

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ ЧАСТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЮРИДИЧЕСКАЯ АКАДЕМИЯ»**

РФ, Республика Дагестан, 368604, г. Дербент, тел.+7(928) 045-56-67, [yuridical.academy@mail.ru](mailto:yuridical.academy@mail.ru), [yur-academy.ru](http://yur-academy.ru)

Программа одобрена  
Ученым советом  
Протокол от 29.04.2024 г.  
№ 3

УТВЕРЖДАЮ  
Ректор ОЧУ ВО  
«Юридическая академия»  
\_\_\_\_\_ Т.И.Абдурахманова  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2024 г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 0233A16500D5B0368842B8C414D6CA9E5  
Владелец: АБДУРАХМАНОВА ТАМЕЛА ИМАМЕДИНОВНА  
Действителен: с 11.12.2023 до 11.03.2025

**Рабочая программа дисциплины (модуля)  
Б1.О.29.04 «Плавание», включая оценочные материалы**

Основной профессиональной образовательной программы  
Высшего образования-программы бакалавриата  
по направлению подготовки  
49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) программы бакалаврита-  
«Физическая культура»

Квалификация-тренер

Форма обучения -очная, заочная, очно-заочная

Дербент 2024 г.

## 1. Требования к результатам обучения по дисциплине (модулю)

### 1.1. Перечень компетенций, формируемых дисциплиной (модулем) в процессе освоения образовательной программы

| Группа компетенций   | Категория компетенций | Коды и содержание компетенций                                                                                                                   |
|----------------------|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Универсальные        | -                     | -                                                                                                                                               |
| Общепрофессиональные | ОПК-4                 | Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта. |
|                      | ОПК-7                 | Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.                           |
| Профессиональные     |                       |                                                                                                                                                 |

### 1.2. Компетенции и индикаторы их достижения, формируемых дисциплиной (модулем) в процессе освоения образовательной программы

| Код компетенции | Код индикатора компетенции | Содержание индикатора компетенции                                                                                                                  |
|-----------------|----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК-4           | ОПК-4.1                    | Объясняет терминологию, средства и методы технической подготовки, а также двигательную задачу в плавании.                                          |
|                 | ОПК-4.2                    | Применяет методы, средства и методические приемы при проведении занятий по плаванию в зависимости от поставленных задач.                           |
|                 | ОПК-4.3                    | Осуществляет тренировочный процесс по плаванию с соблюдением принципов спортивной тренировки.                                                      |
| ОПК-7           | ОПК-7.1                    | Разъясняет в простой доступной форме правила техники плавания, безопасности при выполнении упражнений и использовании спортивного инвентаря.       |
|                 | ОПК-7.2                    | Распознает признаки неотложных состояний и травматических повреждений, оказывает первую доврачебную помощь.                                        |
|                 | ОПК-7.3                    | Обеспечивает безопасность проведения учебных и дополнительных занятий, массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий по плаванию. |

### 1.3. Результаты обучения по дисциплине (модулю)

**Цель изучения дисциплины (модуля)** – освоение студентами теоретических знаний, привитие умений и основных педагогических навыков, которые они в дальнейшем будут применять в самостоятельной практической деятельности.

В результате изучения дисциплины (модуля) обучающийся должен

Знать:

содержание плавания в качестве средства физического воспитания и спорта и его влияние на здоровье человека. Терминология плавания. Правила техники плавания, безопасности при использовании спортивного инвентаря.

Уметь:

самостоятельно усваивать знания о значимости плавания для развития жизненно важных умений и навыков в образовательной системе школьников. Использовать условия

безопасной и комфортной учебной среды, способствующей сохранению жизни и здоровья учеников с учетом их возрастных особенностей и санитарно-гигиенических стандартов. Применять технические средства и методы для обучения и совершенствования техники спортивного и прикладного плавания.

Владеть:

навыками использования информации для оценки воздействия плавания на состояние здоровья учащихся и внесения соответствующих коррективов в процесс занятий с использованием методов медико-биологического, педагогического и психологического контроля. Основными правилами поведения и создания условий безопасной и комфортной образовательной среды, способствующей сохранению жизни и здоровья обучающихся в соответствии с их возрастными особенностями и санитарно-гигиеническими стандартами. Навыками организации и проведения занятий по плаванию, а также участия в спортивных соревнованиях. Навыками обеспечения безопасности при проведении учебных и дополнительных занятий, массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий по плаванию.

## 2. Объем, структура и содержание дисциплины (модуля)

### 2.1. Объем дисциплины (модуля)

| Виды учебной работы                              | Формы обучения |              |         |
|--------------------------------------------------|----------------|--------------|---------|
|                                                  | Очная          | Очно-заочная | Заочная |
| <b>Общая трудоемкость:</b> зачетные единицы/часы | 5/180          |              |         |
| <b>Контактная работа:</b>                        | 64             | 40           | 8       |
| Занятия лекционного типа                         | 16             | 10           | 2       |
| Занятия семинарского типа                        | 48             | 30           | 6       |
| в т.ч. в рамках практической подготовки          | 48             | 30           | 6       |
| <b>Консультации</b>                              | 0              | 0            | 0       |
| <b>Промежуточная аттестация:</b> зачет с оценкой | 27             | 36           | 9       |
| <b>Самостоятельная работа (СР)</b>               | 89             | 104          | 163     |

**Примечания:** зачет, зачет с оценкой по очной форме обучения проводится в рамках занятий семинарского типа. В учебном плане часы не выделены.

