Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Кислова Наталья Николаевна
Должность: Проректор по УМР и качеству образования
Дата подписания: 12.11.2026 16:49:17
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 учебно-методической
работе и качеству образования
_____ Н.Н. Кислова

Засыпкина Юлия Валерьевна
Левченко Сергей Васильевич

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
для проведения промежуточной аттестации по дисциплине
«Оздоровительное плавание»

Направление подготовки:
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Направленность (профиль): «Иностранный язык» (первый) и «Иностранный язык» (второй)

Квалификация выпускника
Бакалавр

Рассмотрено
Протокол № 11 от 23.06.2026 г.
Заседания кафедры физического воспитания и спорта

Одобрено
Начальник Управления образовательных программ
_____ Н.А. Доманина

Самара 2026

Пояснительная записка

Фонд оценочных средств (далее – ФОС) для промежуточной аттестации по дисциплине «Оздоровительное плавание» разработан в соответствии федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки). Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22 февраля 2018 г. № 125, основной профессиональной образовательной программой высшего образования по направлению подготовки: 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), направленность (профиль): «Иностранный язык» (первый) и «Иностранный язык» (второй), с учетом требований профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18 октября 2013 г. № 544н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 6 декабря 2013 г., регистрационный № 30550), с изменениями, внесенными приказами Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 25 декабря 2014 г. № 1115н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 19 февраля 2015 г., регистрационный № 36091) и от 5 августа 2016 г. № 422н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 23 августа 2016 г., регистрационный № 43326); профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых", утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 г. № 652н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 17 декабря 2021г., регистрационный № 66403).

Цель ФОС для промежуточной аттестации – установление уровня сформированности части компетенции:

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Задачи ФОС для промежуточной аттестации - контроль качества и уровня достижения результатов обучения по формируемым в соответствии с учебным планом компетенциям:

УК-7.1. Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни.

Знает о влиянии оздоровительных средств физического воспитания в укреплении здоровья и методику организации спортивно-массовых мероприятий для пропаганды здорового образа жизни.

Умеет применять средства физической культуры для поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

УК-7.2. Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.

Имеет опыт планирования и выполнения индивидуально подобранных комплексов физических упражнений общей, оздоровительной физической культуры, а также организации и проведения физкультурно-массовых мероприятий.

Требование к процедуре оценки:

Помещение: стадион, бассейн, зал ОФП.

Оборудование: согласно реализуемым видам подготовки.

Инструменты: особых требований нет.

Расходные материалы: особых требований нет.

Доступ к дополнительным справочным материалам: не предусмотрен.

Нормы времени: 45 мин.

Комплект оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

Проверяемая (ые) компетенция (и) (из ОПОП ВО):

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Проверяемый индикатор достижения компетенции:

УК-7.1. Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни.

Проверяемый(ые) результат(ы) обучения:

Знает о влиянии оздоровительных средств физического воспитания в укреплении здоровья и методику организации спортивно-массовых мероприятий для пропаганды здорового образа жизни.

Тип (форма) задания: Письменная проверочная работа

Пример типовых заданий 1 (оценочные материалы):

Ответить на один вопрос в письменном виде.

1. Оздоровительное значение плавания.
2. Перечислить способы плавания, применяемые в оздоровительном плавании и дать краткую характеристику.
3. Перечислить плавательные средства, применяемые в процессе обучения и в оздоровительных целях.
4. Дать краткую характеристику играм и развлечениям на воде, применяемые в обучении и в оздоровительных целях.
5. Разработать сценарий спортивно-массового мероприятия на воде с элементами плавания.
6. Разработать положение о соревнованиях по плаванию для любой возрастной категории.
7. Техника безопасности на занятиях по плаванию.

Оценочный лист к типовому заданию (модельный ответ):

Минимальный уровень: на выбранный вопрос представлен неполный ответ, частично раскрыта тема вопроса;

Базовый уровень: на выбранный вопрос представлен неполный ответ, частично раскрыта тема. Осуществлено объяснение фактов;

Высокий уровень: на выбранный вопрос представлен полный логичный ответ, методология анализа, раскрытие темы. Осуществлено объяснение фактов, явлений, закономерностей.

Методические материалы, определяющие процедуру и критерии оценивания сформированности компетенций при проведении промежуточной аттестации: при выполнении обучающиеся должны иметь соответствующую спортивную форму, соблюдать технику безопасности, а также иметь допуск врача к посещению практических занятий и выполнению требований промежуточной аттестации.

Проверяемая (ые) компетенция (и) (из ОПОП ВО):

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Проверяемый индикатор достижения компетенции:

УК-7.1. Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни.

Проверяемый(ые) результат(ы) обучения:

Умеет применять средства физической культуры для поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Тип (форма) задания: Практическое выполнение типовых заданий

Пример типовых заданий 1 (оценочные материалы): Практическое выполнение нормативов общей физической подготовки (бег на короткие и средние дистанции, прыжки в длину с места, упражнения на силу мышц брюшного пресса – девушки и подтягивания на перекладине – юноши). Контрольные нормативы для обучающихся приведены в таблице 1.

