Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Кислова Наталья Николаевна
Должность: Проректор по УМР и качеству образования
Дата подписания: 07.06.2023 10:59:51
Уникальный программный ключ:
52802513f5b14a975b3e9b13008093d5726b159bf6064f865ae65b96a966c035

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«Самарский государственный социально-педагогический университет»

Кафедра физического воспитания и спорта

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по УМР и КО,
председатель УМС СГСПУ
_____ Н.Н. Кислова

Технологии спортивной тренировки в плавании

рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Физического воспитания и спорта**

Учебный план ФФКС-б23Фз(4г6м)
Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура
Направленность (профиль): «Спортивная тренировка в избранном виде спорта»

Квалификация **бакалавр**

Форма обучения **заочная**

Общая трудоемкость **5 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 180
в том числе:
аудиторные занятия 22
самостоятельная работа 145
часов на контроль 13

Виды контроля в семестрах:
экзамены 9
зачеты 7

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр(Курс.Номер семестра на курсе)	**7(4.1)**		**9(5.1)**		Итого	
Вид занятий	УП	РПД	УП	РПД	УП	РПД
Лекции	2	2	4	4	6	6
Практические	6	6	10	10	16	16
В том числе инт.	0	0	0	0	0	0
Итого ауд.	8	8	14	14	22	22
Контактная работа	8	8	14	14	22	22
Сам. работа	60	60	85	85	145	145
Часы на контроль	4	4	9	9	13	13
Итого	72	72	108	108	180	180

Программу составил(и):

Парамонова Оксана Борисовна

При наличии обучающихся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья, которым необходим особый порядок освоения дисциплины (модуля), по их желанию разрабатывается адаптированная к ограничениям их здоровья рабочая программа дисциплины (модуля).

Рабочая программа дисциплины

Технологии спортивной тренировки в плавании

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (уровень бакалавриата) (приказ Минобрнауки России от 19.09.2017г. №940)

составлена на основании учебного плана:

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура
Направленность (профиль): «Спортивная тренировка в избранном виде спорта»

утвержденного Учёным советом СГСПУ от 28.10.2022 протокол № 4.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Физического воспитания и спорта

Протокол от 27.09.2022 г. № 2

Зав. кафедрой Воеводина Т.М

Начальник УОП

_____ Н.А. Доманина

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Цель изучения дисциплины: установление качества и уровня подготовки выпускников к педагогической деятельности и соответствия его подготовки требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура

Задачи изучения дисциплины:

способствовать социализации, формированию общей культуры личности обучающихся средствами физической культуры в процессе физкультурно-спортивных занятий, ее приобщению к общечеловеческим ценностям и здоровому образу жизни; решать педагогические задачи в рамках общеобразовательных и профессиональных образовательных организаций, ориентированные на анализ научной и научно-практической литературы, обобщение практики в области физической культуры и образования; осуществлять обучение и воспитание обучающихся в процессе занятий; определять содержание обучения в рамках учебных планов, с учетом результатов оценивания физического и функционального состояния учащихся; обеспечивать уровень подготовленности обучающихся, соответствующий требованиям федеральных государственных образовательных стандартов, обеспечивать необходимый запас знаний, двигательных умений и навыков, а также достаточный уровень физической подготовленности учащихся для сохранения и укрепления их здоровья и трудовой деятельности;

способствовать формированию личности обучающихся в процессе занятий избранным видом спорта, ее приобщению к общечеловеческим ценностям, здоровому образу жизни, моральным принципам честной спортивной конкуренции; осуществлять планирование тренировочного процесса с установкой на достижение высоких спортивных результатов; подбирать адекватные поставленным задачам средства и методы тренировки, определять величину нагрузок, адекватную возможностям индивида с установкой на достижение спортивного результата; осуществлять управление тренировочным процессом на основе контроля функционального состояния, достигнутого уровня техники двигательных действий и работоспособности обучающихся и внесения соответствующих корректив в тренировочный процесс; обеспечивать своевременное прохождение врачебного контроля и осуществлять педагогический контроль состояния обучающихся.

