

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Сыров Игорь Анатольевич
Должность: Директор
Дата подписания: 30.10.2023 14:25:41
Уникальный программный ключ:
b683afe664d7e9f64175886cf9626a198149ad36

СТЕРЛИТАМАКСКИЙ ФИЛИАЛ
ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО
УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«УФИМСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ НАУКИ И ТЕХНОЛОГИЙ»

Факультет Кафедра физвоспитания
Кафедра Физической культуры и здоровьесберегающих технологий

Оценочные материалы по дисциплине (модулю)

дисциплина Плавание

Блок Б1, обязательная часть, Б1.О.20.05

цикл дисциплины и его часть (обязательная часть или часть, формируемая участниками образовательных отношений)

Направление

44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
код наименование направления

Программа

Физическая культура, Безопасность жизнедеятельности

Форма обучения

Заочная

Для поступивших на обучение в
2023 г.

Разработчик (составитель)
канд.биол.наук, доцент
Салеев Э. Р.
ученая степень, должность, ФИО

1. Перечень компетенций, индикаторов достижения компетенций и описание показателей и критериев оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю)	3
2. Оценочные средства, необходимые для оценки результатов обучения по дисциплине (модулю)	13
3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю), описание шкал оценивания	18

1. Перечень компетенций, индикаторов достижения компетенций и описание показателей и критериев оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю)

Формируемая компетенция (с указанием кода)	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине (модулю)	Показатели и критерии оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю)				Вид оценочного средства
			1	2	3	4	
			неуд.	удовл.	хорошо	отлично	
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.3. Применять необходимые средства и методы организации здорового образа жизни.	Обучающийся должен знать: – теоретико-методические и организационные основы физической культуры и здорового образа жизни – социальную роль занятий гимнастикой в развитии индивидуальных психофизических качеств, для реализации процесса самоопределения, саморазвития, самосовершенствования и	Содержание курса освоено частично, необходимые навыки работы не сформированы или сформированы отдельные из них, большинство предусмотренных рабочей программой учебных заданий не выполнено либо выполнено с грубыми ошибками,	Содержание курса освоено большей частью, но пробелы не носят существенного характера, необходимые практические навыки работы с материалом в основном сформированы, большинство рабочей учебной программы	Теоретическое содержание курса освоено в целом без пробелов, необходимые практические навыки работы с материалом в основном сформированы, предусмотренные рабочей учебной программой задания выполнены с отдельными	Содержание курса освоено полностью без пробелов, системно и глубоко, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы, все предусмотренные рабочей программой учебные задания выполнены качественно их выполнения оценено числом	Тестовые задания

		<p>готовности к профессиональной деятельности</p> <p>– средства и методы развития физических качеств в процессе занятий гимнастикой</p> <p>– основы техники безопасности на занятиях гимнастикой</p>	<p>качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимуму.</p>	<p>выполнены, отдельные из выполненных заданий содержат ошибки.</p>	<p>неточностями, качество выполнения большинства заданий оценено числом баллов, близким к максимуму</p>	<p>баллов, близким к максимуму</p>	
<p>УК-7.2.</p> <p>Планирует и организует учебные занятия с целью сохранения и укрепления здоровья.</p>	<p>Обучающийся должен уметь:</p> <p>– определять педагогические возможности различных средств, методов и приемов организации в обучении, развитии и воспитании</p> <p>– оценивать эффективность занятий гимнастикой на физическое состояние организма</p>	<p>Содержание курса освоено частично, необходимые навыки работы не сформированы или сформированы отдельные из них, большинство предусмотренных рабочей учебной программой заданий не выполнено либо выполнено с</p>	<p>Содержание курса освоено большей частью, но пробелы не носят существенного характера, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, большинство предусмотренных рабочей программой</p>	<p>Теоретическое содержание курса освоено в целом без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, предусмотренные рабочей учебной программой задания</p>	<p>Содержание курса освоено полностью без пробелов, системно и глубоко, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы, все предусмотренные рабочей программой учебные задания выполнены безупречно, качество их</p>	<p>Творческое задание</p>	

