

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ**  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
**«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. Астафьева»**

**ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ЗДОРОВЬЯ им. И.С. Ярыгина**

**КАФЕДРА МЕТОДИКИ ПРЕПОДАВАНИЯ СПОРТИВНЫХ ДИСЦИПЛИН  
И НАЦИОНАЛЬНЫХ ВИДОВ СПОРТА**



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Теория и методика обучения базовым видам спорта: плавание**

*Направление подготовки:*  
**49.03.01 «Физическая культура»**

*Направленность (профиль) образовательной программы*  
**«Спортивная тренировка»**

*Квалификация:*  
**Бакалавр**

**Очная форма обучения**

*Красноярск 2018*

Рабочая программа дисциплины составлена к.п.н, доцентом кафедры теории и методики спортивных дисциплин В.П. Буевичем

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры теории и методики спортивных дисциплин.

Протокол № 10 от 11.05.2017 г.

Заведующий кафедрой Янова М.Г.



Одобрено на заседании научно-методического совета направления подготовки Департамента спортивных единоборств протокол № 6 от 17.05.2017 г.

Председатель НМСН  
д.п.н, профессор




А.И. Завьялов

Рабочая программа дисциплины актуализирована к.п.н, доцентом кафедры методики преподавания спортивных дисциплин и национальных видов спорта В.П. Бувичем

Рабочая программа дисциплины обсуждена  
на заседании кафедры  
Протокол № 9 от 26.04.2018 г.

Заведующий кафедрой

Янова М.Г. 

Одобрено на заседании научно-методического  
совета направления подготовки  
Департамента спортивных единоборств  
протокол № 9 от 25.05.2018 г.

Председатель НМСН  
д.п.н, профессор



А.И. Завьялов

Рабочая программа дисциплины актуализирована к.п.н, доцентом кафедры методики преподавания спортивных дисциплин и национальных видов спорта В.П. Бувичем

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры  
Протокол № 9 от 25.04.2019 г.

Заведующий кафедрой Янова М.Г.



Одобрено на заседании научно-методического совета направления подготовки Департамента спортивных единоборств протокол № 9 от 23.05.2019 г.

Председатель НМСН  
д.п.н, профессор



А.И. Завьялов

## Пояснительная записка

Дисциплина «Теория и методика обучения базовым видам спорта: плавание» относится к базовой части учебного плана. Материалы данной дисциплины позволяют проследить место данной дисциплины в сфере физической культуры и спорта, будут способствовать осознанному привлечению населения к рекреационной деятельности как фактору здорового образа жизни, восстановления и укрепления здоровья.

РПД разработана согласно ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 – Физическая культура, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 7 августа 2014 г. № 935.

Данная дисциплина наряду с другими базовыми предметами учебного плана, обеспечивает профессиональную подготовку будущих специалистов физической культуры и спорта с достаточно широким диапазоном: общеобразовательные школы, средние специальные и высшие учебные заведения, детско-юношеские спортивные школы, училища олимпийского резерва, различные спортивные клубы.

Центральное место в учебном плане подготовки бакалавра занимают профилирующие дисциплины, от качества освоения которых, существенно зависит становление профессионализма на этом этапе. Здесь большое значение имеет система объединения этих дисциплин с ориентацией на целостную профессиональную деятельность, как отдельная дисциплина должна выступать в качестве средства достижения этой цели.

**2. Трудоемкость дисциплины.** Дисциплина состоит из 72 часов (2 кредитов), включает 8 часов лекций, 28 часов семинаров, 36 часов самостоятельной работы, преподается на 4 курсе в 8 семестре, входит в модуль «Теория и методика обучения базовым видам спорта» и завершается зачетом.

### 3. Цели освоения дисциплины

формирование у будущих педагогов готовности к реализации профессиональных задач в новых социально – экономических условиях в соответствии с требованиями личности, общества и научными достижениями в области теории и методики физической культуры и спорта

### 4. Планируемые результаты обучения.

В результате освоения ООП бакалавриата обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине:

Задачи освоения дисциплины	Планируемые результаты обучения по дисциплине (дескрипторы)	Код результата обучения (компетенция)
- сформировать у студентов базовые знания по плаванию;  - обеспечить необходимый уровень теоретических и практических знаний	<b>Знать:</b> теории и технологии обучения, воспитания и духовно- нравственного развития личности, сопровождения субъектов педагогического процесса <b>Уметь:</b> системно осуществлять педагогическое сопровождение	Способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. (ОК-8)

<p>о технике спортивных способов плавания;</p> <p>- обучить основам организации и методики обучения плаванию;</p> <p>- сформировать у студентов профессиональные навыки и умения, необходимые будущим педагогам по физической культуре, тренерам для успешного решения основных задач физического воспитания в различных образовательных учреждениях и спортивных организациях</p>	<p>процессов социализации и профессионального самоопределения обучающихся, подготовки их к сознательному выбору профессии</p> <p><b>Владеть:</b> способами использования средств и методов физической культуры осуществления психолого-педагогической поддержки и сопровождения</p>	
	<p><b>Знать:</b> методологию проведения учебных занятий, ценностные основы образования и профессиональной деятельности;</p> <p><b>Уметь:</b> разрабатывать и реализовать учебные программы базовых и элективных курсов в различных образовательных учреждениях.</p> <p><b>Владеть:</b> способами совершенствования профессиональных знаний и умений</p>	<p>Способность проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учётом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов (ОПК-2)</p>
	<p><b>Знать:</b> сущность и структуру образовательных процессов в применении санитарно-гигиенических норм поведения и оказании первой помощи.</p> <p><b>Уметь:</b> проводить профилактику травматизма в процессе профессиональной деятельности.</p> <p><b>Владеть:</b> способами оказания первой доврачебной помощи.</p>	<p>Способностью обеспечивать в процессе профессиональной деятельности соблюдение требований безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм, проводить профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь. (ОПК-7)</p>
	<p><b>Знать:</b> структуру организации и проведения спортивно-массовых мероприятий молодёжи.</p> <p><b>Уметь:</b> разрабатывать положения о соревнованиях по базовым и избранному видам спорта..</p> <p><b>Владеть:</b> практическими навыками в организации спортивно-массовых и оздоровительных мероприятий.</p>	<p>Способностью организовать и проводить соревнования, осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта. (ОПК-8)</p>

5. Важнейшим условием эффективности освоения дисциплины является наличие так называемых «контрольных точек», т.е. практических заданий, сдача которых обуславливает допуск к получению промежуточной аттестации в виде экзамена.

Методы текущего контроля успеваемости:

- устный опрос
- доклад
- тесты
- Посещение лекций
- выполнение практических работ

Зачеты оцениваются по системе «зачтено/не зачтено», процедура зачета состоит из положительных ответов на два вопроса в билете. Для получения оценки «зачтено» студент должен дать полные ответы на вопросы, указанные в выбранном им билете.

