

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ**  
**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего  
образования «Кабардино-Балкарский государственный университет  
им. Х.М. Бербекова» (КБГУ)**

**ИНСТИТУТ ПЕДАГОГИКИ, ПСИХОЛОГИИ И ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**СОГЛАСОВАНО**

**УТВЕРЖДАЮ**

Руководитель образовательной программы

Директор института

\_\_\_\_\_ Т.Ю. Черкесов

\_\_\_\_\_ О.И. Михайленко

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**Б1.О.06.10.03 «Теория и методика обучения базовым видам спорта.  
Плавание»**

Направление подготовки

**49.03.01 Физическая культура**

\_\_\_\_\_  
(код и наименование направления подготовки)

Профиль подготовки

**Спортивная тренировка**

\_\_\_\_\_  
(наименование профиля подготовки)

Квалификация (степень) выпускника

Бакалавр

Форма обучения

**очная**

\_\_\_\_\_  
Нальчик 2022

Рабочая программа дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта(плавание)» /сост. А.З. Бажев – Нальчик: ФГБОУ КБГУ, 2022. - 46с.

Рабочая программа предназначена для преподавания профильного курса профессиональной модули Б1.О.06.13 студентам очной формы обучения по направлению подготовки 49.03.01 – Физическая культура.

Рабочая программа составлена с учетом Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 – Физическая культура, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации «19» сентября 2017 г. № 940.

## СОДЕРЖАНИЕ

1.	ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	4
2.	МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО	4
3.	ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	5
4.	СОДЕРЖАНИЕ И СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	7
4.1.	<i>Содержание разделов</i>	7
4.2.	<i>Структура дисциплины</i>	9
4.3.	<i>Лекционные занятия</i>	10
4.4.	<i>Практические (семинарские) занятия</i>	11
4.5.	<i>Лабораторные работы</i>	11
4.6.	<i>Курсовой проект (курсовая работа)</i>	11
4.7.	<i>Самостоятельное изучение разделов дисциплины</i>	11
5.	ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО И РУБЕЖНОГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ	12
5.1.	<i>Оценочные материалы для текущего контроля</i>	12
5.1.1.	<i>Вопросы по темам дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта. Плавание»</i>	12
5.1.2.	<i>Оценочные материалы для выполнения рефератов (докладов)</i>	15
5.1.3.	<i>Оценочные материалы для самостоятельной работы обучающегося по дисциплине</i>	19
5.1.4.	<i>Контрольные нормативы</i>	20
5.2.	<i>Оценочные материалы для рубежного контроля</i>	21
5.2.1.	<i>Вопросы, выносимые на коллоквиум по дисциплине</i>	21
5.2.2.	<i>Оценочные материалы для проведения тестирования (образцы тестовых заданий) по дисциплине</i>	24
5.3.	<i>Оценочные материалы для промежуточной аттестации</i>	28
5.3.1.	<i>Вопросы к зачету по дисциплине «Теория и методика обучения базовым видам спорта. Плавание»</i>	28
6.	МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ И (ИЛИ) ОПЫТА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	30
7.	УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	32
7.1.	<i>Основная литература</i>	32
7.2.	<i>Дополнительная литература</i>	33
7.3.	<i>Периодические издания (газета, вестник, бюллетень, журнал)</i>	33
7.4.	<i>Интернет-ресурсы</i>	33
7.5.	<i>Методические указания по проведению различных учебных занятий, к курсовому проектированию и другим видам самостоятельной работы</i>	34
8.	МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	38
9.	ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ (ДОПОЛНЕНИЙ) В РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	44
	ПРИЛОЖЕНИЯ	45

## **1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

Целями и задачами освоения дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта (плавание)» являются:

- подготовка выпускника к профессиональной деятельности преподавателя в области плавания, прежде всего – массового детско-юношеского спорта, оздоровительного плавания, профессионально-прикладного плавания в различных формах организации физического воспитания;
- способствовать формированию творческой, самостоятельно мыслящей личности, способной к организации своей жизни, руководствующейся в своей деятельности мотивами ответственности;
- вооружение студентов знаниями о значении и месте плавания в системе физического воспитания;
- формирование системы научных знаний о закономерностях процесса обучения и тренировки в плавании;
- овладение понятиями о современных формах и методах организации и управления многолетней подготовкой пловцов;
- формирование у студентов профессионально-педагогических навыков и умений, позволяющих решать воспитательные и учебно-тренировочные задачи в различных звеньях физкультурного движения, организовывать и управлять спортивной и массовой работой по плаванию;
- содействие развитию творческих способностей, педагогического мышления, формированию мотивации к профессии спортивного педагога.
- готовность к организации и ведению физкультурно-массовой работы по плаванию в целях оздоровления, разностороннего развития, закаливания, приобщения к здоровому образу жизни населения.
- способствовать формированию личности обучающихся в процессе занятий физической культурой и спортом, ее приобщению к общечеловеческим ценностям к здоровому образу жизни.

## **2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО**

В учебном процессе подготовки бакалавра физической культуры дисциплина «Теория и методика обучения базовым видам спорта (плавание)» рассматривается в качестве ведущей (системообразующей) дисциплины, в которой реализуется междисциплинарная координация понятий и категорий, умений и навыков, сформированных при изучении дисциплин учебного плана для решения профессиональных задач. С учетом этого в учебном материале отражены межпредметные связи с циклами медико-биологических, психолого-педагогических и общетеоретических дисциплин, изучаемых в вузах физической культуры, а также спортивно-педагогической, тренерской и организационно-тренерской практиками. Формирование знаний, умений и навыков в области плавания способствует освоению следующих дисциплин: теория и методика обучения базовым видам физкультурно-спортивной деятельности, педагогическая практика.

Дисциплина Б1.0.05.13.03 «Теория и методика обучения базовым видам спорта (плавание)» входит в профессиональный модуль по направлению подготовки 49.03.01 - Физическая культура по профилю «Спортивная тренировка». Изучение дисциплины рассчитано на 2 семестра с осуществлением текущей, промежуточной и итоговой аттестации студентов.

Дисциплина направлена на развитие творческих способностей и обеспечение владением общекультурными и профессиональными компетенциями с целью достижения готовности к профессиональной практической деятельности преподавателя по плаванию.

Освоение курса включает подготовку к выполнению требований по профессиональной физической подготовке.

Структура программы разработана на основе принципа непрерывного учебного процесса, т.е. содержание изучаемых разделов и тем представляет собой логически взаимосвязанную систему знаний, умений и навыков, которая разделяется на ступени без потери логики и необходимого содержания обучения. Ранее усвоенные знания, навыки и умения являются необходимыми элементами для последующего формирования компетенций.

Особенность изучения дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта (плавание)» основана на требованиях дидактики и логики изучаемого предмета. Дидактическая последовательность учебного материала способствует отражению в сознании студентов процесса развития научных и методических понятий. Учебная программа построена так, что в начале рассматриваются основные, общие понятия, которые открывают путь для освоения последующих разделов и тем.

Материал программы расположен линейно и частично концентрично. При линейном построении разделы (темы) следуют один за другим без повторения, образуя цепи из связанных по содержанию звеньев. Такое расположение содержания обучения, как показала практика, повышает эффективность учебного процесса. Концентрическое расположение учебного материала программы использовано в тех случаях, когда разделы (темы) не могут быть сразу раскрыты с необходимой глубиной.

Важной отличительной чертой учебного процесса является профессиональная направленность преподавания, предполагающая тесную взаимосвязь содержания учебного материала с дисциплинами Государственного образовательного стандарта. Систематическое участие студентов в соревнованиях рассматривается как обязательная часть учебной деятельности студента.

Преподавание «Теория и методика обучения базовым видам спорта (плавание)» осуществляется путем рационального сочетания различных форм учебной деятельности студентов – лекционных, методических, практических занятий, самостоятельной внеаудиторной работы.

### **3. ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ОСВОЕНИЯ СОДЕРЖАНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и ОПОП ВО по данному направлению подготовки (специальности):

#### **3.1. Элементы общепрофессиональных (ОПК) компетенций, формируемых данной дисциплиной**

##### **3.1.1. Общепрофессиональные компетенции (ОПК)**

**ОПК-3** - Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке

**Индикаторы достижения компетенций выпускника:**

**ОПК-3.1** - Способен использовать средства и методы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности для проведения занятий и физкультурно-спортивных мероприятий

**ОПК-3.2** - Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с учётом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики избранного вида спорта

**ОПК-3.3** - Способен использовать технические средства и инвентарь для повышения эффективности занятий и физкультурно-спортивных мероприятий

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

*Знать:*

– историю и современное состояние плавания, его место и значение в физической культуре, науке и образовании;

- значение и виды плавания как базового вида спорта;
- воспитательные возможности занятий плаванием;
- терминологию плавания;
- основы техники способов плавания и прикладного плавания;
- методики обучения способам плавания;
- методики развития физических качеств средствами плавания;
- методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях плаванием;
- методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами плавания;
- организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях;
- организацию досуговой деятельности учащихся в образовательных организациях;
- способы повышения эффективности педагогического процесса на уроках физической культуры;
- способы реализации здоровьесформирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся.

*Уметь:*

- применять методы организации учебной деятельности на занятиях по плаванию с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся;
- использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по плаванию в зависимости от поставленных задач;
- использовать в своей деятельности терминологию плавания;
- распределять на протяжении занятия средства плавания с учетом их влияния на организм занимающихся;
- показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в плавании;
- использовать средства гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для ИВС);
- использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой с использованием средств плавания;
- организовывать (строить, перестраивать, размыкать, размещать, перемещать и т.п.) группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения любых гимнастических упражнений;
- организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений плавания;
- контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств плавания;
- оценивать качество выполнения упражнений в плавании и определять ошибки в технике;
- определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике плавания, подбирать приемы и средства для их устранения;

- использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по плаванию;
- проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- осуществлять подготовку обучающихся к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях;
- анализировать и корректировать уровень сформированности физической культуры обучающихся;
- анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям;
- формировать основы физкультурных знаний;
- нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся;
- применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся.

*Имеет опыт:*

- проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся;
- владения техникой способов плавания и прикладного плавания на уровне выполнения контрольных нормативов;
- участия в судействе соревнования по плаванию;
- проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»;
- проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций);
- проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.

#### 4. СОДЕРЖАНИЕ И СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

*Таблица 1. Содержание разделов дисциплины*

№	Наименование раздела	Содержание раздела	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Форма текущего контроля
1	<b>Эволюция развития плавания как учебной, спортивной и педагогической дисциплины</b>	Плавание как вид спорта и предмет познания. Методические предпосылки развития теории спортивного плавания. Спортивное плавание как учебный предмет.	ОПК-3 (ОПК-3.1; ОПК-3.2; ОПК-3.3)	К; Т
2.	<b>Методика обучения плаванию (эволюция развития).</b>	Цель и задачи обучения плаванию. Реализация принципов обучения при занятиях плаванием: наглядности; прочности; последовательности; научности доступности и т.д.; связи теории с практикой. Методы обучения: словесные, наглядные, практические. Средства обучения плаванию: общеразвивающие, специальные	ОПК-3 (ОПК-3.1; ОПК-3.2; ОПК-3.3)	К; Т

		<p>подготовительные упражнения по освоению с водой, учебные прыжки в воду, игры и развлечения на воде.</p> <p>Характеристика упражнений для изучения техники плавания, стартов и поворотов.</p> <p>Этапы обучения плаванию.</p> <p>Учет возрастных особенностей в процессе обучения плаванию.</p> <p>Меры безопасности при проведении занятий плаванием.</p>		
3	<b>Плавание в типовой школьной программе, ДЮСШ, СДЮШОР, УОР, ШВСМ, ССК, планах НИР.</b>	Плавание в общеобразовательной школе. Плавание в детско-юношеских спортивных школах(ДЮСШ), особенности развития плавания в стране на данном этапе. Плавание в школах высшего спортивного мастерства (ШВСМ), цели и задачи.	ОПК-3 (ОПК-3.1; ОПК-3.2; ОПК-3.3)	К; Т; КН
4.	<b>Методика обучения плаванию школьников</b>	Плавание в общеобразовательной школе. Плавание в детско-юношеских спортивных школах(ДЮСШ). Методика, приёмы и средства в организации обучения плаванию школьников. Индивидуальный подход к обучению плаванию учащихся разного уровня подготовленности. Основные правила проведения занятий. Основные средства обучения. Современные методики обучения плаванию школьников. Обучение плаванию детей на основе опорного гребка.	(ОПК-3.1; ОПК-3.2; ОПК-3.3)	К; Т; КН
5	<b>Особенности обучения плаванию взрослых</b>	Особенности обучения плаванию взрослых. Современные методики обучения плаванию	ОПК-3 (ОПК-3.1; ОПК-3.2; ОПК-3.3)	К; Т; КН
6	<b>Влияние плавания на организм занимающихся.</b>	Оздоровительное значение плавания. Гигиеническое значение плавания. Лечебное плавание. Прикладное плавание.	(ОПК-3.1; ОПК-3.2; ОПК-3.3)	К; Т; КН
7	<b>Основы техники спортивного плавания.</b>	Техника спортивного плавания как система динамическая. Техника спортивного плавания как система целенаправленная и управляемая. Понятие «техника спортивного плавания» и последовательность процесса совершенствования техники.	ОПК-3 (ОПК-3.1; ОПК-3.2; ОПК-3.3)	К; Т; КН



