

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Наумова Наталия Александровна
Должность: Ректор
Дата подписания: 24.10.2024 14:21:41
Уникальный программный ключ:
6b5279da4e034bffa79172803da5b7b559fc69e2

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
Государственное образовательное учреждение высшего образования Московской области
МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ОБЛАСТНОЙ УНИВЕРСИТЕТ
(МГОУ)

Кафедра Спорта

УТВЕРЖДЕН

на заседании кафедры

Протокол от « 14 » нояб 2020 г., № 11

Зав. кафедрой Шустова Е.В.

**ФОНД
ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

по учебной дисциплине
Плавание

Направление подготовки (специальности)
44.03.01 – Педагогическое образование

Профиль (программа подготовки)
"Физическая культура"

Квалификация (степень) выпускника
Бакалавр

Мытищи

2020

Содержание

1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы 3
2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания 4
3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы 9
4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций 13

1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код и наименование компетенции	Этапы формирования
ПК -1: готовность реализовывать образовательные программы по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа
ПК-2: способность использовать современные методы и технологии обучения и диагностики	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа
ПК-4: способность использовать возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами преподаваемого учебного предмета	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа

2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Оцениваемые компетенции	Уровень сформированности	Этап формирования	Описание показателей	Критерии оценивания	Шкала оценивания
ПК -1: готовность реализовывать образовательные программы по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов	Пороговый	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	Знать: - требования образовательных стандартов и образовательных программ по учебному предмету плаванию в соответствии с требованиями образовательных стандартов; Уметь: - применять образовательные программы по учебному предмету плаванию в соответствии с требованиями образовательных стандартов; - оценивать современные модели обучения и воспитания и их развивающий эффект	1. Оценка за технику выполнения изученных специальных и основных плавательных упражнений 2. Выполнение контрольных нормативов Тест	45 б
	Продвинутый	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	Знать: - требования образовательных стандартов и образовательных программ по учебному предмету плаванию в соответствии с требованиями образовательных стандартов, а также уметь применять их по учебному предмету плаванию в соответствии с требованиями образовательных стандартов; - оценивать современные модели обучения и воспитания и их развивающий эффект Уметь: - применять образовательные программы по учебному предмету плаванию в соответствии с требованиями образовательных стандартов; - оценивать современные модели обучения и	1. Оценка за технику выполнения изученных специальных и основных плавательных упражнений 2. - выполнение контрольных нормативов 3. Оценка за выполнение	65б

			воспитания и их развивающий эффект Владеть: - требованиями образовательных стандартов; - умениями полноценно использовать весь объем полученных знаний по учебному предмету плавание	заданий учебной практики	
ПК-2: способность использовать современные методы и технологии обучения и диагностики	Пороговый	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	Знать: - как осуществляется планирование мероприятий по плаванию по результатам диагностической деятельности; - проектирование образовательной деятельности по результатам обучения и диагностики; - реализацию запланированного образовательного маршрута и как осуществлять его диагностику; - как осуществляется воспитательно-образовательная деятельность и происходит оценивание достижений обучающихся по предмету плавание; - как осуществлять разработку методических материалов и осуществлять внедрение разработанных методических материалов и рекомендаций Уметь: - осуществлять планирование мероприятий по плаванию по результатам диагностической деятельности и проектирование образовательного маршрута по результатам обучения и диагностики; - осуществлять коррекцию образовательного маршрута по результатам обучения плаванию и его диагностики; - осуществлять воспитательно-образовательную деятельность; - осуществлять разработку методических материалов и внедрять их	Практические занятия Оценка за выполнение заданий учебной практики	0 б
	Продвинутый	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	Знать: - глубоко знает и понимает сущность и структуру образовательных процессов;	Практические занятия Оценка за	64 б

