

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЛГПУ»)**

**Структурное подразделение Институт физического воспитания и спорта
Кафедра спортивных дисциплин**



УТВЕРЖДАЮ

Директор
Института физического
воспитания и спорта

Чорноштан А.Г.

« 01 » февраля 2024 г.

Приложение к рабочей программе учебной дисциплины

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

**для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации
обучающихся по дисциплине**

«Спортивно-педагогическое совершенствование. Плавание»

**По направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя
профилями подготовки)**

Профиль – Физическая культура. Начальная военная подготовка

Квалификация выпускника – бакалавр

Форма обучения – очная

Курс 1–4

Разработчик

к.п.н., доцент Шкурин А.И.

доцент Загной Т.В.

Заведующий кафедрой

спортивных дисциплин, к.п.н., доцент

Шкурин А.И.

Протокол

от « 26 » января 2024 г., № 7

Луганск, 2024

1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

1.1. Область применения

Фонд оценочных средств (ФОС) – неотъемлемая часть рабочей программы дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование» и предназначен для контроля и оценки образовательных достижений студентов, освоивших программу дисциплины.

1.2. Цели и задачи фонда оценочных средств

Цель ФОС – установить соответствие уровня подготовки обучающегося требованиям ФГОС ВО бакалавриат по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки: Физическая культура. Начальная военная подготовка), утвержденным приказом Министерства науки и образования Российской Федерации от 22.02.2018 № 125 (с изменениями и дополнениями).

1.3. Перечень компетенций, формируемых в процессе освоения основной профессиональной образовательной программы

Процесс освоения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций и их индикаторов достижений:

1.2. Этапы формирования компетенций и средства оценивания уровня их сформированности

1.3. Перечень компетенций, формируемых в процессе освоения основной профессиональной образовательной программы

Процесс освоения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций и их индикаторов достижений:

Код по ФГОС ВО	Индикатор достижений
Общепрофессиональные	
ПК-2 Способен осуществлять педагогическую поддержку и сопровождение обучающихся в процессе достижения межпредметных, предметных и личностных результатов	ПК-2.1. Характеристику личностных, метапредметных и предметных результатов учащихся в контексте обучения школьным предметам; ПК-2.2. Оказывать индивидуальную помощь и поддержку обучающимся в зависимости от их способностей, образовательных возможностей и потребностей; разрабатывать индивидуально ориентированные программы, методические разработки и дидактические материалы с учетом индивидуальных особенностей обучающихся, оценивать достижения обучающихся ПК-2.3. Уметь создать и применить в практике обучения школьным предметам рабочих программ, методических разработок, дидактических материалов с учетом индивидуальных особенностей и

	образовательных потребностей обучающихся
ПК-6 Способен организовать деятельность обучающихся, направленную на развитие интереса к учебному предмету в рамках урочной и внеурочной деятельности	<p>ПК-6.1. Деятельность обучающихся, направленную на развитие интереса к учебному предмету в рамках урочной и внеурочной деятельности.</p> <p>ПК-6.2. Организовывать деятельность обучающихся, направленную на развитие интереса к учебному предмету в рамках урочной и внеурочной деятельности.</p> <p>ПК-6.3. Навыками организации деятельности обучающихся, направленную на развитие интереса к учебному предмету в рамках урочной и внеурочной деятельности</p>

1.4. Этапы формирования компетенций и средства оценивания уровня их сформированности

Этапы формирования компетенций	Компетенции	Контрольно-оценочные средства / способ оценивания
Теоретические знания: Структура и содержание курса «СПС Плавание» История развития плавания. Влияние плавания на организм занимающихся, спортивное значение плавания. Плавание в школьной программе и программе ДЮСШ».	ПК-2 ПК-6	Устный опрос, письменно
Техника и методика спортивных способов плавания.	ПК-2 ПК-6	Устный опрос, письменно. Практические задания
Основы обучения и тренировки в плавании.	ПК-2 ПК-6	Устный опрос. Выполнение практических заданий.
Особенности работы по плаванию с детьми	ПК-2 ПК-6	Устный опрос. Выполнение практических заданий
Техника прикладного плавания	ПК-2 ПК-6	Устный опрос Выполнение практических заданий.
Основные статьи правил соревнований. Организация и проведение соревнований по плаванию	ПК-2 ПК-6	Устный опрос / участие в соревнованиях
Промежуточная аттестация	ПК-2 ПК-6	Зачет, (выполнение практических заданий), участие в соревнованиях.