8	<b>Опорные понятия биомеханики спортивного плавания.</b>	Гидростатическое равновесие тела пловца. Силы сопротивления воды при движении тела. Кинематические характеристики движений пловца. Динамические характеристики движений пловца.	ОПК-3 (ОПК-3.1; ОПК-3.2; ОПК-3.3)	К; Т; КН
9	<b>Спортивный отбор в плавании (эволюция развития) Биологические критерии спортивного отбора</b>	Критерии отбора в плавании. Теоретические аспекты начального отбора и спортивная ориентация в плавании. Проблема спортивного отбора в теории ФК и спорта. Необходимость спортивного отбора в плавании.	(ОПК-3.1; ОПК-3.2; ОПК-3.3)	К; Т; КН
10	<b>Психолого-педагогические критерии спортивного отбора</b>	Возможности спортивного отбора, психологические и педагогические критерии.	ОПК-3 (ОПК-3.1; ОПК-3.2; ОПК-3.3)	К; Т; КН
11	<b>Управление, контроль и оценка учебно-тренировочной работы по плаванию</b>	Управление, контроль и оценка учебно-тренировочной работы по плаванию (эволюция развития).	(ОПК-3.1; ОПК-3.2; ОПК-3.3)	К; Т; КН

коллоквиум (К); тестирование (Т) Контрольные нормативы (КН)

#### 4.2. Структура дисциплины

Таблица 2. Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетные единицы (144 часа)

Вид работы	Семестры		Всего
	3	4	
<b>Общая трудоемкость (в часах)</b>			<b>144</b>
<b>Контактная работа (в часах):</b>			62
Лекции (Л)	15		15
Практические занятия (ПЗ)	15	32	47
Лабораторные работы (ЛР)			
<b>Самостоятельная работа (в часах), в том числе контактная работа (внеаудиторная):</b>	42	31	73
Расчетно-графическое задание (РГЗ)	<i>Не предусмотрены</i>		
Реферат (Р)	<i>Не предусмотрены</i>		
Контрольные нормативы (КН)	10	10	
Эссе (Э)	<i>Не предусмотрены</i>		
Самостоятельное изучение разделов	32	21	53
Курсовая работа (КР)/ Курсовой проект (КП)	<i>Не предусмотрена</i>		
Подготовка и прохождение промежуточной аттестации			9
<b>Вид промежуточной аттестации</b>	<i>Не предусмотрена</i>	Зачет	Зачет

#### 4.3. Лекционные занятия

Таблица 3. Лекционные занятия

№ п/п	Тема
	<b>Эволюция развития плавания как учебной, спортивной и педагогической дисциплины.</b> Плавание как вид спорта и предмет познания. Методические предпосылки развития теории спортивного плавания. Спортивное плавание как учебный предмет.
	<b>Методика обучения плаванию (эволюция развития).</b> Цель и задачи обучения плаванию. Реализация принципов обучения при занятиях плаванием: наглядности; прочности; последовательности; научности доступности и т.д.; связи теории с практикой. Методы обучения: словесные, наглядные, практические. Средства обучения плаванию: общеразвивающие, специальные подготовительные упражнения по освоению с водой, учебные прыжки в воду, игры и развлечения на воде. Характеристика упражнений для изучения техники плавания, стартов и поворотов. Этапы обучения плаванию. Учет возрастных особенностей в процессе обучения плаванию. Меры безопасности при проведении занятий плаванием
	<b>Плавание в типовой школьной программе, ДЮСШ, СДЮШОР, УОР, ШВСМ, ССК, планах НИР.</b> Плавание в общеобразовательной школе. Плавание в детско-юношеских спортивных школах(ДЮСШ), особенности развития плавание в стране на данном этапе. Плавание в школах высшего спортивного мастерства (ШВСМ), цели и задачи.
	<b>Методика обучения плаванию школьников.</b> Плавание в общеобразовательной школе. Плавание в детско-юношеских спортивных школах(ДЮСШ). Методика, приёмы и средства в организации обучения плаванию школьников. Индивидуальный подход к обучению плаванию учащихся разного уровня подготовленности. Основные правила проведения занятий. Основные средства обучения. Современные методики обучения плаванию школьников. Обучение плаванию детей на основе опорного гребка.
	<b>Особенности обучения плаванию взрослых.</b> Особенности обучения плаванию взрослых. Современные методики обучения плаванию взрослых
	<b>Влияние плавания на организм занимающихся.</b> Оздоровительное значение плавания. Гигиеническое значение плавания. Лечебное плавание. Прикладное плавание
	<b>Основы техники спортивного плавания.</b> Техника спортивного плавания как система динамическая. Техника спортивного плавания как система целенаправленная и управляемая. Понятие «техника спортивного плавания» и последовательность процесса совершенствования техники.
	<b>Спортивный отбор в плавании (эволюция развития). Биологические критерии спортивного отбора.</b> Критерии отбора в плавании. Теоретические аспекты начального отбора и спортивная ориентация в плавании. Проблема спортивного отбора в теории ФК и спорта. Необходимость спортивного отбора в плавании. Возможности спортивного отбора, биологические критерии.
	<b>Управление, контроль и оценка учебно-тренировочной работы по плаванию</b>

**Таблица 4. Практические занятия (семинарские занятия)**

№№	Тема
1.	Игры и развлечения на воде при плавании
2.	Техника плавания кролем на спине
3.	Техника плавания кролем на груди
4.	Техники плавания баттерфляем
5.	Техника плавания брассом
6.	Техники комплексного плавания
7.	Согласование движений в комплексном плавании
8.	Контрольное плавание изученными способами
9.	Специальные упражнения пловца на суше и в воде
10.	Изучение техники плавания кролем на спине (по элементам)
11.	Изучение техники плавания кролем на груди (по элементам)
12.	Изучение техники плавания баттерфляем (по элементам)
13.	Изучение техники плавания брассом (по элементам)
14.	Изучение техники комплексного плавания (по элементам)
15.	Согласования движений в комплексном плавании (старты, повороты)
16.	Контрольное плавание изученными способами (сущность, параметры)

#### **4.5. Лабораторные работы**

*(не предусмотрены учебным планом)*

#### **4.6. Курсовой проект (курсовая работа)**

*(не предусмотрен учебным планом)*

**Таблица 7. Самостоятельное изучение разделов дисциплины**

№ №	Вопросы, выносимые на самостоятельное изучение
1.	Гигиеническое значение плавания. Лечебное плавание. Прикладное плавание.
2.	Имитация гребковых движений в спортивных способах плавания, развитие гибкости и подвижности в суставах.
3.	Учет возрастных особенностей в процессе обучения плаванию.
4.	Меры безопасности при проведении занятий плаванием
5.	Игры и развлечения на воде при совершенствовании навыков плавания

6.	Периодизация биологического развития детей и подростков.
7.	Повышение функциональных возможностей, занимающихся средствами и методами в родственных видах спорта, а также с целью активного отдыха.
8.	Индивидуальный поход к обучению плаванию учащихся разного уровня подготовленности.
9.	Обучение плаванию детей на основе опорного гребка.
10.	Проблема спортивного отбора в теории ФК и спорта. Необходимость спортивного отбора в плавании.
11.	Значение плавания для человека в его профессиональной и бытовой деятельности. Причины несчастных случаев на воде как проблема. Перспективы решения проблемы несчастных случаев на воде. Правила оказания помощи потерпевшему. Искусственное дыхание, его виды. Признаки утопления (смерти).
12.	Оборудование бассейна на открытом водоеме. Типы бассейнов. Варианты конструкции бассейнов. Санитарно-гигиенические требования и требования техники безопасности
13.	Специальные упражнения пловца на суше и в воде
14.	Повышение функциональных возможностей занимающихся средствами и методами в родственных видах спорта, а также с целью активного отдыха.
15.	Восстановление работоспособности занимающихся традиционными и нестандартными средствами, методами, приемами. Занятия по общей физической подготовке и с целью активного отдыха.

## 5.ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО И РУБЕЖНОГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Конечными результатами освоения программы дисциплины являются сформированные когнитивные дескрипторы «знать», «уметь», «владеть», расписанные по отдельным компетенциям. Формирование этих дескрипторов происходит в течение всего семестра по этапам в рамках различного вида занятий и самостоятельной работы.

В ходе изучения дисциплины предусматриваются *текущий, рубежный контроль и промежуточная аттестация.*

### **5.1.Оценочные материалы для текущего контроля.**

*Цель текущего контроля* – оценка результатов работы в семестре и обеспечение своевременной обратной связи, для коррекции обучения, активизации самостоятельной работы обучающегося. Объектом текущего контроля являются конкретизированные результаты обучения (учебные достижения) по дисциплине

Оценка качества подготовки на основании выполненных заданий ведется преподавателем (с обсуждением результатов), баллы начисляются в зависимости от сложности задания

#### **5.1.1. Вопросы по темам дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта. Плавание» (контролируемая компетенция ОПК-3)**

#### **Тема 1. Эволюция развития плавания как учебной, спортивной и педагогической дисциплины**

1. Плавание как вид спорта и предмет познания.
2. Методические предпосылки развития теории спортивного плавания.

3. Спортивное плавание как учебный предмет.
4. Методика обучения плаванию (эволюция развития).
5. Цель и задачи обучения плаванию.
6. Реализация принципов обучения при занятиях плаванием: наглядности; прочности; последовательности; научности доступности и т.д.; связи теории с практикой.

#### **Тема 2. Методы обучения: словесные, наглядные, практические.**

7. Средства обучения плаванию: общеразвивающие, специальные подготовительные упражнения по освоению с водой, учебные прыжки в воду, игры и развлечения на воде.
8. Характеристика упражнений для изучения техники плавания, стартов и поворотов.
9. Этапы обучения плаванию.
10. Учет возрастных особенностей в процессе обучения плаванию.
11. Меры безопасности при проведении занятий плаванием.

#### **Тема 3. Плавание в типовой школьной программе, ДЮСШ, СДЮШОР, УОР, ШВСМ, ССК, планах НИР.**

Плавание в общеобразовательной школе. Плавание в детско-юношеских спортивных школах(ДЮСШ), особенности развития плавания в стране на данном этапе. Плавание в школах высшего спортивного мастерства (ШВСМ), цели и задачи.

#### **Тема 4. Методика обучения плаванию школьников**

12. Плавание в общеобразовательной школе.
13. Плавание в детско-юношеских спортивных школах(ДЮСШ). Методика, приёмы и средства в организации обучения плаванию школьников.
14. Индивидуальный подход к обучению плаванию учащихся разного уровня подготовленности.
15. Основные правила проведения занятий. Основные средства обучения.
16. Современные методики обучения плаванию школьников.
17. Обучение плаванию детей на основе опорного гребка.

#### **Тема 5. Особенности обучения плаванию взрослых**

18. Особенности обучения плаванию взрослых.
19. Современные методики обучения плаванию

#### **Тема 6. Влияние плавания на организм занимающихся.**

Оздоровительное значение плавания. Гигиеническое значение плавания. Лечебное плавание. Прикладное плавание.

#### **Тема 7. Основы техники спортивного плавания.**

20. Техника спортивного плавания как система динамическая.
21. Техника спортивного плавания как система целенаправленная и управляемая.
22. Понятие «техника спортивного плавания» и последовательность процесса совершенствования техники.

#### **Тема 8. Спортивный отбор в плавании (эволюция развития)**

23. Биологические критерии спортивного отбора Критерии отбора в плавании.
24. Теоретические аспекты начального отбора и спортивная ориентация в плавании. Проблема спортивного отбора в теории ФК и спорта.
25. Необходимость спортивного отбора в плавании.