		работа	- содержание преподаваемого предмета; отлично умеет использовать современные методы и технологии обучения и диагностики Уметь: -использовать методы, позволяющие осуществлять проектирование образовательного процесса по плаванию в результате обучения и диагностики; -применять методы, позволяющие осуществлять реализацию и коррекцию образовательного процесса по результатам обучения и диагностики; -применять методы, позволяющие осуществлять воспитательно- образовательную деятельность; Владеть: -не только традиционными, но и современными методами, позволяющими осуществлять; - профилактическую деятельность; - проектирование образовательного процесса по результатам обучения и диагностики; -коррекцию образовательного процесса по плаванию, воспитательно- образовательную деятельность разработку методических материалов и внедрять их	выполнение заданий учебной практики Тест	
ПК-4: способность использовать возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебного воспитательного	Пороговый	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	Знать: -объяснение характеристикам педагогической сущности феномена «образовательная среда» ; - вычленять главные и второстепенные структурные компоненты, типы, параметры образовательной среды; -воспроизводить и объяснять особенности проектирования и экспертизы образовательной среды ; -воспроизводит и приводит объяснение использования принципов, методов, средств, форм организации обучения ; Уметь : -опираться на заданный алгоритм, демонстрировать	Практически е занятия Оценка за выполнение заданий учебной практики	506

процесса средствами преподаваемого учебного предмета		умение оценивать современные модели обучения и воспитания и их развивающий эффект; -полноту и качество умения определять цели и задачи образования, планировать, проводить, анализировать уроки(занятия); -применять предметные, психолого- педагогические и методические знания в профессиональной деятельности; -опираясь на заданный алгоритм, демонстрировать умение осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты обучения; -умение получать, хранить и перерабатывать информацию в основных программных средах и компьютерных сетях Владеть: - методами научного исследования, применяемыми в области физической культуры и спорта.		
Продвинутый	1.Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	Знать: -аргументированно обосновывает педагогическую сущность феномена «образовательная среда», приводить примеры, делать выводы ; -анализировать основные типы, структурные компоненты, параметры образовательной среды ; -оценивать способы проектирования и экспертизы образовательной среды; -анализировать и объяснять принципы, методы, средства, формы организации обучения Уметь: -проектировать траектории своего профессионального роста и способен использовать возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения Владеть :	Практические занятия Оценка за выполнение заданий учебной практики Тест	766

			- навыками организации педагогического процесса с использованием современных образовательных технологий ; -демонстрировать навыки анализа и самоанализа методической и учебно- воспитательной деятельности педагога; -демонстрировать высокое качество владения технологиями создания образовательной среды, способствующей развитию и саморазвитию личности участников учебно- воспитательного процесса на творческом уровне; -самостоятельно использовать современные методики диагностики и оценивания качества образовательного процесса на творческом уровне	Итого	3006/3
					1006

Шкала оценивания:

Пороговый уровень оценивания компетенций: 41-60 баллов;

Продвинутый уровень оценивания компетенций: 61-100 баллов.

3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.

3.1.Выполнение контрольных нормативов.

Практические нормативы (1 семестр)

№ п/п	Виды контрольных упражнений	Нормативы					
		5 (ж)	4(ж)	3(ж)	5(м)	4(м)	3(м)
1.	50в/ст. (сек.)	40.1	42.6	45.7	36.5	39.5	45.7
	50 н/сп	46	48	51	39,9	41,1	43,5
	50 брасс	51,8	53	55,4	45,2	47	49,3
2.	Ныряние на дальность (метры)	25	23	20	25		
3.	Транспортировка пострадавшего на воде (метры)	4х25 техника			4х25 техника		

Практические требования (2 семестр)

№ п/п	Виды контрольных упражнений	Нормативы					
		Женщины			Мужчины		
		1	2	3	1	2	3
1.	100 к/п	1.40.0	1.42.7	1.50.5	1.30.0	1.34.7	1.32.1
2.	100 в/с	1,47,0	1,49,0	1,53,0	1,25,0	1,27,0	1,29,0
3.	100 брасс	1,57,0	1,59,5	2,02,0	1,45,0	1,46,5	1,49,0
4.	100 н/сп	1,46,0	1,47,8	1,51,2	1,35,5	1,37,0	1,39,0
5.	400м.	б/у			б/у		
6.	Эстафета (передача)	техника передачи			техника передачи		
7.	Старты, повороты	техника			техника		

3.2. Типовые тестовые задания.