			грубыми ошибками, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимуму.	учебных заданий выполнены, отдельные из выполненных заданий содержат ошибки.	выполнены с отдельными неточностями, качество выполнения большинства заданий оценено числом баллов, близким к максимуму	выполнения оценено числом баллов, близким к максимуму	
УК-7.1. Определяет ценности, функции и роль физической культуры как социального явления и части культуры общества и личности.	Обучающийся должен владеть: – навыками творческого применения физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей – средствами и методами формирования здорового стиля жизни, физического самосовершенствования и самовоспитания	Содержание курса освоено частично, необходимые навыки работы не сформированы или сформированы отдельные из них, большинство предусмотренных рабочей программой учебных заданий не выполнено либо выполнено с	Содержание курса освоено большей частью, но пробелы не носят существенного характера, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, большинство предусмотренных рабочей программой	Теоретическое содержание курса освоено в целом без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, предусмотренные рабочей программой учебные задания	Содержание курса освоено полностью без пробелов, системно и глубоко, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы, все предусмотренные рабочей программой учебные задания выполнены качественно их	Устный опрос	

		– способами оценки двигательных умений и навыков занятий гимнастикой и систем гимнастических упражнений, определяющих психофизическую готовность к профессиональной деятельности	грубыми ошибками, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимуму.	учебных заданий выполнены, отдельные из выполненных заданий содержат ошибки.	выполнены с отдельными неточностями, качество выполнения большинства заданий оценено числом баллов, близким к максимуму	выполнения оценено числом баллов, близким к максимуму	
ОПК-8. Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний	ОПК-8.3. Владеет алгоритмами и технологиями осуществления профессиональной педагогической деятельности на основе специальных научных знаний	Обучающийся должен знать: историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательных систем, роль и место образования в жизни личности и общества; – технику выполнения и дидактические особенности методов, средств и педагогических	Содержание курса освоено частично, необходимые навыки работы не сформированы или сформированы отдельные из них, большинство предусмотренных рабочей программой учебных заданий не выполнено либо	Содержание курса освоено большей частью, но пробелы не носят существенного характера, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, большинство предусмотренных рабочей	Теоретическое содержание курса освоено в целом без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, предусмотренные рабочей программой учебные	Содержание курса освоено полностью без пробелов, системно и глубоко, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы, все предусмотренные рабочей программой учебные задания выполнены безупречно, качес	Тестовые задания

		приемов обучения гимнастическим упражнениям	выполнено с грубыми ошибками, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимуму.	программой учебных заданий выполнены, отдельные из выполненных заданий содержат ошибки.	задания выполнены с отдельными неточностями, качество выполнения большинства заданий оценено числом баллов, близким к максимуму	тво их выполнения оценено числом баллов, близким к максимум	
ОПК-8.1. Обладает сведениями о роли и месте отечественной и зарубежной науки и образовательной практики	Обучающийся должен уметь: – объяснять и демонстрировать технику выполнения, страховать, оказывать помощь, осуществлять контроль и управлять процессом обучения	Содержание курса освоено частично, необходимые навыки работы не сформированы или сформированы отдельные из них, большинство предусмотренных рабочей программой учебных заданий не выполнено либо	Содержание курса освоено большей частью, но пробелы не носят существенного характера, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, большинство предусмотренных рабочей	Теоретическое содержание курса освоено в целом без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, предусмотренные рабочей учебной программой учебные	Содержание курса освоено полностью без пробелов, системно и глубоко, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы, все предусмотренные рабочей программой учебные задания выполнены безупречно, качес	Устный опрос	

			выполнено с грубыми ошибками, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимуму.	программой учебных заданий выполнены, отдельные из выполненных заданий содержат ошибки.	задания выполнены с отдельными неточностями, качество выполнения большинства заданий оценено числом баллов, близким к максимуму	тво их выполнения оценено числом баллов, близким к максимум	
	ОПК-8.2. Выбирает необходимую информацию для осуществления педагогической деятельности на основе профессиональных знаний оценивать результативность собственной педагогической деятельности	Обучающийся должен владеть: – методами обучения и навыками выполнения гимнастических упражнений	Содержание курса освоено частично, необходимые навыки работы не сформированы или сформированы отдельные из них, большинство предусмотренных рабочей программой учебных заданий не выполнено либо	Содержание курса освоено большей частью, но пробелы не носят существенного характера, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, большинство предусмотренных рабочей	Теоретическое содержание курса освоено в целом без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, предусмотренные рабочей учебной программой учебные	Содержание курса освоено полностью без пробелов, системно и глубоко, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы, все предусмотренные рабочей программой учебные задания выполнены безупречно, качес	Творческое задание

