Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Кислова Наталья Николаевна
Должность: Проректор по УМР и качеству образования
Дата подписания: 09.06.2025 08:44:49
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

Лапина Наталья Михайловна

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
для проведения промежуточной аттестации по дисциплине
«Теория и методика плавания»

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

Квалификация выпускника
бакалавр

Рассмотрено
Протокол № 10 от 27.05.2025
Заседания кафедры физического воспитания и спорта

Одобрено
Начальник Управления
образовательных программ
_____ Н.А. Доманина

Самара 2025

Пояснительная записка

Фонд оценочных средств (далее – ФОС) для промежуточной аттестации по дисциплине «Теория и методика плавания» разработан в соответствии с ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура. Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 сентября 2017 г. № 940, основной профессиональной образовательной программой по направлению подготовки: 49.03.01 Физическая культура, направленность (профиль): «Спортивная тренировка в избранном виде спорта с учетом требований профессионального стандарта «Тренер», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 27 апреля 2023 г. № 362н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 25 мая 2023 г., регистрационный № 73442); профессионального стандарта «01.003 Педагог дополнительного образования детей и взрослых», приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации №652-н от 22.09.2021 г. (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 17 декабря 2021г., регистрационный №66403).

Цель ФОС для промежуточной аттестации – установление уровня сформированности части компетенции

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

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

ОПК-3.1. Знает теоретико-методические основы проведения занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному обучению и физической подготовке

Знает:

- историю и современное состояние плавания, место и значение в физической культуре, науке и образовании;
- значение и виды плавания как базового вида спорта;
- терминологию плавания;
- основы техники способов плавания и прикладного плавания;
- методики обучения способам плавания;
- методики развития физических качеств средствами плавания;
- методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях плаванием.

ОПК-3.2. Умеет применять методы при проведении занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному обучению и физической подготовке.

Умеет:

- применять методы организации учебной деятельности на занятиях по плаванию с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся;
- использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по плаванию в зависимости от поставленных задач;
- использовать в своей деятельности терминологию плавания;
- распределять на протяжении занятия средства плавания с учетом их влияния на организм занимающихся;
- показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в плавании;
- использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой с использованием средств плавания;
- организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений плавания;
- контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств плавания;
- оценивать качество выполнения упражнений в плавании и определять ошибки в технике;
- определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в плавании подбирать приемы и средства для их устранения.

ОПК-3.3. Имеет опыт проведения занятия и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств, методов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному обучению и физической подготовке.

Имеет опыт:

- владения техникой способов плавания и прикладного плавания на уровне выполнения контрольных нормативов;
- участия в судействе соревнования по плаванию.

Семестр изучения №1 – зачет

Требование к процедуре оценки:

Помещение: особых требований нет

Расходные материалы: нет

Доступ к дополнительным справочным материалам: не предусмотрен

Нормы времени: 30 мин

Проверяемая (ые) компетенция:

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

Проверяемый индикатор достижения компетенции:

ОПК-3.1. Знает теоретико-методические основы проведения занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному обучению и физической подготовке

Проверяемый (ые) результат (ы) обучения:
Знает:
- историю и современное состояние плавания, место и значение в физической культуре, науке и образовании;
- значение и виды плавания как базового вида спорта;
- терминологию плавания;
- основы техники способов плавания и прикладного плавания;
Тип (форма) задания: письменная проверочная работа
Пример типовых заданий (оценочные материалы): ответить на один выбранный вопрос в письменном виде.

1. История развития плавания как вида спорта. Плавание как олимпийский вид спорта.
2. История развития плавания в России до революции и после нее.
3. Современные направления развития плавания. Выдающиеся пловцы в мире.
4. Оздоровительное, прикладное и спортивное значение плавания
5. Классификация плавания.
6. Физические свойства воды и равновесие пловца в воде
7. Особенности перемещения в водной среде
8. Общие требования к рациональной технике плавания
9. Семь групп упражнений для освоения с водой (упражнения и игры на воде)
10. Анализ техники плавания кролем на груди (на ногах, на руках, в полной координации)
11. Анализ техники выполнения старта с тумбы при плавании кролем на груди
12. Анализ техники поворота «маятник» при плавании кролем на груди
13. Анализ техники плавания кролем на спине (на ногах, на руках, в полной координации)
14. Анализ техники выполнения старта из воды при плавании кролем на спине
15. Анализ техники поворота при плавании кролем на спине
16. Анализ техники плавания брассом (на ногах, на руках, в полной координации)
17. Анализ техники выполнения старта с тумбы при плавании брассом
18. Анализ техники поворота при плавании брассом
19. Анализ техники плавания баттерфляем (на ногах, на руках, в полной координации)
20. Анализ техники выполнения старта с тумбы при плавании баттерфляем
21. Анализ техники поворота «маятник» при плавании баттерфляем