Т-1 ПЛАВАНИЕ (1 вариант)

1. Какой из видов плавания не входит в программу Олимпийских игр?

- 1) спортивное плавание 3) подводное плавание
- 2) синхронное плавание 4) прыжки в воду

2. Укажите неправильно названный вид плавания:

- 1) спортивное плавание 3) игровое плавание
- 2) прикладное плавание 4) групповое плавание

3. Что такое пассивное плавание?

- 1) положение тела, при котором пловец без активных гребковых движений удерживается на поверхности воды
- 2) неподвижная поза, которую занимает пловец перед стартом из воды

3) неподвижное положение тела, которое занимает утопающий во время его буксировки спасателем.

4. С какого возраста можно начинать обучение ребенка плаванию?

- 1) 2 недели 3) 6 месяцев
- 2) 2 месяца 4) 1 год

5. Когда впервые были проведены спортивные соревнования по плаванию?

- 1) 396г. до н.э. 3) 1877г.
- 2) 1242г. 4) 1896г.

6. Когда впервые в программу соревнования по плаванию на Олимпийских играх были включены женские виды плавания?

- 1) 1896г. 3) 1912г.
- 2) 1904г. 4) 1924г.

7. Какой вид спортивного плавания является самым древним?

- 1) кроль 3) дельфин
- 2) брасс 4) баттерфляй

8. Когда русский спортсмен впервые установил мировой рекорд по плаванию?

- 1) 1904г. 3) 1947г.
- 2) 1912г. 4) 1952г.

9. Какое из спортивных способов плавания имеет наибольшее прикладное значение?

- 1) кроль на груди 3) брасс
- 2) кроль на спине 4) баттерфляй

10. В каком виде плавания старт осуществляется из воды?

- 1) кроль на груди 3) брасс
- 2) кроль на спине 4) баттерфляй

ПЛАВАНИЕ (2 вариант)

1. Какой вид спортивного плавания не входит в программу Олимпийских игр?

- 1) кроль на груди 3) кроль на спине
- 2) кроль на боку 4) брасс

2. Какой из видов спорта оказывает наиболее благоприятное воздействие на позвоночник?

- 1) велосипедный спорт 3) гимнастика спортивная
- 2) тяжелая атлетика 4) плавание

3. Что такое динамическое плавание?

- 1) продвижение пловца в воде, в результате его активного воздействия на воду, как на опорную массу
- 2) выполнение специальных упражнений в воде, для совершенствования приемов плавания
- 3) преодоление пловцом сил, которые затрудняют его передвижение в воде (сила тяжести, сила давления воды, сила сопротивления воды)

4. В какой стране впервые были проведены соревнования по плаванию?

- 1) Англия 3) Япония
- 2) Греция 4) Франция

5. Когда плавание было включено в программу Олимпийских игр?

- 1) 1896г. 3) 1904г.
- 2) 1900г. 4) 1952г.

6. В какой стране впервые были проведены соревнования по плаванию?

- 1) Япония 3) Англия
- 2) США 4) Россия

7. Кто изобрел способ плавания - "кроль на груди"?

- 1) Джеймс Нейсмит 3) Пьер де Кубертен
- 2) Томас Морган 4) Дэвид Каханамоку

8. Когда прыжки в воду были включены в программу Олимпийских игр?

1) 1896г. 3) 1924г.

2) 1904г. 4) 1932г.

9. Какой вид спортивного плавания самый быстрый?

1) кроль на груди 3) брасс

2) кроль на спине 4) баттерфляй

10. Какая дистанция спортивного плавания называется "плавательным марафоном"?

1) 1500 м - вольный стиль 3) 400 м - комплексное плавание

2) 800 м - вольный стиль 4) 4х400 м - эстафетное плавание

3.3. Экзаменационные вопросы

1. Создание и значение Международной Федерации любителей плавания. Плавание на I Олимпийских играх.

2. Равновесие тела в воде: определение, виды, факторы на него влияющие; значение в спортивном плавании.

3. Особенности и задачи академического, учебного, игрового и тренировочного уроков плавания (примеры).

4. Зарождение и становление Чемпионатов Европы по плаванию. Важнейшие международные соревнования пловцов.

