фонд должен быть укомплектован ими из расчета не менее 0,25 экземпляра каждого из изданий основной литературы и не менее 0,25 экземпляра дополнительной литературы на каждого обучающегося из числа лиц, одновременно осваивающих данную дисциплину.

Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля), находится в Приложении 2 к рабочей программе дисциплины. Он подлежит обновлению при изменении условий договоров КФУ с правообладателями электронных изданий и при изменении комплектования фондов Научной библиотеки Елабужского института КФУ.

## 8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимых для освоения дисциплины (модуля)

Журнал: Теория и практика физической культуры: <http://teoriya.ru/ru>

Журнал: Вестник педагогики физической культуры и спорта: <http://www.ped-vestnik.ru/>

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»: <https://www.gto.ru/>

## 9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

| Вид работ            | Методические рекомендации                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| лекции               | В ходе лекционных занятий вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации. Дорабатывать свой конспект лекции, делая в нем соответствующие записи из литературы, рекомендованной преподавателем и предусмотренной учебной программой. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций |
| практические занятия | Работа на практических занятиях предполагает активное участие в дискуссиях. Для подготовки к занятиям рекомендуется выделять в материале проблемные вопросы, затрагиваемые преподавателем                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

|                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                             | в лекции, и группировать информацию вокруг них. Желательно выделять в используемой литературе постановки вопросов, на которые разными авторам могут быть даны различные ответы. На основании постановки таких вопросов следует собирать аргументы в пользу различных вариантов решения поставленных проблем. В текстах авторов, таким образом, следует выделять следующие компоненты: - постановка проблемы; - варианты решения; - аргументы в пользу тех или иных вариантов решения. На основе выделения этих элементов проще составлять собственную аргументированную позицию по рассматриваемому вопросу. При работе с терминами необходимо обращаться к словарям, в том числе доступным в Интернете, например на сайте <a href="http://dic.academic.ru">http://dic.academic.ru</a> |
| самостоя-<br>тельная работа | Самостоятельная работа студента является основным средством овладения учебным материалом во время, свободное от обязательных учебных занятий. Самостоятельная работа студента над усвоением учебного материала по дисциплине может выполняться в библиотеке Елабужского института КФУ, учебных кабинетах, а также в домашних условиях. Учебный материал учебной дисциплины предусмотренный рабочим учебным планом для усвоения студентом в процессе самостоятельной работы, выносится на итоговый контроль наряду с учебным материалом, который разрабатывался при проведении учебных занятий.                                                                                                                                                                                         |
| Зачет с<br>оценкой          | При подготовке к зачету с оценкой студент должен повторно изучить конспекты лекций, практических занятий и рекомендованную литературу, просмотреть решения основных задач, решенных самостоятельно и на семинарах, а также составить письменные ответы на все вопросы, вынесенные на экзамен. Каждый билет содержит два вопроса. Студенту предоставляется право отвечать на вопросы билета без подготовки по его желанию.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

#### **10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)**

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем, представлен в Приложении 3 к рабочей программе дисциплины (модуля).

#### **11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)**

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Комплект мебели (посадочных мест) 66 шт. Комплект мебели (посадочных мест) для преподавателя 1 шт. Кафедра (трибуна) 1 шт. Проектор с экраном 1 шт. Меловая доска. Набор учебно-наглядных пособий: комплект презентаций в электронном формате по преподаваемой дисциплине 3-5 шт. (423600, Республика Татарстан, г. Елабуга, ул. Казанская, д. 89 ауд. 8)

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, текущего контроля и промежуточной аттестации. Комплект мебели (посадочных мест) 25 шт. Комплект мебели (посадочных мест) для преподавателя 1 шт. Спортивное оборудование: ворота (2), корзины баскетбольные (4), волейбольная сетка, шведские стенки (6), маты (4), вешалка, теннисная сетка, перекладины для бега с препятствием, для прыжков в высоту, гимнастические скамейки (423600, Республика Татарстан, г. Елабуга, ул. Казанская, д. 89 5 Игровой зал)

#### **12. Средства адаптации преподавания дисциплины к потребностям обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

При необходимости в образовательном процессе применяются следующие методы и технологии, облегчающие восприятие информации обучающимися инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья:

- создание текстовой версии любого нетекстового контента для его возможного преобразования в альтернативные формы, удобные для различных пользователей;
- создание контента, который можно представить в различных видах без потери данных или структуры, предусмотреть возможность масштабирования текста и изображений без потери качества, предусмотреть доступность управления контентом с клавиатуры;
- создание возможностей для обучающихся воспринимать одну и ту же информацию из разных источников - например, так, чтобы лица с нарушениями слуха получали информацию визуально, с нарушениями зрения - аудиально;
- применение программных средств, обеспечивающих возможность освоения навыков и умений, формируемых дисциплиной, за счёт альтернативных способов, в том числе виртуальных лабораторий и симуляционных технологий;