Область профессиональной деятельности: 05 Физическая культура и спорт

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:	Б1.В.ДВ.04
2.1	**Требования к предварительной подготовке обучающегося:**
Содержание дисциплины базируется на материале:	
Теория и методика спортивного плавания	
Професионально-спортивное совершенствование в плавании	
2.2	**Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:**
Производственная практика (тренерская практика)	

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

ПК-2. Способен осуществлять тренировочный процесс спортивной подготовки

ПК-2.1. Обеспечивать организацию учебно-методического сопровождения спортивной тренировки в избранном виде спорта.

Знает:
этапы спортивной подготовки в плавание;
технология планирования многолетнего процесса спортивной тренировки в спортивном плавание;
показатели, характеризующие эффективность проведения учебно-тренировочного занятия по плаванию;
технологии спортивной и оздоровительной тренировки с учетом возрастных особенностей.

ПК-2.3.Формирует навыки соревновательной деятельности в соответствии с программой спортивной подготовки.

Знает:
правила соревнований по плаванию;
виды соревнований в плавание;
состав судейской коллегии по избранному виду спорта и функции отдельных спортивных судей.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр	Часов	Интеракт.
	Раздел 1. Основы планирования в спортивной тренировки в спортивном плавании			
1.1	Этапы спортивной тренировки в спортивном плавании. Технология планирования многолетнего процесса спортивной тренировки в спортивном плаваниию Показатели, характеризующие эффективность проведения учебно-тренировочного занятия по спортивному плаванию. Технологии спортивной и оздоровительной тренировки с учетом возрастных особенностей /Лек/	7	2	0
1.2	Этапы спортивной тренировки в спортивном плавании /Пр/	7	2	0
1.3	Этапы спортивной тренировки в спортивном плавании /Ср/	7	15	0

1.4	Технология планирования многолетнего процесса спортивной тренировки в спортивном плавании /Пр/	7	2	0
1.5	Технология планирования многолетнего процесса спортивной тренировки в спортивном плавании /Ср/	7	15	0
1.6	Показатели, характеризующие эффективность проведения учебно-тренировочного занятия по спортивному плаванию. Технологии спортивной и оздоровительной тренировки с учетом возрастных особенностей /Пр/	7	2	0
1.7	Показатели, характеризующие эффективность проведения учебно-тренировочного занятия по спортивному плаванию /Ср/	7	15	0
1.8	Технологии спортивной и оздоровительной тренировки с учетом возрастных особенностей /Ср/	7	15	0
	Зачет /Зачет/	7	4	0
	Раздел 2. Основы соревновательной деятеьности в спортивном плавании			
2.1	Правила соревнований по плаванию /Лек/	9	2	0
2.2	Правила соревнований по плаванию /Пр/	9	4	0
2.3	Правила соревнований по плаванию /Ср/	9	28	0
2.4	Виды соревнований по плаванию. Состав судейской коллегии по плаванию и функции отдельных спортивных судей /Лек/	9	2	0
2.5	Виды соревнований по плаванию /Пр/	9	4	0
2.6	Виды соревнований по плаванию /Ср/	9	28	0
2.7	Состав судейской коллегии по плаванию и функции отдельных спортивных судей /Пр/	9	2	0
2.8	Состав судейской коллегии по плаванию и функции отдельных спортивных судей /Ср/	9	29	0
	Экзамен /Экз/	9	9	0

5. Оценочные и методические материалы по дисциплине (модулю)

5.1. Содержание аудиторной работы по дисциплине (модулю)

7 семестр, 1 лекция, 3 практических занятия

Раздел 1. Основы планирования в спортивной тренировки в спортивном плавании

Лекция № 1 (2 часа)

