

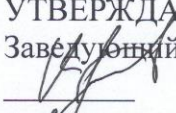
**Государственное образовательное учреждение
«Приднестровский государственный университет им. Т.Г. Шевченко»**

Факультет физической культуры и спорта

Кафедра легкой атлетики, водных видов спорта и туризма

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой

 И.В.Деркаченко

« 23 » 09 2022 г.

**Фонд оценочных средств по учебной дисциплине
Плавание и методика преподавания**

Направление

**49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии
здоровья (Адаптивная физическая культура)**

Профиль

Физическая реабилитация

Квалификация

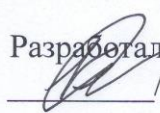
Бакалавр

Форма обучения

(очная, заочная)

2022 год набора

Разработал:

Ст.преподаватель  / Коростиленко Е.П.

« 23 » 09 2022 г.

Итоговый тест к зачету с оценкой

Выберите только один правильный ответ

1. Спортивное плавание это-...

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. преодоление соревновательной дистанции спортивными способами плавания без специальных приспособительных средств

2. игры в воде

3. умение держаться на воде

2. Что является основной направленностью массового плавания?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. обучение спортивным способам плавания

2. оздоровительная направленность

3. профессиональная деятельность

3. Плавание включает в себя разделы?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. спортивное

2. игровое

3. спортивное, прикладное, игровое и фигурное

4. К спортивным способам плавания относятся?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. брасс, брасс на спине

2. кроль на груди, кроль на спине, брасс, баттерфляй

3. кроль на спине, на боку

5. Соревнования по плаванию проводятся в бассейнах длиной?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. только 25 м

2. только 30 м

3. 25м или 50 м

6. Основной силой препятствующей продвижению тела человека в воде является?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. сила сопротивления

2. сила тяги

3. выталкивающая сила

7. В статическом плавании (неподвижное положение) на тело действуют силы?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. сила тяжести и выталкивающая сила

2. сила сопротивления

3. сила тяги

8. Шаг пловца в кроле на груди характеризуется?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. расстоянием на которое он продвигается за 2 цикла движений

2. количеством гребков

3. количеством циклов

9. Укажите все фазы старта?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. И.П, отталкивание с махом рук, полет, вход в воду, скольжение, выход на поверхность

2. полет, вход в воду, выход на поверхность

3. отталкивание с махом рук, полет, скольжение, выход на поверхность

10. Укажите последовательность фаз поворота?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. отталкивание, наплыв, вращение, постановка ног, скольжение, выход на поверхность

2. наплыв, вращение, постановка ног, отталкивание, скольжение, выход на поверхность

3. скольжение, выход на поверхность, наплыв, вращение, постановка ног, отталкивание

11. Поворот кувырком выполняется на дистанции способами?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. брасс

2. баттерфляй

3. кроль на груди и кроль на спине

12. На дистанции вольным стилем спортсмен имеет право плыть способом?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. любым спортивным способом

2. кроль на спине и кроль на груди

3. комплексным плаванием

13. Основной задачей прикладного плавания является?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. оказание помощи тонущим

2. игры в воде

3. участие в соревнованиях

14. К прикладному плаванию относится?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. кроль на груди, кроль на спине

2. брасс, баттерфляй

3. брасс на спине, способ на боку, ныряние, спасение тонущих, плавание в экстремальных ситуациях

15. К способам отдыха на воде относятся?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. баттерфляем
2. на спине и в вертикальном положении
3. кролем на груди

16. Обучение плаванию детей младшего школьного возраста начинают с техники?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. облегченных способов
2. прикладных способов
3. спортивных способов

17. Изучение спортивных способов плавания начинается с?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. способа брасс
2. способа кроль на груди и кроль на спине
3. способа баттерфляй

18. Разучивание элементов техники определенного способа начинается?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. с разучивания элементов техники определенного способа
2. с разучивания определенного способа в целом
3. с разучивания определенного способа в усложненных условиях

19. Дыхание в брассе осуществляется?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. через 5 гребков
2. на каждый гребок
3. через 3 гребка

20 К подготовительным упражнениям для освоения с водой относятся?

Тип вопроса: Одиночный выбор

1. упражнения для освоения спортивных способов
2. упражнения для обучения облегченным способам плавания
3. поплавок, медуза, стрелочка

49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(Адаптивная физическая культура)

Профиль

Физическая реабилитация

Б1.О.14.03 Плавание и методика преподавания

Итоговое тестирование

Ответы на вопросы к зачету с оценкой

Номер задания	Номер ответа	Ответ
1	1	преодоление соревновательной дистанции спортивными способами плавания без специальных приспособительных средств
2	2	оздоровительная направленность
3	3	спортивное, прикладное, игровое и фигурное
4	2	кроль на груди, кроль на спине, брасс, баттерфляй
5	3	25м или 50 м
6	1	сила сопротивления
7	1	сила тяжести и выталкивающая сила
8	1	расстоянием на которое он продвигается за 2 цикла движений
9	1	И.П, отталкивание с махом рук, полет, вход в воду, скольжение, выход на поверхность
10	2	наплыв, вращение, постановка ног, отталкивание, скольжение, выход на поверхность
11	3	кроль на груди и кроль на спине
12	1	любым спортивным способом
13	1	оказание помощи тонущим
14	3	брасс на спине, способ на боку, ныряние, спасение тонущих, плавание в экстремальных ситуациях
15	2	на спине и в вертикальном положении
16	3	спортивных способов
17	2	способа кроль на груди и кроль на спине
18	1	с разучивания элементов техники определенного способа
19	2	на каждый гребок
20	3	поплывок, медуза , стрелочка