11.5. Описание показателей формирования компетенций

Код компетенции	Планируемые результаты обучения (показатели)
ПК-2	<p>Знает:</p> <p>– Характеристику личностных, метапредметных и предметных результатов учащихся в контексте обучения школьным предметам;</p>

	<ul style="list-style-type: none"> – методику проведения занятий по плаванию; – основные принципы обучения плаванию. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> – оказывать индивидуальную помощь и поддержку обучающимся в зависимости от их способностей; – применять для обучения плаванию педагогические методы: словесные, наглядные и практические методы выполнения упражнения. <p>Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> – создания и применения в практике обучения школьным предметам рабочих программ, методических разработок, дидактических материалов с учетом индивидуальных особенностей и образовательных потребностей обучающихся; – вариантами формирования индивидуальной техники плавания.
ПК–6	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> – деятельность обучающихся, направленную на развитие интереса к учебному предмету в рамках урочной и внеурочной деятельности; – методику проведения занятий с использованием элементов нахождения в воде и плавания с различными группами населения. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> – организовывать деятельность обучающихся, направленную на развитие интереса к учебному предмету в рамках урочной и внеурочной деятельности; – формировать потребность к самостоятельной физической активности детей и взрослых, здоровому стилю жизни. <p>Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> – организации деятельности обучающихся, направленную на развитие интереса к учебному предмету в рамках урочной и внеурочной деятельности; – сбора, обобщения и использования информации о достижениях физической культуры, спорта и адаптивного спорта, приемами агитационно-пропагандистской работой по вовлечению населения к занятиям спортивно-рекреационной направленности.

1.6. Критерии оценивания компетенций на разных этапах их формирования

Система оценивания учебных достижений студентов очной формы обучения

1 курс

Вид текущей учебной работы	Количество баллов
1 семестр	
тестирование технического мастерства	20
учебно-тренировочные занятия	20
Итого за семестр:	40
2 семестр	
учебно-тренировочные занятия	10
участие в соревнованиях	30
реферат	20
Итого за семестр:	60
Всего за год:	100

2 курс

Вид текущей учебной работы	Количество баллов
3 семестр	
тестирование технического мастерства	20
учебно-тренировочные занятия	20
Итого за семестр:	40
4 семестр	
учебно-тренировочные занятия	10
участие в соревнованиях	30
реферат	20
Итого за семестр:	60
Всего за год:	100

3 курс

Вид текущей учебной работы	Количество баллов
5 семестр	
тестирование технического мастерства	20
учебно-тренировочные занятия	20
Итого за семестр:	40
6 семестр	
учебно-тренировочные занятия	10
участие в соревнованиях	30
реферат	20
Итого за семестр:	60
Всего за год:	100

4 курс

Вид текущей учебной работы	Количество баллов
7 семестр	
тестирование технического мастерства	20
учебно-тренировочные занятия	20
Итого за семестр:	40
8 семестр	
учебно-тренировочные занятия	10
участие в соревнованиях	30
реферат	20
Итого за семестр:	60
Всего за год:	100

Схема получения баллов за тестирование уровня овладения умениями и навыками студентами на практических занятиях

	Вид тестирования	1 курс	2 курс	3 курс	4 курс
1.	тестирование технического мастерства	20	20	20	20
2.	учебно-тренировочные занятия	30	30	30	30
3.	участие в соревнованиях	30	30	30	30
4.	самостоятельная работа	20	20	20	20
	Всего:	100	100	100	100

Накопительная система оценивания по 100-балльной шкале

Государственная (четырёхбалльная) система оценивания экзамена	100- балльн ая шкала	Буквенная шкала, соответствующая 100-балльной шкале (ECTS)	Система оценивания зачета (государственная)
Зачтено: Отлично	90–100	A – отлично – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному	Зачтено
Хорошо	83–89	B – очень хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения большинства из них оценено числом баллов, близким к максимальному	
Хорошо	75–82	C – хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью; некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые виды заданий выполнены с ошибками	
Удовлетво- рительно	63–74	D – удовлетворительно – теоретическое содержание дисциплины освоено частично, но пробелы не носят существенного характера; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном	

		сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий, содержат ошибки	
Удовлетворительно	50–62	Е – посредственно – теоретическое содержание курса освоено частично; некоторые практические навыки работы не сформированы, многие предусмотренные программой обучения учебные задания не выполнены либо качество выполнения некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному	
Неудовлетворительно	21–49	FX – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса освоено частично; необходимые практические навыки работы не сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному; при дополнительной самостоятельной работе над материалом курса возможно повышение качества выполнения учебных заданий	Не зачтено
Неудовлетворительно	0–20	F – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса не освоено; необходимые практические навыки работы не сформированы; все выполненные учебные задания содержат грубые ошибки, дополнительная самостоятельная работа над материалом курса не приведет к какому-либо значимому повышению качества выполнения учебных заданий	

2. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

2.1. Оценочные средства текущего контроля (типовые)

Теоретическая часть

Текущие и промежуточные аттестации по теоретической части УМКД представляют собой ряд контрольных заданий в виде вопросов, которые проверяются путем проверки конспекта занятия, написания реферата и опроса при сдаче зачета. Ответы на вопросы должны отражать знание техники спортивных и прикладных способов плавания, истории, теории и методики обучения спортивному плаванию, особенности техники безопасности при проведении занятий на воде, особенности эксплуатации спортивных плавательных сооружений и т.д.

Практическая часть

- Выполнить запланированную программу практических занятий в полном объеме.
- Разработать конспект урока по плаванию, направленного на формирование техники спортивных способов плавания.
- Выполнить контрольные нормативы по физической и технической подготовленности.
- Участие в соревнованиях.

Практические задания

Подготовительные упражнения для освоения с водой. Обучение технике плавания кролем на груди. Обучение технике плавания кролем на спине. Обучение технике плавания брассом. Обучение технике плавания баттерфляем. Совершенствование техники спортивного плавания кролем на спине, кролем на груди, брассом и баттерфляем. Обучение технике стартов и поворотов в спортивном плавании. Подготовка к участию в соревнованиях.

2.2. Оценочные средства для промежуточной аттестации

ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЗАЧЕТУ

1. Анализ движений ногами в кроле на груди / кроле на спине, брассе, баттерфляем.
2. Анализ движений руками в кроле на груди / кроле на спине, брассе, баттерфляем.
3. Общая согласованность движений в кроле на груди / кроле на спине, брассе, баттерфляем – анализ.
4. Фазовый характер движений в плавании.
5. Методика обучения кролю на груди.
6. Методика обучения кролю на спине.
7. Методика обучения брассом.
8. Методика обучения плаванию баттерфляем.
9. Упражнения на суше для обучения кролю на груди / кролю на спине, брассу, баттерфляем (СФП).
10. Анализ техники старта с тумбочки.
11. Анализ техники старта из воды.

12. Анализ поворота вращением.
13. Методика обучения стартам.
14. Методика обучения поворотам.
15. Плавучесть. Виды плавучести. Факторы, её определяющие.
16. Свойства воды и техника плавания.
17. Сопротивление трения.
18. Сопротивление вихреобразования / формы/.
19. Сопротивление волнообразования.
20. Силы тяги в плавании.
21. Механизм создания тяговых усилий.
22. Механизм создания подъемной силы.
23. Способы освобождения от захватов тонущего.
24. Способы транспортировки пострадавшего.
25. Доврачебная помощь пострадавшему.
26. Ошибки, их причины и способы устранения: в кроле на груди, кроле на спине, брассе, плавании на боку.
27. Силовая подготовка пловца.
28. Гибкость в плавании.
29. Схемы обучения спортивным способам плавания.
30. Схема обучения одному из способов плавания.
31. Этапность в формировании навыка плавания.
32. Антропометрические характеристики пловца, их значение.
33. Физиологические характеристики пловца, их значение.
34. Игры на воде.
35. Начальное обучение плаванию: упражнения на погружение, всплывание, лежания, упражнения на плавучесть, упражнения на дыхание, скольжения, прыжки и спады в воду, опорные упражнения.
36. Плавание в детском саду.
37. Плавание в общеобразовательной школе.
38. Плавание в оздоровительном лагере.
39. Плавание в ДЮСШ.
40. Техника безопасности при занятиях плаванием.
41. Методы обучения в плавании.
42. Типы уроков в плавании.
43. Методы ведения уроков плавания.
44. Подготовка к проведению урока плавания.
45. Специфика уроков плавания.
46. Организация соревнований по плаванию.
47. Самообразование преподавателя плавания.
48. Праздник Нептуна.
49. Общая физическая подготовка пловца.
50. Состав судейской коллегии на соревнованиях по плаванию, краткая характеристика их обязанностей.
51. Силовая подготовка пловца в воде.
52. Силовая подготовка пловца на суше.