Этапы спортивной тренировки в спортивном плавании. Технология планирования многолетнего процесса спортивной тренировки в спортивном плаваниию Показатели, характеризующие эффективность проведения учебно-тренировочного занятия по спортивному плаванию. Технологии спортивной и оздоровительной тренировки с учетом возрастных особенностей

Вопросы:
1. Спортивная тренировка как многолетний процесс
2. Построение тренировочного процесса в спортивном плавании
3. Особенности построения макроцикла в спортивном плавании
4. Особенности построения годичного цикла в спортивном плавании
5. Структура тренировочного процесса.
6. Фазы развития спортивной формы и периоды тренировки.
7. Внешние условия периодизации тренировки.
8. Особенности построения тренировки в различные периоды большого тренировочного цикла.
9. Стадии базовой подготовки.
10. Примерные изменения прироста спортивного результата по годам углубленной специализации.
11. Примерный возраст высших достижений в спортивном плавании.
12. Стадии спортивного долголетия.
13. Возрастно-половые особенности оздоровительной физической тренировки
14. Возрастные особенности организации тренировочного процесса

Задания:
Написать конспект по данной теме.

Практическое занятие № 1 (2 часа)

Этапы спортивной тренировки в плавании

Вопросы и задания:
1. Этапы базовой подготовки.
2. Этапы максимальной реализации спортивных возможностей.

Задание
Составить характеристики этапов подготовки.

Практическое занятие № 2 (2 часа)

Технология планирования многолетнего процесса спортивной тренировки в плавании

Вопросы и задания:
1. Соревновательный период и этап непосредственно предсоревновательной подготовки (этапы непосредственной подготовки к ответственному соревнованию, варианты структуры периода).
2. Переходный период. Особенности периодизации тренировки в спортивном плавании.
3. Планирование тренировочного процесса в плавании.

Практические занятия № 3 (2 часа)

Показатели, характеризующие эффективность проведения учебно-тренировочного занятия по спортивному плаванию. Технологии спортивной и оздоровительной тренировки с учетом возрастных особенностей

Вопросы и задания:
1. Примерные изменения прироста спортивного результата по годам углубленной специализации.
2. Примерный возраст высших достижений в разных видах спорта.
3. Стадии спортивного долголетия.
4. Создание анаболического эффекта.
5. Тренировка мышечной системы.
6. Принципы, методы и средства спортивной и оздоровительной тренировки.
7. Общая характеристика средств и методик оздоровительной физической культуры, оценка их эффективности.
8. Принципы дозирования нагрузок.
9. Возрастные особенности и состав спортивной и оздоровительной тренировки.

9 семестр, 2 лекции, 5 практических занятий

Раздел 2. Основы соревновательной деятельности в спортивном плавании

Лекция № 1 (2 часа)

Правила соревнований по плаванию

Вопросы и задания:
Правила соревнований по спортивному плаванию

Практические занятия № 1-2 (4 часа)

Правила соревнований по плаванию

Вопросы и задания:
1. Положение, календарь и отчетная документация соревнований

Примерные задания:
1. Составить положение о соревнованиях

Лекция № 2 (2 часа)

Виды соревнований по плаванию. Состав судейской коллегии по плаванию и функции отдельных спортивных судей

Вопросы и задания:
1. Классификация соревнований
2. Судейская коллегия соревнований по спортивному плаванию.
3. Функции спортивных судей.
4. Правильность оформления протоколов
5. Подача заявок, протестов и апелляций.

Практические занятия № 3-4 (4 часа)

Виды соревнований по плаванию

Вопросы и задания:
1. Положение, календарь и отчетная документация соревнований

Практическое занятие № 5 (2 часа)

Состав судейской коллегии по плаванию и функции отдельных спортивных судей

Вопросы и задания:
1. Классификация соревнований.
2. Главная судейская коллегия и судейская бригада.
3. Правильность оформления протоколов.
4. Подача заявок, протестов и апелляций.