			выполнено с грубыми ошибками, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимуму.	программой учебных заданий выполнены, отдельные из выполненных заданий содержат ошибки.	задания выполнены с отдельными неточностями, качество выполнения большинства заданий оценено числом баллов, близким к максимуму	тво их выполнения оценено числом баллов, близким к максимуму	
ПК-1. Способен использовать теоретические и практические знания для постановки и решения исследовательских задач в предметной области и в области образования	ПК-1.2. Использует учебные материалы предметной области с точки зрения их научности и методической целесообразности использования в профессиональной деятельности	Обучающийся должен знать: – методологию и методы научного исследования, основы научно-методической деятельности в предметной области и области образования – специфику научно-методической деятельности в области образования – этапы научно-исследовательской	Содержание курса освоено частично, необходимые навыки работы не сформированы или сформированы отдельные из них, большинство предусмотренных рабочей программой учебных заданий не выполнено либо	Содержание курса освоено большей частью, но пробелы не носят существенного характера, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, большинство предусмотренных рабочей	Теоретическое содержание курса освоено в целом без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, предусмотренные рабочей учебной программой учебные	Содержание курса освоено полностью без пробелов, системно и глубоко, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы, все предусмотренные рабочей программой учебные задания выполнены безупречно, качес	Устный опрос

		деятельности – методы исследования в предметной области и области образования	выполнено с грубыми ошибками, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимуму.	программой учебных заданий выполнены, отдельные из выполненных заданий содержат ошибки.	задания выполнены с отдельными неточностями, качество выполнения большинства заданий оценено числом баллов, близким к максимуму	тво их выполнения оценено числом баллов, близким к максимум	
ПК-1.1. Владеет теоретическими и практическими знаниями для решения исследовательских задач в предметной области и области образования	Обучающийся должен уметь: – применять в учебном процессе методы научного познания – определять проблемную ситуацию и обосновывать актуальность исследования – выбирать и применять адекватные методы исследования для решения задач исследования – систематизировать	Содержание курса освоено частично, необходимые навыки работы не сформированы или сформированы отдельные из них, большинство предусмотренных рабочей программой учебных заданий не выполнено либо	Содержание курса освоено большей частью, но пробелы не носят существенного характера, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, большинство предусмотренных рабочей	Теоретическое содержание курса освоено в целом без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, предусмотренные рабочей учебной программой учебные	Содержание курса освоено полностью без пробелов, системно и глубоко, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы, все предусмотренные рабочей программой учебные задания выполнены безупречно, качес	Устный опрос	

		полученную информацию и использовать информационные технологии с учетом особенностей образовательного процесса	выполнено с грубыми ошибками, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимуму.	программой учебных заданий выполнены, отдельные из выполненных заданий содержат ошибки.	задания выполнены с отдельными неточностями, качество выполнения большинства заданий оценено числом баллов, близким к максимуму	тво их выполнения оценено числом баллов, близким к максимум	
ПК-1.3. Владеет современными образовательными технологиями, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы	Обучающийся должен владеть: – навыками самостоятельного планирования научной деятельности – способами сбора и анализа информации – навыками научно-методической деятельности для решения задач, возникающих в процессе физкультурно-спортивной деятельности	Содержание курса освоено частично, необходимые навыки работы не сформированы или сформированы отдельные из них, большинство предусмотренных рабочей программой учебных заданий не выполнено либо	Содержание курса освоено большей частью, но пробелы не носят существенного характера, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, большинство предусмотренных рабочей	Теоретическое содержание курса освоено в целом без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, предусмотренные рабочей учебной программой учебные	Содержание курса освоено полностью без пробелов, системно и глубоко, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы, все предусмотренные рабочей программой учебные задания выполнены безупречно, качес	Тестовые задания	

		– навыками редактирования и представления материалов исследования	выполнено с грубыми ошибками, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимуму.	программой учебных заданий выполнены, отдельные из выполненных заданий содержат ошибки.	задания выполнены с отдельными неточностями, качество выполнения большинства заданий оценено числом баллов, близким к максимуму	тво их выполнения оценено числом баллов, близким к максимум	
--	--	---	---	---	---	---	--

2. Оценочные средства, необходимые для оценки результатов обучения по дисциплине (модулю)

Перечень вопросов к устному опросу для оценки уровня сформированности компетенции

ОПК 11, ОПК 2, ПК 5

1 вариант

1. Подготовительные упражнения по освоению с водой.
2. Игры и развлечения на воде.
3. Прикладное плавание (цель, задачи, содержание).
4. Техника ныряния в длину и глубину.
5. Приемы транспортировки пострадавшего на воде.