53. Техника ныряния на глубину и на дальность.
54. Причины гибели на воде и меры по их устранению.
55. Статическое плавание.
56. Спасательные средства.
57. Фазовая структура техники плавания.
58. Место и значение плавания в системе физического воспитания.
59. Проблема «суша-вода».
60. Динамическое плавание.
61. Проблема массового обучения детей плаванию.
62. Универсальная программа начального обучения плаванию.
63. Темп, ритм, шаг пловца, скорость, время как основные характеристики техники плавания.
64. Педагогический контроль на занятиях плаванием.
65. Специальное оборудование для занятий плаванием.
66. Фитнесс в воде.
67. Лечебное плавание.
68. Плавание как научная дисциплина.
69. Плавание как жизненно необходимый навык.
70. Классификация водных видов спорта.
71. Шуваловская школа плавания и её значение в развитии плавания в России.
72. Классификация плавания. Характеристика каждого вида плавания.
73. Игры в воде и их педагогическое направление.
74. Виды спорта, в которые входит плавание. Характеристика.
75. Техника плавания и история развития кроля на груди, кроля на спине, басса.
76. Техника стартовых прыжков в воду.
77. Техника поворотов при различных способах плавания.
78. Оздоровительное значение плавания.
79. Прикладное значение плавания.
80. Лечебное значение плавания.
81. Спортивное значение плавания.
82. Средства обучения в плавании.
83. Проблемы дыхания в плавании.
84. Сильнейшие пловцы мира.
85. Спасательные средства.
86. Функции плавания – как учебной дисциплины.
87. Что представляет собой современное плавание.
88. Какие методы используются при обучении плаванию.
89. Педагогические принципы, обеспечивающие эффективность освоения учебного материала:
90. Физическое развитие.
91. Физическое упражнение.
92. Что относится к показателям физического развития.

93. Понятие «Физическое воспитание».
94. Методы физического воспитания в младшем школьном возрасте 7-9 лет при освоении техники плавания.
95. Какие методы относятся к методам зрительной наглядности.
96. Какие частные задачи будут соответствовать этапу начального разучивания в плавании.
97. Какие упражнения используются при подготовке организма к основной деятельности в процессе урока по плаванию.
98. Какие упражнения используются пловцами для приведения организма в оптимальное состояние после нагрузки.
99. На занятиях по плаванию какие используются методы организации занимающихся.
100. Какая часть занятия разрабатывается в первую очередь при написании плана-конспекта урока по плаванию.
101. Какие параметры наиболее отражают пространственную характеристику двигательного действия?
102. Чем характеризуется эффективность техники плавания.
103. Фазовый состав техники плавания кроль на спине.
104. Фазовый состав техники плавания кроль на груди.
105. Фазовый состав техники плавания брассом.
106. Фазовый состав техники плавания баттерфляем.
107. Приемы транспортировки, пострадавшего с использованием плавания на боку.
108. Последовательность действий при спасении тонущих вплавь.
109. Действия спасателя при захвате тонущего.
110. Какие основные параметры нагрузки характеризуют ее с внешней стороны?
111. Нарушением правил при плавании кролем на груди.
112. Нарушением правил при плавании кролем на спине.
113. Нарушением правил при плавании брассом.
114. Нарушением правил при плавании баттерфляем.
115. Нарушением правил при плавании. Старт.
116. Нарушением правил при плавании. Поворот.
117. В чем заключается разница между плаванием кролем на спине в индивидуальных заплывах и в комплексной эстафете?
118. В чем заключается разница между плаванием брассом в индивидуальных заплывах брассом и в индивидуальной комплексной эстафете?
119. Гигиенические требования к месту занятий (бассейн).
120. Какие виды включает в себя педагогический контроль.
121. Специальное оборудование в бассейнах.
122. Современный инвентарь при обучении плаванию.
123. Специальные упражнения пловца на суше. Кроль на груди.
124. Специальные упражнения пловца на суше. Кроль на спине.
125. Специальные упражнения пловца на суше. Брасс.