Примерные задания:
1. Провести примеры стартовых протоколов.
2. Провести церемонию награждения победителей и призеров соревнований.
3. Проанализировать работу судей-секундометристов.

5.2. Содержание самостоятельной работы по дисциплине (модулю)

Содержание обязательной самостоятельной работы по дисциплине

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы	Продукты деятельности
1	Этапы спортивной тренировки в спортивном плавании	Характеристика этапов тренировки	Конспект
2	Технология планирования многолетнего процесса спортивной тренировки в спортивном плавании	Составление планов тренировочных макро- и мезоциклов для групп на этапе ССМ	План подготовки

3	Показатели, характеризующие эффективность проведения учебно-тренировочного занятия по спортивному плаванию	Изучение дополнительной литературы по данной теме	Доклад
4	Технологии спортивной и оздоровительной тренировки с учетом возрастных особенностей	Подготовка доклада по темам «Инновационные технологии в спортивной тренировке пловцов», «Спортивно-оздоровительные технологии для восстановления работоспособности у пловцов в группах спортивного совершенствования»	Доклад
5	Правила соревнований по плаванию	План положения соревнования по плаванию в ДЮСШОР	План
6	Виды соревнований по плаванию	Составить таблицу видов соревнований	Таблица
7	Состав судейской коллегии по плаванию и функции отдельных спортивных судей	Написать состав судейской коллегии и их обязанностей Участие в судействе соревнований по спортивному плаванию.	Судейские протоколы

Содержание самостоятельной работы по дисциплине на выбор

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы	Продукты деятельности
1	Этапы спортивной тренировки в спортивном плавании	1. Структура соревновательной деятельности, как основа объективизации управления в спортивной тренировке. 2. Структура подготовленности пловцов высокой квалификации. 3. Особенности телосложения и физической подготовленности, лимитирующие спортивные достижения в различных способах плавания.	Реферат
2	Технологии спортивной и оздоровительной тренировки с учетом возрастных особенностей	Выявление эффективности занятий плаванием на организм детей до школьного возраста Выявление эффективности занятий плаванием на организм детей школьного возраста Выявление эффективности занятий плаванием на организм среднего возраста Выявление эффективности занятий плаванием на организм старшего возраста.	Реферат
3	Правила соревнований по плаванию	Написать положение о соревнования по плаванию в ДЮСШОР	Положение

5.3.Образовательные технологии

При организации изучения дисциплины будут использованы следующие образовательные технологии: информационно-коммуникационные технологии, технология организации самостоятельной работы, технология рефлексивного обучения, технология модульного обучения, технология игрового обучения, технологии групповой дискуссии, интерактивные технологии, технология проблемного обучения, технология организации учебно-исследовательской деятельности, технология проектного обучения, технология развития критического мышления.

5.4. Текущий контроль, промежуточный контроль и промежуточная аттестация

Балльно-рейтинговая карта дисциплины оформлена как приложение к рабочей программе дисциплины.
Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине оформлен отдельным документом.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие, ссылка на электронную библиотечную систему	Издательство, год
Л1.1	Казызаев А.С. Галеев О.Б.	Основы техники спортивных способов плавания: учебное пособие. https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274597	Омск: Издательство СибГУФК, 2010.
Л1.2	Лушпа, А. А.	Плавание: учебное пособие. : https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=232770	Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2012.
Л1.3	Чертов Н.В.	Теория и методика плавания: учебник. https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=241104	Ростов-на-Дону : Южный федеральный университет, 2011. – 452 с.

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие, ссылка на электронную библиотечную систему	Издательство, год
Л2.1	Степанов М.В..	Плавание в системе физического воспитания студентов вузов: учебное пособие. http://www.iprbookshop.ru/71310.html.	Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2017
Л2.2	Казызаева, А. С.	Основы техники спортивных способов плавания [Электронный ресурс]: учебное пособие / А. С. Казызаева, О. Б. Галеева. - О– Режим доступа: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274597	Омск: Издательство СибГУФК, 2010. - 151 с.
Л2.3	Махов С.Ю.	Плавание [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие. http://www.iprbookshop.ru/65713.html.	Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2016.