2 вариант

1. Влияние плавание на организм занимающихся.
2. Прикладное плавание (цель, задачи, содержание).
3. Приемы транспортировки пострадавшего на воде.
4. Способы и приемы освобождения от захватов в воде.
5. Техника безопасности на занятиях по плаванию.

Перечень тем рефератов опросу для оценки уровня сформированности компетенции

ОПК 11, ОПК 2, ПК 5

1. Основные требования к организации и проведению занятий по плаванию в условиях стационарных бассейнов и открытых водоемов.
2. Влияние плавание на организм занимающихся
3. Основные требования к организации и проведению занятий по плаванию в условиях стационарных бассейнов и открытых водоемов.
4. Правила соревнований по плаванию.
5. Организация и проведение соревнований по плаванию.

6. Правила соревнований по плаванию.
7. Организация и проведение соревнований по плаванию.

Тестовые задания опросу для оценки уровня сформированности компетенции

ОПК 11, ОПК 2, ПК 5

1 Вариант

1. К способам плавания относят
а) брасс б) дельфин в) кроль на груди г) рыбка
2. Среди способов спортивного плавания выделяют
а) кроль на спине б) ласточка в) баттерфляй г) брасс
3. Наиболее обтекаемые положения для пловца
а) руки вместе б) ноги вытянуты и соединены
в) кисти разведены на ширину плеч
г) ладони развернуты под углом 90° по отношению к плоскости тела
4. В спортивном плавании основным движителем является
а) стопы ног б) кончики пальцев руки в) руки г) голова
5. К фазам цикла движений руками в способе плавания кроль на груди относят
а) захват воды б) выход из воды в) сведение рук около груди г) вход в воду
6. К фазам цикла движения руками при плавании способом кроль на спине относят
а) движение над водой (пронос) б) вход в воду и вытягивание вперед
в) захват воды г) выведение вперед над водой
7. Фазами цикла движения рук при плавании способом брасс относят
а) захват воды б) подтягивание и отталкивание
в) сведение рук около груди г) выход из воды и движение над водой (пронос)
8. Цикл движений при плавании кролем на груди включает
а) одновременное движение двумя руками
б) различное количество движений ногами (2;4;6)
в) по одному движению обеими руками (последовательно)
г) одновременные круговые движения ногами
9. Движения руками при плавании способом кроль на груди включает
а) гребок б) кувырок в) пронос руки над водой г) шлепок
10. Старт из воды выполняется при плавании способом
а) брасс б) баттерфляй в) кроль на спине г) кроль на груди

2 Вариант

1. Фазы движений при выполнении старта с тумбочки в плавании включают
а) восхождение на тумбочку б) подсед и отталкивание с махом руками
в) вход в воду и скольжение г) выход на поверхность
2. Старт с тумбочки можно осуществлять при плавании способом
а) брасс б) кроль на спине в) кроль на груди г) баттерфляй
3. Касание обеими руками поворотного щита при повороте обязательно при плавании

- а) кролем на груди б) баттерфляем в) брассом г) кролем на спине
4. При плавании способом кроль на спине считаются правильными движения ногами
а) вниз, вверх б) вправо, влево в) вперед, назад г) вверх, влево
5. При плавании кролем на груди среди вариантов движений ног выделяют
а) 12-ти ударный б) 6-ти ударный в) 4-х ударный г) 2-х ударный
6. На полный цикл движения руками естественным ритмом дыхания является
а) один вдох и выдох б) два вдоха и выдоха
в) три вдоха и выдоха г) четыре вдоха и выдоха
7. В плавании кролем на спине самым распространенным вариантом работы ног считается
а) 2-х ударный б) 4-х ударный в) 6-ти ударный г) 12-ти ударный
8. Самое большое отличие в плавании способом кроль на спине от способа кроль на груди в
а) работе рук б) работе ног в) дыхании г) положении тела
9. В плавании способом брасс движения ногами
а) асимметричные б) симметричные в) идеомоторные г) статические
10. Упорядочьте действия в порядке выполнения старта с тумбочки
а) скольжение под водой б) выход на поверхность
в) замах с подседом г) отталкивание с махом руками
д) полет е) вход в воду