### 2.2. Темы (разделы) дисциплины (модуля) с указанием отведенного на них количества часов по формам образовательной деятельности

#### Очная форма обучения

| №<br>п/п | Наименование тем<br>(разделов)                                 | Виды учебной работы (в часах) |      |                           |    |    |      | СР |
|----------|----------------------------------------------------------------|-------------------------------|------|---------------------------|----|----|------|----|
|          |                                                                | Контактная работа             |      |                           |    |    |      |    |
|          |                                                                | Занятия<br>лекционного типа   |      | Занятия семинарского типа |    |    |      |    |
|          |                                                                | Л                             | Иные | ПЗ                        | С  | ЛР | Иные |    |
| 1.       | История зарождения<br>и развития плавания                      | 4                             |      |                           | 12 |    |      | 22 |
| 2.       | Научно-<br>теоретические<br>основы техники<br>плавания         | 4                             |      |                           | 12 |    |      | 22 |
| 3.       | Основы<br>методики обучения<br>спортивным<br>способам плавания | 4                             |      |                           | 12 |    |      | 23 |
| 4.       | Сдача нормативов по<br>плаванию комплекса<br>ГТО.              | 4                             |      |                           | 12 |    |      | 22 |

#### Очно-заочная форма обучения

| №<br>п/п | Наименование тем<br>(разделов) | Виды учебной работы (в часах) |      |                           |   |    |      |  | СР |
|----------|--------------------------------|-------------------------------|------|---------------------------|---|----|------|--|----|
|          |                                | Контактная работа             |      |                           |   |    |      |  |    |
|          |                                | Занятия<br>лекционного типа   |      | Занятия семинарского типа |   |    |      |  |    |
|          |                                | Л                             | Иные | ПЗ                        | С | ЛР | Иные |  |    |

|    |                                                       |   |  |  |   |  |  |    |
|----|-------------------------------------------------------|---|--|--|---|--|--|----|
| 1. | История зарождения и развития плавания                | 3 |  |  | 7 |  |  | 26 |
| 2. | Научно-теоретические основы техники плавания          | 3 |  |  | 7 |  |  | 26 |
| 3. | Основы методики обучения спортивным способам плавания | 2 |  |  | 8 |  |  | 26 |
| 4. | Сдача нормативов по плаванию комплекса ГТО.           | 2 |  |  | 8 |  |  | 26 |

### **Заочная форма обучения**

| №<br>п/п | Наименование тем<br>(разделов)                                 | Виды учебной работы (в часах) |      |                           |   |    |      | СР |
|----------|----------------------------------------------------------------|-------------------------------|------|---------------------------|---|----|------|----|
|          |                                                                | Контактная работа             |      |                           |   |    |      |    |
|          |                                                                | Занятия<br>лекционного типа   |      | Занятия семинарского типа |   |    |      |    |
|          |                                                                | Л                             | Иные | ПЗ                        | С | ЛР | Иные |    |
| 1.       | История зарождения<br>и развития плавания                      |                               |      |                           | 2 |    |      | 41 |
| 2.       | Научно-<br>теоретические<br>основы техники<br>плавания         | 2                             |      |                           |   |    |      | 41 |
| 3.       | Основы<br>методики обучения<br>спортивным<br>способам плавания |                               |      |                           | 2 |    |      | 40 |
| 4.       | Сдача нормативов по<br>плаванию комплекса<br>ГТО.              |                               |      |                           | 2 |    |      | 41 |

### **Примечания:**

Л – лекции, ПЗ – практические занятия, С – семинары, ЛР – лабораторные работы, СР – самостоятельная работа.

### **2.3. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) и видам работ**

#### **Содержание лекционного курса**

| № п/п | Наименование тем (разделов)                           | Содержание лекционного курса                                                                                                                                                      |
|-------|-------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.    | История зарождения и развития плавания                | История развития плавания в мире. История развития плавания в России.                                                                                                             |
| 2.    | Научно-теоретические основы техники плавания          | Основы техники спортивного плавания. Основы техники спортивного способа плавания кролем на груди и спине. Основы техники спортивных способов плавания брассом и баттерфляй.       |
| 3.    | Основы методики обучения спортивным способам плавания | Основы методики обучения спортивным способам плавания. Основы техники и методики обучения стартов и поворотов в плавании. Средства обучения спортивным способам плавания в школе. |
| 4.    | Сдача нормативов по плаванию комплекса ГТО.           |                                                                                                                                                                                   |