6.2 Перечень программного обеспечения

- Acrobat Reader DC
- Dr.Web Desktop Security Suite, Dr.Web Server Security Suite
- GIMP
- Microsoft Office 365 Pro Plus - subscription license (12 month) (Пакет программ Word, Excel, Access, PowerPoint, Outlook, OneNote, Publisher, Teams, OneDrive, Yammer, Stream, SharePoint Online).
- Microsoft Windows 10 Education
- XnView
- Архиватор 7-Zip

6.3 Перечень информационных справочных систем, профессиональных баз данных

- ЭБС «Университетская библиотека онлайн»
- ЭБС «IPR BOOKS»
- Базы данных Springer eBooks

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1	Наименование специального помещения: учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, практических занятий, групповых консультаций, индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации. Оснащенность: Комплект учебной мебели, меловая доска, ноутбук, переносное проекционное оборудование (мультимедийный проектор и экран на треноге), портативное звукоусиливающее оборудование
7.2	Наименование специального помещения: учебная аудитория для проведения практических занятий, групповых консультаций, индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации, Зал спортивных игр. Оснащенность: Стенка гимнастическая(шведская)-5шт., Скамейки гимнастические, Щит баскетбольный.
7.3	Наименование специального помещения: помещение для самостоятельной работы, Читальный зал. Оснащенность: ПК-4шт. с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду СГСПУ, Принтер-1шт., Телефон-1шт., Письменный стол-4 шт., Парта-2 шт.

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Работа над теоретическим материалом происходит кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, обобщения; помечать важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удается разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю.

Проработка рабочей программы дисциплины, уделяя особое внимание целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Конспектирование источников, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с информационными источниками в разных форматах.

Также в процессе изучения дисциплины методические рекомендации могут быть изданы отдельным документом.

Приложение

Балльно-рейтинговая карта дисциплины «Технологии спортивной тренировки в плавании»

Курс 4 Семестр 7

Вид контроля		Минимальное количество баллов	Максимальное количество баллов
Наименование раздела: «Основы техники спортивного плавания»			
Текущий контроль по разделу:		45	75
1	Аудиторная работа	25	35
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	15	30
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)	5	10
Контрольное мероприятие по разделу		5	10
Промежуточный контроль		50	85
Промежуточная аттестация		6	15
	Итого:	**56**	**100**

Виды контроля		Перечень или примеры заданий, критерии оценки и количество баллов	Темы для изучения и образовательные результаты
Текущий контроль по разделу « Основы планирования в спортивной тренировки в плавании»			
1	Аудиторная работа	Конспект лекции, устные ответы Задание 1. Составить конспект по теме «Этапы спортивной тренировки в спортивном плавании» Критерии оценивания: «Инновационные технологии в спортивной тренировке пловцов», «Спортивно-оздоровительные технологии для восстановления работоспособности у пловцов в группах спортивного совершенствования» - составлен четко структурированный и полный конспект, - представлена структура малых тренировочных циклов, средних тренировочных циклов, тренировочные циклы типа годичных и полугодичных. (10 баллов). Задание 2. Провести измерение функционального состояния при помощи функциональных проб (проба Штанге, проба Генчи). Критерии оценивания: - измерение проведено правильно, - все действия выполнены последовательно, - запись соответствует требованиям. (10 баллов) Задание 3. Составить карту технологий, применяемых в оздоровительной и спортивной тренировке с учетом возрастных особенностей. Критерии оценивания: - представлены более 5 технологий, - описание технологий исчерпывающее, - возрастные особенности учтены. (15баллов) max 35 баллов	Темы: Этапы спортивной тренировки в спортивном плавании Технология планирования многолетнего процесса спортивной тренировки в спортивном плавании Показатели, характеризующие эффективность проведения учебно – тренировочного занятия по спортивному плаванию Технологии спортивной и оздоровительной тренировки с учетом возрастных особенностей. Образовательные результаты: Знает: этапы спортивной подготовки в спортивном плавании; показатели, характеризующие эффективность проведения учебно-тренировочного занятия по спортивному плаванию; технологии спортивной и оздоровительной тренировки с учетом возрастных особенностей.
2	Самостоятельная	Задание 1. Составление планов тренировочных макро- и мезоциклов для групп на этапе ССМ.	Темы:

	работа (обязательные формы)	Критерии оценивания: - план составлен в соответствии с требованиями, - план составлен в соответствии с возрастом занимающихся, - цели и задачи отражены верно, - план составлен в соответствии с целями и задачами. (5 баллов). Задание 2. Подготовка доклада 10 баллов – доклад соответствует теме и отражает основные положения, и написан разборчиво, структурирован, полнота и логичность изложения, методология анализа, раскрытие темы. Присутствует план, введение, заключение и список литературы. Осуществлено объяснение фактов, явлений, закономерностей содержит дополнительные сведения, почерпнутые обучающимся из других источников. 7 балла – доклад соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы. В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы. 5 балла – доклад соответствует заявленной теме, структурирован, нет плана, не указан список литературы. В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы. 2 балла – доклад не соответствует заявленной теме, структурирован, нет плана, не указан список литературы. В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы. max 30 баллов	Этапы спортивной тренировки в спортивном плавании Технология планирования многолетнего процесса спортивной тренировки в спортивном плавании Показатели, характеризующие эффективность проведения учебно – тренировочного занятия по спортивному плаванию Технологии спортивной и оздоровительной тренировки с учетом возрастных особенностей. Образовательные результаты: Знает: технология планирования многолетнего процесса спортивной тренировки в спортивном плавании; технологии спортивной и оздоровительной тренировки с учетом возрастных особенностей
3	Самостоятельная работа (на выбор)	Подготовка реферата: 5 балл – реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 7 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1,5). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы. 8 балла - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 7 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1,5). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал не только Интернет-ресурсы, но и печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата присутствуют ссылки на источники информации. 10 балла - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет более 10 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1). Реферат подготовлен самостоятельно, в качестве источников материала для его подготовки обучающийся использовал в основном не Интернет-ресурсы, а печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата присутствуют ссылки на источники информации. В реферате представлено современное видение проблемы; в тексте реферата или в приложениях имеются рисунки, таблицы, диаграммы. max 10 баллов	Темы: Этапы спортивной тренировки в спортивном плавании Технология планирования многолетнего процесса спортивной тренировки в спортивном плавании Образовательные результаты: Знает: показатели, характеризующие эффективность проведения учебно – тренировочного занятия по спортивному плаванию;
Контрольное мероприятие по разделу		Тестирование: 5 баллов - правильно выполнено от 55 до 65 % заданий теста; 8 балла - правильно выполнено от 66 до 89 % заданий теста; 10 баллов - правильно выполнено от 90 до 100 % заданий теста.	
Промежуточный контроль (количество баллов)		50-85	
Промежуточная аттестация		Представлены в фонде оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине	

Курс 5 Семестр 9

Вид контроля		Минимальное количество баллов	Максимальное количество баллов
Наименование раздела: «Основы техники спортивного плавания»			
Текущий контроль по разделу:		45	75
1	Аудиторная работа	25	35
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	15	30
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)	5	10
Контрольное мероприятие по разделу		5	10
Промежуточный контроль		50	85
Промежуточная аттестация		6	15
	Итого:	**56**	**100**