Отметка «зачтено» ставится, если студент продемонстрировал: раскрыл содержание материала в объеме, предусмотренном программой; правильно выполнил таблицы, блок-схемы, сопутствующие ответу; показал умение иллюстрировать теоретические положения конкретными примерами; При выставлении оценки «зачтено» преподавателем учитываются посещение лекций, работа на практических занятиях, выступления с докладами. «Не зачтено» выставляется студентам либо не ответившим на один из двух вопросов, предложенных в билете, либо не ориентирующимся в основных положениях, содержании дисциплины.

Отметка «не зачтено» ставится, если студент:

допустил принципиальные ошибки фактического и теоретического характера; допущены ошибки в определении понятий, при использовании специальной терминологии, блок-схемах, таблицах, которые не исправлены после нескольких наводящих вопросов преподавателя.

Выполнение всех практических заданий студентами имеющими, отклонение в состоянии здоровья происходит на основе медицинского заключения врача с учетом индивидуальных физических, психических и других возможностей конкретного обучающегося. В случае невозможности выполнения практических заданий, для оценивания сформированности компетенции, обучающемуся предлагаются альтернативные задания, адаптированные под его индивидуальные возможности.

Выполнение всех практических заданий студентами имеющими, отклонение в состоянии здоровья происходит на основе медицинского заключения врача с учетом индивидуальных физических, психических и других возможностей конкретного обучающегося. В случае невозможности выполнения практических заданий, для оценивания сформированности компетенции, обучающемуся предлагаются альтернативные задания, адаптированные под его индивидуальные возможности.

Перечень образовательных технологий, используемых при освоении дисциплины выбирается из перечня или предлагаются иные. «Перечень образовательных технологий»

Интерактивные и активные формы проведения занятий:

Практические и лабораторные занятия:

Групповой метод. Обучающиеся разбиваются на несколько групп, каждой из которых дается задание в зависимости от тематики занятия (например - характеристика туристских ресурсов отдельных районов Красноярского

края), затем кто-либо из группы делает обобщающий вывод, преподаватель комментирует подводит итоги.

- Ситуационно-ролевая и деловая игра. В основе игры – модель заданной ситуации (например - организация страховочных работ и спасательной операции в условиях конкретно заданного путешествия) и ее проработка. Это позволяет моделировать, обсуждать и реально проигрывать по ролям различные ситуации из области профессиональной деятельности, включая процессы межличностного и группового общения.
- Презентация;
- Анализ конкретных ситуаций, решение задач

Лекционные занятия:

1. Лекция с проблемным изложением - анализ техники упражнений, определение возможных ошибок и поиск алгоритма их исправления.
2. Мультимедиа лекции.



### 3.1.1. Технологическая карта обучения дисциплине

#### Теория и методика обучения базовым видам спорта: плавание

Для обучающихся образовательной программы

49.03.01 - «Физическая культура», бакалавр, направленность (профиль) образовательной программы  
«Спортивная тренировка»

(направление и уровень подготовки, шифр, профиль)  
по очной форме обучения

Модули. Наименование разделов и тем	Всего часов (з.е.)	Аудиторных часов				Внеаудиторных часов	Формы и методы контроля
		всего	лекций	практич. работ	лаборат. работ		
<b>Модуль 1.</b> <i>Эволюция методики обучения плаванию. Основные задачи, дидактические принципы организованного процесса обучения плаванию.</i>	22	10	2	8		12	Опрос реферат тестирование
<b>Модуль 2.</b> <i>Начальное обучение плаванию</i>	24	12	2	10		12	Опрос реферат тестирование
<b>Модуль 3.</b> <i>Обучение спортивным способам плавания</i>	26	14	4	10		12	Опрос реферат тестирование
<b>Форма итогового контроля</b>							<b>зачет</b>
<b>Всего:</b>	<b>72</b>	<b>36</b>	<b>8</b>	<b>28</b>		<b>36</b>	

### 3.3.1. КАРТА ЛИТЕРАТУРНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ Теория и методика обучения базовым видам спорта: плавание

Для обучающихся образовательной программы  
49.03.01 - «Физическая культура», бакалавр, направленность (профиль) образовательной программы  
«Спортивная тренировка»

(направление и уровень подготовки, шифр, профиль)  
по очной форме обучения

Наименование	Место хранения/ электронный адрес	Количество экземпляров/ точек доступа
<b>Обязательная литература</b>		
Янова, М. Г. Уроки плавания [Электронный ресурс] : учеб. пособие (Курс лекций по плаванию) / М. Г. Янова, В. В. Янов; Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева. –Изд-е 2-е, перераб. и доп. –Красноярск,2015. –176 с. –Режим доступа : <a href="http://elib.kspu.ru/document/15165">http://elib.kspu.ru/document/15165</a> . –ЭБС «КГПУ им. В. П. Астафьева», по паролю к сети kspu.ru	<a href="http://elib.kspu.ru/document/15165">http://elib.kspu.ru/document/15165</a>	Индивидуальный неограниченный доступ
Чертов, Н.В. Теория и методика плавания: учебник / Н.В.Чертов ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Южный федеральный университет», Факультет физической культуры и спорта. - Ростов-н/Д : Издательство Южного федерального университета, 2011. - 452 с. - ISBN 978-5-9275-0929-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=241104">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=241104</a> .	<a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=241104">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=241104</a>	Индивидуальный неограниченный доступ
Лушпа, А.А. Плавание: учебное пособие / А.А. Лушпа. - Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2012. - 108 с. - ISBN 978-5-8353-1333-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=232770">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=232770</a> .	<a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=232770">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=232770</a>	Индивидуальный неограниченный доступ
<b>Дополнительная литература</b>		
Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений/ Н.Ж. Булгакова, С.Н. Морозов, О.И. Попов и др.; Ред. Н.Ж. Булгакова. - М.: Академия, 2005. - 432 с.	АНЛ(2), ЧЗ(2), ИМЦ ФФКиС(6)	10
Казызаева, А.С. Основы техники спортивных способов плавания : учебное пособие / А.С. Казызаева, О.Б. Галеева ; Сибирский государственный университет физической	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Индивидуальный