#### **Содержание занятий семинарского типа**

| № п/п | Наименование тем (разделов)                  | Содержание лекционного курса                                                                     |
|-------|----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.    | История зарождения и развития плавания       | История развития плавания в мире. История развития плавания в России.                            |
| 2.    | Научно-теоретические основы техники плавания | Основы техники спортивного плавания. Основы техники спортивного способа плавания кролем на груди |

|    |                                                       |                                                                                                                                                                                   |
|----|-------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                                       | испине. Основы техники спортивных способов плавания брассом и баттерфляй.                                                                                                         |
| 3. | Основы методики обучения спортивным способам плавания | Основы методики обучения спортивным способам плавания. Основы техники и методики обучения стартов и поворотов в плавании. Средства обучения спортивным способам плавания в школе. |
| 4. | Сдача нормативов по плаванию комплекса ГТО.           |                                                                                                                                                                                   |

### Содержание самостоятельной работы

| № п/п | Наименование тем (разделов)                           | Содержание лекционного курса                                                                                                                                                      |
|-------|-------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.    | История зарождения и развития плавания                | История развития плавания в мире. История развития плавания в России.                                                                                                             |
| 2.    | Научно-теоретические основы техники плавания          | Основы техники спортивного плавания. Основы техники спортивного способа плавания кролем на груди и спине. Основы техники спортивных способов плавания брассом и баттерфляй.       |
| 3.    | Основы методики обучения спортивным способам плавания | Основы методики обучения спортивным способам плавания. Основы техники и методики обучения стартов и поворотов в плавании. Средства обучения спортивным способам плавания в школе. |
| 4.    | Сдача нормативов по плаванию комплекса ГТО.           |                                                                                                                                                                                   |

### 3. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

По дисциплине (модулю) предусмотрены следующие виды контроля качества освоения:

- текущий контроль успеваемости;
- промежуточная аттестация обучающихся по дисциплине (модулю).

#### 3.1. Оценочные материалы для проведения текущей аттестации по дисциплине (модулю)

| № п/п | Контролируемые темы (разделы)                         | Наименование оценочного средства                                                                            |
|-------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.    | История зарождения и развития плавания                | Устный опрос, Информационный проект (доклад)                                                                |
| 2.    | Научно-теоретические основы техники плавания          | Устный опрос, Творческое задание в виде эссе                                                                |
| 3.    | Основы методики обучения спортивным способам плавания | Устный опрос, Дискуссионные процедуры (круглый стол, дискуссия, полемика, диспут, дебаты, мини-конференции) |
| 4.    | Сдача нормативов по плаванию комплекса ГТО.           | Выполнение практического задания                                                                            |

#### 3.1.1 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности в процессе текущего контроля успеваемости

**Типовые темы к письменным работам, докладам и выступлениям:**

1. Плавание как исторически сложившаяся совокупность специфических средств и методов физического воспитания и ее основные задачи.
2. Теоретико-методические основы подготовки пловца.
3. Методика преподавания плавания в школе.
4. Спортивные способы плавания.
5. Обучение спортивному плаванию (кроль на груди или спине).
6. Теоретические и методические основы оздоровительно-рекреационной работы по плаванию со школьниками.
7. Техника и методика обучения спортивным способам плавания.

8. Прикладные способы плавания.
9. Организация занятий плаванием в школе.
10. Методика обучения детей плаванию.
11. Организация и проведение соревнований по плаванию.
12. Проведение занятий по плаванию с детьми школьного возраста в системе физического воспитания.
13. физкультурно-оздоровительные технологии с использованием средств плавания.
14. Анализ выступлений пловцов на олимпийских играх.
15. Виды сопротивления движению тела в плавании.
16. Прикладное плавание. Нырание: техника и обучение плаванию под водой.
17. Реализация принципов обучения при занятиях плаванию.
18. Методы обучения плаванию.
19. Средства обучения плаванию.
20. Меры безопасности при проведении занятий плаванием.
21. Подготовительные упражнения по освоению с водой.
22. Спасание утопающих.
23. Техника плавания кролем на груди.
24. Техника плавания кролем на спине.
25. Техника плавания брассом на груди.
26. Техника плавания баттерфляем.
27. Техника поворотов в спортивном плавании.
28. Техника стартов в спортивном плавании.
29. Подготовка учителя к уроку плаванием.
30. Этапы обучения плаванию.

### **3.1.2. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности в ходе текущего контроля успеваемости**

#### **Устный ответ**

Оценка знаний предполагает дифференцированный подход к обучающемуся, учет его индивидуальных способностей, степень усвоения и систематизации основных понятий и категорий по дисциплине. Кроме того, оценивается не только глубина знаний поставленных вопросов, но и умение использовать в ответе практический материал. Оценивается культура речи, владение навыками ораторского искусства.

*Критерии оценивания:* последовательность, полнота, логичность изложения, анализ различных точек зрения, самостоятельное обобщение материала, использование профессиональных терминов, культура речи, навыки ораторского искусства. Изложение материала без фактических ошибок.

Оценка «*отлично*» ставится в случае, когда материал излагается исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно, при этом раскрываются не только основные понятия, но и анализируются точки зрения различных авторов. Обучающийся не затрудняется с ответом, соблюдает культуру речи.

Оценка «*хорошо*» ставится, если обучающийся твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, знает практическую базу, но при ответе на вопрос допускает несущественные погрешности.

