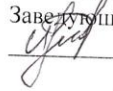


Государственное образовательное учреждение
«Приднестровский государственный университет им. Т.Г. Шевченко»

Факультет физической культуры и спорта
Кафедра легкой атлетики, водных видов спорта и туризма

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой-разработчиком
 /Деркаченко И.В.
протокол № 1 « 16 сентября 2024 г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по дисциплине

Б1.О.31 Плавание и методика преподавания

Направление

44.03.01 Педагогическое образование

Профиль

Физическая культура

Квалификация
Бакалавр

Форма обучения
очная, заочная

ГОД НАБОРА 2023

Разработчик:
Ст.преподаватель  Коростиленко Е.П.
« 16 » сентября 2024 г.

Тирасполь 2024 г.

**Паспорт фонда оценочных средств по учебной дисциплине
«Плавание и методика преподавания»**

1. В результате изучения дисциплины формируются следующие компетенции:

Категория (группа) компетенций	Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции
Общепрофессиональные компетенции и индикаторы их достижения		
Контроль и оценка формирования результатов образования	ОПК-5 <i>Способен осуществлять контроль и оценку формирования результатов образования обучающихся, выявлять и корректировать трудности в обучении</i>	ИД опк-5.1. Осуществляет выбор содержания, методов, приемов организации контроля и оценки, в том числе ИКТ, в соответствии с установленными требованиями к образовательным результатам обучающихся.
		ИД опк-5.2. Осуществляет контроль и оценку образовательных результатов на основе принципов объективности и достоверности.
		ИД опк-5.3. Выявляет и корректирует трудности в обучении, разрабатывает предложения по совершенствованию образовательного процесса.

2. Программа оценивания контролируемой компетенции:

Текущая аттестация	Контролируемые модули, разделы дисциплины и их наименование	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства
1.	Раздел 1 . Теоретический. История развития плавания. Плавание как вид спорта и предмет познания. Техника спортивных способов плавания, стартов, поворотов. Методика обучения технике спортивных способов плавания, стартов, поворотов. Организация и проведение соревнований по плаванию. Организация и проведение занятий по плаванию.	ОПК-5	Практическое тестирований уровня плавательной подготовленности (далее ПП), тестовые задания по основам техники плавания, конспекты лекций, план-конспект, самостоятельная работа.
2.	Раздел 2. Практический.	ОПК-5	Практическое тестирований уровня ПП, тестовые задания

	Методика начального обучения плаванию. Техника и методика обучения способам плавания – вольный стиль, кроль на спине, брасс. Методика обучения технике стартов и поворотов. Прикладное плавание. Техника плавания и методика обучения комплексному плаванию.		по основам техники плавания, план-конспект, самостоятельная работа.
Промежуточная аттестация		Код контролируемой компетенции	Наименование оценочного средства
Зачет с оценкой (оч), (з/о)		ОПК-5	Вопросы к зачету с оценкой

**Тематика конспектов лекций
по дисциплине «Плавание и методика преподавания»**

Задания: конспектирование по следующим темам

1. История развития плавания
2. Плавание как вид спорта и предмет познания
3. Техника спортивных способов плавания, стартов, поворотов.
4. Методика обучения технике спортивных
5. способов плавания, стартов, поворотов.
6. Организация и проведение соревнований по плаванию.

Критерии оценки:

Преподавателем осуществляется проверка качества записи лекционного материала.

Оценка «отлично» выставляется, если студент выполнил работу без ошибок и недочетов, или допустил незначительные недочеты.

Оценка «хорошо», если студент выполнил работу полностью, но допустил в ней не более одной негрубой ошибки и одного недочета, или не более двух недочетов.

Оценка «удовлетворительно», если студент правильно выполнил не менее половины работы или допустил не более двух грубых ошибок, или не более одной грубой и одной негрубой ошибки и одного недочета, или не более двух-трех негрубых ошибок, или одной негрубой ошибки и трех недочетов, или при отсутствии ошибок, но при наличии четырех-пяти недочетов.

Оценка «неудовлетворительно», если студент допустил большое число ошибок и недочетов или если правильно выполнил менее половины работы

План-конспект
по дисциплине «Плавание и методика преподавания»

Задания: выполнение плана-конспекта

Основные требования к оформлению:

Оценивание план-конспектов происходит по следующей схеме (таб. 3).