5. Анализ техники спортивного способа плавания кроль на груди: требования правил соревнований, фазовая структура, варианты техники.

6. Методы ведения урока плавания: характеристика, обоснование выбора, специфика (примеры).

7. Значение комплексов ГТО и БГТО в развитии массового и спортивного плавания.

8. Общие закономерности техники спортивного плавания (краткая характеристика и примеры).

9. Скольжение как базовое упражнение, технология обучения.

10. Содержание и особенности системы обучения плаванию А.Б. Ганике.

11. Плаучесть тела: определение, виды, факторы, влияющие на плаучесть, ее значение в спортивном плавании.

12. Организация обучения плаванию на естественных водоемах.

13. Книга Л. В. Геркана «Теория и практика спортивного плавания», ее влияние на содержание первых единых программ физического воспитания школьников.

14. Сопротивление трения при плавании: определение, причины возникновения, пути его преодоления.

15. Специальные упражнения в системе подготовки юного пловца: содержание, задачи, место в учебном процессе.

16. «Комплексный метод» обучения плаванию: причины возникновения, задачи, содержание, особенности.

17. Анатомическое строение тела спортсмена и его значение для техники плавания.

18. Обучение стартовому прыжку с тумбочки: последовательность формирования навыка, выбор, обоснование упражнений и методических приемов.

19. Основные выступления отечественных пловцов на Олимпийских играх.

20. Факторы, определяющие технику спортивного плавания (краткая характеристика).

21. Причины возникновения, классификация и последовательность устранения технических погрешностей при обучении плаванию. Эффекты воздействия упражнений.

22. В.Н. Песков, Л.В. Геркан, Н.А. Бутович - основоположники российской школы плавания.

23. Сила тяги: определение, факторы, обеспечивающие ее возникновение, значение в технике спортивного плавания.

24. Подготовительные, адаптационно-тестирующие упражнения: содержание, задачи, место в учебном процессе (примеры).

- 25.Шуваловская школа плавания: задачи, средства и методы обучения, значение в становлении и развитии российского плавания.
- 26.Фазовая структура, анализ техники, варианты стартовых прыжков в плавании; правила выполнения старта на соревнованиях.
27. Подготовительные упражнения для освоения спортивных способов плавания: содержание. Задачи, место в учебном процессе (примеры).
28. Первые в России учебные группы, школы, светские соревнования и публикации по плаванию. Школа плавания Густава Муара де Паули.
29. Характерные особенности плавания как физического упражнения и виды спорта, их влияние на технику спортивного плавания (примеры).
- 30.Урок-основная форма организации учебного процесса по плаванию: структура, инфраструктура, специфика.
31. Плавание как физическое упражнение и вид спорта в зарубежных странах.
32. Физические свойства воды и их влияние на технику спортивного плавания (примеры).
- 33.Методы обучения плаванию: характеристика, значимость, целесообразность выбора и применения (примеры).
- 34.Возникновение и развитие техники спортивного способа плавания кроль на спине.
- 35.Определение и содержание понятия «Плавание» как физического упражнения, вида спорта и учебного предмета. Место и значение плавания в системе физического воспитания.
36. Методические приемы: определение, классификация, образовательное значение, обоснование применения (примеры).
- 37.Фазовая структура и анализ техники базового поворота «маятником». Правила выполнения поворотов в плавании.
- 38.Оказание первой доврачебной помощи пострадавшему на воде.
- 39.Возникновение и развитие техники спортивного способа плавания кроль на груди. Характеристика основных направлений эволюции гребка.
- 40.Плавание как жизненно важный навык; характеристика прикладного и нормативного плавания.
- 41.Стратегия обучения спортивным способам плавания (примеры).
42. Плавание в Древнем мире (Египет, Греция, Рим),
- 43.Статическое плавание: определение; силы, действующие на тело и точки их приложения; свойства тела, проявляющиеся при взаимодействии этих сил.
- 44.Выдохи в воду как базовое упражнение, технология обучения не умеющих плавать.
45. Возникновение и развитие спортивного способа плавания баттерфляй.
- 46.Характеристика массового плавания. Положение о соревнованиях по плаванию в школе (оздоровительном лагере).
- 47.Нырание как прикладной навык: определение, варианты погружений и передвижений, технология обучения. Техника при освоении ныряний.
- 48.Возникновение и развитие техники спортивного способа плавания брасс.
- 49.Влияние занятий плаванием на организм человека; характеристика оздоровительного и лечебного плавания.
- 50.Направленные движения руками в опорном положении для принятия с их помощью безопорного- «восьмерки»- как базовые упражнения, технология обучения.
- 51.Зарождение и развитие плавания на Руси. Плавание в русской армии (17-19 век).
- 52.Специальные термины и понятия, применяемые при анализе техники спортивного плавания.
- 53.Подвижные игры как средство обучения плаванию: классификация, требования к выбору, организация и проведение (примеры).
- 54.Параллельное, последовательное и одновременное обучение спортивным способам плавания: возникновение, сущность и обоснование применения.