культуры и спорта, Кафедра теории и методики плавания. - Омск : Издательство СибГУФК, 2010. - 151 с. : ил., схем., табл. - Библиогр.: с. 140-141. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=274597">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=274597</a>	<a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=274597">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=274597</a>	неограничен ый доступ
<b>Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы</b>		
Викулов, А. Д. Плавание [Текст] : учебное пособие для студ. вузов / А.Д. Викулов. - М. : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. - 368 с.	Научная библиотека КГПУ им. В.П. Астафьева	12
Булгакова, Н.Ж. Плавание: учебное пособие/ Н.Ж. Булгакова. - М.: Физкультура и спорт, 1999. - 184 с.	ЧЗ(2), АНЛ(2), АУЛ(1), ИМЦ ФФКиС(2), ФЛЖ(3)	10
Кардамонова, Н.Н. Плавание: лечение и спорт: учебное пособие/ Н.Н. Кардамонова. - Ростов н/Д: Феникс, 2001. - 320 с.	ЧЗ (2), ИМЦ ФФКиС (2), АНЛ (2), АУЛ (1)	7
Библиотека информации по физической культуре и спорту	<a href="http://lib.sportedu.ru">http://lib.sportedu.ru</a>	
<b>Ресурсы сети Интернет</b>		
Теория и методика обучения плаванию	<a href="http://sportwiki.to/">http://sportwiki.to/</a>	
<b>Информационные справочные системы</b>		
Гарант [Электронный ресурс]: информационно-правовое обеспечение : справочная правовая система. – Москва, 1992 – .	Научная библиотека (1-02)	
East View : универсальные базы данных [Электронный ресурс] : периодика России, Украины и стран СНГ. – Электрон.дан. – ООО ИВИС. – 2011 - .	<a href="https://dlib.eastview.com">https://dlib.eastview.com</a>	
Elibrary.ru [Электронный ресурс] : электронная библиотечная система : база данных содержит сведения об отечественных книгах и периодических изданиях по науке, технологии, медицине и образованию / Рос. информ. портал. – Москва, 2000 – . – Режим доступа: <a href="http://elibrary.ru">http://elibrary.ru</a> .	<a href="http://elibrary.ru">http://elibrary.ru</a>	

Согласовано:

зам. дир. ра научной Биб-ки  
(должность структурного подразделения)

ИФ  
(подпись)

Муромова С.В.  
(Фамилия И.О.)

17.05.2018  
(дата)

## **Содержание теоретического курса.**

### **Модуль 1. Эволюция методики обучения плаванию. Основные задачи, дидактические принципы организованного процесса обучения плаванию.**

1. Реализация основных принципов обучения в учебном процессе. Эволюция методики обучения. Общие основы обучения и воспитания. Целостный, раздельный методы обучения. Целостно-раздельный метод обучения, параллельно-последовательный, комплексный метод обучения плаванию. Историческая справка о возникновении методики обучения плаванию. Основные положения современной методики обучения плаванию.
2. Основные задачи обучения плаванию. Дидактические принципы педагогики, метода обучения, средства обучения, закономерности формирования двигательных навыков. Средства и методы обучения плаванию в XIX веке, в настоящее время, тенденции развития. Современные методы обучения плаванию. Целостно-раздельный, комплексный, параллельно-последовательный методы обучения.

### **Модуль 2. Начальное обучение плаванию.**

1. Значение начального обучения. Вводный инструктаж по технике безопасности на занятиях по плаванию в бассейне. Подготовительные упражнения для освоения с водой. Упражнения для ознакомления со специфическими свойствами воды: погружение в воду и открывание глаз, всплывание и лежание на воде. Дыхание в воде, скольжение.
2. Урок как форма обучения. Основной формой организации и проведения учебных занятий по плаванию является урок, который представляет собой органическую связь всего учебно-вспомогательного процесса. Части урока - подготовительная, основная, заключительная.
3. Упражнения по освоению с водой. Упражнения для начального обучения. Подбор упражнений. Опробование в воде упражнений по освоению с водой

### **Модуль 3. Обучение спортивным способам плавания.**

1. Вводный инструктаж по технике безопасности на занятиях по плаванию в бассейне.
2. Методика обучения спортивным способам плавания: кроль на груди, на спине, брасс, дельфин. Методика обучения технике стартов, поворотов. Ошибки и методика их исправления.
3. Анализ развития техники плавания способами плавания: кроль на груди, на спине, брасс, дельфин. Фазовая структура, положение тела, движения руками, ногами, согласование всех движений с дыханием.
4. Методика обучения стартам, поворотам в спортивном плавании. Фазовая структура техники старта с тумбочки и из воды. Методический подход и подбор упражнений при обучении старту, поворотам.
5. Подбор упражнений и проведение занятий по изучению техники плавания кролем на груди, на спине, брассом, дельфином. Проверка знаний методики обучения плаванию различными способами. Привитие профессиональных педагогических навыков

### **Методические указания по подготовке к лекционным занятиям**

Учебные материалы дисциплины, предназначенные для изучения, представлены в виде разделов, отражающих основные направления физической культуры и спорта в современном обществе. Для удобства использования в методических материалах собрана информация, которая разбирается на лекциях и практических занятиях, а так же информация для самостоятельного изучения.

Не всегда перечень представленной информации в учебно-методических материалах дисциплины позволяет удовлетворить интерес к рассматриваемому направлению физической культуры. Приступая к изучению материала по дисциплине, помните, что, посещая лекционные занятия, Вы приобретете более надежные знания, так как работа с преподавателем дает неоспоримое преимущество – общение. Вы всегда можете задать интересующий вопрос и получить ответ. Сообщение материала сопровождается мультимедийными презентациями и упрощает понимание, кроме того, изложение информации преподавателем связано с использованием ярких примеров из практики.

Лекции необходимо конспектировать, так как в них часто освещаются вопросы, содержание которых не представлены библиотечным фондом. В качестве примера рассматриваются конкретные комплексы упражнений. Однако это не означает, что содержание занятий ограничивается только ими. Ваша задача заключается в том, чтобы осознать сущность этих упражнений, эффект, который они производят на организм человека и попытаться самостоятельно разработать подобные комплексы. Вы должны овладеть не схемой применения упражнений, а понять их направленность и эффект для того, чтобы творчески использовать их в процессе физического воспитания.

### **Методические указания по подготовке к практическим занятиям**

Практические занятия по дисциплине ориентированы на закрепление теоретического материала, изложенного на лекционных занятиях, а также на приобретение дополнительных знаний и развитие самостоятельной деятельности обучающихся. На практических занятиях происходит закрепление лекционного материала, а так же материала, предназначенного для самостоятельного изучения. Это происходит благодаря проведению опросов студентов по теме, проверке знаний с помощью составления комплексов упражнений по темам дисциплины. На практических занятиях оцениваются и учитываются все виды активности студентов: устные ответы, дополнения к ответам других студентов, работа в группах. Практические занятия организованы так, что на каждом из них каждый студент активно участвует в работе, его знания подвергаются оценке, а соответствующие баллы идут в «общий зачет» по дисциплине. Поэтому студент заинтересован готовиться к каждому занятию без исключения.

На практические занятия необходимо приходить в спортивной форме, что обусловлено правилами по технике безопасности. Практические занятия построены на основе разбора конкретных ситуаций, подобранные таким образом, чтобы соединить теорию и практику в рамках темы учебного курса

## **Методические рекомендации по организации инклюзивного образования для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

Работу по организационно-педагогическому сопровождению образовательного процесса обучающихся с инвалидностью и лиц с ограниченными возможностями здоровья (далее – лиц с ОВЗ) в университете осуществляют институты, факультеты, департамент. К работе по сопровождению образовательного процесса привлекаются: кафедры, проректор по внеучебной работе, учебно-методический центр дистанционного образования, проректор по административно-хозяйственной деятельности, волонтерский центр, управление информатизации, учебно-методическое управление, учебный отдел, студенческий отдел управления кадров, отдел практики, центр трудоустройства и сопровождения карьеры студентов и выпускников.