Виды контроля		Перечень или примеры заданий, критерии оценки и количество баллов	Темы для изучения и образовательные результаты
Текущий контроль по разделу «Основы соревновательной деятельности в спортивном плавании			
1	Аудиторная работа	Задание 1. Составить конспект по теме «Виды соревнований по спортивному плаванию». Критерии оценивания: - составлен четко структурированный и полный конспект, - представлены виды соревнований по спортивному плаванию. (5 баллов) Задание 2. Составить конспект на тему «Судейская коллегия соревнований по спортивному плаванию. Функции спортивных судей». Критерии оценивания: - представлены члены судейской коллегии соревнований по спортивному плаванию - охарактеризованы функции спортивных судей. - представлена система определения мест в соревнованиях по спортивному плаванию (5 баллов) Задание 3. Подготовить документацию по судейству соревнований (список судейских бригад, таблицы результатов, судейские протоколы). Критерии оценивания: - документация представлены в полном объеме, - документация заполнена верно, в соответствии с требованиями. max 35 баллов	Правила соревнований по плаванию Виды соревнований по плаванию Состав судейской коллегии по плаванию и функции отдельных спортивных судей Образовательные результаты: Знает: правила соревнований по спортивному плаванию; виды соревнований в избранном виде спорта; соств судейская коллегии соревнований по спортивному плаванию и функции спортивных судей
2	Самостоятельная работа (обязательные формы)	Задание 1. Составление доклада по теме «Правила соревнований по спортивному плаванию» 10 баллов – доклад соответствует теме и отражает основные положения, и написан разборчиво, структурирован, полнота и логичность изложения, методология анализа, раскрытие темы. Присутствует план, введение, заключение и список литературы. Осуществлено объяснение фактов, явлений, закономерностей содержит дополнительные сведения, почерпнутые обучающимся из других источников.	Темы: Правила соревнований по плаванию Виды соревнований по плаванию Состав судейской коллегии по плаванию и функции отдельных спортивных судей Образовательные результаты: Знает:

		7 балла – доклад соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы. В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы. 5 балла – доклад соответствует заявленной теме, структурирован, нет плана, не указан список литературы. В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы. 2 балла – доклад не соответствует заявленной теме, структурирован, нет плана, не указан список литературы. В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы. max 30 баллов	правила соревнований по спортивному плаванию; виды соревнований вплавании; сост судейская коллегии соревнований по спортивному плавантю и функции спортивных судей.
3	Самостоятельная работа (на выбор)	1. Написать положение о соревнования по плаванию в ДЮСШОР 6 баллов –положение имеет название, цель, задачи, не определен возраст, не описано оборудование, не указано время и место проведения, организаторы соревнований. Не описана судейская коллегия. Не полно расписан ход мероприятия, дистанции не соответствуют заявленному возрасту, не указан порядок определения победителя и награждения 8 баллов –положение имеет название, цель, задачи, не определен возраст, не описано оборудование, указано время и место проведения, организаторы соревнования, указан не полный список судейской коллегии. Не полно расписан ход мероприятия, дистанции соответствуют заявленному возрасту, указан порядок определения победителя и награждения 10 баллов – положение имеет название, цель, задачи, определен возраст, описано оборудование, время и место проведения, организаторы соревнования. Полно расписан ход мероприятия, дистанции соответствуют заявленному возрасту, указан порядок определения победителя и награждения Max 10 баллов	Правила соревнований по плаванию Образовательные результаты: Знает: правила соревнований по плаванию; виды соревнований в плавание; состав судейской коллегии по избранному виду спорта и функции отдельных спортивных судей
Контрольное мероприятие по разделу		Тестирование: 5 баллов - правильно выполнено от 55 до 65 % заданий теста; 8 балла - правильно выполнено от 66 до 89 % заданий теста; 10 баллов - правильно выполнено от 90 до 100 % заданий теста.	
Промежуточный контроль (количество баллов)		50-85	
Промежуточная аттестация		Представлены в фонде оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине	