

**ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ  
ПО ДИСЦИПЛИНЕ**  
Теория и методика плавания

**Код модуля**  
1157636(1)

**Модуль**  
Теория и методика базовых видов спорта

**Екатеринбург**

Оценочные материалы составлены автором(ами):

<b>№ п/п</b>	<b>Фамилия, имя, отчество</b>	<b>Ученая степень, ученое звание</b>	<b>Должность</b>	<b>Подразделение</b>
1	Мясникова Татьяна Ивановна	к.п.н., профессор	профессор	физической культуры

**Согласовано:**

Управление образовательных программ

С.А. Иванченко

**Авторы:**

- Мясникова Татьяна Ивановна, профессор, физической культуры

**1. СТРУКТУРА И ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ Теория и методика плавания**

1.	Объем дисциплины в зачетных единицах	4	
2.	Виды аудиторных занятий	Лекции Практические/семинарские занятия	
3.	Промежуточная аттестация	Зачет	
4.	Текущая аттестация	Контрольная работа	1
		Домашняя работа	1

**2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ (ИНДИКАТОРЫ) ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ Теория и методика плавания**

Индикатор – это признак / сигнал/ маркер, который показывает, на каком уровне обучающийся должен освоить результаты обучения и их предъявление должно подтвердить факт освоения предметного содержания данной дисциплины, указанного в табл. 1.3 РПМ-РПД.

Таблица 1

Код и наименование компетенции	Планируемые результаты обучения (индикаторы)	Контрольно-оценочные средства для оценивания достижения результата обучения по дисциплине
1	2	3
ПК-2 -Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий (Физическая культура)	З-1 - Сделать обзор федерального стандарта спортивной подготовки по избранному виду спорта З-2 - Привести примеры оптимальных анатомо-морфологических и психологических характеристик спортсмена избранного вида спорта З-4 - Сделать обзор содержания деятельности по спортивной ориентации У-2 - Включать элементы спортивной ориентации в структуру занятия	Зачет Лекции Практические/семинарские занятия
ПК-3 -Способен проводить занятия и физкультурно-	З-2 - Характеризовать теории обучения двигательным действиям	Домашняя работа Зачет Контрольная работа

<p>спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке (Физическая культура)</p>	<p>З-3 - Описывать теоретические основы физической подготовки  З-4 - Сделать обзор базовых видов физкультурно-спортивной деятельности  П-1 - обоснованный выбор средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке в процессе проведения соответствующих занятий и физкультурно-спортивных мероприятий  У-1 - Формировать содержание занятия и физкультурно-спортивного мероприятия по двигательному и когнитивному обучению  У-2 - Анализировать содержание занятия и физкультурно-спортивного мероприятия по физической подготовке с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности  У-3 - Обосновать формы и методы обучения, в том числе выходящие за рамки учебных занятий: проектная деятельность</p>	<p>Лекции  Практические/семинарские занятия</p>
<p>ПК-4 -Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта (Физическая культура)</p>	<p>З-1 - Сделать обзор федерального стандарта спортивной подготовки по избранному виду спорта  З-2 - Сделать обзор содержания спортивной подготовки  З-3 - Описывать структуру и содержание соревновательной деятельности в избранном виде спорта  З-4 - Привести примеры задач и соответствующей им структуры тренировочного занятия  П-1 - Подготовить проведение тренировочных занятий различной направленности  У-1 - Правильно интерпретировать содержание</p>	<p>Домашняя работа  Зачет  Контрольная работа  Лекции  Практические/семинарские занятия</p>