- применение дистанционных образовательных технологий для передачи информации, организации различных форм интерактивной контактной работы обучающегося с преподавателем, в том числе вебинаров, которые могут быть использованы для проведения виртуальных лекций с возможностью взаимодействия всех участников дистанционного обучения, проведения семинаров, выступления с докладами и защиты выполненных работ, проведения тренингов, организации коллективной работы;

- применение дистанционных образовательных технологий для организации форм текущего и промежуточного контроля;

- увеличение продолжительности сдачи обучающимся инвалидом или лицом с ограниченными возможностями здоровья форм промежуточной аттестации по отношению к установленной продолжительности их сдачи:

- продолжительности сдачи зачёта или экзамена, проводимого в письменной форме, - не более чем на 90 минут;

- продолжительности подготовки обучающегося к ответу на зачёте или экзамене, проводимом в устной форме, - не более чем на 20 минут;

- продолжительности выступления обучающегося при защите курсовой работы - не более чем на 15 минут.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО и учебным планом по направлению 44.03.05 "Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)" и профилю подготовки "Физическая культура и безопасность жизнедеятельности".

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Казанский (Приволжский) федеральный университет»  
Елабужский институт (филиал)

**Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю)**  
**Б1.О.07.10 – Теория и методика плавания**

Направление подготовки: 44.03.05 – Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Профиль подготовки: Физическая культура и безопасность жизнедеятельности

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: очное

Язык обучения: русский

Год начала обучения по образовательной программе: 2026

## **СОДЕРЖАНИЕ**

1. Соответствие компетенций планируемым результатам обучения по дисциплине (модулю)
2. Критерии оценивания сформированности компетенций
3. Распределение оценок за формы текущего контроля и промежуточную аттестацию
4. Оценочные средства, порядок их применения и критерии оценивания
- 4.1. **ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ**
- 4.1.1. Устный опрос
  - 4.1.1.1. Порядок проведения и процедура оценивания
  - 4.1.1.2. Критерии оценивания
  - 4.1.1.3. Содержание оценочного средства
- 4.1.2. Тестирование
  - 4.1.2.1. Порядок проведения и процедура оценивания
  - 4.1.2.2. Критерии оценивания
  - 4.1.2.3. Содержание оценочного средства
- 4.2. **ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**
- 4.2.1. Зачет с оценкой
  - 4.2.1.1. Порядок проведения и процедура оценивания
  - 4.2.1.2. Критерии оценивания
  - 4.2.1.3. Оценочные средства

**1. Соответствие компетенций планируемым результатам обучения по дисциплине (модулю)**

| Код и наименование компетенции                                                                                                                 | Индикаторы достижения компетенций                                                                                                                              | Результаты достижения компетенций                                                                                                                                             | Оценочные средства текущего контроля и промежуточной аттестации                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-5 Способен осуществлять контроль и оценку формирования результатов образования обучающихся, выявлять и корректировать трудности обучения в | ОПК-5.1 Знать технологии организации контроля и оценки формирования результатов образования обучающихся, выявления и коррекции трудностей в обучении           | Знает эффективные технологии организации контроля и оценки формирования результатов образования обучающихся, выявления и коррекции трудностей в обучении                      | <b>Текущий контроль:</b><br>Устный опрос: Тема 1; Тема 2; Тема 3; Тема 4; Тема 5; Тема 6.<br><b>Тестирование</b><br><b>Тестирование физической подготовки</b><br><b>Промежуточная аттестация:</b><br>Зачет с оценкой |
|                                                                                                                                                | ОПК-5.2 Уметь применять технологии организации контроля и оценки формирования результатов образования обучающихся, выявления и коррекции трудностей в обучении | Умеет выбирать и применять эффективные технологии организации контроля и оценки формирования результатов образования обучающихся, выявления и коррекции трудностей в обучении |                                                                                                                                                                                                                      |
|                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                | Владеть эффективными технологиями осуществления контроля и оценки формирования результатов образования обучающихся, выявления и коррекции трудностей в обучении               |                                                                                                                                                                                                                      |
|                                                                                                                                                | ОПК-5.3 Владеть технологиями осуществления контроля и оценки формирования результатов образования обучающихся, выявления и коррекции трудностей в обучении     |                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                      |