Таблица 3

Схема оценивания план-конспекта урока по плаванию

№	Качественные характеристики работы
1.	Задачи урока: Соответствие программным требованиям. Разносторонность задач (обеспечение всестороннего и гармоничного развития занимающихся). Конкретность. Посильность и грамотность постановки задач.
2.	Оценка содержания конспекта: Правильный подбор средств согласно поставленным задачам урока (многообразие средств, соответствие назначению подготовительной, основной и заключительной частей урока с учетом психологических, физиологических и педагогических закономерностей обучения, уровня физического развития и физической подготовленности учащихся). Использование круга методов в соответствии со стадией обучения (с поставленными задачами).
3.	Содержательность организационно-методических указаний: Указываются способы организации занимающихся, методы выполнения упражнений, требования к их выполнению.
4.	Соответствие конспекта общеустановленной форме, достаточная грамотность и аккуратность написания.

Критерии оценки:

Оценка «отлично» выставляется, если студент выполнил работу без ошибок и недочетов, или допустил незначительные недочеты. Задачи, поставленные к уроку, соответствуют программе по физической культуре и сформулированы правильно. Средства и методы подобраны в соответствии с задачами и возрастом учащихся, наиболее оптимально позволяют достичь цели урока. Организационно-методические указания приведены в полном объеме и позволяют наиболее эффективно решать задачи урока. Дозировка рассчитана верно.

Оценка «хорошо», если студент выполнил работу полностью, но допустил в ней не более одной негрубой ошибки и одного недочета, или не более двух недочетов.

Недочетами считаются незначительные ошибки в выборе средств и методов решения задач урока, не полное приведение ОМУ.

Оценка «удовлетворительно», если студент правильно выполнил не менее половины работы или допустил не более двух грубых ошибок, или не более одной грубой и одной негрубой ошибки и одного недочета, или не более двух-трех негрубых ошибок, или одной негрубой ошибки и трех недочетов, или при отсутствии ошибок, но при наличии четырех-пяти недочетов, имеется ошибка в постановке задачи к уроку, средства и методы не соответствуют 1 из задач, при этом остальные подобраны правильно. Методические указания приведены не верно, есть ошибки в дозировке.

Оценка **«неудовлетворительно»**, если студент допустил число ошибок и недочетов превосходящее норму, при которой может быть выставлена оценка «3», или если правильно выполнил менее половины работы. Задачи урока сформулированы не правильно. Средства, методы и ОМУ не соответствуют как минимум 2 задачам урока.

Написание реферата по дисциплине «Плавание и методика преподавания»

Задания: выполнение реферата

Реферат выполняется студентом в виде рукописи объемом до 10 страниц и должна иметь:

1. Титульный лист.
2. Оглавление - с указанием рассматриваемых разделов по выбранной теме.
3. Анализ изучаемой темы - содержание работы с заключением по обзору литературы.
4. Выводы - по существу выполненной работы.
5. Список использованной литературы и источников (интернет) - перечень литературы, используемой для написания реферата (не менее 4 - 5 источников).

Тематика рефератов

1. Специальные упражнения пловца на суше:
 - 1) роль специальных упражнений, выполняемых пловцом на суше;
 - 2) учет индивидуальных особенностей занимающихся;
 - 3) подбор специальных упражнений на суше;
 - 4) последовательность выполнения упражнений на суше.
2. Методика обучения плаванию (определенного способа):
 - 1) подбор и выполнение имитационных упражнений на суше;
 - 2) последовательность изучения техники способа;
 - 3) изучение стартов и поворотов при плавании способа.
3. Урок по начальному обучению плаванию:
 - 1) влияние водной среды на организм человека;
 - 2) структура урока при начальном обучении плаванию;
 - 3) содержание урока при начальном обучении;
 - 4) параметры нагрузки при начальном обучении.
4. Положение о соревнованиях по плаванию:
 - 1) цель, задачи, время и место проведения соревнований;
 - 2) участники соревнований, их обязанности и права;
 - 3) программа, условия проведения соревнований;
 - 4) определение и награждение победителей;
 - 5) техническая документация соревнований по плаванию.

Критерии оценки:

Оценка «отлично» выставляется, если студент выполнил работу без ошибок и недочетов, или допустил незначительные недочеты.

Оценка «хорошо» если студент выполнил работу полностью, но допустил в ней не более одной негрубой ошибки и одного недочета, или не более двух недочетов.

Оценка «удовлетворительно» если студент правильно выполнил не менее половины работы или допустил не более двух грубых ошибок, или не более одной грубой и недочет.