Оценка «*удовлетворительно*» ставится, если обучающийся освоил только основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении материала, затрудняется с ответами, показывает отсутствие должной связи между анализом, аргументацией и выводами.

Оценка «*неудовлетворительно*» ставится, если обучающийся не отвечает на

поставленные вопросы.

### **Творческое задание**

*Эссе* – это небольшая по объему письменная работа, сочетающая свободные, субъективные рассуждения по определенной теме с элементами научного анализа. Текст должен быть легко читаем, но необходимо избегать нарочито разговорного стиля, сленга, шаблонных фраз. Объем эссе составляет примерно 2 – 2,5 стр. 12 шрифтом с одинарным интервалом (без учета титульного листа).

*Критерии оценивания* – оценка учитывает соблюдение жанровой специфики эссе, наличие логической структуры построения текста, наличие авторской позиции, ее научность и связь с современным пониманием вопроса, адекватность аргументов, стиль изложения, оформление работы. Следует помнить, что прямое заимствование (без оформления цитат) текста из Интернета или электронной библиотеки недопустимо.

Оценка «*отлично*» ставится в случае, когда определяется: наличие логической структуры построения текста (вступление с постановкой проблемы; основная часть, разделенная по основным идеям; заключение с выводами, полученными в результате рассуждения); наличие четко определенной личной позиции по теме эссе; адекватность аргументов при обосновании личной позиции, стиль изложения.

Оценка «*хорошо*» ставится, когда в целом определяется: наличие логической структуры построения текста (вступление с постановкой проблемы; основная часть, разделенная по основным идеям; заключение с выводами, полученными в результате рассуждения); но не прослеживается наличие четко определенной личной позиции по теме эссе; не достаточно аргументов при обосновании личной позиции.

Оценка «*удовлетворительно*» ставится, когда в целом определяется: наличие логической структуры построения текста (вступление с постановкой проблемы; основная часть, разделенная по основным идеям; заключение), но не прослеживаются четкие выводы, нарушается стиль изложения.

Оценка «*неудовлетворительно*» ставится, если не выполнены никакие требования.

### **Кейсы (ситуации и задачи с заданными условиями)**

Обучающийся должен уметь выделить основные положения из текста задачи, которые требуют анализа и служат условиями решения. Исходя из поставленного вопроса в задаче, попытаться максимально точно определить проблему и соответственно решить ее.

Задачи могут решаться устно и/или письменно. При решении задач также важно правильно сформулировать и записать вопросы, начиная с более общих и, кончая частными.

*Критерии оценивания* – оценка учитывает методы и средства, использованные при решении ситуационной, проблемной задачи.

Оценка «*отлично*» ставится в случае, когда обучающийся выполнил задание (решил задачу), используя в полном объеме теоретические знания и практические навыки, полученные в процессе обучения.

Оценка «*хорошо*» ставится, если обучающийся в целом выполнил все требования, но не совсем четко определяется опора на теоретические положения, изложенные в научной литературе по данному вопросу.

Оценка «*удовлетворительно*» ставится, если обучающийся показал положительные результаты в процессе решения задачи.

Оценка «*неудовлетворительно*» ставится, если обучающийся не выполнил все требования.

### **Деловая игра**

Необходимо разбиться на несколько команд, которые должны поочередно высказать свое мнение по каждому из заданных вопросов. Мнение высказывающейся команды засчитывается, если противоположная команда не опровергнет его контраргументами. Команда, чье мнение засчитано как верное (не получило убедительных

контраргументов от противоположных команд), получает один балл. Команда, опровергнувшая мнение противоположной команды своими контраргументами, также получает один балл. Побеждает команда, получившая максимальное количество баллов.

Ролевая игра как правило имеет фабулу (ситуацию, казус), распределяются роли, подготовка осуществляется за 2-3 недели до проведения игры.

*Критерии оценивания* – оцениваются действия всех участников группы. Понимание проблемы, высказывания и действия полностью соответствуют заданным целям. Соответствие реальной действительности решений, выработанных в ходе игры. Владение терминологией, демонстрация владения учебным материалом по теме игры, владение методами аргументации, умение работать в группе (умение слушать, конструктивно вести беседу, убеждать, управлять временем, бесконфликтно общаться), достижение игровых целей, (соответствие роли – при ролевой игре). Ясность и стиль изложения.

Оценка *«отлично»* ставится в случае, выполнения всех критериев.

Оценка *«хорошо»* ставится, если обучающиеся в целом демонстрируют понимание проблемы, высказывания и действия полностью соответствуют заданным целям. Решения, выработанные в ходе игры, полностью соответствуют реальной действительности. Но некоторые объяснения не совсем аргументированы, нарушены нормы общения, нарушены временные рамки, нарушен стиль изложения.

Оценка *«удовлетворительно»* ставится, если обучающиеся в целом демонстрируют понимание проблемы, высказывания и действия в целом соответствуют заданным целям. Однако, решения, выработанные в ходе игры, не совсем соответствуют реальной действительности. Некоторые объяснения не совсем аргументированы, нарушены временные рамки, нарушен стиль изложения.

Оценка *«неудовлетворительно»* ставится, если обучающиеся не понимают проблему, их высказывания не соответствуют заданным целям.