|                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-8 Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний | ОПК-8.13 знать способы применения специальных научных знаний при осуществлении педагогической деятельности<br>ОПК-8.2 Уметь осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний<br>ОПК-8.3 Владеть способностью осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний | Знает основные способы применения специальных научных знаний при осуществлении педагогической деятельности<br>Умеет осуществлять педагогическую деятельность по заданному алгоритму на основе специальных научных знаний<br>Владеет способностью осуществлять педагогическую деятельность по заданному алгоритму на основе специальных научных знаний | <b>Текущий контроль:</b><br>Устный опрос: Тема 1; Тема 2; Тема 3; Тема 4; Тема 5; Тема 6.<br><b>Тестирование</b><br><b>Тестирование физической подготовки</b><br><b>Промежуточная аттестация:</b><br>Зачет с оценкой |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## 2. Критерии оценивания сформированности компетенций

| Компетенция | Зачтено                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                      | Не зачтено                                                                                                                                                                       |
|-------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|             | Высокий уровень<br>(86-100 баллов)                                                                                                                                            | Средний уровень<br>(71-85 баллов)                                                                                                                                                | Низкий уровень<br>(56-70 баллов)                                                                                                                                                     | Ниже порогового уровня<br>(0-55 баллов)                                                                                                                                          |
| ОПК-5       | Четко знает эффективные технологии организации контроля и оценки формирования результатов образования обучающихся, выявления и коррекции трудностей в обучении                | Допускает неточности в знании эффективных технологий организации контроля и оценки формирования результатов образования обучающихся, выявления и коррекции трудностей в обучении | Испытывает трудности в знании эффективных технологий организации контроля и оценки формирования результатов образования обучающихся, выявления и коррекции трудностей в обучении     | Не знает эффективные технологии организации контроля и оценки формирования результатов образования обучающихся, выявления и коррекции трудностей в обучении                      |
|             | Умеет выбирать и применять эффективные технологии организации контроля и оценки формирования результатов образования обучающихся, выявления и коррекции трудностей в обучении | Допускает неточности в умении выбирать и применять эффективные технологии организации контроля и оценки формирования результатов образования обучающихся, выявления и коррекции  | Затрудняется в умении выбирать и применять эффективные технологии организации контроля и оценки формирования результатов образования обучающихся, выявления и коррекции трудностей в | Не умеет выбирать и применять эффективные технологии организации контроля и оценки формирования результатов образования обучающихся, выявления и коррекции трудностей в обучении |

|       |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                    |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |                                                                                                                                                                         | трудностей в обучении                                                                                                                                                                    | обучении                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                    |
|       | Отлично владеет эффективными технологиями осуществления контроля и оценки формирования результатов образования обучающихся, выявления и коррекции трудностей в обучении | Допускает неточности во владении эффективными технологиями осуществления контроля и оценки формирования результатов образования обучающихся, выявления и коррекции трудностей в обучении | Затрудняется во владении эффективными технологиями осуществления контроля и оценки формирования результатов образования обучающихся, выявления и коррекции трудностей в обучении | Не владеет эффективными технологиями осуществления контроля и оценки формирования результатов образования обучающихся, выявления и коррекции трудностей в обучении |
| ОПК-8 | Знает основные способы применения специальных научных знаний при осуществлении педагогической деятельности                                                              | Допускает неточности в знании основных способов применения специальных научных знаний при осуществлении педагогической деятельности                                                      | Испытывает трудности в знании основных способов применения специальных научных знаний при осуществлении педагогической деятельности                                              | Не знает основные способы применения специальных научных знаний при осуществлении педагогической деятельности                                                      |
|       | Умеет осуществлять педагогическую деятельность по заданному алгоритму на основе специальных научных знаний                                                              | Допускает неточности в умении осуществлять педагогическую деятельность по заданному алгоритму на основе специальных научных знаний                                                       | Испытывает трудности в умении осуществлять педагогическую деятельность по заданному алгоритму на основе специальных научных знаний                                               | Не умеет осуществлять педагогическую деятельность по заданному алгоритму на основе специальных научных знаний                                                      |
|       | Хорошо владеет способностью осуществлять педагогическую деятельность по заданному алгоритму на основе специальных научных знаний                                        | Допускает неточности во владении способностью осуществлять педагогическую деятельность по заданному алгоритму на основе специальных научных знаний                                       | Испытывает трудности во владении способностью осуществлять педагогическую деятельность по заданному алгоритму на основе специальных научных знаний                               | Не владеет способностью осуществлять педагогическую деятельность по заданному алгоритму на основе специальных научных знаний                                       |

### 3. Распределение оценок за формы текущего контроля и промежуточную аттестацию

5 семестр:

Текущий контроль:

1. Устный опрос по темам 1,2,3,4,5,6– 20 баллов

2. Тестирование по темам 1,2,3,4,5,6 – 10 баллов

3. Тестирование физической подготовки по темам 1,2,3,4,5,6 – 20 баллов

Итого: 20 баллов +10 баллов +20 баллов = 50 баллов

Промежуточная аттестация - Зачет с оценкой

Промежуточная аттестация проводится после завершения изучения дисциплины или ее части в форме, определяемой учебным планом образовательной программы с целью оценить работу обучающегося, степень усвоения теоретических знаний, уровень сформированности компетенций.