Оценочный лист к типовому заданию (модельный ответ):

Компетенции	Результаты обучения	Формальные признаки сформированности компетенций	Шкала оценивания
ОПК-3.1. Знает теоретико-методические основы проведения занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному обучению и физической подготовке	Знает: - историю и современное состояние плавания, место и значение в физической культуре, науке и образовании; - значение и виды плавания как базового вида спорта; - терминологию плавания; - основы техники способов плавания и прикладного плавания;	Пороговый уровень: на выбранный вопрос представлен неполный ответ, частично раскрыта тема вопроса.	5
		Продвинутый уровень: на выбранный вопрос представлен неполный ответ, частично раскрыта тема. Осуществлено объяснение фактов	10
		Высокий уровень: на выбранный вопрос представлен полный логичный ответ, методология анализа, раскрытие темы. Осуществлено объяснение фактов, явлений, закономерностей	15

Методические материалы, определяющие процедуру и критерии оценивания сформированности компетенций при проведении промежуточной аттестации

Для проверки результатов обучения по дисциплине «Теория и методика плавания» за семестр изучения №1 (зачет) проводится письменная работа, состоящая из одного задания.

1 задание состоит из 21 вопроса. Каждый обучающийся сам выбирает один вопрос и письменно отвечает на него в течении 30 минут. Обучающийся раскрывает основную сущность вопроса, дает развернутый лаконичный ответ, используя правильную терминологию.

За выполнение задания начисляются баллы в соответствии с критериями, прописанными в оценочном листе.

Семестр изучения №2 – экзамен
Требование к процедуре оценки:
Помещение: особых требований нет
Расходные материалы: нет
Доступ к дополнительным справочным материалам: не предусмотрен
Нормы времени: 60 мин
Проверяемая (ые) компетенция:
ОПК-3. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке
Проверяемый индикатор достижения компетенции:

ОПК-3.1. Знает теоретико-методические основы проведения занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному обучению и физической подготовке

Проверяемый (ые) результат (ы) обучения:

Знает:

- основы техники способов плавания и прикладного плавания;
- методики обучения способам плавания;
- методики развития физических качеств средствами плавания;
- методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях плаванием. Анализ техники плавания прикладным способом на боку (на ногах, на руках, в полной координации)

1. Анализ техники плавания прикладным способом брасс на спине (на ногах, на руках, в полной координации)
2. Методы и принципы обучения
3. Средства обучения плаванию (общеразвивающие, специальные и имитационные физические упражнения)
4. Средства обучения плаванию (упражнения для освоения с водой, учебные прыжки в воду, игры и развлечения на воде)
5. Методика обучения технике плавания кролем на груди (на ногах, на руках, в полной координации)
6. Методика обучения технике плавания кролем на спине (на ногах, на руках, в полной координации)
7. Методика обучения технике плавания брассом (на ногах, на руках, в полной координации)
8. Методика обучения технике плавания баттерфляем (на ногах, на руках, в полной координации)
9. Методика обучения технике плавания способом на боку (на ногах, на руках, в полной координации)
10. Методика обучения технике плавания способом брасс на спине (на ногах, на руках, в полной координации)
11. Методика обучения технике выполнения старта с тумбы
12. Методика обучения технике выполнения старта из воды
13. Методика обучения технике выполнения поворота «маятник» при плавании кролем на груди
14. Методика обучения технике выполнения поворота при плавании кролем на спине
15. Методика обучения технике выполнения поворота при плавании брассом
16. Методика развития силовых способностей средствами плавания
17. Методика развития выносливости средствами плавания
18. Методика развития гибкости средствами плавания
19. Методика развитие координационных способностей средствами плавания
20. Методика развития скоростных способностей средствами плавания
21. Причины несчастных случаев на воде, их предупреждение и правила поведения при попадании в экстремальные ситуации
22. Преодоление водных преград
23. Техника прикладного плавания (ныряние в длину и глубину; освобождение от возможных захватов; способы транспортировки пострадавшего)
24. Последовательность действий при спасении тонущих вплавь
25. Оказание первой доврачебной помощи