Организация образовательного процесса для обучающихся с инвалидностью и лиц с ОВЗ в университете осуществляется на основании:

- Положения об организации образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в КГПУ им. В.П. Астафьева и его филиалах, утвержденного приказом от 07.10.2015 № 387(п);
- Планов работы по профессиональной ориентации и созданию условий для инклюзивного образования в КГПУ им. В.П. Астафьева;
- Правил приема граждан на обучение по образовательным программам высшего образования.

Образование обучающихся с инвалидностью и лиц с ОВЗ может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных нозологических группах.

При необходимости для обучающихся с инвалидностью и лиц с ОВЗ могут разрабатываться индивидуальные учебные планы, что учитывается при реализации программы данной дисциплины. При составлении индивидуального плана обучения возможны сочетания различных форм проведения занятий по дисциплине «Инклюзивное образование в Красноярском крае»: аудиторные занятия, на дому с использованием дистанционных образовательных технологий, самостоятельная работа с индивидуальным консультированием.

Согласно Положения об организации образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в КГПУ им. В.П. Астафьева и его филиалах, утвержденного приказом от 07.10.2015 № 387(п) при обучении инвалидов и лиц с ОВЗ при необходимости могут применяться электронное обучение и дистанционные образовательные технологии с возможностью приема-передачи информации в доступных для них формах.

Для обучающихся с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья Порядком проведения занятий по дисциплинам (модулям) по физической культуре и спорту по программам бакалавриата и специалитета при очной, очно - заочной и заочной формах обучения в КГПУ им. В.П. Астафьева от 26.06.2015, утвержденным приказом 248(п) устанавливается особый порядок освоения дисциплин (модулей) по физической культуре и спорту на основании соблюдения принципов здоровьесбережения и адаптивной физической культуры. При проведении занятий по дисциплине «Психологические особенности детей с ОВЗ» преподаватель учитывает вид и тяжесть нарушений организма обучающегося с ограниченными возможностями здоровья и инвалида.

Имеющаяся безбарьерная среда в КГПУ им. В.П. Астафьева учитывает потребности лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

Для обеспечения доступа в здания университета маломобильных граждан корпус на ул. Маркса, зд. 100 оборудован пандусом, поручнем и расширенными дверными проемами, корпус на ул. Ады Лебедевой, д. 89 оборудован системой вызова персонала для инвалидов (кнопка вызова персонала), имеются три мобильных подъемных платформы с

электроприводом «БарсУГП-130-1». При необходимости платформы могут быть перевезены и использованы в любом учебном корпусе и (или) общежитии. При необходимости в университете могут быть созданы специальные места для парковки автотранспортных средств для инвалидов возле всех учебных корпусов. Ширина коридоров учебных корпусов соответствует нормативным требованиям для передвижения инвалидов-колясочников. В учебных корпусах по адресам: ул. Ады Лебедевой, д. 89, ул. Маркса, зд. 100, ул. Перенсона, д. 7 оборудованы санитарно-гигиенические комнаты для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Оборудованы специальные рабочие места для обучающихся, пользующихся специальными инвалидными креслами-колясками, что предполагает увеличение размера зоны на одно место с учетом подъезда и разворота кресла-коляски, увеличения ширины прохода между рядами столов.

Для обучающихся с нарушением зрения приобретены переносные лупы «Руби», настольные лупы с подсветкой, имеются специальное программное обеспечение, позволяющее увеличивать шрифт на компьютере, воспроизводить текстовые документы.

Для обучающихся с нарушением слуха приобретены две FM-системы индивидуального пользования и стационарные наушники. При необходимости данное оборудование может быть перевезено и использовано в любом учебном корпусе.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА РЕЙТИНГА ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование дисциплины	Направление подготовки и уровень образования (бакалавриат, магистратура, аспирантура) Название программы/ профиля	Количество зачетных единиц (кредитов)
Теория и методика обучения базовым видам спорта: плавание	49.03.01 – Физическая культура (бакалавриат), направленность (профиль) образовательной программы – спортивная тренировка	2
Смежные дисциплины по учебному плану		
Предшествующие: физическая культура		
Последующие:		

БАЗОВЫЙ МОДУЛЬ №1 «Эволюция методики обучения плаванию»			
	Форма работы	Количество баллов	
		min	max
Текущая работа	Написание реферата по истории Олимпийских игр в плавании	3	5
	Написание реферата по истории плавания		
Промежуточный рейтинг-контроль	Написание конспекта урока по обучению плаванию	3	5
	Защита реферата	3	5
<b>Итого</b>		<b>9</b>	<b>15</b>

БАЗОВЫЙ МОДУЛЬ №2 «Начальное обучение плаванию»			
	Форма работы	Количество баллов	
		min	max
Текущая работа	Составление комплексов упражнений по освоению с водой	3	5
	Подбор комплекса упражнений для начального обучения плаванию	3	5
Промежуточный рейтинг-контроль	Проведение урока	12	20
<b>Итого</b>		<b>18</b>	<b>30</b>

БАЗОВЫЙ МОДУЛЬ №3 «Обучение спортивным способам плавания»			
	Форма работы	Количество баллов	
		min	max
Текущая работа	Реферат и сообщение по теме «Методика обучения одному из спортивных способов плавания»	3	5
	Составление картотеки упражнений по обучению плаванию;	3	5
	Реферат и сообщение по теме «Подготовительные упражнения по освоению с водой»	3	5
	Составление комплексов упражнений для обучения плаванию в зале и на воде с учетом методической последовательности обучения стартам	3	5
	Составление комплексов упражнений для обучения плаванию в зале и на воде с учетом методической последовательности обучения поворотам.	3	5
	Написание реферата по теме «Воспитание физических качеств»	3	5
	Написание реферата по теме «Преодоление критических ситуаций при обучении плаванию»	3	5



Промежуточный рейтинг-контроль	Тестирование	6	10
<b>Итого</b>		<b>27</b>	<b>45</b>

<b>Итоговый модуль</b>			
Содержание	Форма работы	Количество баллов	
		min	max
	Продemonстрировать на дистанции 50 м технику плавания способами кроль на груди, кроль на спине, брасс на груди дельфин с выполнением стартов и поворотов	2	3
	Проплыть дистанцию 50 м на скорость любым стилем	2	4
	Иметь записи лекционных материалов.	2	3
<b>Итого</b>		<b>6</b>	<b>10</b>

<b>ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ</b>			
Базовый модуль/ Тема	Форма работы	Количество баллов	
		min	max
Модуль № 3	Участие в первенстве КГПУ им. В.П. Астафьева по плаванию	0	10

<b>Итого</b>			
Общее количество баллов по дисциплине (по итогам изучения всех модулей, без учета дополнительного модуля)		min	max
		<b>60</b>	<b>100</b>

**Карта материально-технической базы дисциплины  
Теория и методика обучения базовым видам спорта: плавание  
Для обучающихся образовательной программы  
49.03.01 - «Физическая культура», бакалавр, *направленность (профиль)*  
образовательной программы «Спортивная тренировка»**