Промежуточная аттестация по данной дисциплине проводится в форме устного ответа обучающегося.

Преподаватель, принимающий зачет с оценкой обеспечивает случайное распределение вариантов экзаменационных (зачетных) заданий между обучающимися с помощью билетов и вправе задавать обучающемуся дополнительные вопросы и давать дополнительные задания помимо тех, которые указаны в билете.

1. Устный ответ на теоретический вопрос по курсу дисциплины – 25 баллов

2. Устный ответ на теоретический вопрос по курсу дисциплины – 25 баллов

Итого: 25 баллов + 25 баллов = 50 баллов

Виды оценок:

**Для зачета с оценкой:**

Отлично (86-100 баллов)

Хорошо (71-85 баллов)

Удовлетворительно (56-70 баллов)

Неудовлетворительно (0-55 баллов)

#### **4. Оценочные средства, порядок их применения и критерии оценивания**

##### **4.1. Оценочные средства текущего контроля**

###### **4.1.1. Устный опрос**

###### **4.1.1.1. Порядок проведения и процедура оценивания**

Устный опрос проводится на практических занятиях. Обучающиеся выступают с докладами, сообщениями, дополнениями, участвуют в дискуссии, отвечают на вопросы преподавателя. Оценивается уровень домашней подготовки по теме, способность системно и логично излагать материал, анализировать, формулировать собственную позицию, отвечать на дополнительные вопросы.

###### **4.1.1.2. Критерии оценивания**

5 семестр

**15-20 баллов ставится, если обучающийся:**

В ответе качественно раскрыто содержание темы. Ответ хорошо структурирован. Прекрасно освоен понятийный аппарат. Продемонстрирован высокий уровень понимания материала. Превосходное умение формулировать свои мысли, обсуждать дискуссионные положения.

**9-14 баллов ставится, если обучающийся:**

Основные вопросы темы раскрыты. Структура ответа в целом адекватна теме. Хорошо освоен понятийный аппарат. Продемонстрирован хороший уровень понимания материала. Хорошее умение формулировать свои мысли, обсуждать дискуссионные положения.

**3-8 баллов ставится, если обучающийся:**

Тема частично раскрыта. Ответ слабо структурирован. Понятийный аппарат освоен частично. Понимание отдельных положений из материала по теме. Удовлетворительное умение формулировать свои мысли, обсуждать дискуссионные положения.

**0-2 баллов ставится, если обучающийся:**

Тема не раскрыта. Понятийный аппарат освоен неудовлетворительно. Понимание материала фрагментарное или отсутствует. Неумение формулировать свои мысли, обсуждать дискуссионные положения.

#### **4.1.1.3. Содержание оценочного средства**

*Формулировка задания*

Темы 1, 2, 3, 4, 6

1. Обучить, продолжить учить работе ног в плавании способом кроль на груди. Техника стартов и поворотов при плавании способом кроль на груди.
2. Обучить, продолжить учить согласованной работе рук и ног в плавании способом кроль на груди. Техника стартов и поворотов при плавании способом кроль на груди.
3. Совершенствовать согласованную работу рук, ног и дыхания. Техника стартов и поворотов при плавании способом кроль на груди. Сдача на зачет техники плавания способом кроль на груди.
4. Обучить, продолжить учить работе

#### **4.1.2. Тестирование**

##### **4.1.2.1. Порядок проведения и процедура оценивания**

Тестирование проходит в письменной форме или с использованием компьютерных средств. Обучающийся получает определённое количество тестовых заданий. На выполнение выделяется фиксированное время в зависимости от количества заданий. Оценка выставляется в зависимости от процента правильно выполненных заданий. За каждый правильный ответ начисляется 1 балл. Итого за тестирование студент может заработать до 30 баллов.

Ниже приведены примерные задания. Полный банк тестовых заданий хранится на кафедре.

##### **4.1.2.2. Критерии оценивания**

**Оценка «отлично» ставится, если обучающийся:**

86% правильных ответов и более.

**Оценка «хорошо» ставится, если обучающийся:**

От 71% до 85 % правильных ответов.

**Оценка «удовлетворительно» ставится, если обучающийся:**

От 56% до 70% правильных ответов.

**Оценка «неудовлетворительно» ставится, если обучающийся:**

55% правильных ответов и менее.

