

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное  
образовательное учреждение высшего образования  
«Тульский государственный университет»

Институт Педагогики, физической культуры, спорта и туризма  
Кафедра «Физкультурно-оздоровительных технологий»

Утверждено на заседании кафедры  
«Физкультурно-оздоровительные  
технологии»

«27» января 2022г., протокол №5  
Заведующий кафедрой

 С.А. Архипова

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ (ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ)  
ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И  
ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО  
ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)**

**«Теория и методика обучения плаванию»**

**основной профессиональной образовательной программы  
высшего образования – программы бакалавриата**

по направлению подготовки  
**44.03.01 Педагогическое образование**

с направленностью (профилем)  
**Физическая культура**

Форма обучения: очная

Идентификационный номер образовательной программы: 440301-01-22

Тула 2022 год

**ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ**  
**фонда оценочных средств (оценочных материалов)**

**Разработчик:**

Кашмина Е.О., доцент каф. ФВиС, к.п.н.



---

## 1. Описание фонда оценочных средств (оценочных материалов)

Фонд оценочных средств (оценочные материалы) включает в себя контрольные задания и (или) вопросы, которые могут быть предложены обучающемуся в рамках текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю). Указанные контрольные задания и (или) вопросы позволяют оценить достижение обучающимся планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), установленных в соответствующей рабочей программе дисциплины (модуля), а также сформированность компетенций, установленных в соответствующей общей характеристике основной профессиональной образовательной программы.

Полные наименования компетенций и индикаторов их представлены в общей характеристике основной профессиональной образовательной программы.

## 2. Оценочные средства (оценочные материалы) для проведения текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю)

### 4 семестр

#### Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-1 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-1.1)

1. Вязкость воды – это:

- А). свойство, обуславливающее сопротивление.
- Б). свойство, обуславливающее трение.
- В) свойство, обуславливающее плотность.

2. Удельный вес воды обусловлен

- А). объемом.
- Б). плотностью.
- В). силой тяжести.

3. Во время гребковых движений пловец

- А). занимает более обтекаемую форму
- Б). увеличивает рабочую поверхность
- В). делает вдох.

4. Миделево сечение – это

- А). проекция контуров тела пловца на горизонтальную плоскость
- Б). проекция контуров тела пловца на сагиттальную плоскость
- В). проекция контуров тела пловца на фронтальную плоскость

5. Какой процент составляют люди, обладающие хорошей плавучестью?

- А). 85
- Б). 95
- В). 75.

6. Сопротивление трения является результатом взаимодействия

- А). жидкой и воздушной среды.
- Б). различных слоев жидкости.
- В). жидкости и тела пловца.

7. Основным составляющим подъемной силы является

- А). форма тела.
- Б). угол атаки тела.
- В). плавучесть тела.

8. У лиц, систематически занимающихся плаванием увеличены

- А). размеры легких.
- Б). размеры подкожно-жировой ткани.
- В). размеры сердца.

9. Паттерн дыхания при плавании на груди

- А). 2-х актный
- Б). 3-х актный.
- В). 4-х актный.

10. Выражением согласованности движений является

- А). скорость плавания.
- Б). координация движений рук, ног и дыхания.
- В). внутрицикловая скорость.

**Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-1 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-1.2)**

1. Первые археологические находки рисунков людей, плывущих разными способами, относятся к...

- А) 2-4 тыс. до н.э.;
- Б) 1-3 тыс. до н.э.;
- В) 1-3 тыс. н.э.

2. Где проводились первые международные соревнования по плаванию?

- А) в Венеции;
- Б) в Будапеште;
- В) в Париже.

3. Первая школа любителей плавания была основана в Париже в...

- А) 1785 г.;
- Б) 1827 г.;
- В) 1832 г.

4. Первая печатная книга по плаванию была издана в...

- А) Германии;
- Б) Италии;
- В) Дании.

5. С какого года плавание включено в программу Олимпийских игр?

- А) 1330 г. до н.э.;
- Б) 896г.;
- В) 1912г.

6. В школе любителей плавания на Неве учительствовал...

- А) Гризье;
- Б) Паули;
- В) Винман.

7. В каком городе была открыта первая в царской России школа плавания?

- А) в Москве;
- Б) в Санкт-Петербурге;
- В) в Киеве.

8. Где было основано общество по спасению тонущих?