Оценочный лист к типовому заданию (модельный ответ):

Компетенции	Результаты обучения	Формальные признаки сформированности компетенций	Шкала оценивания
ОПК-3.1. Знает теоретико-методические основы проведения занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному обучению и физической подготовке	Знает: - основы техники способов плавания и прикладного плавания; - методики обучения способам плавания; - методики развития физических качеств средствами плавания; - методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях плаванием.	Пороговый уровень: на выбранный вопрос представлен неполный ответ, частично раскрыта тема вопроса.	5
		Продвинутый уровень: на выбранный вопрос представлен неполный ответ, частично раскрыта тема. Осуществлено объяснение фактов	10
		Высокий уровень: на выбранный вопрос представлен полный логичный ответ, методология анализа, раскрытие темы. Осуществлено объяснение фактов, явлений, закономерностей	15

Проверяемая (ые) компетенция (и) ($_{\text{из ОПОП ВО}}$):

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

Проверяемый индикатор достижения компетенции:

ОПК-3.2. Умеет применять методы при проведении занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному обучению и физической подготовке.

Проверяемый (ые) результат (ы) обучения:

Умеет:

- применять методы организации учебной деятельности на занятиях по плаванию с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся;
- использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по плаванию в зависимости от поставленных задач;
- использовать в своей деятельности терминологию плавания;
- распределять на протяжении занятия средства плавания с учетом их влияния на организм занимающихся;
- показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в плавании;
- использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой с использованием средств плавания;
- организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений плавания;
- контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств плавания;
- оценивать качество выполнения упражнений в плавании и определять ошибки в технике;
- определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в плавании подбирать приемы и средства для их устранения.

Проверяемый индикатор достижения компетенции:

ОПК-3.3. Имеет опыт проведения занятия и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств, методов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному обучению и физической подготовке

Проверяемый (ые) результат (ы) обучения:

Имеет опыт:

- владения техникой способов плавания и прикладного плавания на уровне выполнения контрольных нормативов;
- участия в судействе соревнования по плаванию.

Тип (форма) задания: письменная проверочная работа

Пример типовых заданий 2 (оценочные материалы):

Разработать в соответствии с общепринятыми требованиями к структуре и терминологии конспект урока по дисциплине «Теория и методика плавания» (решение образовательных и оздоровительных задач). Тема конспекта на выбор:

1. Начальное обучение плаванию (семь групп освоения с водой, с применением дополнительных плавательных средств).
2. Обучение технике плавания кролем на груди на ногах в согласовании с дыханием
3. Обучение технике плавания кролем на груди на руках в согласовании с дыханием
4. Обучение технике плавания кролем на груди в полной координации в согласовании с дыханием
5. Обучение технике выполнения старта при плавании кролем на груди
6. Обучение технике выполнения поворота «маятник» при плавании кролем на груди
7. Обучение технике плавания кролем на спине на ногах в согласовании с дыханием
8. Обучение технике плавания кролем на спине на руках в согласовании с дыханием
9. Обучение технике плавания кролем на спине в полной координации в согласовании с дыханием
10. Обучение технике выполнения старта при плавании кролем на спине
11. Обучение технике выполнения поворота «маятник» при плавании кролем на спине
12. Обучение технике плавания брассом на ногах в согласовании с дыханием
13. Обучение технике плавания брассом на руках в согласовании с дыханием
14. Обучение технике плавания брассом в полной координации в согласовании с дыханием
15. Обучение технике выполнения старта при плавании брассом
16. Обучение технике выполнения поворота при плавании брассом
17. Обучение технике плавания баттерфляем на ногах в согласовании с дыханием
18. Обучение технике плавания баттерфляем на руках в согласовании с дыханием
19. Обучение технике плавания баттерфляем в полной координации в согласовании с дыханием
20. Обучение технике выполнения старта при плавании баттерфляем
21. Обучение технике выполнения поворота при плавании баттерфляем
22. Обучение технике плавания прикладным способом на боку на ногах в согласовании с дыханием
23. Обучение технике плавания прикладным способом на боку на руках в согласовании с дыханием
24. Обучение технике плавания прикладным способом на боку в полной координации в согласовании с дыханием
25. Обучение технике плавания прикладным способом брасс на спине на ногах в согласовании с дыханием
26. Обучение технике плавания прикладным способом брасс на спине на руках в согласовании с дыханием
27. Обучение технике плавания прикладным способом брасс на спине в полной координации в согласовании с дыханием

Оценочный лист к типовому заданию (модельный ответ):

Компетенции	Результаты обучения	Формальные признаки сформированности компетенций	Шкала оценивания
ОПК-3.2. Умеет применять методы при проведении занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств базовых видов	Умеет: - применять методы организации учебной деятельности на занятиях по плаванию с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся;	Пороговый уровень: задачи урока сформулированы некорректно; конспект урока составлен методически грамотно, представлено менее 5 упражнений в основной части урока, упражнения описаны не последовательно с нарушением терминологии, не даны методические	10

физкультурно-спортивной деятельности по двигательному обучению и физической подготовке.	- использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по плаванию в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию плавания; - распределять на протяжении занятия средства плавания с учетом их влияния на организм занимающихся; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в плавании; - использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой с использованием средств плавания; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений плавания; - контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств плавания; - оценивать качество выполнения упражнений в плавании и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в плавании подбирать приемы и средства для их устранения.	и организационные указания, не указан возраст занимающихся, не использован дополнительный плавательный инвентарь	
		Продвинутый уровень: задачи урока сформулированы соответственно теме, конспект урока составлен методически грамотно, представлено 10 и более упражнений в основной части урока, упражнения описаны последовательно с нарушением терминологии; даны организационные указания, не даны методические указания, мало упражнений с использованием плавательного инвентаря	15
		Высокий уровень: задачи сформулированы соответственно теме урока, конспект урока составлен методически грамотно, представлено более 12 упражнений в основной части урока, упражнения описаны последовательно с использованием плавательной терминологии; дана организационные и методические указания, применялся дополнительный плавательный инвентарь	20
ОПК-3.3. Имеет опыт проведения занятия и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств, методов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному обучению и физической подготовке	Имеет опыт: - владения техникой способов плавания и прикладного плавания на уровне выполнения контрольных нормативов; - участия в судействе соревнования по плаванию.		

Методические материалы, определяющие процедуру и критерии оценивания сформированности компетенций при проведении промежуточной аттестации

Для проверки результатов обучения проводится письменная работа, состоящая из двух заданий. Задания можно выполнять в любой последовательности.

1 задание состоит из 26 вопросов. Каждый обучающийся сам выбирает один вопрос и письменно отвечает на него в течении 20-30 минут. Обучающийся раскрывает основную сущность вопроса, дает развернутый лаконичный ответ, используя правильную терминологию.

2 задание состоит из 27 тем для написания конспекта урока по плаванию. Каждый обучающийся сам выбирает одну тему и письменно оформляет его в течении 30-40 минут. На конспект урока должна быть поставлена цель и не менее 3 задач. Урок должен быть разбит на три части, все упражнения должны соответствовать выбранной теме и возрасту занимающихся. Написаны по терминологии, с соответствующей дозировкой, с использование дополнительного плавательного инвентаря. Даны методические и организационные указания к упражнениям.

По окончании выполнения задания каждый из обучающихся представляет свой вариант конспекта эксперту (преподавателю) на проверку. После этого проходит процедура предзащиты своего урока.

Во время предзащиты обучающийся отвечает на вопросы эксперта и обучающихся, обосновывает (отстаивает любой пункт конспекта, аргументируя их с позиции теории, методики и технологии обучения).

Конспект оценивается по:

- форме,

- грамотному использованию терминологии,
- качеству подбора средств и методов решения педагогических задач,
- организации деятельности занимающихся.

Конспект урока, имеющий существенные замечания (2 и более нерешенные задачи, многочисленные исправления, методика обучения содержит грубые ошибки, неграмотное и небрежное оформление, отсутствие понимания и объяснения по многим деталям конспекта) не оценивается и требует повторной разработки.

За каждые из 2-х выполненных заданий начисляются баллы в соответствии с критериями, прописанными в оценочном листе. Затем баллы суммируются и определяется уровень знаний по предложенной ниже таблице.

Итоговая оценка ФОС по дисциплине «Теория и методика плавания» семестр изучения №2 (экзамен)

Типы заданий	Пороговый уровень	Продвинутый уровень	Высокий уровень
Задание № 1	5	10	15
Задание № 2	10	15	20
Общий балл	15	25	35