3 Вариант

1. При выполнении поворота «маятник» касаться поворотного щита рукой
а) обязательно б) нельзя
в) можно касаться, можно не касаться
2. Все повороты, независимо от способов плавания, можно разделить на группы
а) восточные б) статические в) открытые г) закрытые
3. Общие требования к рациональной технике плавания относятся к
а) гребковым движениям руками б) положению тела пловца в воде
в) массе тела пловца г) согласованию движений
4. Наиболее благоприятной при обучении плаванию в крытых плавательных бассейнах считается температура воды а) +15-17° С б) +20-21° С в) +25-26° С г) +30-32° С
5. При обучении способам плавания используются упражнения
а) стилистические б) общеразвивающие
в) имитационные г) в воде с неподвижной опорой
6. При обучении плаванию для освоения с водой используются элементы

- а) кручение б) погружение в) скольжение г) поднятие рук из воды
- 7. Обучение дыханию в плавании имеет значение
 - а) побочное б) главное в) второстепенное г) информационное
- 8. Умение открывать глаза в воде при обучении плаванию имеет значение
 - а) важное б) второстепенное в) бесполезное г) отрицательное
- 9. Обучение скольжению в плавании имеет значение
 - а) бесполезное б) главное в) побочное г) незначительное
- 10. Физическая подготовка пловцов представляет собой процесс, направленный на развитие физических качеств
 - а) выносливости б) скоростных способностей
 - в) статических г) гибкости

4 Вариант

- 1. Урок по плаванию состоит из частей
 - а) основной б) подготовительной
 - в) дыхательной г) заключительной
- 2. При судорогах мышц передней поверхности бедра
 - а) ногу сильно вытягивают и напрягают
 - б) ногу сгибают в коленном суставе до отказа, подтягивая ее сзади руками за стопу
 - в) обе ноги вытягивают и перекрещивают г) ждут прекращения судороги
- 3. При возникновении судороги необходимо
 - а) растянуть сведенную судорогой мышцу б) сократить сведенную судорогой мышцу
 - в) ждать прекращения судороги
- 4. При плавании в одежде наиболее эффективный и экономичный способ плавания
 - а) баттерфляй б) кроль на груди в) брасс г) способ на боку без выброса рук из воды
- 5. Намокшая в воде обувь затрудняет плавание, поэтому ее надо обязательно снять, используя при этом положение
 - а) «плавунок» б) «маятник» в) «загребок»
 - г) «поплавок»
- 6. Время нахождения в воде зависит от степени охлаждения организма. При нахождении человека в воде с температурой +4° С, человек погибнет примерно через
 - а) 2 ч б) 8 ч в) 12 ч г) 16 ч
- 7. Купание категорически запрещается
 - а) в штить б) при волнение более 1-го балла
 - в) при волнении более 3-х баллов г) при волнении более 5-ти баллов
- 8. При утоплении по типу белой асфиксии
 - а) дыхание прекращается вследствие попадания воды в легкие
 - б) дыхание прекращается рефлекторно, вследствие спазма голосовой щели, который возникает из-за попадания воды в дыхательные пути

- в) вода из альвеол проникает в кровь
 - г) кожные покровы приобретают фиолетово-синий цвет
9. Упорядочьте действия спасателя при спасении тонущего
- а) транспортировка тонущего б) удаление воды из легких
 - в) подплывание к тонущему г) вынос тонущего на берег
 - д) предотвращение западения языка
 - е) массаж сердца, искусственное дыхание, приведение в нормальное состояние
 - ж) открывание и очищение рта
10. При транспортировке пострадавшему необходимо обеспечить положение на спине, что дает возможность дышать во время движения; спасатель плывет на спине при помощи движений ногами, держа пострадавшего прямыми руками, следующими приемами
- а) за подбородок б) за подмышечные впадины
 - в) за ноги г) за волосы

Перечень вопросов для экзамена

1. История возникновения плавания. Современное состояние плавания.
2. Плавание на Олимпийских играх.
3. Понятие техники плавания. Физические свойства воды.
4. Равновесие тела в воде. Гидростатическое давление.
5. Сопротивление движению тел. Виды сопротивления.
6. Техника движений руками и ногами при плавании кролем на спине.
7. Техника общего согласований движений при плавании кролем на спине.
8. Техника движений руками и ногами при плавании кролем на груди.
9. Техника общего согласований движений при плавании кролем на груди.
10. Техника движений руками и ногами при плавании способом брасс на груди.
11. Техника общего согласований движений при плавании способом брасс на груди.
12. Техника движений руками и ногами при плавании способом баттерфляй.
13. Техника общего согласований движений при плавании способом баттерфляй.
14. Техника выполнения старта с тумбочки. Техника выполнения старта из воды.
15. Классификация поворотов в плавании.
16. Техника поворотов при плавании вольным стилем.
17. Техника поворотов при плавании кролем на спине.
18. Техника поворотов при плавании брассом.
19. Техника поворотов при плавании баттерфляй.
20. Методика обучения технике движений руками и ногами при плавании кролем на спине.
39. Методика обучения технике общего согласований движений при плавании кролем на спине.
40. Методика обучения технике старта при плавании кролем на спине.