##### **4.1.2.3. Содержание оценочного средства**

*Формулировка задания*

Темы 1, 2, 3, 6

1. Виды плавания:
  1. спортивное, оздоровительное, игровое, фигурное, прикладное, подводное.
  2. кроль на груди, кроль на спине, брасс, баттерфляй
  3. игровое, фигурное, кроль на груди, ныряние
2. Спортивное плавание -это:
  1. преодоление водных преград, ныряние, спасение утопающих.
  2. использование всевозможных подвижных игр в условиях водной среды.
  3. характеризуется системой специальной подготовки и участием в соревнованиях, которые проходят по определенным правилам.
3. Задача пловца в спортивном плавании:
  1. показать свой максимально возможный результат на соревнованиях.
  2. верны под номером 2 и 3
  3. подготовиться к скоростному преодолению дистанции
4. Способы спортивного плавания:
  1. кроль на спине, брасс, баттерфляй.
  2. кроль на груди, кроль на спине, брасс, баттерфляй.

3. кроль на груди, кроль на спине.
5. По скорости самым быстрым является:
  - 1 кроль на груди;
  2. баттерфляй;
  3. кроль на спине и брасс.
6. Оздоровительное плавание -это:
  1. использование всевозможных подвижных игр в условиях водной среды.
  2. характеризуется системой специальной подготовки и участием в соревнованиях, которые проходят по определенным правилам.
  - 3.Использование особенностей плавательных движений и нахождения тела в воде в лечебных, профилактических, гигиенических, закаливающих, восстановительных, тонизирующих и др. целях
7. Игровое плавание -это:
  1. способность человека держаться на воде и производить в воде жизненно необходимые действия и мероприятия
  - 2.использование всевозможных подвижных игр в условиях водной среды.
  3. преодоление водных преград, ныряние, спасение утопающих
8. Прикладное плавание -это:
  1. преодоление водных преград, ныряние, спасение утопающих
  2. способ его выполнения, характеризующийся определенными параметрами, такими, как траектория, амплитуда, частота, напряжение.
  - 3.способность человека держаться на воде (то есть обладать навыком плавания) и производить в воде жизненно необходимые действия и мероприятия.
9. Прикладное плавание подразделяется на виды:
  - 1 преодоление водных преград, ныряние, спасение утопающих.
  2. игровое, фигурное, кроль на груди, ныряние
  3. спортивное, оздоровительное, игровое, фигурное, прикладное, подводное.
10. Основные задачи обучения плаванию:
  1. верны 2 и 3
  2. прикладная, оздоровительная, развивающая
  3. воспитательная, образовательно-познавательная.
11. Техника двигательного действия - это:
  1. совокупность или система индивидуальных рациональных движений пловца, регламентированных правилами соревнований, позволяющих ему достичь высокого спортивного результата
  - 2.способ его выполнения, характеризующийся определенными параметрами, такими, как траектория, амплитуда, частота, напряжение и т. д.
  3. способность человека держаться на воде (то есть обладать навыком плавания) и производить в воде жизненно необходимые действия и мероприятия.
12. Техника плавания - это:
  1. совокупность или система индивидуальных рациональных движений пловца, регламентированных правилами соревнований, позволяющих ему достичь высокого спортивного результата.
  2. частота движений в единицу времени или количество циклов движений, выполненных за единицу времени
  - 3.совокупность рациональных движений, с помощью которых наиболее эффективно решается поставленная задача.
13. Техника спортивного плавания - это:
  1. рациональное использование энергии, времени и пространства при выполнении приемов и действий в плавании

2.совокупность или система индивидуальных рациональных движений пловца, регламентированных правилами соревнований, позволяющих ему достичь высокого спортивного результата.

3. частота движений в единицу времени или количество циклов движений, выполненных за единицу времени

14. Характер всех движений спортсмена зависит оттого:

1. спортивного опыта, телосложения

2. темпа

3. одаренности, спортивного опыта, телосложения, гибкости и силы и т. д.

15. Форма техники -это:

1.совокупность или система индивидуальных рациональных движений пловца, регламентированных правилами

соревнований, позволяющих ему достичь высокого спортивного результата

2. достаточно длительное сохранение общей структуры и согласованности движений под воздействием утомления без снижения ее (техники) эффективности.

3.Внешняя сторона техники -траектория и характер движений, амплитуда, частота.

16. Экономичность техники - это:

1.рациональное использование энергии, времени и пространства при выполнении приемов и действий в плавании.

2 . частота движений в единицу времени или количество циклов движений, выполненных за единицу времени

3. совокупность или система индивидуальных рациональных движений пловца, регламентированных правилами соревнований, позволяющих ему достичь высокого спортивного результата.

17. Стабильность техники, означает:

1. достаточно длительное сохранение общей структуры и согласованности движений со снижением эффективности.

2. достаточно длительное сохранение общей структуры и согласованности движений под воздействием утомления без снижения ее (техники) эффективности.

3. Кратковременное сохранение общей структуры и согласованности движений со снижением эффективности.

18. Темп -это:

1. частота движений в единицу времени

2. рациональное использование энергии, времени и пространства при выполнении приемов и действий в плавании.