- А) в Амстердаме;
- Б) в Лондоне;
- В) в Париже.

9. Крытый плавательный бассейн был построен в Московских центральных банях в...

- А) 1894г.;
- Б) 1895г.;
- В) 1902г.

10. В России в XVII в обучение плаванию было введено в...

- А) училищах;
- Б) ВУЗах;
- В) войсках.

**Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-1 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-1.3)**

1. В какое время плавание не развивалось как вид?

- А) в Средние века;
- Б) в Новое время;
- В) в Возрождение.

2. Первые соревнования в плавании на скорость были проведены в Венеции в...

- А) 1908г.;
- Б) 1890г.;
- В) 1515г.

3. Где была создана первая школа любителей плавания в 1785 году?

- А) в России;
- Б) в США;
- В) во Франции.

4. Первым победителем марафонских заплывов стал...

- А) Мэтью Уэбб;
- Б) Антонио Альбертондо;
- В) Джимми Хиггинс.

5. Первая печатная книга по плаванию была издана в...

- А) 1424 г.;
- Б) 1538 г.;
- В) 1642 г.

6. Международная любительская федерация плавания – ФИНА была организована в...

- А) 1890г.;
- Б) 1896г.;

В) 1908г.

7. В каком городе СССР состоялись первые соревнования по плаванию в 1918 г?

- А) в Москве;
- Б) в Санкт-Петербурге;
- В) в Киеве.

8. Когда было основано общество по спасению тонущих?

- А) в 1767г.;
- Б) в 1886г.;
- В) в 1908г.

9. В каком году была создана единая система организации учебно-спортивной работы в нашей стране?

- А) 1991г.;
- Б) 1886г.;
- В) 1961г.

10 Самую длинную дистанцию в бассейне проплывают...

- А) брассом;
- Б) кролем на груди;
- В) кролем на спине.

### 5 семестр

#### **Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-1 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-1.1)**

1. Какова величина крена туловища при плавании способом кроль на груди?
2. Какая фаза гребка руками считается основной при плавании брассом?
3. Каким образом влияет тип телосложения на выбор плавательного амплуа?
4. Как влияет компрессионное действие воды на функциональное состояние организма?
5. Какая фаза гребка руками является подготовительной при плавании дельфином?
6. Каково оптимальное соотношение между работой руки паттернами дыхания в кроле на груди?
7. На каких соревнованиях обязательно проводится допинг-контроль?
8. Что является основной целью проведения соревнований по плаванию?
9. Что относится к наиболее распространенным способам исправления типичных ошибок при обучении плаванию?
10. Перечислите движущие силы.

#### **Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-1 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-1.2)**

1. Перечисление упражнений на суше, направленных на развитие гибкости.
2. Перечисление упражнений на суше, направленных на развитие скоростных способностей.
3. Перечисление упражнений на суше, направленных на развитие ловкости.
4. Перечисление упражнений на суше, направленных на развитие силовых способностей.
5. Перечисление упражнений на суше, направленных на развитие выносливости.

6. Перечисление упражнений в воде, направленных на развитие гибкости.
7. Перечисление упражнений в воде, направленных на развитие скоростных способностей.
8. Перечисление упражнений в воде, направленных на развитие ловкости.
9. Перечисление упражнений в воде, направленных на развитие силовых способностей.
10. Перечисление упражнений в воде, направленных на развитие выносливости.

**Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-1 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-1.3)**

1. Выполнение скольжения на спине с различными исходными положениями рук.
2. Выполнение скольжения на спине с различными исходными положениями рук.
3. Выполнение учебных спадов в воду.
4. Демонстрация работы ног способом кроль на груди.
5. Демонстрация старта с тумбочки.
6. Демонстрация старта на спине из воды.
7. Демонстрация техники открытого поворота на спине.
8. Демонстрация техники поворота – маятник.
9. Демонстрация техники работы рук способом кроль на груди.
10. Демонстрация техники работы рук способом кроль на спине.