	тренировочного занятия различной направленности	
ПК-16 -Способность выполнять деятельность и (или) демонстрировать элементы деятельности, осваиваемой обучающимися, и (или) выполнять задания, предусмотренные программой учебного предмета, курса, дисциплины (модуля), планом тренировочного процесса (Физическая культура)	З-1 - Сделать обзор содержания тренировочной деятельности в избранном виде спорта З-4 - Привести примеры программы учебного предмета, курса, дисциплины (модуля), плана тренировочного процесса П-1 - Иметь практический опыт выполнения деятельности и (или) демонстрации элементов деятельности, осваиваемой обучающимися, и (или) выполнения заданий, предусмотренных программой учебного предмета, курса, дисциплины (модуля), планом тренировочного процесса У-1 - Демонстрировать элементы физических упражнений У-2 - Выполнять физические упражнения, предусмотренные программой учебного предмета, курса, дисциплины (модуля), планом тренировочного процесса	Домашняя работа Зачет Контрольная работа Лекции Практические/семинарские занятия
ПК-18 -Способность проводить тренировки в соответствии с требованиями заказчика в рамках оказания коммерческих услуг в сфере физической культуры и спорта (Физическая культура)	П-1 - Иметь практический опыт проведения тренировки в соответствии с требованиями заказчика в рамках оказания коммерческих услуг в сфере физической культуры и спорта У-3 - Формировать спрос на тренировки по избранному виду спорта	Домашняя работа Зачет Лекции Практические/семинарские занятия

### **3. ПРОЦЕДУРЫ КОНТРОЛЯ И ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ В РАМКАХ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ В БАЛЬНО-РЕЙТИНГОВОЙ СИСТЕМЕ (ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА БРС)**

#### **3.1. Процедуры текущей и промежуточной аттестации по дисциплине**

**1. Лекции: коэффициент значимости совокупных результатов лекционных занятий – 0.5**

Текущая аттестация на лекциях	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
<i>домашняя работа</i>	4,14	100
Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по лекциям – <b>0.5</b>		
Промежуточная аттестация по лекциям – <b>зачет</b>		
Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по лекциям – <b>0.5</b>		
<b>2. Практические/семинарские занятия: коэффициент значимости совокупных результатов практических/семинарских занятий – 0.5</b>		
Текущая аттестация на практических/семинарских занятиях	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
<i>контрольная работа</i>	4,16	100
Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по практическим/семинарским занятиям– <b>1</b>		
Промежуточная аттестация по практическим/семинарским занятиям– <b>нет</b>		
Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по практическим/семинарским занятиям– <b>не предусмотрено</b>		
<b>3. Лабораторные занятия: коэффициент значимости совокупных результатов лабораторных занятий –не предусмотрено</b>		
Текущая аттестация на лабораторных занятиях	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по лабораторным занятиям - <b>не предусмотрено</b>		
Промежуточная аттестация по лабораторным занятиям – <b>нет</b>		
Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по лабораторным занятиям – <b>не предусмотрено</b>		
<b>4. Онлайн-занятия: коэффициент значимости совокупных результатов онлайн-занятий –не предусмотрено</b>		
Текущая аттестация на онлайн-занятиях	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по онлайн-занятиям - <b>не предусмотрено</b>		
Промежуточная аттестация по онлайн-занятиям – <b>нет</b>		
Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по онлайн-занятиям – <b>не предусмотрено</b>		

### 3.2. Процедуры текущей и промежуточной аттестации курсовой работы/проекта

Текущая аттестация выполнения курсовой работы/проекта	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах

Весовой коэффициент текущей аттестации выполнения курсовой работы/проекта– **не предусмотрено**

Весовой коэффициент промежуточной аттестации выполнения курсовой работы/проекта– защиты – **не предусмотрено**

#### 4. КРИТЕРИИ И УРОВНИ ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ

4.1. В рамках БРС применяются утвержденные на кафедре/институте критерии (признаки) оценивания достижений студентов по дисциплине модуля (табл. 4) в рамках контрольно-оценочных мероприятий на соответствие указанным в табл.1 результатам обучения (индикаторам).

Таблица 4

##### Критерии оценивания учебных достижений обучающихся

Результаты обучения	Критерии оценивания учебных достижений, обучающихся на соответствие результатам обучения/индикаторам
Знания	Студент демонстрирует знания и понимание в области изучения на уровне указанных индикаторов и необходимые для продолжения обучения и/или выполнения трудовых функций и действий, связанных с профессиональной деятельностью.
Умения	Студент может применять свои знания и понимание в контекстах, представленных в оценочных заданиях, демонстрирует освоение умений на уровне указанных индикаторов и необходимых для продолжения обучения и/или выполнения трудовых функций и действий, связанных с профессиональной деятельностью.
Опыт /владение	Студент демонстрирует опыт в области изучения на уровне указанных индикаторов.
Другие результаты	Студент демонстрирует ответственность в освоении результатов обучения на уровне запланированных индикаторов. Студент способен выносить суждения, делать оценки и формулировать выводы в области изучения. Студент может сообщать преподавателю и коллегам своего уровня собственное понимание и умения в области изучения.