3.частота движений в единицу времени или количество циклов движений, выполненных за единицу времени

19.Плавательный цикл делится:

1. на 3 основных периода

2. на 2 основных периода: рабочий и подготовительный.

3. на 4 основных периода

20. Кроль на груди характеризуется:

1.попеременными и симметричными движениями руками и ногами.

2. способностью тела держаться на поверхности воды

3. асимметричными движениями руками и ногами.

21. Рабочая часть движения ноги - это:

1.способность тела держаться на поверхности воды

2.удар сверху вниз

3. удар снизу вверх

22. Существуют 3 разновидности способа кроль в зависимости от частоты работы ног:

1.2-ударный, 4-ударный и 6-ударный

2. 4-ударный и 6-ударный,8-ударный

3.6-ударный, 8- ударный и 2-ударный

23. Полный цикл движений кроль на груди состоит:

1. из одного движения руками, одного движения ногами, одного вдоха и одного выдоха в воду
2. 2 гребка левой и правой руками и определенного количества ударов ногами и дыхания;
3. из гребка левой и правой руками и определенного количества ударов ногами и дыхания;

24.Брасс характеризуется:

1. горизонтальными и асимметричными движениями рук и ног
2. одновременными и симметричными движениями рук и ног
3. единовременными и симметричными движениями двумя руками.

25. Каждый цикл движений в способе (брасс) состоит:

1. из одного движения руками, одного движения ногами, одного вдоха и одного выдоха в воду
2. из четырех движения руками, одного выдоха и одного вдоха из воды
3. из одного движения руками, одного движения ногами, двух вдоха и двух выдоха в воду

26. Правильно выполненный поворот позволяет:

1. пловцу сократить время на преодоление дистанции
2. преодолеть чувство страха перед водой, научиться принимать в воде горизонтальное положение и выполнять

простейшие движения, правильно дышать.

3. пловцу сократить время на преодоление дистанции, сэкономить силы и сохранить необходимый ритм и темп движений и дыхания.

27. Выполнение поворота условно делят на фазы:

1. подплывание с касанием, вращение, отталкивание, скольжение, выход на поверхность
2. отталкивание, скольжение, выход на поверхность
3. подплывание с касанием, скольжение

28. Совершенствование техники плавания проводится:

1. путем целостного выполнения плавательных движений и теоретической части
2. путем частичного выполнения плавательных движений.
3. путем целостного выполнения плавательных движений.

29. К средствам обучения и совершенствования в плавании относят:

1. физические упражнения, естественные природные факторы, тренажеры
2. физические упражнения, естественные природные факторы, тренажеры, специальные приспособления, визуальные средства контроля, наглядные пособия;
3. визуальные средства контроля, наглядные пособия.

30. Подготовительные упражнения для освоения с водой помогают:

1. преодолеть чувство страха перед водой, научиться принимать в воде горизонтальное положение и выполнять

простейшие движения, правильно дышать.

2. сократить время на преодоление дистанции, сэкономить силы и сохранить необходимый ритм и темп движений и дыхания.

3. преодолеть чувство страха перед водой.

#### **Критерии оценивания тестирования**

| <b><i>Кол-во баллов</i></b> | <b><i>Критерии</i></b>             |
|-----------------------------|------------------------------------|
| 0,4                         | 86% правильных ответов и более.    |
| 0,3                         | От 71% до 85 % правильных ответов. |
| 0,2                         | От 56% до 70% правильных ответов.  |
| 0,                          | 55% правильных ответов и менее.    |

#### ***4.1.3. Тестирование физической подготовки***

##### ***4.1.3.1. Порядок проведения и процедура оценивания***

В аудитории, оснащённой соответствующим оборудованием, обучающиеся проводят учебные эксперименты и тренируются в применении практико-ориентированных технологий.

Оцениваются знание материала и умение применять его на практике, умения и навыки по работе с оборудованием в соответствующей предметной области.

Практические навыки проверяются путём выполнения обучающимися практических заданий в условиях, полностью или частично приближенных к условиям профессиональной деятельности. Проверяется знание теоретического материала, необходимое для правильного совершения необходимых действий, умение выстроить последовательность действий, практическое владение приёмами и методами решения профессиональных задач.

#### **4.1.3.2. Критерии оценивания**

##### **15-20 баллов ставится, если обучающийся:**

Продemonстрирован высокий уровень освоения навыков, достаточный для успешного решения задач профессиональной деятельности.

##### **9-14 баллов ставится, если обучающийся:**

Продemonстрирован хороший уровень освоения навыков, достаточный для решения большей части задач профессиональной деятельности.