(направление и уровень подготовки, шифр, профиль)  
**по очной форме обучения**

<b>Аудитория</b>	<b>Оборудование (наглядные пособия, модели, лабораторное оборудование, компьютеры, интерактивные доски, проекторы, информационные технологии, программное обеспечение и др.)</b>
<b>Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации в КГПУ им. В.П. Астафьева</b>	
660049, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89, каб. 1-53	Проектор-1шт., маркерная доска-1шт., компьютер-10 шт., интерактивная доска-1шт., массажная кушетка-1шт., стол для инвалида-колясочника 1000*600 рег.-1 шт. Linux Mint – (Свободная лицензия GPL)
<b>Помещения для самостоятельной работы в КГПУ им. В.П. Астафьева</b>	
660049, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89, 1-05 Центр самостоятельной работы	компьютер- 15 шт., МФУ-5 шт Microsoft® Windows® 7 Professional Лицензия Dreamspark (MSDN AA). Kaspersky Endpoint Security – Лиц сертификат №2304- 180417-031116- 577-384. 7-Zip - (Свободная лицензия GPL). Adobe Acrobat Reader – (Свободная лицензия); Google Chrome – (Свободная лицензия). Mozilla Firefox – (Свободная лицензия). LibreOffice – (Свободная лицензия GPL). Java – (Свободная лицензия); VLC – (Свободная лицензия). Консультант Плюс - (Свободная лицензия для учебных целей). Гарант - (Свободная лицензия для учебных целей) ноутбук-10 шт. Альт Образование 8 (лицензия № ААО.0006.00, договор № ДС 14-2017 от 27.12.2017

## Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочей программе на 2017/2018 учебный год  
В рабочую программу вносятся следующие изменения:

1. В соответствии с приказом «О направленности (профиле) основных профессиональных образовательных программ в КГПУ им. В.П. Астафьева» от 07.02.2017 №36(п) в рабочей программе дисциплины и в фонде оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся термин «профиль» изменен на «направленность (профиль) образовательной программы».
2. В соответствии с приказом «О внесении изменений в Положение о формировании ФОС для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования — программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре в ФГБОУ ВО «КГПУ им. В.П.Астафьева»» от 01.03.2017 №98(п) в фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся внесены изменения в Приложении 1 п. 3.2.1:

Прежнее наименование уровня	Новое наименование уровня
«высокий» уровень сформированности компетенций (87-100 баллов) отлично / зачтено»	«продвинутый» уровень сформированности компетенций (87-100 баллов) отлично / зачтено»
«продвинутый» уровень сформированности компетенций (73-86 баллов) хорошо / зачтено»	«базовый» уровень сформированности компетенций (73-86 баллов) хорошо / зачтено»
«базовый» уровень сформированности компетенций (60-72 баллов) удовлетворительно / зачтено»	«пороговый» уровень сформированности компетенций (60-72 баллов) удовлетворительно / зачтено»

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры  
протокол № 10 от 11.05.2017 г.

Внесенные изменения утверждаю:

Заведующий кафедрой теории и методики спортивных дисциплин,



М.Г. Янова

Директор  
Департамента спортивных единоборств,

профессор



А.И.Завьялов

## Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочей программе на 2018/2019 учебный год  
В рабочую программу вносятся следующие изменения:

1. В соответствии с приказом «Об утверждении Положения о формировании ФОС для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой (государственной итоговой) аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования — программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре – в КГПУ им. В.П.Астафьева от 28.04.2018 №297(п) актуализирован фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся.
2. Обновлен перечень используемого лицензионного программного обеспечения.
3. Обновлена современная профессиональная база данных и информационных справочных систем.
4. Карта литературного обеспечения дисциплины согласована с библиотекой.

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры  
протокол № 9 от 26.04.2018 г.

Внесенные изменения утверждаю:  
Заведующий кафедрой



М.Г. Янова

Директор  
Департамента спортивных единоборств,

профессор



А.И.Завьялов

В соответствии с приказом «О внесении изменений в сведения о КГПУ им. В.П. Астафьева» от 05.07.2018 №457(п) в рабочей программе дисциплины и в фонде оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся в титулах внесены изменения в части преобразования Министерства образования и науки РФ в Министерство науки и высшего образования РФ.

## Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочей программе на 2019/2020 учебный год  
В рабочую программу вносятся следующие изменения:

1. Список литературы обновлен учебными и учебно-методическими изданиями, электронными образовательными ресурсами. Обновлен перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем.

2. Обновлен перечень лицензионного программного обеспечения.

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры  
протокол № 9 от 25.04.2019 г.

Внесенные изменения утверждаю:

Заведующий кафедрой


Янова М.Г.



Директор

Департамента спортивных единоборств,

профессор



А.И.Завьялов

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ**  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ  
им. В.П. Астафьева»  
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

**ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ЗДОРОВЬЯ им. И.С. Ярыгина**  
**КАФЕДРА МЕТОДИКИ ПРЕПОДАВАНИЯ СПОРТИВНЫХ ДИСЦИПЛИН  
И НАЦИОНАЛЬНЫХ ВИДОВ ПОРТА**



УТВЕРЖДЕНО  
на заседании кафедры  
Протокол № 9  
от 26.04.2018г.

ОДОБРЕНО  
на заседании научно-методического совета  
направления подготовки  
Протокол № 9 от 25.05.2018 г.

**ФОНД  
ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**  
для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся  
по дисциплине

**Теория и методика обучения базовым видам спорта: плавание**

**Направление подготовки: 49.03.01 – Физическая культура**

**направленность (профиль) образовательной программы:  
«Спортивная тренировка»**

***Квалификация: бакалавр***

Составитель: В.П. Бувич, к.п.н., доцент

## ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

на фонд оценочных средств рабочей программы дисциплины  
«Теория и методика обучения базовым видам спорта: плавание»

направление подготовки 49.03.01 Физическая культура  
направленность (профиль) образовательной программы  
Спортивная тренировка

Представленный на рецензию фонд оценочных средств для данного направления подготовки разработан в соответствии с нормативными документами, представленными в программе. ФОС по дисциплине «Теория и методика обучения базовым видам спорта: плавание» предназначен для текущей и промежуточной аттестации и представляет собой совокупность разработанных кафедрой теории и методики борьбы материалов для установления уровня и качества достижения обучающимися результатов обучения.

Задачами ФОС являются контроль и управление процессом приобретения обучающимися знаний, умений, навыков и компетенций, заявленных в образовательной программе по данному направлению.

Фонд оценочных средств сформирован исходя из закрепленных за дисциплиной ряда компетенций, перечисленных в ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, направленность (профиль) образовательной программы Спортивная тренировка. Предложенные оценочные средства дают возможность проконтролировать уровень подготовки обучающегося, а также степень освоения обучающимися сформированных компетенций.

На основании рассмотрения представленных на экспертизу материалов, сделаны следующие выводы:

1. Структура и содержание ФОС по дисциплине «Теория и методика обучения базовым видам спорта: плавание» соответствуют требованиям, предъявляемым к структуре и содержанию фондов оценочных средств ОПОП ВО.