41. Методика обучения технике поворота при плавании кролем на спине.
42. Методика обучения технике движений руками и ногами при плавании кролем на груди.
43. Методика обучения технике общего согласований движений при плавании кролем на груди.
44. Методика обучения технике движений руками и ногами при плавании брассом на груди.
45. Методика обучения технике общего согласования движений при плавании брассом на груди.
46. Методика обучения старту с тумбочки в различных способах плавания.
47. Методика обучения старту из воды.
48. Методика обучения технике поворота при плавании кролем на груди.
49. Методика обучения технике поворота при плавании кролем на спине.
50. Методика обучения технике поворота при плавании брассом на груди.
51. Методика обучения технике движений руками и ногами при плавании баттерфляем.
52. Методика обучения технике общего согласования движений при плавании баттерфляем.
53. Подготовительные упражнения по освоению с водой.
54. Игры и развлечения на воде.
55. Прикладное плавание (цель, задачи, содержание).
56. Техника плавания способом брасс на спине.
57. Техника плавания способом на боку.
58. Методика обучения технике плавания брассом на спине.
59. Методика обучения технике плавания способом на боку.
60. Техника ныряния в длину и глубину.
61. Приемы транспортировки пострадавшего на воде.
62. Способы и приемы освобождения от захватов в воде.
63. Общая характеристика способов и приемов оказания доврачебной помощи пострадавшему на воде.
64. Техника безопасности на занятиях по плаванию
65. Основные требования к организации и проведению занятий по плаванию в условиях стационарных бассейнов и открытых водоемов.
66. Правила соревнований по плаванию.
67. Организация и проведение соревнований по плаванию.
68. Влияние плавания на организм занимающихся.

3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю), описание шкал оценивания

Рейтинг-план дисциплины

Виды учебной деятельности студентов	Балл за конкретное задание	Число заданий на семестр	Баллы	
			Минимальный	Максимальный

Модуль 1				
Текущий контроль				
Устный опрос	1	5	0	5
Написание реферата	10	1	0	10
Рубежный контроль				
Тестовый контроль	2,5	10	0	25
Модуль 2				
Текущий контроль				
Устный опрос	1	5	0	5
Написание реферата	10	1	0	10
Рубежный контроль				
Тестовый контроль	2,5	10	0	25
Итоговый контроль				
Экзамен				40

Результаты обучения по дисциплине (модулю) у обучающихся оцениваются по итогам текущего контроля количественной оценкой, выраженной в рейтинговых баллах. Оценке подлежит каждое контрольное мероприятие.

При оценивании сформированности компетенций применяется четырехуровневая шкала «неудовлетворительно», «удовлетворительно», «хорошо», «отлично».

Максимальный балл по каждому виду оценочного средства определяется в рейтинг-плане и выражает полное (100%) освоение компетенции.

Уровень сформированности компетенции «хорошо» устанавливается в случае, когда объем выполненных заданий соответствующего оценочного средства составляет 80-100%; «удовлетворительно» – выполнено 40-80%; «неудовлетворительно» – выполнено 0-40%

Рейтинговый балл за выполнение части или полного объема заданий соответствующего оценочного средства выставляется по формуле:

$$\text{Рейтинговый балл} = k \times \text{Максимальный балл},$$

где $k = 0,2$ при уровне освоения «неудовлетворительно», $k = 0,4$ при уровне освоения «удовлетворительно», $k = 0,8$ при уровне освоения «хорошо» и $k = 1$ при уровне освоения «отлично».

Оценка на этапе промежуточной аттестации выставляется согласно Положению о модульно-рейтинговой системе обучения и оценки успеваемости студентов УУНиТ:

На зачете выставляется оценка:

- зачтено - при накоплении от 60 до 110 рейтинговых баллов (включая 10 поощрительных

баллов),

- не зачтено - при накоплении от 0 до 59 рейтинговых баллов.

При получении на экзамене оценок «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», на зачёте оценки «зачтено» считается, что результаты обучения по дисциплине (модулю) достигнуты и компетенции на этапе изучения дисциплины (модуля) сформированы.