126. Специальные упражнения пловца на суше. Баттерфляй.
127. Спортивный отбор в плавание.
128. Биологические критерии отбора в плавание.
129. Психологические критерии отбора в плавание.
130. Педагогические критерии отбора в плавание.
131. Средства восстановления работоспособности в плавание.
132. Специально техническая подготовка пловца.
133. Специально физическая подготовка пловца.
134. Развитие гибкости и подвижности в суставах.
135. Именная заявка на соревнования.
136. Техническая заявка на соревнования.
137. Влияние плавания на организм человека.
138. Оздоровительный эффект занятий плаванием.
139. Специфичность заболеваний в плавание.
140. Лечебное воздействие плаванием.

Примерный перечень тем рефератов

1. Место плавания в системе физического воспитания.
2. Классификация плавание как предмета.
3. Классификация спортивного плавания.
4. Основные средства обучения плаванию.
5. Развитие плавания в СССР.
6. Плавание в дореволюционной России.
7. Современное состояние плавания в Украине.
8. Плавание на Олимпийских играх, чемпионатах мира и Европы.
9. Водные виды спорта.
10. Классификация синхронному плаванию и подводного спорта.
11. Классификация прыжков в воду.
12. Общая характеристика игры в водное поло.
13. Прикладное плавание.
14. учебно-воспитательной работы по плаванию с детьми.
15. Организация и планирование работы по плаванию в детских садах.
16. Организация и планирование работы по плаванию в летнем оздоровительном лагере.
17. Организация и планирование работы по плаванию в общеобразовательной школе.
18. Организация и планирование работы по плаванию в училищах и средних специальных учебных заведениях.
19. Организация и планирование работы по плаванию в ДЮСШ.
20. Учет и контроль учебно-воспитательной работы по плаванию.
21. Организация и планирование занятий по плаванию в вузе.
22. Системы обучения плаванию.
23. Урок – основная форма организации занятий по обучению плаванию.

24. Основные физические свойства воды.
25. Понятие о технике спортивного плавания и ее вариативности.
- Факторы, влияющие на технику плавания.
26. Основные группы упражнений для освоения с водой.
27. Методика обучения технике плавания способом кроль на груди.
28. Анализ техники плавания способом кроль на груди. Современные варианты техники плавания кролем.
29. Анализ техники плавания способом брасс. Современные варианты техники плавания брассом.
30. Анализ техники плавания способом кроль на спине.
31. Анализ техники плавания способом баттерфляй.
32. техники плавания способом на боку.
33. Анализ техники поворотов. Классификация поворотов.
34. техники стартов.
35. Видение в прикладном плавании. Техника ныряния. Мероприятия по обеспечению безопасности ныряния.
36. Методы обучения плаванию.
37. Методика обучения технике плавания способом кроль на спине.
38. Методика обучения плаванию способом дельфин.
39. Методика обучения технике плавания способом брасс.
40. Методика обучения плаванию способом на боку.
41. Методика обучения технике стартов.
42. Методика обучения технике поворотов.
43. Применение игрового метода при обучении плаванию.
44. Классификация соревнований. Роль и значение спортивных соревнований по плаванию и водных праздников.
45. Оказание первой помощи пострадавшему после извлечения его из воды.
46. Обязательные мероприятия по предупреждению травм и несчастных случаев на занятиях по плаванию.
47. Спасательный инвентарь, оборудование, снаряжение и техника их применения.
48. Спасение утопающих (подплывание, освобождения от захватов, транспортировка).
49. Физическая подготовка пловца.
50. Внетренировочные и внесоревновательные факторы подготовки в системе подготовки пловцов.
51. Дидактические принципы обучения и тренировки пловцов.
52. Понятие - спортивная тренировка. Структура и содержание спортивной тренировки.
53. Педагогические принципы, методы и средства обучения плаванию.
54. Оздоровительный эффект от занятий плаванием.
15. Влияние плавания на развитие дыхательной системы.
56. Влияние плавания на развитие сердечно-сосудистой системы.
57. Обучение плаванию детей.

- 58. Обучение плаванию взрослых.
- 59. Дельфинотерапия.
- 60. Обучение плаванию в грудном, дошкольном возрасте.
- 61. Урок по плаванию.
- 62. Показания и противопоказания к занятиям лечебным плаванием.
- 63. Лечебное плавание при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
- 64. Лечебное плавание дыхательной системы.
- 65. Лечебное плавание при заболеваниях опорно-двигательного аппарата, сколиозе.