Оценочные материалы для определения физической подготовленности обучающихся

Таблица 1

Параметры определения физической подготовленности	Девушки					Юноши				
	Оценка в баллах									
	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
бег 100 м (сек)	15,7	16,0	17,0	17,9	18,7	13,2	13,6	14.0	14,3	14.6
бег- 1000 м бег – 2000 м (мин)	5,07	5,25	5,37	5,55	6,05	8.00	8,24	8,46	9,13	9,40
прыжки в длину с места (см)	190	180	168	160	150	250	240	230	223	215
подтягивание на перекладине (раз)						13	12	9	7	5
поднимание и опускание туловища (раз)	60	50	40	30	20					

Оценочный лист к типовому заданию (модельный ответ):

Определение уровня физической подготовленности и поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности обучающихся (см. таблицу 1), проводится преподавателями 2 раза в семестр обучающемуся необходимо набрать по 1 баллу за каждый норматив, общим числом 4, что соответствует оценке «удовлетворительно» пороговый уровень, зачтено, числом 6 – базовый уровень, что соответствует оценке «хорошо», числом 8 – высокий уровень соответствует оценке «отлично».

Пример типовых заданий 2 (оценочные материалы):

Практическое выполнение элементов оздоровительного плавания на оценку – скольжение, дыхание в воде, поплавок, звездочка (1 семестр).

Оценочный лист к типовому заданию (модельный ответ):

Демонстрирует частичное выполнение технического элемента. Большинство требований, предъявляемых к заданию выполнены - оценка удовлетворительно пороговый (минимальный), зачтено;

Демонстрирует выполнение с незначительными техническими недочетами, что не влечет искажения техники выполнения элемента. Все требования, предъявляемые к заданию выполнены, - оценка «хорошо» достаточный (базовый), зачтено;

Демонстрирует полное и верное выполнение технического элемента. Все требования, предъявляемые к заданию выполнены, - оценка «отлично» повышенный (продвинутый, высокий), зачтено.

Пример типовых заданий 3 (оценочные материалы):

Практическое выполнение элементов оздоровительного плавания на оценку – техника плавания способом кроль на спине. (2 семестр).

Оценочный лист к типовому заданию (модельный ответ):

Демонстрирует частичное выполнение технического элемента. Большинство требований, предъявляемых к заданию выполнены - оценка удовлетворительно пороговый (минимальный), зачтено;

Демонстрирует выполнение с незначительными техническими недочетами, что не влечет искажения техники выполнения элемента. Все требования, предъявляемые к заданию выполнены - оценка «хорошо» достаточный (базовый), зачтено;

Демонстрирует полное и верное выполнение технического элемента. Все требования, предъявляемые к заданию выполнены - оценка «отлично» повышенный (продвинутый, высокий), зачтено.

Пример типовых заданий 4 (оценочные материалы):

Практическое выполнение элементов оздоровительного плавания на оценку – техника плавания способом кроль на груди. (3 семестр).

Оценочный лист к типовому заданию (модельный ответ):

Демонстрирует частичное выполнение технического элемента. Большинство требований, предъявляемых к заданию выполнены, - оценка удовлетворительно пороговый (минимальный), зачтено;

Демонстрирует выполнение с незначительными техническими недочетами, что не влечет искажения техники выполнения элемента. Все требования, предъявляемые к заданию выполнены, - оценка «хорошо» достаточный (базовый), зачтено;

Демонстрирует полное и верное выполнение технического элемента. Все требования, предъявляемые к заданию выполнены, - оценка «отлично» повышенный (продвинутый, высокий), зачтено.

Пример типовых заданий 5 (оценочные материалы): Практическое выполнение элементов оздоровительного плавания на оценку – техника плавания способом брасс. (4 семестр).

Оценочный лист к типовому заданию (модельный ответ):

Демонстрирует частичное выполнение технического элемента. Большинство требований, предъявляемых к заданию выполнены, - оценка удовлетворительно пороговый (минимальный), зачтено;

Демонстрирует выполнение с незначительными техническими недочетами, что не влечет искажения техники выполнения элемента. Все требования, предъявляемые к заданию выполнены, - оценка «хорошо» достаточный (базовый), зачтено;

Демонстрирует полное и верное выполнение технического элемента. Все требования, предъявляемые к заданию выполнены, - оценка «отлично» повышенный (продвинутый, высокий), зачтено.

Пример типовых заданий 6 (оценочные материалы):

Практическое выполнение элементов оздоровительного плавания на оценку – техника плавания способом баттерфляй (5 семестр).

Оценочный лист к типовому заданию (модельный ответ):

Демонстрирует частичное выполнение технического элемента. Большинство требований, предъявляемых к заданию выполнены, - оценка удовлетворительно пороговый (минимальный), зачтено;

Демонстрирует выполнение с незначительными техническими недочетами, что не влечет искажения техники выполнения элемента. Все требования, предъявляемые к заданию выполнены, - оценка «хорошо» достаточный (базовый), зачтено;

Демонстрирует полное и верное выполнение технического элемента. Все требования, предъявляемые к заданию выполнены, - оценка «отлично» повышенный (продвинутый, высокий), зачтено.

Методические материалы, определяющие процедуру и критерии оценивания сформированности компетенций при проведении промежуточной аттестации: при выполнении обучающиеся должны иметь соответствующую плаванию спортивную форму, соблюдать технику безопасности, а также иметь допуск врача к посещению практических занятий и выполнению требований промежуточной аттестации.

УК-7.2. Имеет опыт планирования и выполнения индивидуально подобранных комплексов физических упражнений общей, оздоровительной физической культуры, а также организации и проведения физкультурно-массовых мероприятий.

Проверяемый (ые) результат(ы) обучения:

Имеет опыт: планирования и выполнения индивидуально подобранных комплексов физических упражнений общей, оздоровительной физической культуры, а также организации и проведения физкультурно-массовых мероприятий.

Тип (форма) задания: Письменная проверочная работа (6 семестр)

Пример типовых заданий 1 (оценочные материалы):

Ответить на один выбранный вопрос в письменном виде.

1. Составить комплекс упражнений для развития силовых способностей и поддержания должного уровня физической подготовленности.

2. Составить комплекс упражнений для развития выносливости и поддержания должного уровня физической подготовленности.

3. Составить комплекс упражнений для развития гибкости и поддержания должного уровня физической подготовленности.

4. Составить комплекс упражнений для развития скоростных способностей и поддержания должного уровня физической подготовленности.

5. Составить комплекс упражнений для развития координационных способностей и поддержания должного уровня физической подготовленности.

Оценочный лист к типовому заданию (модельный ответ):

Минимальный уровень: на выбранный вопрос представлен неполный ответ, частично раскрыта тема вопроса;

Базовый уровень: на выбранный вопрос представлен неполный ответ, частично раскрыта тема. Осуществлено объяснение фактов;

Высокий уровень: на выбранный вопрос представлен полный логичный ответ, методология анализа, раскрытие темы. Осуществлено объяснение фактов, явлений, закономерностей.

Тип (форма) задания: Практическое выполнение типовых заданий

Пример типового задания 2 (оценочные материалы):

1. Задание состоит из 2 частей:

1) теоретическая часть (разработать план проведения физкультурного мероприятия на воде, описать его в форме конспекта);

2) практическая часть (представляет собой проведение физкультурного мероприятия на воде).

Оценочный лист к типовому заданию (модельный ответ):

Дескрипторы	оценка удовлетворительно пороговый (минимальный), зачтено	оценка «хорошо» достаточный (базовый), зачтено	оценка «отлично» повышенный (продвинутый, высокий), зачтено
Конспект	Составлен с неточностями, недостаточно структурирован	Составлен и оформлен верно, мало или нет методических указаний	Составлен и оформлен согласно всем требованиям
Терминология	3-4 ошибки	1-2 ошибки	Без ошибок

Оценочный лист к типовому заданию (модельный ответ): при проведении физкультурного мероприятия на воде.

Критерии	В полной мере	В неполной мере	Пренебрег
Подготовка к проведению			
Подготовка площадки			
Подготовка инвентаря			
Общее руководство			
Размещение играющих и место организатора			
Объяснение игры			
Распределение на команды			
Выбор капитанов команд, выделение водящих, выделение помощников			
Наблюдение за процессом игры и поведением играющих			
Судейство			
Дозировка нагрузки			
Окончание игры			
Подведение итогов игры			
Обсуждение игры			
Итоговая оценка			

Методические материалы, определяющие процедуру и критерии оценивания сформированности компетенций при проведении промежуточной аттестации: при выполнении обучающиеся должны иметь соответствующую плаванию спортивную форму, соблюдать технику безопасности, а также иметь допуск врача к посещению практических занятий и выполнению требований промежуточной аттестации.

Показатели сформированности компетенций

Уровень	Характеристика	Индикаторы
оценка удовлетворительно пороговый (минимальный), зачтено 56-70 баллов	Компетенция развита	Обучающийся владеет навыками, проявляет их. Знает основные определения и понятия воспроизводит и корректно владеет терминологией. Характеризует возможности средств и методов обучения. Устанавливает логические связи жизненной ситуации и решением поставленной задачи.
оценка «хорошо» достаточный (базовый), зачтено 71-85 баллов	Компетенция хорошо развита	Обучающийся владеет сложными навыками, способен активно влиять на происходящее, проявлять соответствующие навыки в ситуациях повышенной сложности. Обсуждает в малых группах способы эффективного решения учебных ситуаций. Готов к анализу и трансляции приобретенных навыков.
оценка «отлично» (продвинутый, высокий), зачтено 86-100 баллов	Высокий уровень развития компетенции	Использует элементы приобретенных навыков на занятиях, в жизненных ситуациях. Демонстрирует умение анализировать ситуацию, обобщает результаты. Оценивает значимость и практическую пригодность полученных результатов, для себя, а также в будущей профессиональной деятельности.