Оценка «неудовлетворительно» если студент допустил число ошибок и недочетов превосходящее норму, при которой может быть выставлена оценка «3», или если правильно выполнил менее половины работы.

Тестовые задания
по дисциплине «Плавание и методика преподавания»

Задания: выполнение тестовых заданий

Тестовое задание на тему:

Плавание как вид спорта и предмет познания

Тестовое задание 1.

1. Спортивное плавание это-...
 - + А. преодоление соревновательной дистанции спортивными способами плавания без специальных приспособительных средств
 - Б. преодоление соревновательной дистанции без специальных приспособительных средств любым способом
 - В. преодоление соревновательной дистанции спортивными способами плавания
2. Основной направленностью массового плавания является...
 - +А. оздоровительная направленность
 - Б. обучение спортивным способам плавания
 - В. обучение умению держаться на воде

Тестовое задание 2

1. Плавание включает в себя разделы:
 - А. спортивное и игровое
 - Б. спортивное и прикладное
 - + В. спортивное, прикладное, игровое и фигурное
2. Как учебный предмет теория и методика плавания выполняет функции
 - + А. 3 функции (перечислить)
 - Б. 2 функции (перечислить)

Тестовое задание 3

1. К спортивным способам плавания относятся:
 - А. брасс, брасс на спине, кроль на груди, баттерфляй
 - + Б. кроль на груди, кроль на спине, брасс, баттерфляй
 - В. кроль на груди, кроль на спине, на боку, брасс, брасс на спине, баттерфляй
2. Соревнования по плаванию проводятся в бассейнах длиной...
 - А. 25 м и 75м
 - Б. 50 м и 75м
 - + В. 25м и 50 м

Тестовое задание 4

1. Последовательность способов в комплексном плавании:
 - А. брасс, кроль на спине, кроль на груди, баттерфляй
 - Б. брасс, кроль на спине, баттерфляй, кроль на груди
 - + В. баттерфляй, кроль на спине, брасс, кроль на груди
2. Олимпийские игры по плаванию проходят под руководством международной федерации (название)
 - +А. FINA

Б. LEN

Тестовое задание 5

1. Сколько дистанций вольным стилем входит в Олимпийскую программу
 - 5 (перечислить)
 - + 6 (перечислить)
 - 7 (перечислить)

2. На дистанции вольным стилем спортсмен имеет право плыть способом:

- кроль на груди
- + любым спортивным способом
- комплексным плаванием

Критерии оценки:

Результат тестирования и зависит от количества правильных ответов на тесты по заданной теме.

Каждая тема оценивается по 5-и балльной системе.

- 91%-100% верно - 5б.;
- 76%-90%верно -4б.;
- 50%-75% верно- 3б.;
- менее 50% верно - 2б.

Практическое тестирование уровня ПП по дисциплине «Плавание и методика преподавания»

Задания: выполнение тестовых заданий

Практическое тестирование уровня ПП

По практической работе проводится оценка уровня владения техникой пройденных спортивных способов плавания или элементов техники плавательных движений.

Выявление степени освоения техники способа осуществлялось на основе установленных пяти оценочных баллов, предусматривающих определенный характер и количество ошибок при установлении той или иной оценки (таб.4).

Таблица 4

Схема оценки уровня владения техникой

Баллы	Параметры
5	выставляется в том случае, когда точно соблюдены все технические требования, предъявляемые к выполнению упражнения, оно выполнено слитно, уверенно, свободно
4	когда упражнение выполнено в соответствии с предъявляемыми требованиями, слитно, свободно, но при этом допущено не более двух незначительных ошибок
3	когда упражнение выполнено в своей основе верно, но с одной значительной или более чем с тремя незначительными ошибками
2	когда при выполнении упражнения допущена грубая ошибка или число других ошибок больше трех
1	когда упражнение не выполнено

Критерии оценки:

Ниже перечислены основные плавательные движения и существенные ошибки в их выполнении:

1. Кроль на груди

Скольжение на груди: чрезмерное прогибание туловища (высокий подъём головы).

Движения ногами при плавании кролем на груди: чрезмерное сгибание ног только в коленных суставах; чрезмерное сгибание ног только в тазобедренных суставах; ноги широко расставлены или находятся глубоко в воде; слишком широкая или малая амплитуда движений.

Движения руками при плавании кролем на груди: отставание предплечья и кисти во время гребка (глажение); гребок в сторону от туловища; неполный гребок; опускание руки на воду локтём вниз.

Согласование движений рук, ног и дыхания при плавании кролем на груди: отклонение от средней линии; вращение тела; неправильная координация движений рук и дыхания (неполный выдох и ранний вдох); низкое (высокое) положение головы.

2. Кроль на спине

Скольжение на спине: сгибание туловища в поясничной области (скольжение «сидя»); прогиб туловища в поясничной области (голова сильно запрокинута назад).

Движения ногами при плавании кролем на спине: низкая (высокая) работа ног; повороты туловища (перекаты с бока на бок).

Движения руками при плавании кролем на спине: неполный (короткий) гребок; отставание предплечья и кисти во время гребка (глажение); повороты туловища в сторону гребущей руки; глубокий гребок.

Согласование движений рук, ног и дыхания при плавании кролем на спине: остановка рук после гребка у бедра; широкое вкладывание рук в воду; неритмичное дыхание.

Плавание избранным способом на дистанции 50 м в/с с учетом времени проплывания осуществляется по таблице результатов.

Таблица 5

Оценка результатов проплывания дистанции 50 м вольный стиль

	“5”	“4”	“3”
Юноши	0,40,00	0,45,00	01,00,00
Девушки	0,45,00	0,50,00	1,10,00

Самостоятельные работы

по дисциплине «Плавание и методика преподавания»

Задания: выполнение самостоятельных работ

Тематика самостоятельных работ

1. История развития плавания
2. Техника спортивных способов плавания, стартов, поворотов
3. Методика обучения технике спортивных способов плавания, стартов, поворотов

4. Прикладное плавание
5. Организация и проведение занятий по плаванию
6. Методика начального обучения плаванию

Для успешного выполнения самостоятельной работы необходимо:

1. Работа с литературными источниками
 - конспектирование анализа техники спортивных или облегченных способов плавания
 - конспектирование методики обучения технике движений в воде с указанием типичных ошибок и способов их устранения,
2. Выполнение индивидуальных домашних заданий, направленных на исправление недостатков в технической и физической подготовленности студентов.
3. Подготовка и проведение подготовительной части урока по плаванию:
 - разработка и написание подготовительной части урока
 - разработка и проведение подготовительной части урока по плаванию
 - подбор и проведение комплекса упражнений для обучения технике плавательных движений.

Критерии оценки:

Оценка «отлично» выставляется, если студент выполнил работу без ошибок и недочетов, или допустил незначительные недочеты.

Оценка «хорошо» если студент выполнил работу полностью, но допустил в ней не более одной негрубой ошибки и одного недочета, или не более двух недочетов.

Оценка «удовлетворительно» если студент правильно выполнил не менее половины работы или допустил не более двух грубых ошибок, или не более одной грубой и одной негрубой ошибки и одного недочета, или не более двух-трех негрубых ошибок, или одной негрубой ошибки и трех недочетов, или при отсутствии ошибок, но при наличии четырех-пяти недочетов.

Оценка «неудовлетворительно» если студент допустил число ошибок и недочетов превосходящее норму, при которой может быть выставлена оценка «3», или если правильно выполнил менее половины работы.

Требования к зачету с оценкой по дисциплине «Плавание и методика преподавания»

Вопросы к зачету с оценкой

по дисциплине «Плавание и методика преподавания» содержат следующий
перечень вопросов:

- 1 Содержание предмета и методика преподавания. Цель и задачи курса.
- 2 Плавание в программе спортивных соревнований.
- 3 Гигиеническое и оздоровительное значение плавания.
- 4 История развития плавания в древние времена.
- 5 История развития плавания в средние века.
- 6 История развития плавания в эпоху возрождения.
- 7 Организация первых школ по плаванию в России.
- 8 История развития плавания в XX веке.
- 9 Понятие о технике плавания. Траектория и цикл движений.
- 10 Статическое плавание. Показатели равновесия тела в воде.
- 11 Динамическое плавание. Характеристики движений.