4.2 Для оценивания уровня выполнения критериев (уровня достижений обучающихся при проведении контрольно-оценочных мероприятий по дисциплине модуля) используется универсальная шкала (табл. 5).

Таблица 5

##### Шкала оценивания достижения результатов обучения (индикаторов) по уровням

Характеристика уровней достижения результатов обучения (индикаторов)			
№ п/п	Содержание уровня выполнения критерия оценивания результатов обучения (выполненное оценочное задание)	Шкала оценивания	
		Традиционная характеристика уровня	Качественная характеристика уровня

1.	Результаты обучения (индикаторы) достигнуты в полном объеме, замечаний нет	Отлично (80-100 баллов)	Зачтено	Высокий (В)
2.	Результаты обучения (индикаторы) в целом достигнуты, имеются замечания, которые не требуют обязательного устранения	Хорошо (60-79 баллов)		Средний (С)
3.	Результаты обучения (индикаторы) достигнуты не в полной мере, есть замечания	Удовлетворительно (40-59 баллов)		Пороговый (П)
4.	Освоение результатов обучения не соответствует индикаторам, имеются существенные ошибки и замечания, требуется доработка	Неудовлетворительно (менее 40 баллов)	Не зачтено	Недостаточный (Н)
5.	Результат обучения не достигнут, задание не выполнено	Недостаточно свидетельств для оценивания		Нет результата

## 5. СОДЕРЖАНИЕ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ

### 5.1. Описание аудиторных контрольно-оценочных мероприятий по дисциплине модуля

#### 5.1.1. Лекции

Самостоятельное изучение теоретического материала по темам/разделам лекций в соответствии с содержанием дисциплины (п. 1.2. РПД)

#### 5.1.2. Практически/семинарские занятия

Примерный перечень тем

1. Изучение правильного положения тела, движений рук, ног, согласования движений при плавании кролем на груди и спине.

2. Изучение техники - положение тела, движения рук, ног, согласование движений, дыхания при плавании способом брасс .

3. Изучение старта из воды и с тумбочки: исходное положение, отталкивание, полет, вход в воду, скольжение и первые плавательные движения.

4. Упражнения по освоению с водой. Упражнения для начального обучения. Учебные прыжки в воду. Игры и развлечения на воде.

5. Выполнение упражнений для одновременного совершенствования в технике плавания способами кроль на груди, на спине, дельфин и брасс.

6. Техника плавания способом на боку и брассом на спине. Техника ныряния в длину и глубину. Техника транспортировки пострадавшего.

Примерные задания

Методика обучения спортивным способам плавания: кроль на груди, на спине, брасс, дельфин. Методика обучения технике стартов, поворотов. Ошибки и методика их исправления.

Типичные ошибки в технике плавания способами кроль на груди, кроль на спине, дельфин,

басс. Упражнения, применяемые для их устранения.

LMS-платформа – не предусмотрена

## 5.2. Описание внеаудиторных контрольно-оценочных мероприятий и средств текущего контроля по дисциплине модуля

Разноуровневое (дифференцированное) обучение.

### Базовый

#### 5.2.1. Контрольная работа

Примерный перечень тем

1. Оценка техники старта, плавания и поворота.
2. Проведения занятия (части занятия) по обучению плаванию (спортивной тренировки) определенного контингента занимающихся.

Примерные задания

Оценка техники старта, плавания и поворота.

Провести анализ ошибок в технике плавания и предложить упражнения для их исправления

Способ плавания

---

Описание ошибки (с указанием фазы движения) Упражнения для исправления ошибки

LMS-платформа – не предусмотрена

#### 5.2.2. Домашняя работа

Примерный перечень тем

1. План-конспект занятия по обучению плаванию.