### **Исследовательский проект (реферат)**

Исследовательский проект – проект, структура которого приближена к формату научного исследования и содержит доказательство актуальности избранной темы, определение научной проблемы, предмета и объекта исследования, целей и задач, методов, источников, историографии, обобщение результатов, выводы.

Результаты выполнения исследовательского проекта оформляется в виде реферата.

*Критерии оценивания* - поскольку структура исследовательского проекта максимально приближена к формату научного исследования, то при выставлении учитывается доказательство актуальности темы исследования, определение научной проблемы, объекта и предмета исследования, целей и задач, источников, методов исследования, выдвижение гипотезы, обобщение результатов и формулирование выводов, обозначение перспектив дальнейшего исследования.

Оценка *«отлично»* ставится в случае, когда обучающийся демонстрирует полное понимание проблемы, все требования, предъявляемые к заданию выполнены.

Оценка *«хорошо»* ставится, если обучающийся демонстрирует значительное понимание проблемы, все требования, предъявляемые к заданию выполнены.

Оценка *«удовлетворительно»* ставится, если обучающийся, демонстрирует частичное понимание проблемы, большинство требований, предъявляемых к заданию, выполнены

Оценка *«неудовлетворительно»* ставится, если обучающийся демонстрирует непонимание проблемы, многие требования, предъявляемые к заданию, не выполнены.

### **Информационный проект (доклад с презентацией)**

Информационный проект – проект, направленный на стимулирование учебно-познавательной деятельности студента с выраженной эвристической направленностью (поиск, отбор и систематизация информации об объекте, оформление ее для презентации).

Информационный проект отличается от исследовательского проекта, поскольку

представляет собой такую форму учебно-познавательной деятельности, которая отличается ярко выраженной эвристической направленностью.

*Критерии оценивания* - при выставлении оценки учитывается самостоятельный поиск, отбор и систематизация информации, раскрытие вопроса (проблемы), ознакомление студенческой аудитории с этой информацией (представление информации), ее анализ и обобщение, оформление, полные ответы на вопросы аудитории с примерами.

Оценка «отлично» ставится в случае, когда обучающийся полностью раскрывает вопрос (проблему), представляет информацию систематизировано, последовательно, логично, взаимосвязано, использует более 5 профессиональных терминов, широко использует информационные технологии, ошибки в информации отсутствуют, дает полные ответы на вопросы аудитории с примерами.

Оценка «хорошо» ставится, если обучающийся раскрывает вопрос (проблему), представляет информацию систематизировано, последовательно, логично, взаимосвязано, использует более 2 профессиональных терминов, достаточно использует информационные технологии, допускает не более 2 ошибок в изложении материала, дает полные или частично полные ответы на вопросы аудитории.

Оценка «удовлетворительно» ставится, если обучающийся, раскрывает вопрос (проблему) не полностью, представляет информацию не систематизировано и не совсем последовательно, использует 1-2 профессиональных термина, использует информационные технологии, допускает 3-4 ошибки в изложении материала, отвечает только на элементарные вопросы аудитории без пояснений.

Оценка «неудовлетворительно» ставится, если вопрос не раскрыт, представленная информация логически не связана, не используются профессиональные термины, допускает более 4 ошибок в изложении материала, не отвечает на вопросы аудитории.

### **Дискуссионные процедуры**

*Круглый стол, дискуссия, полемика, диспут, дебаты, мини-конференции* являются средствами, позволяющими включить обучающихся в процесс обсуждения спорного вопроса, проблемы и оценить их умение аргументировать собственную точку зрения. Задание дается заранее, определяется круг вопросов для обсуждения, группы участников этого обсуждения.

Дискуссионные процедуры могут быть использованы для того, чтобы студенты:

- лучше поняли усвояемый материал на фоне разнообразных позиций и мнений, не обязательно достигая общего мнения;
- смогли постичь смысл изучаемого материала, который иногда чувствуют интуитивно, но не могут высказать вербально, четко и ясно, или конструировать новый смысл, новую позицию;
- смогли согласовать свою позицию или действия относительно обсуждаемой проблемы.

*Критерии оценивания* – оцениваются действия всех участников группы. Понимание проблемы, высказывания и действия полностью соответствуют заданным целям. Соответствие реальной действительности решений, выработанных в ходе игры. Владение терминологией, демонстрация владения учебным материалом по теме игры, владение методами аргументации, умение работать в группе (умение слушать, конструктивно вести беседу, убеждать, управлять временем, бесконфликтно общаться), достижение игровых целей, (соответствие роли – при ролевой игре). Ясность и стиль изложения.

Оценка «отлично» ставится в случае, когда все требования выполнены в полном объеме.

Оценка «хорошо» ставится, если обучающиеся в целом демонстрируют понимание проблемы, высказывания и действия полностью соответствуют заданным целям. Решения, выработанные в ходе игры, полностью соответствуют реальной действительности. Но некоторые объяснения не совсем аргументированы, нарушены нормы общения, нарушены временные рамки, нарушен стиль изложения.