2. Направленность ФОС соответствует целям ОПОП ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, направленность (профиль) образовательной программы Спортивная тренировка и будущей профессиональной деятельности студента.

4. По качеству оценочные средства ФОС в целом обеспечивают объективность и достоверность результатов при проведении оценивания.

Таким образом, фонд оценочных средств по дисциплине «Теория и методика обучения базовым видам спорта: плавание» по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, направленность (профиль) образовательной программы Спортивная тренировка может быть рекомендован к использованию в учебном процессе.

Эксперт

кандидат педагогических наук, доцент  
зав. кафедрой теории физической  
культуры и здоровья ФГБОУ ВО  
«СибГУ им. М.Ф. Решетнева»

Подпись Коноплева Е.Н. удостоверяю  
Вед. спец. по кафедре  
Начальник УК СибГУ



Е.Н. Коноплева

## 1. Назначение фонда оценочных средств

1.1. Целью создания ФОС дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта: плавание» является установление соответствия уровня подготовки обучающихся и выпускников университета требованиям образовательного стандарта по реализуемому направлению подготовки 49.03.01 – физическая культура.

1.2. ФОС разработан на основании нормативных документов:

- федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 – Физическая культура;

- образовательной программы высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 – Физическая культура, квалификация: бакалавр;

- Положения о формировании фонда оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева» и его филиалах.

2. Перечень компетенций, подлежащих формированию в рамках дисциплины

2.1. Перечень компетенций, формируемых в процессе изучения дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта: плавание».

1. Способен использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
2. Способен проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов (ОПК-2)
3. Способен обеспечивать в процессе профессиональной деятельности соблюдение требований безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм, проводить профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь (ОПК-7)
4. Способен организовывать и проводить соревнования, осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта (ОПК-8)



## 2.2. Оценочные средства

Компетенция	Дисциплины, практики, участвующие в формировании компетенции	Тип контроля	Оценочное средство/ КИМы	
			№	Форма
ОК-8 Способен использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Гимнастика Легкая атлетика Плавание Туризм Общая теория спорта и ее прикладные аспекты Теория и методика спортивной тренировки Элективный курс по подвижным и спортивным играм Профессионально-ориентированная практика Тренерская практика	текущий контроль	1	Опрос
			2	Реферат
			3	Тестирование
		Промежуточная аттестация	4	Зачет
ОПК-2 Способен проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов	Психологические особенности детей с ОВЗ Современные технологии инклюзивного образования Проектирование индивидуальных образовательных маршрутов детей с ОВЗ Гимнастика Легкая атлетика Плавание Туризм Спортивная борьба Общая теория спорта и ее прикладные аспекты Теория и методика спортивной тренировки Профессионально-ориентированная практика	текущий контроль	1	Опрос
			2	Реферат
			3	Тестирование
		Промежуточная аттестация	4	Зачет
ОПК-7 Способен обеспечивать в процессе профессиональной деятельности соблюдение требований безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм, проводить профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	Физическая культура и спорт Основы ЗОЖ и гигиена Легкая атлетика Плавание Туризм Спортивная медицина Технологии спортивной подготовки	текущий контроль	1	Опрос
			2	Реферат
			3	Тестирование
		Промежуточная аттестация	4	Зачет
ОПК-8 Способен организовывать и проводить соревнования, осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта	Легкая атлетика Плавание Туризм Спортивная борьба Спортивные сооружения и экипировка	текущий контроль	1	Опрос
			2	Реферат
			3	Тестирование
		Промежуточная аттестация	4	Зачет

## 3. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации

3.1. Фонды оценочных средств включают: вопросы к зачету.

3.2. Оценочные средства

3.2.1. Оценочное средство: вопросы к зачету, разработчик В.П. Бувич.

## Критерии оценивания по оценочному средству

### «вопросы к зачету-4»

Формируемые компетенции	Продвинутый уровень сформированности компетенций	Базовый уровень сформированности компетенций	Пороговый уровень сформированности компетенций
	(87 - 100 баллов) отлично/зачтено	(73 - 86 баллов) хорошо/зачтено	(60 - 72 баллов)* удовлетворительно/зачтено
ОК-8 Способен использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Обучающийся на высоком уровне способен использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Обучающийся на среднем уровне способен использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Обучающийся на удовлетворительном уровне способен использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
ОПК-2 Способен проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов	Обучающийся на высоком уровне способен проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов	Обучающийся на среднем уровне способен проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов	Обучающийся на удовлетворительном уровне способен проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов
ОПК-7 Способен обеспечивать в процессе профессиональной деятельности соблюдение требований безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм, проводить профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	Обучающийся на высоком уровне способен обеспечивать в процессе профессиональной деятельности соблюдение требований безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм, проводить профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	Обучающийся на среднем уровне способен обеспечивать в процессе профессиональной деятельности соблюдение требований безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм, проводить профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	Обучающийся на удовлетворительном уровне способен обеспечивать в процессе профессиональной деятельности соблюдение требований безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм, проводить профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь
ОПК-8 Способен организовывать и проводить соревнования, осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта	Обучающийся на высоком уровне способен организовывать и проводить соревнования, осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта	Обучающийся на среднем уровне способен организовывать и проводить соревнования, осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта	Обучающийся на удовлетворительном уровне способен организовывать и проводить соревнования, осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта

\*Менее 60 баллов – компетенция не сформирована

#### 4. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости

4.1. Фонды оценочных средств включают: опрос, написание реферата, тестирование.

4.2.1. Оценочное средство *опрос*, разработчик к.п.н., доцент В.П. Бувич.

Критерии оценивания по оценочному средству «*опрос-1*».

Критерии оценивания	Количество баллов
Ответ полный, обучающийся опирается на теоретические и практические знания по теме	5
Аргументирует свою точку зрения	4
Ответ самостоятельный	3
Итого: Продвинутый уровень	5 баллов
Базовый уровень	4 балла
Пороговый уровень	3 балла

Критерии оценивания по оценочному средству «*написание реферата-2*».

Содержательная часть реферата:	3 балла – прослеживается четкая логика изложения материала, тема раскрыта полностью.
	2 балла – тема раскрыта недостаточно, логика изложения материала прослеживается в основной части реферата
	1 балл – тема не раскрыта, нарушена логика изложения материала
Итого: Продвинутый уровень	3 балла
Базовый уровень	2 балла
Пороговый уровень	1 балл

Критерии оценивания по оценочному средству «*тестирование-3*».

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Правильных ответов свыше 85%	5
Правильных ответов 51-84%	4
Правильных ответов 41-50%	3
Правильных ответов менее 40%	1-2
Итого: Продвинутый уровень	5 баллов
Базовый уровень	4 баллов
Пороговый уровень	1-2 балла

#### 5. Оценочные средства (контрольно-измерительные материалы)

##### КИМ № 1. ОПРОС

1. Выбор места для строительства бассейна на открытом водоеме.
2. Методика обучения плаванию способом кроль на груди.
3. Типы спортивных сооружений по плаванию и их сравнительная характеристика.
4. Анализ техники плавания способом кроль на груди.
5. Способы транспортировки уставшего и тонущего.
6. Положение о соревнованиях по плаванию.