Примерные задания

План-конспект занятия по плаванию.

1. Контингент.
2. Цель.
3. Задачи.
4. Продолжительность.
5. Инвентарь.
6. Место проведения.

Части занятия	Содержание	Дозировка	Организационно-методические указания
1	2	3	4
Подготовительная часть на суше ( ___ мин)			
Основная часть в воде ( ___ мин)			
Заключительная часть ( ___ мин)			

LMS-платформа – не предусмотрена

### **5.3. Описание контрольно-оценочных мероприятий промежуточного контроля по дисциплине модуля**

#### **5.3.1. Зачет**

Список примерных вопросов

1. 1. Правила безопасности при проведении занятий по плаванию. 2. Игры и развлечения на воде на разных этапах обучения плаванию. 3. Начальное обучение плаванию (подготовительные упражнения по освоению с водой). 4. Построение урока по плаванию. 5. Основные средства обучения плаванию (классификация, характеристика). 6. Особенности применения учебных прыжков в воду при начальном обучении плаванию. 7. Методы обучения плаванию. 8. Методика обучения технике плавания способом кроль на груди. 9. Методика обучения технике плавания способом кроль на спине. 10. Методика обучения технике плавания способом дельфин. 11. Методика обучения технике плавания способом брасс. 12. Методика обучения старту с тумбочки. 13. Методика обучения старту из воды. 14. Методика обучения поворотам в плавании. 15. Техника плавания способом кроль на груди. 16. Техника плавания способом кроль на спине. 17. Техника плавания способом брасс. 18. Техника плавания способом дельфин. 19. Техника выполнения старта с тумбочки. 20. Техника выполнения старта из воды. 21. Техника выполнения простых поворотов в плавании. 22. Техника выполнения скоростных поворотов. 23. Фазовая структура движений пловца. 24. Ошибки в технике плавания кроль на груди. Методика их исправления. 25. Ошибки в технике плавания способом кроль на спине. Методика их исправления. 26. Ошибки в технике плавания способом брасс. Методика их устранения. 27. Ошибки в технике плавания способом дельфин. Методика их устранения. 28. Ошибки при выполнении поворотов. Методика их устранения. 29. Ошибки при выполнении старта с тумбочки и из воды. Методика их устранения. 30. Техника прикладных способов плавания. 31. Техника ныряния в длину и глубину. Требования к погружениям. 32. Приемы транспортировки тонущего. 33. Способы освобождения от захватов. 34. Способы искусственного дыхания и непрямого массажа сердца. 35. Общеразвивающие и имитационные упражнения, применяемые в процессе обучения плаванию. 36. Организация и проведение массовых соревнований по плаванию. 37. Работа по плаванию в оздоровительных лагерях. 38. Основные требования к сооружениям и местам занятий плаванием на естественных водоемах. 39. Обязанности судьи при участниках. Программа соревнований по плаванию. 40. Состав и подготовка судейской коллегии. 41. Церемония открытия и закрытия соревнований, подготовка к параду. 42. Правила выполнения старта с тумбочки и из воды. 43. Правила выполнения поворотов при плавании различными способами. 44. Обязанности главного судьи соревнований. 45. Обязанности главного секретаря и судей-секретарей. 46. Схема движения карточки участника. 47. Обязанности старшего хронометриста и судей-хронометристов. 48. Обязанности судей на повороте. 49. Обязанности судьи на дистанции. Правила прохождения дистанции. 50. Обязанности стартера и его помощника.

LMS-платформа – не предусмотрена

### **5.4 Содержание контрольно-оценочных мероприятий по направлениям воспитательной деятельности**

Направление воспитательной деятельности	Вид воспитательной деятельности	Технология воспитательной деятельности	Компетенция	Результаты обучения	Контрольно-оценочные мероприятия
Профессиональное воспитание	профориентационная деятельность	Технология формирования уверенности и готовности к самостоятельной успешной профессиональной деятельности	ПК-18	У-3 П-1	Домашняя работа Зачет Контрольная работа Лекции Практические/семинарские занятия