Оценка «удовлетворительно» ставится, если обучающиеся в целом демонстрируют понимание проблемы, высказывания и действия в целом соответствуют заданным целям. Однако, решения, выработанные в ходе игры, не совсем соответствуют реальной действительности. Некоторые объяснения не совсем аргументированы, нарушены временные рамки, нарушен стиль изложения.

Оценка «неудовлетворительно» ставится, если обучающиеся не понимают проблему, их высказывания не соответствуют заданным целям.

### **Тестирование**

Является одним из средств контроля знаний обучающихся по дисциплине (модулю).

*Критерии оценивания* – правильный ответ на вопрос

Оценка «отлично» ставится в случае, если правильно выполнено 90-100% заданий.

Оценка «хорошо» ставится, если правильно выполнено 70-89% заданий.

Оценка «удовлетворительно» ставится в случае, если правильно выполнено 50-69% заданий.

Оценка «неудовлетворительно» ставится, если правильно выполнено менее 50% заданий.

### **Контрольная работа**

Оценивается не только глубина знаний поставленных вопросов, но и умение изложить письменно.

*Критерии оценивания:* последовательность, полнота, логичность изложения, анализ различных точек зрения, самостоятельное обобщение материала. Изложение материала без фактических ошибок.

Оценка «отлично» ставится в случае, когда соблюдены все критерии.

Оценка «хорошо» ставится, если обучающийся твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, знает практическую базу, но допускает несущественные погрешности.

Оценка «удовлетворительно» ставится, если обучающийся освоил только основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении материала, затрудняется с ответами, показывает отсутствие должной связи между анализом, аргументацией и выводами.

Оценка «неудовлетворительно» ставится, если обучающийся не отвечает на поставленные вопросы.

## **3.2. Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации**

### **3.2.1. Критерии оценки результатов обучения по дисциплине (модулю)**

| Шкала оценивания | Результаты обучения | Показатели оценивания результатов обучения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|------------------|---------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОТЛИЧНО          | Знает:              | - обучающийся глубоко и всесторонне усвоил материал, уверенно, логично, последовательно и грамотно его излагает, опираясь на знания основной и дополнительной литературы,<br>- на основе системных научных знаний делает квалифицированные выводы и обобщения, свободно оперирует категориями и понятиями.                                                                       |
|                  | Умеет:              | - обучающийся умеет самостоятельно и правильно решать учебно-профессиональные задачи или задания, уверенно, логично, последовательно и аргументировано излагать свое решение, используя научные понятия, ссылаясь на нормативную базу.                                                                                                                                           |
|                  | Владеет:            | - обучающийся владеет рациональными методами (с использованием рациональных методик) решения сложных профессиональных задач, представленных деловыми играми, кейсами и т.д.;<br>При решении продемонстрировал навыки<br>- выделения главного,<br>- связкой теоретических положений с требованиями руководящих документов,<br>- изложения мыслей в логической последовательности, |

|                     |          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|---------------------|----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                     |          | - самостоятельного анализа факты, событий, явлений, процессов в их взаимосвязи и диалектическом развитии.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| ХОРОШО              | Знает:   | - обучающийся твердо усвоил материал, достаточно грамотно его излагает, опираясь на знания основной и дополнительной литературы,<br>- затрудняется в формулировании квалифицированных выводов и обобщений, оперирует категориями и понятиями, но не всегда правильно их верифицирует.                                                                                                                                                                                                                 |
|                     | Умеет:   | - обучающийся умеет самостоятельно и в основном правильно решать учебно-профессиональные задачи или задания, уверенно, логично, последовательно и аргументировано излагать свое решение, не в полной мере используя научные понятия и ссылки на нормативную базу.                                                                                                                                                                                                                                     |
|                     | Владеет: | - обучающийся в целом владеет рациональными методами решения сложных профессиональных задач, представленных деловыми играми, кейсами и т.д.;<br>При решении смог продемонстрировать достаточность, но не глубинность навыков,<br>- выделения главного,<br>- изложения мыслей в логической последовательности,<br>- связки теоретических положений с требованиями руководящих документов,<br>- самостоятельного анализа факты, событий, явлений, процессов в их взаимосвязи и диалектическом развитии. |
| УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО   | Знает:   | - обучающийся ориентируется в материале, однако затрудняется в его изложении;<br>- показывает недостаточность знаний основной и дополнительной литературы;<br>- слабо аргументирует научные положения;<br>- практически не способен сформулировать выводы и обобщения;<br>- частично владеет системой понятий.                                                                                                                                                                                        |
|                     | Умеет:   | - обучающийся в основном умеет решить учебно-профессиональную задачу или задание, но допускает ошибки, слабо аргументирует свое решение, недостаточно использует научные понятия и руководящие документы.                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|                     | Владеет: | - обучающийся владеет некоторыми рациональными методами решения сложных профессиональных задач, представленных деловыми играми, кейсами и т.д.;<br>При решении продемонстрировал недостаточность навыков<br>- выделения главного,<br>- изложения мыслей в логической последовательности,<br>- связки теоретических положений с требованиями руководящих документов,<br>- самостоятельного анализа факты, событий, явлений, процессов в их взаимосвязи и диалектическом развитии.                      |
| НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО | Знает:   | - обучающийся не усвоил значительной части материала;<br>- не может аргументировать научные положения;<br>- не формулирует квалифицированных выводов и обобщений;<br>- не владеет системой понятий.                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|                     | Умеет:   | обучающийся не показал умение решать учебно-профессиональную задачу или задание.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|                     | Владеет: | не выполнены требования, предъявляемые к навыкам, оцениваемым «удовлетворительно».                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