#### **Тема 9. Управление, контроль и оценка учебно-тренировочной работы по плаванию**

26. Управление, контроль и оценка учебно-тренировочной работы по плаванию (эволюция развития).

#### *Методические рекомендации по подготовке к устному опросу*

Для оценки составляющих компетенции при текущей аттестации используется балльно-рейтинговая система шкалы оценок. Для определения фактических оценок каждого показателя выставляются следующие баллы:

- результат, содержащий полный правильный ответ, полностью соответствующий требованиям критерия – 85 – 100 %;
- результат, содержащий неполный правильный ответ (степень полноты ответа – более 75%) или ответ, содержащий незначительные неточности, т.е. ответ, имеющий незначительные отступления от требований критерия, – 75 – 84% от максимального количества баллов;
- результат, содержащий неполный правильный ответ (степень полноты ответа – до 75%) или ответ, содержащий незначительные неточности, т.е. ответ, имеющий незначительные отступления от требований критерия – 60 -74 % от максимального количества баллов;
- результат, содержащий неполный правильный ответ, содержащий значительные неточности, ошибки (степень полноты ответа – менее 60%) – до 60 % от максимального количества баллов;
- неправильный ответ (ответ не по существу задания) или отсутствие ответа, т.е. ответ, не соответствующий полностью требованиям критерия, – 0 % от максимального количества баллов.

При подготовке к устному опросу следует, прежде всего, просмотреть конспекты лекций. Если какие-то вопросы вынесены преподавателем на самостоятельное изучение, следует обратиться к учебной литературе, рекомендованной преподавателем в качестве источника сведений.

#### *Критерии оценивания при устном опросе*

Баллы (оценка)	Критерии оценивания
3 балла («отлично»)	Обучающийся: <ul style="list-style-type: none"> <li>– полно излагает изученный материал, дает правильное определение понятий;</li> <li>– обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, привести необходимые примеры не только по учебнику, но и самостоятельно составленные;</li> <li>– излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка.</li> </ul>
2 балла («хорошо»)	Обучающийся: <ul style="list-style-type: none"> <li>– дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, установленным для оценки «отлично», но допускает не более 2 негрубых ошибок, которые сам же исправляет, и не более 3 недочетов.</li> </ul>
1 балл («удовлетворительно»)	Обучающийся: <ul style="list-style-type: none"> <li>– обнаруживает знание и понимание основных положений темы, но излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий (допускает более 2 негрубых ошибок);</li> <li>– излагает материал непоследовательно, допускает более 3 недочетов.</li> </ul>
0 баллов («неудовлетворительно»)	Обучающийся: <ul style="list-style-type: none"> <li>– обнаруживает незнание большей части соответствующего раздела изучаемого материала (допускает грубые ошибки).</li> </ul>

*Грубые ошибки:* неправильный ответ или пояснения к ответу на поставленный вопрос; неправильное определение базовых терминов по дисциплине.

*Негрубые ошибки:* неточный или неполный ответ на поставленный вопрос; при правильном ответе неумение самостоятельно или полно обосновать и проиллюстрировать его.

*Недочеты:* непоследовательность, неточность в языковом оформлении излагаемого.

Баллы (1-3) могут ставиться не только за единовременный ответ, но и за рассредоточенный во времени, т.е. за сумму ответов обучающегося на протяжении занятия.

*5.1.2. Оценочные материалы для выполнения рефератов (докладов) по дисциплине «Теория и методика обучения базовым видам спорта: Плавание», (контролируемая компетенция ОПК-3)*

1. Методика обучения плаванию кролем на спине
2. Методика обучения плаванию кролем на груди
3. Методика обучения плаванию баттерфляем
4. Методика обучения плаванию брассом
5. Методы спортивной тренировки в плавании
6. Методика развития силовых показателей пловца
7. Методика развития скоростных показателей пловца
8. Методика развития выносливости пловца
9. Методика развития ловкости пловца
10. Методика развития гибкости и подвижности в суставах
11. Роль игрового метода тренировки в развитии физических качеств у пловцов на стадии начальной базовой физической подготовки
12. Использование тренажеров и тренажерных устройств для развития скоростно-силовых качеств у пловцов
13. Оптимизация методов развития общей выносливости пловцов вольным стилем -
14. Использование дополнительных факторов в процессе специальной подготовки пловцов
15. Состояние важнейших вегетативных функций и динамика гидродинамических показателей при плавании
16. Использование ластов как дополнительного средства при обучении спортивному плаванию
17. Использование интервального метода тренировки для развития быстроты и специальной выносливости пловцов
18. Контроль, управление и моделирование в спортивной тренировке пловцов
19. Исследование и совершенствование техники старта и поворота при плавании способом брасс
20. Методика одновременного обучения спортивным способам плавания
21. Специальная силовая подготовка пловцов, специализирующихся способом брасс -
22. Развитие гибкости и быстроты у пловцов, специализирующихся способом баттерфляй
23. Оптимизация скоростно-силовой подготовки пловцов кролистов
24. Исследование влияния занятий плаванием на организм детей младшего школьного возраста
25. Рациональное соотношение средств общей и специальной физической подготовки пловцов на этапе начальной специализации .

*Методические рекомендации:*

Реферат - продукт самостоятельной работы студента, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа определенной научной (учебно-исследовательской) темы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на нее. В зависимости от полноты изложения материала оценивается от 0 до 3 баллов.

Перед началом работы по написанию научного доклада согласовать с научным руководителем: тему, структуру, литературу, а также обсудить ключевые вопросы, которые следует раскрыть в докладе; представить доклад научному руководителю в письменной форме; выступить на занятии с 10-минутной презентацией своего научного доклада, ответить на вопросы студентов группы.

Требования к оформлению научного доклада: шрифт - Times New Roman, размер шрифта -14, межстрочный интервал - 1,5, размер полей - 2,5 см, отступ в начале абзаца -1,25 см, форматирование по ширине). На титульном листе указывается наименование учебного заведения, название кафедры, наименование дисциплины, тема доклада, ФИО студента и

научного руководителя; к структуре доклада - оглавление, введение (указывается актуальность, цель и задачи), основная часть, выводы автора, список литературы (не менее 5 позиций). Объем согласовывается с преподавателем. Общая оценка за доклад учитывает содержание доклада, его презентацию, а также ответы на вопросы.

*Требования к структуре, содержанию, методические рекомендации по написанию реферата*

В соответствии с Положением о рабочей программе дисциплины (модуля) по образовательным программам высшего образования в КБГУ, принятого УМС КБГУ 01 июня 2018 г. (протокол № 8) и утвержденного проректором по УР (<https://kbsu.ru/wp-content/uploads/2018/12/rpd01.pdf>) *реферат* – доклад на определенную тему, включающий обзор соответствующих литературных и других источников; краткое изложение содержания научной работы, книги (или ее части), статьи с основными фактическими сведениями и выводами. Реферат является творческой исследовательской работой, основанной, прежде всего, на изучении значительного количества научной и иной литературы по теме исследования.

Реферат подготавливается и оформляется с учетом требований ГОСТ 7.32 -2001.

*Требования к структуре и содержанию реферата:*

Реферат, как правило должен содержать следующие структурные элементы:

- титульный лист;
- содержание;
- введение;
- текст реферата (основная часть);
- заключение;
- список использованных источников (список литературы);
- приложения (при необходимости).

Титульный лист реферата оформляется по требованиям, указанным ниже.

Содержание – перечень основных частей работы с указанием листов (страниц), на которых их помещают. Содержание должно отражать все материалы, представляемые к защите работы. Слово «Содержание» записывают в виде заголовка, симметрично тексту, с прописной буквы, без номера раздела. В содержании приводятся наименования структурных частей реферата, глав и параграфов его основной части с указанием номера страницы, с которой начинается соответствующая часть, глава, параграф.

Во введении необходимо обозначить обоснование выбора темы, ее актуальность, объект и предмет, цель и задачи исследования, описываются объект и предмет исследования, информационная база исследования и структура работы. Заголовок «Введение» записывают симметрично тексту с прописной буквы.

В тексте реферата (основной части) излагается сущность проблемы и объективные научные сведения по теме реферата, дается критический обзор источников, собственные версии, сведения, оценки. Содержание основной части должно точно соответствовать теме реферата и полностью ее раскрывать. Главы и параграфы реферата должны раскрывать описание решения поставленных во введении задач. Поэтому заголовки глав и параграфов, как правило, должны соответствовать по своей сути формулировкам задач реферата. Заголовка «ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ» в содержании реферата быть не должно. Текст реферата должен содержать адресные ссылки на научные работы, оформленные в соответствии требованиям ГОСТ. Также обязательным является наличие в основной части реферата ссылок на использованные источники. Изложение необходимо вести от третьего лица («Автор полагает...») либо использовать безличные конструкции и неопределенно-личные предложения («На втором этапе исследуются следующие подходы...», «Проведенное исследование позволило доказать...» и т.п.).

Заключение должно содержать краткие выводы по результатам выполненной работы,



оценку полноты решения поставленных задач, разработку рекомендаций по использованию результатов исследования.

Список литературы должен оформляться в соответствии с общепринятыми библиографическими требованиями и включать только использованные студентом публикации. Количество источников в списке определяется студентом самостоятельно, для реферата их рекомендуемое количество от 10 до 20. Сведения об источниках приводятся в соответствии с требованиями ГОСТ 7.1. ГОСТ 7.80. ГОСТ 7.82. 5.10.2. Список использованных источников должен включать библиографические записи на документы, ссылки на которые оформляют арабскими цифрами в квадратных скобках.

*Требования по оформлению реферата:*

1. Печатная форма – документ должен быть создан на компьютере, в программе Microsoft Word.

2. Объем реферата – не менее 10 страниц и не более 20 страниц машинописного текста (без учета титульного листа, списка ключевых слов, содержания, списка использованных источников и приложений). Распечатка производится на одной стороне листа. Формат стандартный – А4.

3. Поля страницы: левое – 30 мм, правое, верхнее, нижнее поля – по 20 мм.

4. Выравнивание текста – по ширине. Красная строка оформляется на одном уровне на всех страницах реферата. Отступ красной строки равен 1,25 см.

5. Шрифт основного текста – Times New Roman. Размер – 14 п. Цвет – черный. Интервал между строками – полуторный.

6. Названия глав прописываются полужирным (размер – 16 п.), подзаголовки также выделяют жирным (размер – 14 п.). Если заголовок расположен по центру страницы, точка в конце не ставится. Заголовок не подчеркивается. Названия разделов и подразделов прописывают заглавными буквами. Каждый структурный элемент реферата начинается с новой страницы.

7. Между названием главы и основным текстом необходим интервал в 2,5 пункта. Интервал между подзаголовком и текстом – 2 п. Между названиями разделов и подразделов оставляют двойной интервал.

8. Нумерация страниц начинается с титульного листа, но сам титульный лист не нумеруется. Используются арабские цифры. Страницы нумеруются в нижнем правом углу без точек.

9. Примечания располагают на той же странице, где сделана сноска. Цитаты заключаются в скобки. Авторская пунктуация и грамматика сохраняется.

10. Главы нумеруются римскими цифрами (Глава I, Глава II), параграфы – арабскими (1.1, 1.2).

11. Титульный лист – в верхней части указывают полное название университета. Ниже указывают тип и тему работы. Используют большой кегль. Под темой, справа, размещают информацию об авторе и научном руководителе. В нижней части по центру – название города и год написания.

12. Список использованных источников должен формироваться в алфавитном порядке по фамилии авторов. Все источники нумеруются и располагаются в определенном порядке:

- законы;
- постановления Правительства;
- другая нормативная документация;
- статистические данные;
- научные материалы;
- газеты и журналы;
- учебники;
- электронные ресурсы.

Включенная в список литература нумеруется сплошным порядком от первого до

последнего названия. По каждому литературному источнику указывается: автор (или группа авторов), полное название книги или статьи, место и наименование издательства (для книг и брошюр), год издания; для журнальных статей указывается наименование журнала, год выпуска и номер. По сборникам трудов (статей) указывается автор статьи, ее название и далее название книги (сборника) и ее выходные данные. Ссылки на интернет-ресурсы в реферате правильно оформлять в соответствии с указаниями ГОСТ 7.82. Рекомендуется использовать при подготовке реферата не менее 5 источников.