7. Последовательность обучения различным способам плавания.
8. Характеристика словесного метода обучения в плавании.
9. Правила проведения соревнований: старт и финиш.
10. Цели и задачи начального обучения в плавании.
11. Методы очистки и обеззараживания воды в бассейне.
12. Характеристика спортивного плавания.
13. Методика обучения спасению тонущих.
14. Анализ техники плавания способом кроль на спине.
15. Личная гигиена пловца.
16. Методика обучения плаванию способом кроль на спине.
17. Методика обучения плаванию способом брасс на груди.
18. Классификация плавания, как предмета.
19. Цели и задачи спортивной тренировки в плавании.
20. Методика обучения старту с тумбочки.
21. Спортивное и оздоровительное значение плавания.
22. Цели и задачи процесса обучения плаванию.
23. Методика обучения старту из воды.
24. Анализ обучения плаванию способом брасс на груди.
25. Организация работы по плаванию в оздоровительных лагерях.

## **КИМ № 2 РЕФЕРАТЫ**

### **ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ**

1. Плавание в системе массовой физкультурно-оздоровительной работы.
2. Методика проведения занятий по плаванию с лицами старшего и пожилого возраста.
3. Методика спортивной подготовки ветеранов в спортивном плавании.
4. Оценка и определение эквивалентных результатов у ветеранов спортивного плавания.
5. Комплексный контроль за подготовленностью пловцов.
6. Этапный контроль в подготовке пловцов.
7. Текущий контроль за подготовленностью пловцов.
8. Оперативный контроль в тренировочном процессе пловцов.
9. Нормирование тренировочной нагрузки для пловцов различной квалификации.
10. Педагогический контроль за подготовленностью пловцов различной квалификации.
11. Особенности методики проведения тренировочных занятий с пловцами.
12. Динамика функционального состояния пловцов в годичном цикле тренировок.
13. Разработка тестов педагогического контроля за уровнем подготовленности пловцов различной квалификации.
14. Построение тренировочного процесса пловцов на этапе непосредственной подготовки к соревнованиям.
15. Динамика специальной работоспособности пловцов в подготовительном (соревновательном) периоде тренировки.
16. Скоростно-силовая подготовка пловцов.
17. Подготовка пловцов к марафонским дистанциям.
18. Методика развития выносливости у пловцов.
19. Методика развития быстроты и координационных способностей у пловцов.
20. Планирование тренировочного процесса пловцов различной квалификации в годичном цикле подготовки.
21. Структура и содержание тренировочного процесса в группах начальной подготовки (учебно-тренировочных группах, группах спортивного совершенствования) ДЮСШ.
22. Анализ соревновательной деятельности пловцов различных квалификационных групп.

23. Структура и содержание микроциклов тренировки у пловцов различных квалификационных групп на этапах годового цикла.
24. Методика самоконтроля пловцов.
25. Структура занятий по плаванию в I- IX классах общеобразовательной школы.
26. Методика обучения технике плавания кролем на груди начинающих пловцов.
27. Методика обучения технике плавания кролем на спине начинающих пловцов.
28. Методика обучения технике плавания технике плавания брассом начинающих пловцов.
29. Методика обучения технике плавания дельфином начинающих пловцов.
30. Круговая тренировка в подготовке пловцов.
31. Спортивный отбор перспективных пловцов на разных этапах спортивного мастерства (отбор для занятий спортивным плаванием, отбор в учебно-тренировочные группы и группы спортивного совершенствования ДЮСШ, отбор в сборные команды).
32. Использование технических средств в подготовке пловцов.
33. Тактическая подготовка пловцов.
34. Структура и содержание тренировочного процесса пловцов в аспекте многолетней тренировки.
35. Использование дополнительных средств и методов тренировки в подготовке пловцов (психологических, физиологических, фармакологических, питание спортсмена).
36. Тактика ведения борьбы на дистанции на основе изучения эффективности способов спортивного плавания.
37. Психологическая подготовка пловцов.
38. Прогнозирование спортивных результатов и оценка специальной работоспособности на основе зависимости «ЧСС – скорость плавания».
39. Воспитательная работа тренера по спортивному плаванию.
40. Планирование и проведение занятий в различных климатических условиях.
41. Возрастная динамика функциональных возможностей пловцов.
42. Методика (содержание годового цикла) подготовки юных пловцов, занимающихся в группах начальной подготовки ДЮСШ.
43. Информативность физиологических показателей физической подготовленности пловцов, определяемых на основе зависимости «скорость плавания – ЧСС».
44. Динамика показателей функциональной подготовленности и объемов нагрузки в циклических средствах тренировки в годовом цикле подготовки у пловцов квалификации КМС.
45. Социально-психологический статус учащихся (студентов) занимающихся в спортивной секции.
46. Психология спортивной деятельности подростков.
47. Двигательная активность учащихся (студентов) и успеваемость по теоретическим предметам.
48. Общая характеристика оздоровительного влияния и 1079 занятий плаванием на организм занимающихся.
49. Общая характеристика прикладного плавания.
50. Организация занятий по плаванию в открытом водоеме.
51. Характеристика развития общей физической подготовки пловца.
52. Урок как основная форма организации и проведения учебных занятий по плаванию.
53. Характеристика теоретической и интеллектуальной подготовки пловца.
54. Игры и развлечения в воде как средство обучения плаванию.
55. Характеристика тактической подготовки пловца.
56. Организация работы по плаванию с детьми в оздоровительных лагерях.
57. Общая характеристика особенностей занятий плаванием с детьми.
58. Общая и сравнительная характеристика спортивных способов плавания.
59. Особенности занятий плаванием с женщинами.

60. Общая характеристика плавательных бассейнов.
61. Врачебный контроль и самоконтроль при занятиях плаванием.
62. Особенности занятий плаванием с лицами пожилого возраста.
63. Характеристика психологической подготовки пловца.
64. Общая характеристика методов и средств обучения плаванию.
65. Особенности формирования двигательного навыка в спортивном плавании.
66. Общая характеристика подготовительных упражнений по освоению с водой.
67. Содержание спортивной тренировки пловца.
68. Характеристика методики обучения спасению тонущих.
69. Личная гигиена занимающихся плаванием.
70. Характеристика техники спортивных способов плавания.
71. Классификация (содержание) дисциплины «Плавание».