### 3.2.2. Контрольные задания и/или иные материалы для проведения промежуточной аттестации

#### Вопросы для проведения промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины

1. Возникновение плавания как средства физического воспитания..
2. Возникновение плавания в России.
3. История развития плавания в России.
4. Развитие плавания в мировой истории.
5. Задачи и методические особенности плавания.

- 6.Классификация видов плавания
- 7.Плавание как учебно-педагогическая дисциплина.
- 8.Значение и краткая история развития плавания как компонента системы спортивной подготовки.
- 9.Требования, предъявляемые к организации и проведения занятий по плаванию.
10. Место, задачи и содержание плавания в физическом воспитании.
11. Формы занятий по плаванию в школе.
12. Задачи, средства и требования к проведению занятий по плаванию.
13. Организация занятий плаванием в группах продленного дня в школе.
14. Характеристика травм на занятиях по плаванию и первая помощь.
15. Причины возникновения травматизма и меры его предупреждения в спортивном плавании.
16. Прикладное плавание.
17. Обучение приемам спасания утопающих.
18. Организация соревнований по плаванию в школе.
19. Методика проведения занятий по плаванию в школе.
20. Физические свойства воды.
21. Виды сопротивления движению тела в плавании.
22. Техника стартов в спортивно плавании.
23. Техника поворотов в спортивном плавании.
24. Техника и методика обучения плаванию способом брассом.
25. Техника и методика обучения плавания способом баттерфляем.
26. Техника и методика обучения плавания способом кролем на груди.
27. Техника и методика обучения плаванию способом кролем на спине.
28. Физическая подготовка пловца.
29. Виды поворотов в плавании.
30. Характеристика техники ныряния.
31. Характеристика прикладного плавания.
32. Характеристика основных методов обучения плаванию.
33. Игры и развлечения на воде.
34. Средства обучения плаванию.

### 3.2.3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков в ходе промежуточной аттестации

#### Процедура оценивания знаний (тест)

|                                 |                                              |
|---------------------------------|----------------------------------------------|
| Предлагаемое количество заданий | 20                                           |
| Последовательность выборки      | Определена по разделам                       |
| Критерии оценки                 | - правильный ответ на вопрос                 |
| «5» если                        | правильно выполнено 90-100% тестовых заданий |
| «4» если                        | правильно выполнено 70-89% тестовых заданий  |
| «3» если                        | правильно выполнено 50-69% тестовых заданий  |

#### Процедура оценивания знаний (устный ответ)

|                                                        |                                                                                                                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Предел длительности                                    | 10 минут                                                                                                                                                                                                                                  |
| Предлагаемое количество заданий                        | 2 вопроса                                                                                                                                                                                                                                 |
| Последовательность выборки вопросов из каждого раздела | Случайная                                                                                                                                                                                                                                 |
| Критерии оценки                                        | - требуемый объем и структура<br>- изложение материала без фактических ошибок<br>- логика изложения<br>- использование соответствующей терминологии<br>- стиль речи и культура речи<br>- подбор примеров их научной литературы и практики |
| «5» если                                               | требования к ответу выполнены в полном объеме                                                                                                                                                                                             |
| «4» если                                               | в целом выполнены требования к ответу, однако есть небольшие неточности в изложении некоторых вопросов                                                                                                                                    |

|          |                                                                                                                                                               |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| «3» если | требования выполнены частично – не выдержан объем, есть фактические ошибки, нарушена логика изложения, недостаточно используется соответствующая терминология |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### **Процедура оценивания умений и навыков (решение проблемно-аналитических и практических учебно-профессиональных задач)**

|                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Предлагаемое количество заданий | 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Последовательность выборки      | Случайная                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Критерии оценки:                | <ul style="list-style-type: none"> <li>- выделение и понимание проблемы</li> <li>- умение обобщать, сопоставлять различные точки зрения</li> <li>- полнота использования источников</li> <li>- наличие авторской позиции</li> <li>- соответствие ответа поставленному вопросу</li> <li>- использование социального опыта, материалов СМИ, статистических данных</li> <li>- логичность изложения</li> <li>- умение сделать квалифицированные выводы и обобщения с точки зрения решения профессиональных задач</li> <li>- умение привести пример</li> <li>- опора на теоретические положения</li> <li>- владение соответствующей терминологией</li> </ul> |
| «5» если                        | требования к ответу выполнены в полном объеме                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| «4» если                        | в целом выполнены требования к ответу, однако есть небольшие неточности в изложении некоторых вопросов. Затрудняется в формулировании квалифицированных выводов и обобщений                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| «3» если                        | требования выполнены частично – пытается обосновать свою точку зрения, однако слабо аргументирует научные положения, практически не способен самостоятельно сформулировать выводы и обобщения, не видит связь с профессиональной деятельностью                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