- 12 Плавучесть и ее определение. Закон Архимеда.
- 13 Основы техники плавания способом дельфин.
- 14 Основы техники плавания способом кроль на спине.
- 15 Основы техники плавания способом брасс.
- 16 Основы техники плавания способом кроль на груди.
- 17 Техника стартового прыжка. Фазы выполнения стартового прыжка.
- 18 Техники старта из воды. Фазы выполнения старта из воды.
- 19 Техника выполнения поворота «кувырком». Фазы выполнения поворота.
- 20 Техника выполнения поворота «маятник». Фазы выполнения поворота.
- 21 Техника выполнения поворотов в комплексном плавании.
- 22 Прикладное плавание. Цель, задачи, содержание и значение.
- 23 Основы техники прикладного способа плавания на боку.
- 24 Основы прикладного способа плавания брасс на спине.
- 25 Виды ныряния. Обеспечение безопасности, применение спасательного инвентаря.
- 26 Техника ныряния в длину. Способы проплывания.
- 27 Техника ныряния в глубину. Способы ныряния.
- 28 Характеристика способов транспортировки пострадавшего на воде. Спасательный инвентарь и его применение.
- 29 Характеристика приемов освобождения от захватов тонущего на воде. Виды захватов.
- 30 Характеристика первой помощи при утоплении. Подготовка и приемы проведения первой помощи.
- 31 Основные способы искусственного дыхания. Подготовка и техника выполнения.
- 32 Внешний (непрямой) массаж сердца.
- 33 Занятия плаванием в ДЮСШ. Цель, задачи, содержание.
- 34 Занятия плаванием в детских дошкольных учреждениях. Цель, задачи, содержание.
- 35 Занятия плаванием в общеобразовательных школах. Цель, задачи, содержание и формы обучения.
- 36 Занятия плаванием в высших учебных заведениях. Цель, задачи, содержание.
- 37 Организация занятий по плаванию в летних оздоровительных лагерях.
- 38 Выбор места и оборудования для занятий на открытом водоеме.
- 39 Предупреждение заболеваний, травм и несчастных случаев при обучении плаванию в открытых водоемах.
- 40 Цель и задачи обучения плаванию детей.
- 41 Задачи и этапы обучения плаванию.
- 42 Методы организации занятий по плаванию.
- 43 Комплектование учебных групп по плаванию.
- 44 Факторы, определяющие содержание программы по плаванию.
- 45 Характеристика частей урока по обучению плаванию для групп начального обучения. Задачи, содержание, продолжительность.
- 46 Выбор способа плавания для начального обучения детей. Причины.
- 47 Подготовительные упражнения для освоения с водной средой на суше и в воде.
- 48 Игра, как средство обучения плаванию. Требования, предъявляемые к подбору игр.
- 49 Имитационные, общеразвивающие и подготовительные упражнения для обучения плаванию.

- 50 Упражнения для обучения и совершенствования техники спортивных способов плавания.
- 51 Методика обучения технике способа брасс. Последовательность изучения техники и подбор упражнений, ошибки.
- 52 Методика обучения технике способа дельфин. Последовательность изучения техники и подбор упражнений, ошибки.
- 53 Методика обучения технике способа кроль на груди. Последовательность изучения техники и подбор упражнений, ошибки.
- 54 Методика обучения технике способа кроль на спине. Последовательность изучения техники и подбор упражнений, ошибки.
- 55 Анализ техники проплывания дистанции комплексного плавания, выполнение поворотов на дистанции.
- 56 Методика обучения стартового прыжка. Последовательность изучения техники, подводящие упражнения.
- 57 Методика обучения старта из воды. Подводящие упражнения.
- 58 Виды соревнований по плаванию и система определения победителей.
- 59 Содержание положения о соревнованиях по плаванию.
- 60 Состав судейской коллегии на соревнованиях по плаванию.
- 61 Обязанности судей по плаванию (главного судьи, главного секретаря, врача, судьи при участниках и т. д.)

Критерии оценки:

Оценка «отлично (5)» выставляется студенту, показавшему всесторонние, систематизированные, глубокие знания учебной программы дисциплины и умение уверенно применять их на практике при решении конкретных задач, свободное и правильное обоснование принятых решений;

Оценка «хорошо (4)» выставляется студенту, если он твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, умеет применять полученные знания на практике, но допускает в ответе или в решении задач некоторые неточности;

Оценка «удовлетворительно (3)» выставляется студенту, показавшему фрагментарный, разрозненный характер знаний, недостаточно правильные формулировки базовых понятий, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, но при этом он владеет основными разделами учебной программы, необходимыми для дальнейшего обучения и может применять полученные знания по образцу в стандартной ситуации;

Оценка «неудовлетворительно (2)» выставляется студенту, который не знает большей части основного содержания учебной программы дисциплины, допускает грубые ошибки в формулировках основных понятий дисциплины и не умеет использовать полученные знания при решении типовых практических задач.