13. В приложения рекомендуется включать материалы иллюстративного и вспомогательного характера. В приложения могут быть помещены: таблицы и иллюстрации большого формата; дополнительные расчеты. На все приложения в тексте работы должны быть даны ссылки. Приложения располагают в работе и обозначают в порядке ссылок на них в тексте. Приложения обозначают заглавными буквами русского алфавита, начиная с А, за исключением букв Ё, З, Й, О, Ч, Ь, Ы, Ъ. Например: «Приложение Б». Каждое приложение в работе следует начинать с нового листа (страницы) с указанием наверху посередине страницы слова «Приложение» и его обозначения. Приложение должно иметь заголовок, который записывают симметрично тексту с прописной буквы отдельной строкой.

#### *Критерии оценивания при защите реферата*

Баллы (оценка)	Критерии оценивания
3 балла («отлично»)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– соответствие содержания заявленной теме, отсутствие в тексте отступлений от темы работы;</li> <li>– логичность и последовательность в изложении материала в работе;</li> <li>– качество работы с зарубежными и отечественными источниками информации и данных, Интернет-ресурсами (актуальность источников, достаточность использованных источников для раскрытия темы работы);</li> <li>– правильность оформления работы (соответствие стандарту в представлении текста, ссылок, цитат, таблицы, графического материала и т.д.);</li> <li>– способность к анализу и обобщению информационного материала, степень полноты обзора состояния вопроса, обоснованность выводов в работе;</li> <li>– работа представлена в срок;</li> <li>– способность к публичной коммуникации, получены обоснованные ответы на дополнительные вопросы аудитории и преподавателя при защите работы.</li> </ul>
2 балла («хорошо»)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– соответствие содержания заявленной теме, незначительные отступления в тексте от темы работы;</li> <li>– незначительные нарушения в логичности и последовательности изложения материала в работе;</li> <li>– в целом достаточность и актуальность использованных зарубежных и отечественных источников информации и данных, Интернет-ресурсов для раскрытия темы реферата;</li> <li>– выполнены основные требования к оформлению работы (незначительные неточности и отступления от стандарта в представлении текста, ссылок, цитат, таблицы, графического материала и т.д.);</li> <li>– достаточный уровень проявленной способности к анализу и обобщению информационного материала, достаточная степень полноты обзора состояния вопроса и обоснованности</li> </ul>

	<p>выводов в работе;</p> <p>– неполные ответы (незначительные ошибки) на дополнительные вопросы аудитории и преподавателя при защите работы.</p>
1 балл («удовлетворительно»)	<p>– имеются существенные отступления содержания от заявленной темы, значительные отступления в тексте от темы работы;</p> <p>– значительные нарушения в логичности и последовательности изложения материала в работе;</p> <p>– в целом недостаточность, неполная актуальность использованных зарубежных и отечественных источников информации и данных, Интернет-ресурсов для раскрытия темы реферата;</p> <p>– не выполнены основные требования к оформлению работы (значительные неточности и отступления от стандарта в представлении текста, ссылок, цитат, таблицы, графического материала и т.д.);</p> <p>– недостаточный уровень проявленной способности к анализу и обобщению информационного материала, тема освещена частично, отсутствуют выводы в работе;</p> <p>– неполные ответы со значительными ошибками на дополнительные вопросы аудитории и преподавателя при защите работы.</p>
0 баллов («неудовлетворительно»)	<p>– тема работы не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание ее содержания;</p> <p>– поставленные задачи не выполнены или выполнены их отдельные несущественные части;</p> <p>– работа не представлена.</p>

*5.1.3. Оценочные материалы для самостоятельной работы обучающегося по дисциплине «Теория и методика обучения базовым видам спорта: Плавание», (контролируемая компетенция ОПК-3)*

1. Гигиеническое значение плавания. Лечебное плавание. Прикладное плавание.
2. Имитация гребковых движений в спортивных способах плавания, развитие гибкости и подвижности в суставах.
3. Учет возрастных особенностей в процессе обучения плаванию.
4. Меры безопасности при проведении занятий плаванием
5. Игры и развлечения на воде при совершенствовании навыков плавания
6. Периодизация биологического развития детей и подростков.
7. Повышение функциональных возможностей, занимающихся средствами и методами в родственных видах спорта, а также с целью активного отдыха.
8. Индивидуальный подход к обучению плаванию учащихся разного уровня подготовленности.
9. Обучение плаванию детей на основе опорного гребка.
10. Проблема спортивного отбора в теории ФК и спорта. Необходимость спортивного отбора в плавании.
11. Значение плавания для человека в его профессиональной и бытовой деятельности. Причины несчастных случаев на воде как проблема. Перспективы решения проблемы несчастных случаев на воде. Правила оказания помощи потерпевшему. Искусственное дыхание, его виды. Признаки утопления (смерти).

12. Оборудование бассейна на открытом водоеме. Типы бассейнов. Варианты конструкции бассейнов. Санитарно-гигиенические требования и требования техники безопасности
13. Специальные упражнения пловца на суше и в воде
14. Повышение функциональных возможностей занимающихся средствами и методами в родственных видах спорта, а также с целью активного отдыха.
15. Восстановление работоспособности занимающихся традиционными и нестандартными средствами, методами, приемами. Занятия по общей физической подготовке и с целью активного отдыха.

*Методические рекомендации для выполнения заданий для самостоятельной работы обучающегося*

По результатам выполнения задания можно судить об уровне самостоятельности и активности обучающегося в учебном процессе.

Основные задачи самостоятельной работы:

- 1) закрепление полученных ранее теоретических знаний;
- 2) выработка навыков самостоятельной научно-исследовательской работы;
- 3) выяснение подготовленности обучающихся к будущей практической работе;
- 4) выявление способностей к научно-исследовательской и поисковой деятельности.

Выполнение заданий для самостоятельной работы необходимо для более полного освоения дисциплины и играет существенную роль в формировании профессиональных компетенций.

При подготовке заданий для самостоятельной работы необходимо придерживаться следующей технологии:

1. Внимательно изучить лекционный материал по теме, выносимой на конкретное занятие.
2. Найти и проработать соответствующие разделы в рекомендованных нормативных документах, учебниках и дополнительной литературе.

*Критерии оценивания заданий для самостоятельной работы*

Баллы (оценка)	Критерии оценивания
4 балла («отлично»)	– обучающийся выполнил задание полностью, без ошибок и недочетов
3 балла («хорошо»)	– обучающийся в целом выполнил задание (более 2/3 работы), допускается наличие не более одной негрубой ошибки и одного недочета, не более трех недочетов
1-2 балла («удовлетворительно»)	– задание выполнено не полностью (более 1/2, но менее 2/3 работы), допущены: не более одной грубой ошибки и двух недочетов; не более одной грубой и одной негрубой ошибки; не более трех негрубых ошибок и одного недочета
0 баллов («неудовлетворительно»)	– задание выполнено не полностью (менее 1/2 работы), число ошибок и недочетов превысило норму, установленную для оценки «удовлетворительно»

*Грубые ошибки:*

– незнание или неправильное применение правил, лежащих в основе выполнения задания или используемых в ходе его выполнения, неумение формировать выводы и обобщения.

*Негрубые ошибки:*

– нерациональный выбор правил, лежащих в основе выполнения задания или используемых в ходе его выполнения.

*Недочеты:*

– небрежное оформление заданий, опiski.

*5.1.4. Контрольные нормативы по дисциплине «Теория и методика обучения базовым видам спорта: Плавание», (контролируемая компетенция ОПК-3)*

1. Проплавание дистанции 200 м без остановки (без учета времени).
2. Демонстрация техники плавания способом кроль на груди на дистанции 50 м (без учета времени).
3. Демонстрация техники плавания способом кроль на спине на дистанции 50 м (без учета времени).
4. Демонстрация техники плавания способом брасс на дистанции 50 м (без учета времени).
5. Проплавание дистанции 50 м кролем на груди (с регистрацией времени)

**12-минутный тест**

Степень физической подготовленности		Дистанция (м), преодоленная за 12 мин.
		Возраст, 19-20лет
Очень плохо	(муж)	<450
	(жен)	<350
Плохо	(муж)	450-550
	(жен)	350-450
Удовлетворительно	(муж)	550-650
	(жен)	450-550
Хорошо	(муж)	650-725
	(жен)	550-650
отлично	(муж)	>725
	(жен)	>650

*Критерий оценивания согласно нормативам*

*5.2. Оценочные материалы для рубежного контроля.*

*Рубежный контроль* осуществляется по более или менее самостоятельным разделам – учебным модулям курса и проводится по окончании изучения материала модуля в заранее установленное время. Рубежный контроль проводится с целью определения качества усвоения материала учебного модуля в целом. В течение семестра проводится *три таких контрольных мероприятия по графику*.

В качестве форм рубежного контроля используется тестирование (письменное или компьютерное), проведение коллоквиума. На рубежные контрольные мероприятия рекомендуется выносить весь программный материал (все разделы) по дисциплине.

*5.2.1. Вопросы, выносимые на коллоквиум по дисциплине «Теория и методика обучения базовым видам спорта: Плавание», (контролируемая компетенция ОПК-3)*

1. Плавание как вид спорта и предмет познания. Методические предпосылки развития теории спортивного плавания. Спортивное плавание как учебный предмет;
2. Основное назначение специалиста, подготавливаемого на ИПП и ФСО по курсу специализации «Плавание» ;
3. Мотивационно-целевая сфера личности тренера. Творческая деятельность тренера и повышение его профессиональной квалификации;
4. Эмоционально-волевая сфера личности и индивидуальный стиль работы тренера

5. Повышение спортивного мастерства (ПСМ) ;
6. Спортивно-педагогическое совершенствование (СПС) ;
7. Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование (ПФСС) ;
8. Плавание в общеобразовательной школе. Плавание в детско-юношеских спортивных школах (ДЮСШ), особенности развития плавания в стране на данном этапе;
9. Плавание в школах высшего спортивного мастерства (ШВСМ), цели и задачи ;
10. Оздоровительное значение плавания. Гигиеническое значение плавания. Лечебное плавание. Прикладное плавание;
11. Физическая подготовка пловца. Понятие силы и силовых способностей. Виды силовых способностей;
12. Факторы, определяющие уровень проявления силовых способностей.
13. Методы и средства развития силовых способностей;
14. Планирование и контроль силовых нагрузок. Тестирование силовых способностей;
15. Понятие «скоростные способности». Виды скоростных способностей. Факторы, определяющие уровень проявления скоростных способностей;
16. Методы и средства развития скоростных способностей;
17. Проявление скоростных нагрузок и контроль скоростных способностей;
18. Понятие выносливости. Факторы, определяющие уровень проявления выносливости;
19. Средства и методы развития выносливости;
20. Развитие специальной соревновательной выносливости. Планирование и контроль нагрузки, направленные на развитие выносливости;
21. Тестирование различных компонентов выносливости;
22. Понятие «подвижность в суставах». Активная и пассивная подвижность. Факторы, определяющие уровень подвижности в суставах
23. Методы и средства развития подвижности в суставах;.
24. Планирование нагрузок на развитие подвижности в суставах.
25. Контроль за уровнем подвижности в суставах;
26. Техника спортивного плавания как система динамическая. Техника спортивного плавания как система целенаправленная и управляемая;
27. Понятие «техника спортивного плавания» и последовательность процесса совершенствования техники;
28. Гидростатическое равновесие тела пловца. Силы сопротивления воды при движении тела;
29. Кинематические характеристики движений пловца. Динамические характеристики движений пловца;
30. Общее представление о системе многолетней подготовки юных пловцов;
31. Цели и задачи многолетней спортивной подготовки. Факторы, определяющие ее рациональное построение;
32. Периодизация биологического развития детей и подростков.
33. Механизмы регуляции роста и развития;
34. Совершенствование спортивной подготовленности юных пловцов в процессе многолетней тренировки;
35. Влияние темпов полового созревания на развитие физических качеств;
36. Оптимальные зоны биологической зрелости для направленного развития ведущих двигательных способностей юных пловцов;
37. Возможности ног как движителя. Характер движений, траектории и ориентация опорных звеньев ног;
38. Схема взаимодействия стопы с потоком вол время удара при плавании кролем на спине и дельфином;

39. Гидродинамическое сопротивление как основная сила, тормозящая продвижение тела пловца;
40. Возникновение сопротивления трения. Сопротивление волнообразования;
41. Сопротивление формы. Сохранение механической энергии в системе движений пловца;
42. Динамика скорости передвижения пловца. Зависимость скорости плавания от темпа движений и длины шага;
43. Динамика показателей темпа. Взаимосвязь показателей длины шага и темпа движений;
44. Управление, контроль и оценка учебно-тренировочной работы по плаванию (эволюция развития) ;
45. Средства управления учебно-тренировочной работой.

#### *Методические рекомендации к подготовке к коллоквиуму*

При подготовке к коллоквиуму следует, прежде всего, просмотреть конспекты лекций и практических занятий и отметить в них имеющиеся вопросы коллоквиума. Если какие-то вопросы вынесены преподавателем на самостоятельное изучение, следует обратиться к учебной литературе, рекомендованной преподавателем в качестве источника сведений.

Подготовка к коллоквиуму начинается с установочной консультации преподавателя, на которой он разъясняет развернутую тематику проблемы, рекомендует литературу для изучения и объясняет процедуру проведения коллоквиума. Методические указания состоят из рекомендаций по изучению источников и литературы, вопросов для самопроверки и кратких конспектов ответа, относящихся к пунктам плана каждой темы. Это должно помочь обучающимся целенаправленно организовать работу по овладению материалом и его запоминанию. При подготовке к коллоквиуму следует, прежде всего, просмотреть конспекты лекций и практических занятий и отметить в них имеющиеся вопросы коллоквиума. Если какие-то вопросы вынесены преподавателем на самостоятельное изучение, следует обратиться к учебной литературе, рекомендованной преподавателем в качестве источника сведений.

Коллоквиум проводится в форме индивидуальной беседы преподавателя с каждым обучающимся или беседы в небольших группах (2-3 человека). Обычно преподаватель задает несколько кратких конкретных вопросов, позволяющих выяснить степень добросовестности работы с литературой, проверяет конспект. Далее более подробно обсуждается какая-либо сторона проблемы, что позволяет оценить уровень понимания.

#### *Критерии оценивания при коллоквиуме*

Баллы (оценка)	Критерии оценивания
5-6 баллов («отлично»)	<p>Ответы получены 80-100% заданных вопросов. Обучающийся:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– полно излагает изученный материал, дает правильное определение понятий;</li> <li>– обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, привести необходимые примеры не только по учебнику, но и самостоятельно составленные;</li> <li>– излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка.</li> </ul>
3-4 балла («хорошо»)	<p>Ответы даны на 60-80% заданных вопросов. Обучающийся:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, установленным для оценки «отлично», но допускает не более 2 негрубых ошибок, которые сам же исправляет, и не более 2 недочетов.</li> </ul>
1-2 балл («удовлетворительно»)	<p>Ответы даны на 40-60% вопросов. Обучающийся:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– обнаруживает знание и понимание основных положений</li> </ul>

	темы, но излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий (допускает более 2 негрубых ошибок); – излагает материал непоследовательно, допускает более 2 недочетов.
0 баллов («неудовлетворительно»)	Ответы даны менее чем на 40% вопросов. Обучающийся: – обнаруживает незнание большей части соответствующего раздела изучаемого материала (допускает грубые ошибки).

*Грубые ошибки:* неправильный ответ или пояснения к ответу на поставленный вопрос; неправильное определение базовых терминов по дисциплине.

*Негрубые ошибки:* неточный или неполный ответ на поставленный вопрос; при правильном ответе неумение самостоятельно или полно обосновать и проиллюстрировать его.

*Недочеты:* непоследовательность, неточность в языковом оформлении излагаемого.

5.2.2. *Оценочные материалы для проведения тестирования (образцы тестовых заданий) по дисциплине «Теория и методика обучения базовым видам спорта. Плавание» (контролируемая компетенция ОПК-3)*

Фонд тестовых заданий - система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений обучающегося – по каждому предмету имеются в базе КБГУ

***Полный перечень тестовых заданий по дисциплине представлен в ЭОИС – <http://open.kbsu.ru/moodle/course/view.php?id=4523>***

### ***Образцы тестовых заданий по дисциплине***

F1: Теория и методика обучения базовым видам спорта (плавание)

F2: Бажев А.З.

F3: 2 курс 3 семестр (направление 49.03.01 -«Физическая культура»)

F4: Раздел;;тема;

**V1: 1 раздел**

**V2: Основные термины и понятия в плавании**

I: ТЗ 1

S: Направление, совпадающее с направлением движения пловца - это направление ###

+: вперед

I: ТЗ 2

S: Направление, противоположное направлению движения пловца – это направление ###

+: назад

I: ТЗ 3

S: Направления влево и вправо от направления продвижения пловца – это направления ###

+: влево вправо

I: ТЗ 4

S: Направление, совпадающее с направлением действия сил тяжести – это направление:

-: вверх

+: вниз

-: влево

-: вправо



-: назад

I: T3 5

S: Направление, противоположное направлению вниз – это направление:

-: вниз

+: вверх

-: назад

-: вперед

-: влево

-: вправо

I: T3 6

S: Линия, проходящая через средние точки сечений в грудной и тазовой части – это ###

+: продольная

I: T3 7

S: Линия, проходящая горизонтально и поперек продольной оси, слева направо – это:

-: продольная

+: поперечная

-: вертикальная

-: горизонтальная

-: сагиттальная

I: T3 8

S: Линия, проходящая через тело пловца сверху вниз – это линия ###

+: вертикальная

I: T3 9

S: Вертикально расположенная плоскость, проходящая через тело пловца слева направо – это ### плоскость

+: фронтальная

I: T3 10

S: Плоскость, параллельная плоскости воды – это:

-: сагиттальная

+: горизонтальная

-: фронтальная

-: поперечная

-: продольная

I: T3 11

S: Вертикальная плоскость, проходящая через тело пловца спереди назад – это ### плоскость:

+: сагиттальная

I: T3 12

S: Соотношение объемно-временных параметров дыхательного цикла называется ###

+: паттерн дыхания

I: T3 13

S: Расстояние, на которое пловец перемещается за один цикл движений, называется:

-: ритмом

+: шагом

-: темпом  
-: циклом  
-: опорой

I: T3 14

S: Упорядоченность кинематических и динамических элементов структуры движений, называется ###  
+: ритмом

I: T3 15

S: Количество движений в единицу времени называется:  
+: темпом  
-: шагом  
-: ритмом  
-: циклом  
-: бегом  
-: движителем

I: T3 16

S: Система повторяющихся движений, при которых исходное и конечное положение совпадают, называется ###  
+: циклом

I: T3 17

S: Проекция контуров тела пловца на фронтальную плоскость – это ###  
+: Миделево сечение

I: T3 18

S: Та поверхность, на которой происходит контакт движителя с опорой – это рабочая ### движителя:  
+: поверхность

I: T3 19

S: Отражение опоры, контакта; результата, последействия; последействия опоры – это:  
-: опора  
+: реакция опоры  
-: сила тяги  
-: сила сопротивления  
-: движущие силы

I: T3 20

S: Место для прочного контакта; сам контакт; предмет, служащий для поддержки, называется ###  
+: опорой

I: T3 21

S: Силы, создающие тяговые усилия за счет активных мышечных сокращений – это:  
-: силы сопротивления  
+: силы тяги  
-: движущие силы  
-: выталкивающие силы

I: ТЗ 22

S: Силы, препятствующие продвижению пловца в заданном направлении – это ###

+: силы сопротивления

I: ТЗ 23

S: Силы, способствующие продвижению пловца в заданном направлении – это ###

+: движущие силы

I: ТЗ 24

S: Совокупность биоэлектрических взаимодействий с водой для создания движущей силы, называется:

+: двигателем

-: плоскостью

-: движущей силой

-: углом атаки

-: силой тяги

I: ТЗ 25

S: Поверхность, имеющая два измерения, называется ###

+: плоскостью

*Методические рекомендации к тестированию*

Тесты – это вопросы или задания, предусматривающие конкретный, краткий, четкий ответ на имеющиеся эталоны ответов.

При самостоятельной подготовке к тестированию обучающемуся необходимо:

1. Готовясь к тестированию, проработать информационный материал по дисциплине, получить консультацию преподавателя по вопросу выбора учебной литературы;
2. Выяснить все условия тестирования заранее: сколько тестов будет предложено; сколько времени отводится на тестирование; какова система оценки результатов и т.д.
3. При работе с тестами, необходимо внимательно и до конца прочитать вопрос и предлагаемые варианты ответов. Выбрать правильные (их может быть несколько). На отдельном листке ответов выписать цифру вопроса и буквы, соответствующие правильным ответам;
4. В процессе решения желательно применять несколько подходов в решении задания. Это позволяет максимально гибко оперировать методами решения, находя каждый раз оптимальный вариант;
5. Если встретился трудный вопрос, не следует тратить много времени на него, лучше перейти к другим тестам и вернуться к трудному вопросу в конце.
6. Обязательно следует оставить время для проверки ответов, чтобы избежать механических ошибок.

*Критерии оценивания по тестовым заданиям*

Предел длительности контроля	30 мин
Предлагаемое количество заданий из одного контролируемого подраздела	30 тестовых заданий
Критерии оценки	% верно выполненных тестовых заданий
«4 балла», если	76-100
«3 балла», если	51-75
«2 балла», если	26-50
«1 балл», если	11-25
«0 баллов», если	0-10

### **5.3. Оценочные материалы для промежуточной аттестации**

Целью промежуточных аттестаций по дисциплине является оценка качества освоения дисциплины обучающимися.

Промежуточная аттестация предназначена для объективного подтверждения и оценивания достигнутых результатов обучения после завершения изучения дисциплины. Осуществляется в конце семестра и представляет собой итоговую оценку знаний по дисциплине «**«Теория и методика обучения базовым видам спорта. Плавание»** в виде проведения зачета.

Промежуточная аттестация может проводиться в устной, письменной форме, и в форме тестирования. На промежуточную аттестацию отводится до 25 баллов.

*5.3.1. Вопросы к зачету по дисциплине «Теория и методика обучения базовым видам спорта. Плавание» (контролируемая компетенция ОПК-3)*

1. Цель и задачи обучения плаванию.
2. Реализация принципов обучения при занятиях плаванием: наглядности; прочности; последовательности; научности доступности и т.д.;
3. Методы обучения: словесные, наглядные, практические.
4. Средства обучения плаванию: общеразвивающие, специальные подготовительные упражнения по освоению с водой, учебные прыжки в воду, игры и развлечения на воде.
5. Характеристика упражнений для изучения техники плавания, стартов и поворотов.
6. Этапы обучения плаванию.
7. Учет возрастных особенностей в процессе обучения плаванию.
8. Меры безопасности при проведении занятий плаванием.
9. Плавание в общеобразовательной школе.
10. Плавание в детско-юношеских спортивных школах(ДЮСШ).
11. Методика, приёмы и средства в организации обучения плаванию школьников.
12. Индивидуальный поход к обучению плаванию учащихся разного уровня подготовленности.
13. Основные правила проведения занятий по плаванию.
14. Основные средства обучения плаванию.
15. Современные методики обучения плаванию школьников.
16. Обучение плаванию детей на основе опорного гребка.
17. Особенности обучения плаванию взрослых.
18. Критерии отбора в плавании. Теоретические аспекты начального отбора и спортивная ориентация в плавании.
19. Проблема спортивного отбора в теории ФК и спорта. Необходимость спортивного отбора в плавании.
20. \Возможности спортивного отбора, психологические и педагогические критерии.

#### *Методические рекомендации:*

Для оценки составляющих компетенции при текущей аттестации используется балльно-рейтинговая системы шкала оценок. Для определения фактических оценок каждого показателя выставляются следующие баллы:

- результат, содержащий полный правильный ответ, полностью соответствующий требованиям критерия – 85 – 100 %;
- результат, содержащий неполный правильный ответ (степень полноты ответа – более 75%) или ответ, содержащий незначительные неточности, т.е. ответ, имеющий незначительные отступления от требований критерия, – 75 – 84% от максимального количества баллов;

- результат, содержащий неполный правильный ответ (степень полноты ответа – до 75%) или ответ, содержащий незначительные неточности, т.е. ответ, имеющий незначительные отступления от требований критерия – 60 -74 % от максимального количества баллов;

- результат, содержащий неполный правильный ответ, содержащий значительные неточности, ошибки (степень полноты ответа – менее 60%) – до 60 % от максимального количества баллов;

- неправильный ответ (ответ не по существу задания) или отсутствие ответа, т.е. ответ, не соответствующий полностью требованиям критерия, – 0 % от максимального количества баллов;

Результаты зачета – **промежуточная аттестация** – оцениваются по принципу «зачет» или «незачет» и заносятся в зачетную книжку.

- Зачет ставится: глубокое усвоение программного материала, логически стройное его изложение, дискуссионность данной проблематики, умение связать теорию с возможностями ее применения на практике, свободное решение задач и обоснование принятого решения, владение методологией и методиками исследований, методами моделирования; твердые знания программного материала, допустимы несущественные неточности в ответе на вопрос, правильное применение теоретических положений при решении вопросов и задач, умение выбирать конкретные методы решения сложных задач, используя методы сбора, расчета, анализа, классификации, интерпретации данных, самостоятельно применяя математический и статистический аппарат; знание только основного материала, допустимы неточности в ответе на вопросы, нарушение логической последовательности в изложении программного материала, умение решать простые задачи на основе базовых знаний и заданных алгоритмов действий, испытывать затруднения при решении практических задач;

- «Незачет» ставится: незнание значительной части программного материала, неумение даже с помощью преподавателя сформулировать правильные ответы на задаваемые вопросы, невыполнение практических заданий.

Результаты промежуточной аттестации обучающихся оцениваются в дальнейшем по 100-балльной шкале в соответствии с Балльно-рейтинговой системой.

Контроль по дисциплине осуществляется в соответствии с учебным планом образовательной программы и в соответствии с действующим Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости студентов КБГУ: коллоквиум, посещаемость, реферат, зачет, экзамен.

Контрольные занятия обеспечивают оперативную, текущую и итоговую информацию о степени освоения теоретических и методических знаний и умений, профессионально-прикладной подготовленности каждого студента. Оперативный контроль обеспечивает информацию о подготовленности студента на каждом занятии. Текущий контроль (рейтинг, контрольные точки) - позволяет оценить степень освоения раздела, темы, вида учебной работы в определенные сроки. В наличии имеются тестовые материалы в формате АСТ/DOC по дисциплине, подготовленные в соответствии с «Требованиями к составлению банка тестовых заданий» и переданные в Центр тестирования профессионального образования КБГУ для эксплуатации. Форма итогового контроля: зачеты и экзамены.

#### *5.4. Контроль курсовых работ (проектов)*

Курсовая работа (проект) по дисциплине **«Теория и методика обучения базовым видам спорта. Плавание»** не предусмотрена

## 6.МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ И (ИЛИ) ОПЫТА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Таблица 7. Результаты освоения учебной дисциплины, подлежащие проверке

Результаты обучения (компетенции)	Индикаторы достижений	Основные показатели оценки результатов обучения	Виды оценочного материала
Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке ( <b>ОПК-3</b> ).	<p><b>ОПК-3.1</b> - Способен использовать средства и методы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности для проведения занятий и физкультурно-спортивных мероприятий</p> <p><b>ОПК-3.2</b> - Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с учётом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики избранного вида спорта</p> <p><b>ОПК-3.3</b> - Способен использовать технические средства и инвентарь для повышения эффективности занятий и физкультурно-спортивных мероприятий</p>	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– историю и современное состояние плавания, его место и значение в физической культуре, науке и образовании;</li> <li>- значение и виды плавания как базового вида спорта;</li> <li>- воспитательные возможности занятий плаванием;</li> <li>- терминологию плавания;</li> <li>- основы техники способов плавания и прикладного плавания;</li> <li>- методики обучения способам плавания;</li> <li>- методики развития физических качеств средствами плавания;</li> <li>-методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях плаванием;</li> <li>-методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами плавания;</li> </ul> <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять методы организации учебной деятельности на занятиях по плаванию с учетом материально-технических возможностей</li> </ul>	<p>Оценочные материалы для устного опроса (раздел 5.1.1, №1-30).</p> <p>Оценочные материалы для выполнения рефератов - докладов (раздел 5.1.2, №1-25).</p> <p>Оценочные материалы для коллоквиума (раздел 5.2.1, №1-45).</p> <p>Оценочные материалы для проведения тестирования (раздел 5.2.2).</p> <p><i>полный перечень тестов по ссылке на <a href="http://open.kbsu.ru">http://open.kbsu.ru</a></i></p> <p>Оценочные материалы для промежуточной аттестации (раздел 5.3, № 1 – 20, №2-20).</p> <p>5.1.4. - Контрольные нормативы</p>

		<p>учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий</li> </ul> <p>по плаванию в зависимости от поставленных задач;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать в своей деятельности терминологию плавания;</li> <li>- распределять на протяжении занятия средства плавания с учетом их влияния на организм занимающихся;</li> <li>- показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в плавании;</li> <li>- использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой с использованием средств плавания;</li> <li>- организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений плавания;</li> <li>- контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств плавания;</li> <li>- оценивать качество выполнения упражнений в плавании и определять ошибки в технике;</li> <li>- определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике плавания, подбирать приемы и средства для их устранения;</li> </ul>	
--	--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по плаванию;</li> <li>- проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- осуществлять подготовку обучающихся к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях;</li> <li>- анализировать и корректировать уровень сформированности физической культуры обучающихся;</li> <li>- анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям;</li> <li>- формировать основы физкультурных знаний;</li> <li>- нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся;</li> <li>- применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся.</li> </ul> <p><i>Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся;</li> <li>- владения техникой способов плавания и</li> </ul>	
--	--	--	--



		прикладного плавания на уровне выполнения контрольных нормативов; - участия в судействе соревнования по плаванию; - проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»; проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.	
--	--	---	--

Таким образом, выполнение типовых заданий, представленных в разделе 5 «Оценочные материалы для текущего и рубежного контроля успеваемости и промежуточной аттестации» позволит обеспечить:

- Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке (ОПК-3).

## 7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### 7.1. Основная литература

1. Спортивное плавание: путь к успеху. Книга 1. Под общ. ред. В.Н. Платонова. «Советский спорт». - 2013. <http://e.lanbook.com>
2. Спортивное плавание: путь к успеху . Книга 2. Под общ. ред. В.Н. Платонова «Советский спорт». -2013. <http://e.lanbook.com>
3. Кузнецов В.С. Теория и методика физической культуры и спорта. Изд. «Академия» Москва. – 2013 г.
4. Методика обучения ФК. Под ред. Ю.Д. Железняк. М.: «Академия».- 2013 г.
5. Губа В.П. Основы спортивной подготовки: методы оценки и прогнозирования. -2013 г. <http://e.lanbook.com>

### 7.2. Дополнительная литература

1. Водные виды спорта: учеб. для студентов вузов, обучающихся по спец. 022300 - Физ. культура и спорт: Рек. М-вом образования РФ / ред. Булгакова Н.Ж. - М.: АCADEMIA, 2003. - 315 с.: ил.
2. Викулов А.Д. Плавание: Учеб. Пособие. - М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2004. - 367 с.
3. Литванов А.А., Козлов А.В., Ивченко Е.В. Теория и методика по базовым видам спорта: Плавание. Изд. «Академия», 2013. – 272 с.

4. Карпенко Е., Коротнова Т. и др. Плавание. Игровой метод обучения. Издательство: Терра-Спорт., 2009. – 48 с.
5. Петрова Н.Л., Баранов В. А. Плавание. Техника обучения детей с раннего возраста. 2007.
6. Педролетти Мишель. Основы плавания. Обучение и путь к совершенству. Издательство: Феникс, 2006 г. – 176 с.
7. Плавание: Примерная программа спортивной подготовки для детских-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. : Кашкин А.А. Попов О.И. Смирнов В.В. Издательство: Советский спорт. 2004. – 216 с.
8. Плавание. Изд. АСТ Харвест Астрель, 2010.- 32 с.
9. Кашкин А.А. Возрастная динамика специальной подготовленности юных пловцов : метод. разраб. -М., 2008. - 60 с.
10. Фомиченко Т.Г. Современные проблемы спортивного плавания /Фомиченко Т.Г.; РГАФК. - М.: ФОРНИ, 2001. - 50 с.
11. Булгакова Н.Ж. Игры у воды, на воде, под водой. - М.: ФиС, 2000. - 77 с.: ил.
12. Булгакова Н.Ж. Отбор и подготовка юных пловцов. - М.: ФиС, 1986. - 190 с.
13. Булгакова Н.Ж. Плавание. - М.: Астрель: АСТ, 2005. - 159 с.: ил.
14. Васильев В.С. Обучение детей плаванию / Васильев В.С. - М.: ФиС, 1989. - 96 с.: ил.
15. Зациорский В.М. Физические качества спортсмена : основы теории и методики воспитания. - М.: Сов. спорт, 2009.- 199 с.: ил.
16. Зенов Б.Д. Специальная физическая подготовка пловца на суше и в воде. - М.: ФиС, 1986. - 79 с.: ил.
17. Каунсилмен Джеймс Е. Спортивное плавание. -М.: ФиС, 1982. - 208 с.

### 7.3 Периодические издания

1. Плавание
2. Теория и практика физической культуры
3. Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта
4. Физическая культура в школе
5. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка
6. Физическое образование в ВУЗах

### 7.4 Интернет-ресурсы

*общие информационные, справочные и поисковые:*

1. Справочная правовая система «Гарант». URL: <http://www.garant.ru>.
2. Справочная правовая система «Консультант Плюс». URL: <http://www.consultant.ru>

*– к современным профессиональным базам данных:*

№п/п	Наименование электронного ресурса	Краткая характеристика	Адрес сайта	Условия доступа
1.	ЭБД РГБ	Электронные версии <b>885898</b> полных текстов диссертаций и авторефератов из фонда Российской государственной библиотеки	<a href="http://www.diss.rsl.ru">http://www.diss.rsl.ru</a>	Авторизованный доступ из библиотек и (к. 112-113)
2.	«Web of Science» (WOS)	Авторитетная политематическая реферативно-библиографическая и наукометрическая база данных, в которой индексируются около <b>12,5 тыс.</b> журналов	<a href="http://www.isiknowledge.com/">http://www.isiknowledge.com/</a>	Доступ по IP-адресам КБГУ

3.	<b>Sciverse Scopus</b> издательства «Эльзевир. Наука и технологии»	Реферативная и аналитическая база данных, содержащая <ul style="list-style-type: none"> <li>• 21.000 рецензируемых журналов; 100.000 книг; 370 книжный серий (продолжающихся изданий);</li> <li>• 6,8 млн. докладов из трудов конференций</li> </ul>	<a href="http://www.scopus.com">http://www.scopus. com</a>	Доступ по IP-адресам КБГУ
4.	<b>Научная электронная библиотека (НЭБ РФФИ)</b>	Электронная библиотека научных публикаций - полнотекстовые версии около 4000 иностранных и 3900 отечественных научных журналов, рефераты публикаций 20 тысяч журналов, а также описания 1,5 млн. зарубежных и российских диссертаций. 2800 российских журналов на безвозмездной основе	<a href="http://elibrary.ru">http://elibrary.ru</a>	Полный доступ
5.	<b>База данных Science Index (РИНЦ)</b>	Национальная информационно- аналитическая система, аккумулирующая более 6 миллионов публикаций российских авторов, а также информацию об их цитировании из более 4500 российских журналов.	<a href="http://elibrary.ru">http://elibrary.ru</a>	Авторизов анный доступ. Позволяет дополнять и уточнять сведения о публикаци ях ученых КБГУ, имеющихс я в РИНЦ
6.	<b>Национальная электронная библиотека РГБ</b>	Объединенный электронный каталог фондов российских библиотек, содержащий 4 331 542 электронных документов образовательного и научного характера по различным отраслям знаний	<a href="https://нэб.рф">https://нэб.рф</a>	Доступ с электронно го читального зала библиотек и КБГУ

– *поисковые системы:*

1. Библиотека КБГУ: <http://lib.kbsu.ru/>
2. Библиотека России <http://www.cnb.dvo.ru/links.htm>
3. Большой энциклопедический словарь <http://www.sci.aha.ru/ALL/VOC/index.htm>
4. Российская Государственная библиотека. Электронный каталог  
<http://www.rsl.ru/index.php?f=97>

*иные интернет-источники:*

1. Официальный сайт FINA <http://www.fina.org/>
2. Официальный сайт Европейской федерации плавания LEN –<http://www.lenweb.org/main.php>
3. Официальный сайт Всероссийской федерации плавания –<http://www.russwimming.ru/>
4. Российские новости <http://swimming.ru/>
5. Статистика по чемпионатам мира с начала их проведения  
[http://en.wikipedia.org/wiki/Swimming\\_world\\_championships](http://en.wikipedia.org/wiki/Swimming_world_championships)
6. Хронология мировых рекордов на отдельных дистанциях с момента  
регистрации [http://en.wikipedia.org/wiki/Swimming\\_world\\_records](http://en.wikipedia.org/wiki/Swimming_world_records)
7. База данных олимпийской статистики <http://www.sports-reference.com>
8. Сайт, содержащий полезную информацию, касающуюся физической культуры:  
<http://www.fizkult-ura.ru/>
9. Сайт, посвященный физической культуре: <http://www.ukzdor.ru/fizkult.html>
10. Официальный сайт FINA <http://www.fina.org/>

11. Официальный сайт Европейской федерации плавания LEN – <http://www.lenweb.org/main.php>
12. Официальный сайт Всероссийской федерации плавания – <http://www.russwimming.ru/>
13. Российские новости <http://swimming.ru/>
14. Статистика по чемпионатам мира с начала их проведения [http://en.wikipedia.org/wiki/Swimming\\_world\\_championships](http://en.wikipedia.org/wiki/Swimming_world_championships)
15. Хронология мировых рекордов на отдельных дистанциях с момента регистрации [http://en.wikipedia.org/wiki/Swimming\\_world\\_records](http://en.wikipedia.org/wiki/Swimming_world_records)
16. База данных олимпийской статистики <http://www.sports-reference.com>

#### *7.5. Методические указания по проведению различных учебных занятий, к курсовому проектированию и другим видам самостоятельной работы*

Учебная работа по дисциплине «Теория и методика обучения базовым видам спорта. Плавание» состоит из контактной работы (лекции, практические занятия) и самостоятельной работы.