##### **3-8 баллов ставится, если обучающийся:**

Продemonстрирован удовлетворительный уровень освоения навыков, достаточный для решения отдельных задач профессиональной деятельности

##### **0-2 баллов ставится, если обучающийся:**

Продemonстрирован неудовлетворительный уровень освоения навыков, недостаточный для решения задач профессиональной деятельности.

#### **4.1.3.3. Содержание оценочного средства**

Темы 1, 2, 3, 5, 6

Техника и методика обучения способам спортивного плавания: подготовительные упражнения для освоения с водой; игры на погружение с головой под воду и открывание глаз; облегченные способы плавания; обучение технике плавания кролем на груди; обучение технике плавания кролем на спине; обучение технике плавания брассом.

Сдача контрольных нормативов изученных способов и элементов спортивного и прикладного плавания.

#### **4.2. Оценочные средства промежуточной аттестации**

##### **4.2.1. Зачет с оценкой**

##### **4.2.1.1. Порядок проведения.**

По дисциплине предусмотрен Зачет с оценкой. Зачет с оценкой проходит по билетам. В каждом билете два вопроса.

Зачет с оценкой нацелен на комплексную проверку освоения дисциплины. Обучающийся получает вопрос (вопросы) либо задание (задания) и время на подготовку. Зачет с оценкой проводится в устной, письменной или компьютерной форме. Оценивается владение материалом, его системное освоение, способность применять нужные знания, навыки и умения при анализе проблемных ситуаций и решении практических заданий.

##### **4.2.1.2. Критерии оценивания.**

Устный ответ на теоретический вопрос по курсу дисциплины

##### **21-25 баллов ставится, если обучающийся:**

Обучающийся продемонстрировал всестороннее, систематическое и глубокое знание учебно-программного материала, умение свободно выполнять задания, предусмотренные программой, усвоил основную литературу и знаком с дополнительной литературой, рекомендованной программой дисциплины, усвоил взаимосвязь основных понятий дисциплины в их значении для приобретаемой профессии, проявил творческие способности в понимании, изложении и использовании учебно-программного материала.

##### **16-20 баллов ставится, если обучающийся:**

Обучающийся продемонстрировал полное знание учебно-программного материала, успешно выполнил предусмотренные программой задания, усвоил основную литературу, рекомендованную программой дисциплины, показал систематический характер знаний по

дисциплине и способен к их самостоятельному пополнению и обновлению в ходе дальнейшей учебной работы и профессиональной деятельности.

**11-15 баллов ставится, если обучающийся:**

Обучающийся продемонстрировал знание основного учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по профессии, справился с выполнением заданий, предусмотренных программой, знаком с основной литературой, рекомендованной программой дисциплины, допустил погрешности в ответе на Зачете с оценкой и при выполнении заданий, но обладает необходимыми знаниями для их устранения под руководством преподавателя.

**0-10 баллов ставится, если обучающийся:**

Обучающийся обнаружил значительные пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, допустил принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий и не способен продолжить обучение или приступить по окончании университета к профессиональной деятельности без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.

**4.2.1.3. Оценочные средства.**

**билет: устные ответы на 2 вопроса**

1. Анализ движений ногами в кроле на груди, кроле на спине, брассе, плавании на боку.
2. Анализ движений руками в кроле на груди, кроле на спине, брассе, плавании на боку.
3. Косо направленный гребок. Дыхание в плавании.
4. Фазовый характер движений в плавании.
5. Пути сохранения механической энергии в движениях пловца.
6. Методика обучения кролю на груди.
7. Методика обучения кролю на спине.
8. Методика обучения брассу.
9. Методика обучения плаванию на боку.
10. Упражнения для обучения кролю на груди, кролю на спине, брассу, плаванию на боку.
11. Анализ техники старта с тумбочки.
12. Анализ техники старта из воды.
13. Анализ поворота вращением.
14. Методика обучения стартам.
15. Методика обучения поворотам.
16. Плаваемость. Виды плаваемости. Факторы, её определяющие.
17. Свойства воды и техника плавания.
18. Сопротивление вихреобразования формы.
19. Сопротивление волнообразования.
20. Силы тяги в плавании.
21. Механизм создания тяговых усилий.
22. Механизм создания подъемной силы.
23. Способы освобождения от захватов тонущего.
24. Способы транспортировки пострадавшего.
25. Доврачебная помощь пострадавшему.
26. Ошибки, их причины и способы устранения: в кроле на груди, кроле на спине, брассе, плавании на боку.
27. Силовая подготовка пловца.
28. Схемы обучения спортивным способам плавания.
29. Схема обучения одному из способов плавания.
30. Этапность в формировании навыка плавания
31. Антропометрические характеристики пловца, их значение.
32. Физиологические характеристики пловца, их значение.
33. Игры на воде.