**3. Оценочные средства (оценочные материалы) для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

**4 семестр**

**Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-1 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-1.1)**

1. Перечисление упражнений, направленных на освоение с водой.
2. Перечисление упражнений, направленных на обучение скольжению.
3. Перечисление упражнений, направленных на обучение работе ног способом кроль.
4. Перечисление упражнений, направленных на обучение работы рук способом кроль на груди.
5. Перечисление упражнений, направленных на обучение работы рук способом кроль на спине.
6. Перечисление упражнений, направленных на обучение дыханию при плавании на груди.
7. Перечисление упражнений, направленных на обучение стартовым прыжкам.
8. Перечисление упражнений, направленных на обучение открытым поворотам.
9. Перечисление упражнений, направленных на обучение работы рук способом брасс на груди.
10. Перечисление упражнений, направленных на совершенствование техники плавания способами кроль на груди и на спине.

**Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-1 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-1.2)**

1. Проплывание дистанции 50 м способом кроль на груди.
2. Проплывание дистанции 50 м способом кроль на спине.
3. Проплывание дистанции 100 м способом кроль на груди.

4. Проплывание дистанции 50 м способом брасс.
5. Проплывание дистанции 50 м дельфин.
6. Проплывание дистанции 100 м способом кроль на спине.
7. Проплывание дистанции 100 м способом брасс.
8. Проплывание дистанции 200 м способом брасс
9. Демонстрация поворотов в комплексном плавании.
10. Проплывание дистанции 100 м комплексным плаванием.

**Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-1 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-1.3)**

1. Дать характеристику цели и задачам физического воспитания.
2. Назвать способы разработки план-конспектов подготовительных частей тренировочных занятий по плаванию.
3. Провести педагогический анализ подготовительной части обучающего занятия.
4. Провести педагогический анализ основной части обучающего занятия.
5. Провести педагогический анализ заключительной части обучающего занятия.
6. Провести педагогический анализ подготовительной части тренирующего занятия.
7. Провести педагогический анализ основной части тренирующего занятия.
8. Провести педагогический анализ заключительной части тренирующего занятия.
9. Перечислить технологии разработки план-конспектов занятий различного типа по плаванию с использованием групповых форм организации деятельности занимающихся.
10. Перечислить технологии разработки план-конспектов занятий различного типа по плаванию с использованием индивидуальных форм организации деятельности занимающихся.

**5 семестр**

**Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-1 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-1.1)**

1. Написание технической заявки и карточек на соревнования по плаванию.
2. Составление комплекса упражнений на суше, направленных на развитие гибкости.
3. Составление комплекса упражнений на суше, направленных на развитие скоростных способностей.
4. Составление комплекса упражнений в воде, направленных на развитие ловкости.
5. Составление комплекса упражнений в воде, направленных на развитие силовых способностей.
6. Составление комплекса упражнений в воде, направленных на развитие выносливости.
7. Составление комплекса упражнений на суше, направленных на развитие ловкости.
8. Составление комплекса упражнений на суше, направленных на развитие силовых способностей.
9. Составление комплекса упражнений в воде, направленных на развитие гибкости.
10. Составление комплекса упражнений в воде, направленных на развитие скоростных способностей.

**Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-1 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-1.2)**

1. Участие в организации соревнований по плаванию в качестве судьи-секундометриста.



2. Участие в организации соревнований по плаванию в качестве судьи на дистанции.
3. Проведение подготовительной части обучающего занятия.
4. Проведение подготовительной части тренирующего занятия.
5. Проведение основной части обучающего занятия.
6. Проведение основной части тренирующего занятия.
7. Проведения заключительной части обучающего занятия.
8. Проведение заключительной части тренирующего занятия.
9. Выявление и исправление ошибок в технике закрытого поворота на спине.
10. Выявление и исправление ошибок в технике поворота – маятника.

**Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-1 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-1.3)**

1. Ныряние в глубину до 2,5 м.
2. Проплывание под водой отрезков от 15 до 25 м.
3. Проведение обучающего занятия по плаванию.
4. Проведение тренирующего занятия.
5. Проведение игр и эстафет на воде.
6. Демонстрация прикладного способа плавания брасс на спине.
7. Демонстрация прикладного способа плавания на боку.
8. Транспортировка утопающего способом брасс на спине.
9. Транспортировка утопающего способом снизу под руку.
10. Транспортировка утопающего способом снизу под две руки.

**4. Оценочные средства (оценочные материалы) для проведения промежуточной аттестации обучающихся (защиты курсовой работы (проекта)) по дисциплине (модулю)**

Выполнение курсовой работы (проекта) по дисциплине (модулю) не предусмотрено основной профессиональной образовательной программой.