##### *Методические рекомендации при работе над конспектом во время проведения лекции*

В процессе лекционных занятий целесообразно конспектировать учебный материал. Для этого используются общие и утвердившиеся в практике правила, и приемы конспектирования лекций.

Конспектирование лекций ведется в специально отведенной для этого тетради, каждый лист которой должен иметь поля, на которых делаются пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

Целесообразно записывать тему и план лекций, рекомендуемую литературу к теме. Записи разделов лекции должны иметь заголовки, подзаголовки, красные строки. Для выделения разделов, выводов, определений, основных идей можно использовать цветные карандаши и фломастеры.

Названные в лекции ссылки на первоисточники надо пометить на полях, чтобы при самостоятельной работе найти и вписать их. В конспекте дословно записываются определения понятий, категорий и законов. Остальное должно быть записано своими словами.

Каждому обучающемуся необходимо выработать и использовать допустимые сокращения наиболее распространенных терминов и понятий.

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

Практические (семинарские) занятия – составная часть учебного процесса, групповая форма занятий при активном участии обучающихся. Практические (семинарские) занятия способствуют углубленному изучению наиболее сложных проблем науки и служат основной формой подведения итогов самостоятельной работы обучающихся. Целью практических (семинарских) занятий является углубление и закрепление теоретических знаний, полученных обучающимися на лекциях и в процессе самостоятельного изучения учебного материала, а, следовательно, формирование у них определенных умений и навыков.

В ходе подготовки к практическому (семинарскому) занятию необходимо прочитать конспект лекции, изучить основную литературу, ознакомиться с дополнительной литературой, выполнить выданные преподавателем практические задания. Следует доработать свой конспект лекции, делая в нем соответствующие записи из литературы.

Желательно при подготовке к практическим (семинарским) занятиям по дисциплине одновременно использовать несколько источников, раскрывающих заданные вопросы.

На практических (семинарских) занятиях обучающиеся учатся грамотно излагать проблемы, свободно высказывать свои мысли и суждения, рассматривают ситуации,

способствующие развитию профессиональной компетентности. Следует иметь в виду, что подготовка к практическому (семинарскому) занятию зависит от формы, места его проведения, конкретных заданий и поручений. Это может быть написание реферата (с последующим их обсуждением), коллоквиум.

При проведении практических занятий рекомендуется придерживаться следующей примерной схемы:

- в соответствии с планируемой темой занятия преподаватель заблаговременно выдает обучающимся задание по ознакомлению с рекомендуемой литературой и необходимые указания к ее освоению;
- обучающиеся практически при взаимоконтроле воспроизводят тематические задания под наблюдением преподавателя;
- под руководством преподавателя обсуждается, и анализируются итоги выполнения задания, обучающимся выдаются индивидуальные рекомендации по практическому разделу самосовершенствованию тематических действий, приемов, способов.

Подбор материала на практических занятиях должен предусматривать знание ранее изученного теоретического материала и самостоятельного выполнения задания преподавателя. На занятиях могут использоваться тренажеры и компьютерно-тренажерные системы.

Преподаватель на протяжении всего курса обучения должен проводить консультации по вопросам, вызывающим в обучающихся затруднения в понимании.

#### *Методические рекомендации по организации самостоятельной работы*

Организация самостоятельной работы по дисциплине включает следующие компоненты:

1. Самостоятельное изучение тем дисциплины;
2. Подготовка рефератов по предложенным темам.

Самостоятельная работа обучающегося включает:

- изучение основной и дополнительной литературы;
- изучение материалов периодической печати и электронных ресурсов;
- подготовку к практическим (семинарским) занятиям;
- выполнение задания и подготовку к его защите;
- подготовку к зачету;
- индивидуальные и групповые консультации по наиболее сложным вопросам дисциплины.

Теоретический материал по тем темам, которые вынесены на самостоятельное изучение, обучающийся прорабатывает в соответствии с вопросами для подготовки к зачету. Пакет заданий для самостоятельной работы выдается в начале семестра, определяются конкретные сроки их выполнения и сдачи. Результаты самостоятельной работы контролируются преподавателем и учитываются при аттестации обучающегося. Задания для самостоятельной работы составляются, как правило, по темам и вопросам, по которым не предусмотрены аудиторские занятия, либо требуется дополнительно проработать и проанализировать рассматриваемый преподавателем материал в объеме запланированных часов.

Для закрепления теоретического материала обучающиеся выполняют различные задания (рефераты, задания для самостоятельного выполнения). Их выполнение призвано обратить внимание обучающихся на наиболее сложные, ключевые и дискуссионные аспекты изучаемой темы, помочь систематизировать и лучше усвоить пройденный материал. Такие задания могут быть использованы как для проверки знаний обучающихся преподавателем в ходе проведения занятий, а также для самопроверки знаний обучающимися.

При самостоятельном выполнении заданий обучающиеся могут выявить тот круг вопросов, который усвоили слабо, и в дальнейшем обратить на них особое внимание. Контроль самостоятельной работы обучающихся по выполнению заданий осуществляется преподавателем с помощью выборочной и фронтальной проверок на практически

(семинарских) занятиях. При необходимости дополнительные консультации могут быть назначены по согласованию с преподавателем в индивидуальном порядке. Самостоятельная работа должна носить творческий и планомерный характер.

#### *Методические рекомендации по работе с литературой*

Всю литературу можно разделить на учебники и учебные пособия, оригинальные научные монографические источники, научные публикации в периодической печати. Из них можно выделить литературу основную (рекомендуемую), дополнительную и литературу для углубленного изучения дисциплины.

При работе с литературой необходимо учитывать, что имеются различные виды чтения, и каждый из них используется на определенных этапах освоения материала.

*Предварительное* чтение направлено на выявление в тексте незнакомых терминов и поиск их значения в справочной литературе. В частности, при чтении указанной литературы необходимо подробнейшим образом анализировать понятия.

*Сквозное чтение* предполагает прочтение материала от начала до конца. Сквозное чтение литературы из приведенного списка дает возможность обучающемуся сформировать свод основных понятий из изучаемой области и свободно владеть ими.

*Выборочное* – наоборот, имеет целью поиск и отбор материала. В рамках данного курса выборочное чтение, как способ освоения содержания курса, должно использоваться при подготовке к практическим занятиям по соответствующим разделам.

*Аналитическое чтение* – это критический разбор текста с последующим его конспектированием. Освоение указанных понятий будет наиболее эффективным в том случае, если при чтении текстов студент будет задавать к этим текстам вопросы. Перечень этих вопросов ограничен, поэтому важно не только содержание вопросов, но сам принцип освоения литературы с помощью вопросов к текстам.

Целью *изучающего* чтения является глубокое и всестороннее понимание учебной информации. Есть несколько приемов изучающего чтения:

1. Чтение по алгоритму предполагает разбиение информации на блоки: название; автор; источник; основная идея текста; фактический материал; анализ текста путем сопоставления имеющихся точек зрения по рассматриваемым вопросам; новизна.
2. Прием постановки вопросов к тексту имеет следующий алгоритм:
  - медленно прочитать текст, стараясь понять смысл изложенного;
  - выделить ключевые слова в тексте;
  - постараться понять основные идеи, подтекст и общий замысел автора.
3. Прием тезирования заключается в формулировании тезисов в виде положений, утверждений, выводов.

К этому можно добавить и иные приемы: прием реферирования, прием комментирования.

#### *Методические рекомендации по написанию рефератов*

Реферат – доклад на определенную тему, включающий обзор соответствующих литературных и других источников; краткое изложение содержания научной работы, книги (или ее части), статьи с основными фактическими сведениями и выводами. Реферат является творческой исследовательской работой, основанной, прежде всего, на изучении значительного количества научной и иной литературы по теме исследования.

Написание реферата используется в учебном процессе в целях приобретения обучающимся необходимой профессиональной подготовки, развития умения и навыков самостоятельного научного поиска: изучения литературы по выбранной теме, анализа различных источников и точек зрения, обобщения материала, выделения главного, формулирования выводов и т.п. Процесс написания реферата включает: выбор темы; подбор нормативных актов, специальной литературы и иных источников, их изучение; составление плана; написание текста работы и ее оформление; устное изложение реферата.

Рефераты пишутся по наиболее актуальным темам. В них на основе тщательного анализа и обобщения научного материала сопоставляются различные взгляды авторов и определяется собственная позиция обучающегося с изложением соответствующих аргументов. Темы рефератов должны охватывать и дискуссионные вопросы курса. Они призваны отражать передовые научные идеи, обобщать тенденции практической деятельности, учитывая при этом изменения в текущем законодательстве. Обучающийся при желании может сам предложить ту или иную тему, предварительно согласовав ее с научным руководителем.

Содержание реферата обучающийся докладывает в отведенное для этого преподавателем время на практических занятиях. Предварительно подготовив тезисы доклада, обучающийся в течение 7 - 10 минут должен кратко изложить основные положения своей работы. После доклада автор отвечает на вопросы аудитории. На основе обсуждения обучающемуся выставляется соответствующая оценка.

#### *Методические рекомендации для подготовки к зачету*

Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачетов и экзамена. Основой для определения оценки служит уровень усвоения обучающимися материала, предусмотренного рабочей программой дисциплины. К зачету допускаются обучающиеся, набравшие 36 и более баллов по итогам текущего и промежуточного контроля. На зачете обучающийся может набрать до 25 баллов.

В период подготовки к зачету обучающиеся вновь обращаются к учебно-методическому материалу и закрепляют промежуточные знания.

Подготовка обучающегося к зачету включает три этапа:

- самостоятельная работа в течение семестра;
- непосредственная подготовка в дни, предшествующие зачету по темам курса;
- выполнение заданий непосредственно на зачете.

При подготовке к зачету обучающимся целесообразно использовать материалы лекций, основную и дополнительную литературу.

На зачет выносится материал в объеме, предусмотренном рабочей программой дисциплины за семестр. Зачет проводится в письменной или устной форме. Ведущий преподаватель составляет комплект билетов, каждый из которых включает в себя два задания. Содержание одного билета относится к различным разделам программы с тем, чтобы более полно охватить материал учебной дисциплины. При проведении зачета в письменной форме на выполнение работы отводится 45 минут.

На зачете преподаватель оценивает, как знания материалов дисциплины, так и форму их изложения обучающимся.

Критериями оценки ответа обучающегося на устном зачете для преподавателя выступают:

1. Правильность ответов на вопросы (верное, четкое и достаточно глубокое изложение идей, понятий, фактов);
2. Полнота и лаконичность ответа;
3. Степень использования и понимания научных источников;
4. Умение связывать теорию с практикой;
5. Логика и аргументированность изложения материала;
6. Грамотное комментирование, приведение примеров, аналогий;
7. Культура речи.