34. Начальное обучение плаванию: упражнения на погружение, всплытие, лежания, упражнения на плавучесть, упражнения на дыхание, скольжения, прыжки и спады в воду, опорные упражнения.
35. Плавание в детском саду.
36. Плавание в общеобразовательной школе.
37. Плавание в оздоровительном лагере.
38. Техника безопасности при занятиях плаванием.
39. Методы обучения в плавании.
40. Типы уроков в плавании.
41. Методы ведения уроков плавания
42. Организация соревнований по плаванию.
43. Общая физическая подготовка пловца.
44. Состав судейской коллегии на соревнованиях по плаванию, краткая характеристика их обязанностей.
45. Силовая подготовка пловца в воде.
46. Силовая подготовка пловца на суше.
47. Техника ныряния на глубину и на дальность.
48. Причины гибели на воде и меры по их устранению.
49. Спасательные средства.
50. Фазовая структура техники плавания.
51. Место и значение плавания в системе физического воспитания.
52. Темп, ритм, шаг пловца, скорость, время как основные характеристики техники плавания

**Перечень литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)**

Направление подготовки: 44.03.05 - Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Профиль подготовки: Физическая культура и безопасность жизнедеятельности

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: очное

Язык обучения: русский

Год начала обучения по образовательной программе: 2026

**Основная литература:**

1. Чертов Н. В. Теория и методика плавания: учебник / Чертов Н.В. - Ростов-на-Дону: Издательство ЮФУ, 2011. - 452 с. ISBN 978-5-9275-0929-4; -URL: <http://znanium.com/bookread2.php?book=551003>
2. Булгакова Н.Ж. Плавание: учебник / Н.Ж. Булгакова, С.Н. Морозов, О.И. Попов [и др.]; под общ.ред. проф. Н.Ж. Булгаковой. М.: ИНФРА-М, 2017. 290 с. (Высшее образование:Бакалавриат). [www.dx.doi.org/10.12737/19706](http://dx.doi.org/10.12737/19706). -URL: <http://znanium.com/bookread2.php?book=624317>
3. Булгакова Н. Ж. Плавание: учебник / С.М.Никитина, Т.Н.Павлова: НИЦ ИНФРА-М, 2016. - 290 с.: 60х90 1/16. - (Высшее образование:Бакалавриат). ISBN 978-5-16-011850-5.-URL: <http://znanium.com/bookread2.php?book=544338> .

**Дополнительная литература:**

1. Чертов Н. В. Комплекс тестовых заданий по теории и методике избранного вида спорта (плавание): учебное пособие / Чертов Н.В. - Ростов-на-Дону: Издательство ЮФУ, 2012. - 136 с. ISBN 978-5-9275-1044-3.-URL: <http://znanium.com/bookread2.php?book=551002>
2. Ерохин, Ю. А. Управление безопасностью плавания [Электронный ресурс] : Учебное пособие / Ю. А. Ерохин. - М. : МГАБТ, 2009. - 111 с. - URL: <http://znanium.com/bookread2.php?book=402958>
3. Ерохин Ю.А. Подготовка оперативных планов по борьбе с водой на судах смешанного река-море плавания: Методические указания / Ерохин Ю.А. - М.:МГАБТ, 2016. - 24 с.: URL:<http://znanium.com/catalog/product/648398>

**Перечень информационных технологий, используемых для освоения дисциплины (модуля), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем**

Направление подготовки: 44.03.05 - Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Профиль подготовки: Физическая культура и безопасность жизнедеятельности

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: очное

Язык обучения: русский

Год начала обучения по образовательной программе: 2026

Освоение дисциплины (модуля) предполагает использование следующего программного обеспечения и информационно-справочных систем:

Office Professional Plus 2010,

Kaspersky Endpoint Security для Windows

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "ZNANIUM.COM", доступ к которой предоставлен обучающимся. 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, учебно-методические комплексы, 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 образования (ФГОС ВО) нового поколения.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе Издательства "Лань", доступ к которой предоставлен обучающимся. ЭБС Издательства "Лань" включает в себя электронные версии книг издательства "Лань" и других ведущих издательств учебной литературы, а также электронные версии периодических изданий по естественным, техническим и гуманитарным наукам. ЭБС Издательства "Лань" обеспечивает доступ к научной, учебной литературе и научным периодическим изданиям по максимальному количеству профильных направлений с соблюдением всех авторских и смежных прав.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "Консультант студента", доступ к которой предоставлен обучающимся. Многопрофильный образовательный ресурс "Консультант студента" является электронной библиотечной системой (ЭБС), предоставляющей доступ через сеть Интернет к учебной литературе и дополнительным материалам, приобретенным на основании прямых договоров с правообладателями. Полностью соответствует требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования к комплектованию библиотек, в том числе электронных, в части формирования фондов основной и дополнительной литературы.