## **4. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)**

### **4.1. Электронные учебные издания**

1. Карась Т.Ю. Оздоровительное плавание [Электронный ресурс]: учебное пособие для СПО/ Карась Т.Ю.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Профобразование, 2019.— 52 с.— Режим доступа: <https://ipr-smart.ru/86141>
2. Плавание. Кроль на груди [Электронный ресурс]: учебное пособие/ М.В. Зуева [и др.].— Электрон. текстовые данные.— Новосибирск: Новосибирский государственный технический университет, 2020.— 86 с.— Режим доступа: <https://ipr-smart.ru/98725>
3. Правила вида спорта «Плавание» [Электронный ресурс]: приказ Министерства спорта РФ от 17 августа 2018 г. № 728/ — Электрон. текстовые данные.— Саратов: Вузовское образование, 2022.— 56 с.— Режим доступа: <https://ipr-smart.ru/123588>
4. Спортивная дисциплина плавание в тренировочном процессе многоборцев [Электронный ресурс]: учебное пособие/ М.В. Габов [и др.].— Электрон. текстовые данные.— СПб.: Издательство РГПУ им. А. И. Герцена, 2023.— 156 с.— Режим доступа: <https://ipr-smart.ru/137273>
5. Плавание и аквааэробика как формы занятий по дисциплине «Физическая культура и спорт» со студентами среднего и высшего профессионального образования [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие/ Л.В. Березина [и др.].— Электрон. текстовые данные.— Нижний Новгород: Нижегородский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2022.— 47 с.— Режим доступа: <https://ipr-smart.ru/131166>

### **4.2. Электронные образовательные ресурсы**

1. Электронно-библиотечная система IPRbooks (ЭБС IPRbooks) – электронная библиотека по всем отраслям знаний <http://www.iprbookshop.ru>

2. e-Library.ru: Научная электронная библиотека [Электронный ресурс]. – URL: <http://elibrary.ru/>.
3. Научная электронная библиотека «КиберЛенинка» [Электронный ресурс]. – URL: <http://cyberleninka.ru/>.
4. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» [Электронный ресурс]. – URL: <http://window.edu.ru/>
5. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов [Электронный ресурс]. – URL: <http://fcior.edu.ru/>

#### **4.3. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы**

Обучающимся обеспечен доступ (удаленный доступ) к ниже следующим современным профессиональным базам данных и информационным справочным системам:

1. Словари и энциклопедии на Академике [Электронный ресурс]. – URL: <http://dic.academic.ru>.
2. Система информационно-правового обеспечения «Гарант»[Электронный ресурс]. – <http://www.garant.ru/>.
3. База данных Института философии РАН: Философские ресурсы: Текстовые ресурсы: <https://iphrras.ru/books.htm>
4. Электронная библиотека «ИФ РАН» Новая философская энциклопедия: <https://iphlib.ru/library/collection/newphilenc/page/about>

#### **4.4. Комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства**

1. Лицензионное программное обеспечение: операционная система «РЕД ОС», офисный пакет Р7-Офис (профессиональный), модуль сбора данных для специального раздела сайта образовательной организации высшего образования.
2. Свободно распространяемое программное обеспечение: свободные пакеты офисных приложений ApacheOpenOffice, LibreOffice, Chromium (веб-браузер с поддержкой ГОСТовского шифрования).

#### **4.5. Оборудование и технические средства обучения**

Для реализации дисциплины (модуля) используются учебные аудитории для проведения учебных занятий, которые оснащены оборудованием и техническими средствами обучения, и помещения для самостоятельной работы обучающихся, которые оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду Академии. Допускается замена оборудования его виртуальными аналогами.

| <b>Наименование учебных аудиторий для проведения учебных занятий и помещений для самостоятельной работы*</b> | <b>Оснащенность учебных аудиторий для проведения учебных занятий и помещений для самостоятельной работы оборудованием и техническими средствами обучения</b>                                               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Учебные аудитории для проведения учебных занятий                                                             | Учебная аудитория укомплектована специализированной мебелью, отвечающей всем установленным нормам и требованиям, оборудованием и техническими средствами обучения (мобильное мультимедийное оборудование). |
| Помещение для самостоятельной работы                                                                         | Помещение оснащено компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Академии и к ЭБС.                           |

\* Номер конкретной аудитории указан в приказе об аудиторном фонде, расписании учебных занятий и расписании промежуточной аттестации.

Для проведения практической подготовки и практических занятий требуется:

Бассейн

**Оборудование**

Плавательные дорожки: разделительные канаты для обозначения дорожек, стартовые тумбы, спасательные круги и буйки, системы тайминга, флажки для поворотов, подводные зеркала, доски для плавания, колобашки, плавательные ласты, плавательные очки и шапочки.

#### **Дополнительное оборудование**

Резиновые эспандеры и петли, тренажеры для развития физической подготовки, велотренажеры и другие кардиотренажеры, силовые тренажеры, аудиоаппаратура, маты для разминки и растяжки.