Основными формами внеаудиторной самостоятельной работы студента по дисциплине являются:

- работа с научной и учебно-методической литературой;
- письменные и устные ответы по заданной преподавателем тематике;
- подготовка к практическим занятиям;

- написание докладов, рефератов, составление графиков, таблиц, схем;
- подготовка к зачету.

Самостоятельная работа студентов, планируемая параллельно с изучением практического раздела дисциплины, предполагает:

- повышение уровня собственной плавательной подготовленности, развитие физических качеств (на данный вид учебной деятельности планируется не менее 30% времени, отведенного на самостоятельное изучение дисциплины);
- подготовка к текущему и этапному контролю знаний и умений;
- изучение специальной литературы и документов; выполнение творческих заданий
- подготовка технологической карты плавательного упражнения (по выбору студента);
- запись и проведение авторской подвижной игры, сочинение по теме игры считалочки или рифмованного сопровождения какого-либо упражнения;
- подготовка и проведение в воде «Веселых стартов» (данный вид самостоятельной деятельность носит коллективный характер, целесообразным является формирование группы из 5-7 человек во главе со студентом, имеющим наибольшее количество рейтинговых баллов, с целью обеспечения качественного выполнения учебной педагогической задачи);
- подготовка и реализация на практике зачетного конспекта урока.

Для оптимальной организации самостоятельной учебной деятельности студентов предлагается учебное пособие «Плавание: самостоятельные занятия» (Савельева О.Ю. Плавание: самостоятельные занятия: учебное пособие для студентов факультетов физической культуры / О.Ю. Савельева. – М.: МГПУ. 2010. – 116 с.).

## 8.МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Перечень материально-технического обеспечения дисциплины включает в себя специальные помещения для проведения занятий лекционного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы и помещения для хранения и профилактического обслуживания оборудования. Специальные помещения укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления информации большой аудитории.

Для проведения занятий лекционного типа имеются демонстрационное оборудование и учебно-наглядные пособия. По дисциплине «Теория и методика обучения базовым видам спорта. Плавание» имеются презентации по отдельным темам курса, позволяющие наиболее эффективно освоить представленный учебный материал.

Реализация программы бакалавриата обеспечена необходимым комплектом следующего лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения:

*лицензионное программное обеспечение:*

### **Российское лицензионного ПО**

№	Производитель	Наименование	лицензии
1.	Kaspersky	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 1500-2499 Node 1 year Educational Renewal License	лицензия



№	Производитель	Наименование	лицензии
2.	DrWeb	Dr.Web Desktop Security Suite Комплексная защита + Центр управления на 12 мес., 200 ПК, продление	лицензия

### Зарубежное лицензионное ПО

№	Производитель	Наименование	лицензии
1.	MSAcademicEES	Office 365 ProPlusEdu ShrdSvr ALNG SubsVL MVL PerUsr A Faculty EES	лицензия
2.	MSAcademicEES	Office 365 ProPlusEdu ShrdSvr ALNG SubsVL MVL PerUsr STUUseBnft Student EES	лицензия
3.	MSAcademicEES	Core CALClient Access License ALNG LicSAPk MVL DvcCAL A Faculty EES	лицензия
4.	MSAcademicEES	WINEDUpperDVC ALNG UpgrdSAPk MVL A Faculty EES (Корпоративная подписка на продукты Windows операционная система и офис)	Лицензия
5.	AdobeCreativeCloud	Adobe Creative Cloud for Teams – All Apps. Лицензии Education Device license для образовательных организаций	лицензия
6.	ABBYY	ABBYY FineReader	лицензия

*свободно распространяемые программы:*

### Российское ПО (свободно распространяемое)

№	Производитель	Наименование	Сроки лицензий
1.	StarForce Technologies, Россия, Москва	Foxit PDF Reader	Бесплатно
2.	Россия	7zip	Бесплатно
3.		Яндекс.Диск	Бесплатно

### Зарубежное ПО (свободно распространяемое)

№	Наименование	лицензии
1.	Web Browser - Firefox	Бесплатно
2.	Python	Бесплатно
3.	Eclipse	Бесплатно
4.	Apache OpenOffice	Бесплатно
5.	Mentimeter <a href="https://www.mentimeter.com/">https://www.mentimeter.com/</a>	Бесплатно
6.	Online Test Pad <a href="https://onlinetestpad.com/ru/tests">https://onlinetestpad.com/ru/tests</a>	Бесплатно
7.	Moodle <a href="https://moodle.org/?lang=ru">https://moodle.org/?lang=ru</a>	Бесплатно
8.	Kahoot! <a href="https://kahoot.com/">https://kahoot.com/</a>	Бесплатно
9.	Flippity <a href="https://www.flippity.net/">https://www.flippity.net/</a>	Бесплатно
10.	Mindmeister <a href="https://www.mindmeister.com/ru">https://www.mindmeister.com/ru</a>	Бесплатно

При осуществлении образовательного процесса студентами и преподавателем используются следующие информационно справочные системы: ЭБС «АйПиЭрбукс», ЭБС «Консультант студента», СПС «Консультант плюс», СПС «Гарант».

Интерактивный класс, оснащенный оборудованием: стендами, информационно-измерительными системами, электронными средствами обучения и контроля знаний студентов. Компьютерный класс.

Для качественного обеспечения учебного процесса необходимо наличие крытого плавательного бассейна с дорожкой длиной 25 м, шириной не менее 10 м (4 плавательные дорожки), с террасным дном глубиной 130 см – 220 см, оборудованной со стороны глубокой части стартовыми тумбочками и поручнями. В бассейне должен быть широкий бортик для проведения упражнений на суше или зал сухого плавания; демонстрационные настенные секундомеры; предусмотрено и оборудовано место для проведения теоретической части практических занятий.

Для чтения лекционного курса необходима аудитория с компьютерным проекционным оборудованием и выходом в Интернет; для подготовки к учебному процессу - наличие персонального компьютера (ноутбука), сканера, принтера, копировального аппарата; для осуществления программированного контроля знаний – доступ к компьютерному классу.

*Инвентарь:*

- спасательные шесты (4 шт.),
- пластмассовые обручи диаметров 1 – 1,5 м (10 – 12 шт.),
- легкие резиновые мячи диаметром 10 – 20 см (10 – 15 шт.),
- мелкий тонущий и плавающий инвентарь (около 30 шт.),
- плавательные доски (30 шт.),
- колобашки (30 шт.),
- ласты (30 пар),
- буйки простейшей конструкции (10-12 шт.),
- стойки-ориентиры (6-8 шт.),
- стартовые флажки (2 шт.),
- ручные секундомеры (6 шт.),
- тренажер для освоения техники искусственного дыхания и непрямого массажа сердца,
- гимнастические скамейки из расчета 1 шт. на 4 человека,
- инвентарь для проведения упражнений на суше: резиновые амортизаторы, гимнастические палки и коврики (по количеству студентов), набивные мячи 2-5 кг (15 шт.).

Желательны: видео- и аудиоаппаратура для записи, просмотра (прослушивания) и последующего анализа отдельных моментов учебного процесса, в частности, учебной практики. Фото и видеоматериалы по технике плавания и методике обучения, мультимедийное сопровождение учебного материала.

*Экипировка студентов:*

- плавательные костюмы (для мужчин – плавки, для женщин – предпочтительнее цельковые купальники);
- плавательные шапочки;
- очки для плавания (желательно);
- шлепанцы (сланцы);
- средства личной гигиены, полотенце;
- тренировочный костюм (спортивные трусы, футболка) для проведения учебной практики и присутствия на бортике в случае освобождения от занятий в воде;
- индивидуальные письменные принадлежности.

## *8.2. Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья*

Для студентов с ограниченными возможностями здоровья созданы специальные условия для получения образования. В целях доступности получения высшего образования по

образовательным программам инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья университетом обеспечивается:

1. Альтернативная версия официального сайта в сети «Интернет» для слабовидящих;
2. Для инвалидов с нарушениями зрения (слабовидящие, слепые):
  - присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь, дублирование вслух справочной информации о расписании учебных занятий; наличие средств для усиления остаточного зрения, брайлевской компьютерной техники, видеоувеличителей, программ невидимого доступа к информации, программ-синтезаторов речи и других технических средств приема-передачи учебной информации в доступных формах для обучающегося с нарушениями зрения;
  - задания для выполнения на зачете зачитываются ассистентом;
  - письменные задания выполняются на бумаге, надиктовываются ассистенту обучающимся;
3. Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху (слабослышащие, глухие):
  - на зачете присутствует ассистент, оказывающий обучающемуся необходимую техническую помощь с учетом индивидуальных особенностей (он помогает занять рабочее место, передвигаться, прочитать и оформить задание, в том числе записывая под диктовку);
  - зачет проводится в письменной форме;
4. Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата:
  - созданы материально-технические условия обеспечивающие возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, объекты питания, туалетные и другие помещения университета, а также пребывания в указанных помещениях (наличие расширенных дверных проемов, поручней и других приспособлений);
  - письменные задания выполняются на компьютере со специализированным программным обеспечением или надиктовываются ассистенту;
  - по желанию обучающегося зачет проводится в устной форме.

Обучающиеся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья обеспечены электронными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.

---

**ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ (ДОПОЛНЕНИЙ)**  
**в рабочую программу по дисциплине «Теория и методика обучения базовым**  
**видам спорта. Плавание»**  
**на 2021/2022 уч. г.**

<b>№№</b>	<b>Элемент (пункт) РПД</b>	<b>Перечень вносимых изменений (дополнений)</b>	<b>Примечание</b>

Обсуждена и рекомендована на заседании института педагогики психологии и ФСО  
Протокол № \_\_\_\_ о «\_\_» \_\_\_\_\_ 2021 г

Шкала оценивания планируемых результатов обучения

Текущий и рубежный контроль

Семестры	Шкала оценивания			
	0-35 баллов	36-50 баллов	51-60 баллов	61-70 баллов
1-8	Частичное посещение аудиторных занятий. Неудовлетворительное выполнение заданий на практических (семинарских) занятиях. Плохая подготовка к балльно-рейтинговым мероприятиям. Обучающийся не допускается к промежуточной аттестации.	Полное или частичное посещение аудиторных занятий. Частичное выполнение и защита заданий на практических (семинарских) занятиях. Выполнение тестовых заданий, ответы на коллоквиуме на оценки «удовлетворительно».	Полное или частичное посещение аудиторных занятий. Полное выполнение и защита заданий на практических (семинарских) занятиях. Выполнение тестовых заданий, ответы на коллоквиуме на оценки «хорошо».	Полное посещение аудиторных занятий. Полное выполнение и защита заданий на практических (семинарских) занятиях. Выполнение тестовых заданий, ответы на коллоквиуме на оценки «отлично».

Промежуточный контроль

Семестр	Шкала оценивания	
	Не зачтено (36-60 баллов)	Зачтено (61-70 баллов)
2-8	Обучающийся имеет 36-60 баллов по итогам текущего и рубежного контроля. На зачете не выполнил ни одно задание. По итогам промежуточного контроля получил 0 баллов.	Обучающийся имеет 36-50 баллов по итогам текущего и рубежного контроля, на зачете полностью выполнил первое задание билета и частично (полностью) второе задание. По итогам промежуточного контроля получил от 11 до 25 баллов. Обучающийся имеет 51-60 баллов по итогам текущего и рубежного контроля, на зачете выполнил полностью первое задание или частично выполнил оба задания. По итогам промежуточного контроля получил от 1 до 10 баллов. Обучающемуся, имеющему 61-70 баллов по итогам текущего и рубежного контроля, выставляется отметка «зачтено» без сдачи зачета.

*Критерии оценки качества освоения дисциплины  
Для зачета*

Баллы (рейтинговой оценки)	Результат освоения	Требования к уровню освоения компетенции(й)
61-70	Зачтено	Обучающийся: имеет целостные, системные знания, умеет выделять главное и второстепенное; дает четкие определения понятий; последовательно и уверенно излагает материал; может применять приобретенные знания, умения и навыки для решения профессиональных задач.
36-60	Не зачтено	Обучающийся: имеет разрозненные знания; допускает негрубые ошибки и неточности в определении понятий; затрудняется в изложении материала; допускает грубые ошибки при применении приобретенных знаний, умений и навыков в решении профессиональных задач.
0-35	Недопуск	Обучающийся: имеет разрозненные, бессистемные знания, не умеет выделять главное и второстепенное; допускает грубые ошибки в определении понятий, искажает их смысл; беспорядочно и неуверенно излагает материал; не может применять приобретенные знания, умения и навыки для решения профессиональных задач.