### КИМ № 3 ТЕСТИРОВАНИЕ

№	вопросы	ответы
1.	<b>Какова последовательность изучения способов плавания при последовательном обучении?</b>	а) кроль, брасс, на спине; б) брасс, на спине, кроль; в) кроль, на спине, дельфин, брасс.
2.	<b>Какие элементы техники способа плавания изучаются вначале при последовательном обучении?</b>	а) дыхание, движение руками, движение ногами; б) дыхание, движение ногами, движение руками; в) движение руками, дыхание, движение ногами.
3.	<b>Какова последовательность изучения способов плавания при параллельно-последовательном обучении?</b>	а) кроль и параллельно кроль на спине, затем после усвоения этих способов дельфин, а затем брасс на груди; б) кроль на спине и параллельно брасс на груди, затем после усвоения этих способов кроль на груди, дельфин; в) брасс на груди и параллельно кроль на груди, затем после усвоения этих способов кроль на спине, дельфин.
4.	<b>Когда изучаются движения руками при параллельно-последовательном обучении?</b>	а) после изучения техники дыхания и движений ногами; б) сразу после освоения занимающихся с водой; в) сразу на первом практическом занятии.
5.	<b>Как изучается техника способов плавания при параллельно-последовательном обучении?</b>	а) сразу полностью с первого занятия на воде; б) по элементам в определенной последовательности; в) по элементам в различной последовательности.
6.	<b>Каким образом совершенствуется техника способа плавания?</b>	а) вначале совершенствуется техника движений руками и дыхания в кроле на груди и на спине, затем в дельфине, а потом в брассе на груди; б) вначале совершенствуется техника движений ногами в кроле, брассе на груди и на спине и в дельфине; в) совершенствуется сразу техника плавания способами кроль, брасс, на спине и дельфине.
7.	<b>На какие элементы техники движений в способах плавания следует обращать особое внимание?</b>	а) на изучение и совершенствование техники движений руками и дыхания в кроле, дельфине и брассе на груди; б) на совершенствование техники движений ногами в брассе на груди, кроле на спине, кроле на груди и дельфине; в) на совершенствование техники дыхания в кроле на груди, брассе на груди, кроле на спине и дельфине.
8.	<b>Как изучаются способы плавания при одновременном обучении?</b>	а) по элементам в последовательности: кроль на груди, на спине и брасс; б) одновременно, но по элементам в

		последовательности: кроль на груди и на спине, брасс; в) одновременно в последовательности: кроль, брасс, на спине.
9.	<b>Какие элементы техники способа плавания изучаются вначале при одновременном обучении?</b>	а) вначале изучается техника движений руками в кроле и на спине, ногами в брассе на груди; б) вначале изучается техника движений ногами в кроле, на спине и брассе; в) вначале изучается техника дыхания в брассе, кроле на груди и на спине.
10.	<b>Какова последовательность изучения способов плавания при одновременном ускоренном обучении техники плавания?</b>	а) одновременно, но по элементам в последовательности: кроль, дельфин, на спине, брасс; б) последовательно, но по элементам в кроле, брассе, на спине и в дельфине; в) одновременно, но по элементам в последовательности: брасс, кроль на спине и на груди, дельфин.
11.	<b>Какова последовательность изучения элементов техники способов плавания при одновременном ускоренном обучении?</b>	а) движения ногами, руками, дыхание, согласование движений; б) движения руками и дыхание, ногами, согласование движений; в) движения ногами, дыхание, руками и согласование движений.
12.	<b>Какова общая последовательность в изучении техники способов плавания при одновременном ускоренном обучении?</b>	а) движения руками, освоение с водой, движения ногами, дыхание, согласование движений, создание «упора» на воду; б) освоение с водой, создание «упора» на воду у занимающихся, движения руками и дыхание, движения ногами, согласование движений; в) движения ногами, освоение с водой, движения руками, создание «упора» на воду, согласование движений.
13.	<b>Количество этапов при обучении занимающихся плаванию по одновременному ускоренному методу?</b>	а) три этапа; б) четыре этапа; в) пять этапов.
14.	<b>Какова последовательность в изучении техники движений руками в способах плавания при одновременном ускоренном обучении?</b>	а) на спине, брасс, кроль; б) брасс, на спине, кроль; в) кроль на груди, дельфин, на спине, брасс.
15.	<b>Какова последовательность в совершенствовании элементов техники способов плавания при одновременном ускоренном обучении?</b>	а) движения ногами, руками, дыхание, в полной координации; б) движения руками и дыхание, ногами, в полной координации; в) дыхание, движения ногами, руками, согласование движений, в полной координации.
16.	<b>Какова последовательность навыков спасания утопающих при оказании помощи тонущим?</b>	а) транспортировка пострадавшего к берегу, оказание первой медицинской помощи; б) вхождение в воду, подплывание к пострадавшему, поиск под водой утонувшего, освобождение от возможных захватов, транспортировка к берегу, оказание первой помощи после извлечения из воды; в) подплывание к тонущему, транспортировка к берегу, оказание первой медицинской помощи.
17.	<b>Какова последовательность приемов оказания первой медицинской помощи?</b>	а) тщательный осмотр пострадавшего, доврачебные мероприятия по оживлению пострадавшего, подготовка к искусственному дыханию, проведение искусственного дыхания; б) осмотр пострадавшего, проведение искусственного дыхания; в) осмотр пострадавшего, подготовка и

#### КИМ № 4 ВОПРОСЫ ДЛЯ ЗАЧЕТА

1. Особенности работы по плаванию с детьми.
2. Методика обучения нырянию.
3. Особенности плавания, как физического упражнения.
4. Анализ техники поворотов в кроле на груди.
5. Игры и развлечения на воде, как средство обучения плаванию.
6. Особенности современной методики обучения в плавании.
7. Анализ техники поворотов в кроле на груди.
8. Обязанности судей на повороте и судей на дистанции.
9. Техника выполнения старта из воды.
10. Характеристика целостно-раздельной системы обучения.
11. Способы искусственного дыхания.
12. Анализ техники поворотов в брассе на груди.
13. Общая плавательная подготовка как средство общей физической подготовки.
14. Инвентарь и оборудование для занятий и соревнований по плаванию.
15. Врачебный контроль и самоконтроль при занятиях плаванием.
16. Техника выполнения старта со стартовой тумбочки.
17. Урок – основная форма обучения в плавании.
18. Ныряние, виды и техника ныряния.
19. Характеристика способов освобождения от захватов тонущего.
20. Методика обучения поворотам в плавании на груди.
21. Характеристика спасательного инвентаря.
22. Теоретическая подготовка пловца.
23. Отличительные особенности спортивных способов плавания.
24. Параллельно-последовательная система обучения в плавании.
25. Техническая подготовка пловца.
26. Обеспечение безопасности занятий на открытой воде.
27. Состав судейской коллегии по плаванию.
28. Сравнительная характеристика методов спортивной тренировки.
29. Особенности формирования двигательного навыка в плавании.
30. Содержание спортивной тренировки пловца.
31. Значение спортивного режима в тренировке пловца.
32. Сравнительная характеристика положения туловища и условий дыхания при плавании различными способами.
33. Влияние занятий плаванием на организм занимающихся.
34. Основные формы учета учебно-спортивной работы по плаванию.
35. Методика обучения поворотам в плавании на спине.
36. Одновременная система обучения в плавании.
37. Прикладное и воспитательное значение плавания.