- 55.Подъемная сила: определение; факторы, обеспечивающие ее возникновение, значение в технике спортивного плавания. Принцип Д.Бернули и его приложение к технике спортивного плавания.
56. Особенности и задачи урока свободного выбора, урока индивидуального обучения (примеры).
- 57.»Метод трех ступеней» в обучении плаванию: причины возникновения, задачи, содержание, особенности.
- 58.Физиологические функции организма и их влияние на технику плавания.
- 59.Обучение базовому повороту «маятником»: последовательность формирования навыка, выбор упражнений, их обоснование и методические приемы.
- 60.Динамическое плавание: определение; силы, действующие при динамическом плавании и точки их приложения.
- 61.Технология обучения прикладному способу плавания «на боку», транспортировке пострадавшего или уставшего на воде. Особенности подплывания, подъемов со дна, варианты освобождения от захватов тонущего.
- 62.Соппротивление вихреобразования (формы) при плавании: определение, причины возникновения и пути его преодоления.
- 63.Средства обучения плаванию: классификация, задачи, место в учебном процессе, краткое содержание и обоснование применения.
- 64.Становление современной программы соревнований по плаванию на Олимпийских играх.
- 65.Лобовое сопротивление при плавании: определение, причины возникновения и пути его преодоления.
- 66.Обоснование выбора упражнений и методических приемов при формировании навыка плавания брассом (примеры); последовательность освоения.
- 67.Анализ техники спортивного способа плавания брасс: требования правил соревнований, фазовая структура техники, варианты техники.
- 68.Упражнения- тесты для определения способа плавания для начального изучения, простейшие тесты предрасположенности к спортивному плаванию.
- 69.Возникновение и сущность естественного, раздельно-целостного и целостного методов изучения способов плавания.
- 70.Характеристика спортивного плавания: способы плавания, программа соревнований высокого ранга, характер соревнований (система зачета). Техника спортивного плавания: определение и структура.
- 71.Обоснование выбора упражнений и методических приемов при формировании навыка плавания кролем на груди (примеры).
- 72.Обеспечение безопасности при проведении занятий по плаванию в естественных водоемах.

4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

Текущий контроль (1семестр).

Посещение практических занятий - 30 баллов.

Посещение лекций-12 баллов.

Оценка за технику выполнения изученных специальных и основных плавательных упражнений –10 баллов (1 балл за упражнение).

Оценка за выполнение контрольных нормативов –5 баллов (за одно упражнение – 1 балл)

Оценка за выполнение заданий учебной практики –10 баллов: Подготовка, проведение и самооценка подготовительной части занятия – максимум 5 баллов; педагогический анализ проведения подготовительной части урока в качестве преподавателя. – максимум 5 баллов .

Самостоятельная работа-33 балла

ИТОГО: 100 баллов

Текущий и итоговый контроль (2семестр).

Посещение лекционных, практических занятий –30 баллов.

Оценка за выполнение заданий учебной практики –20 баллов: подготовка конспекта занятия по плаванию и проведение части занятия по обучению технике способов плавания–5 баллов; педагогический анализ проведения урока «Оценка качества работы преподавателя» – 15 баллов.

Оценка за технику выполнения изученных специальных и основных плавательных упражнений – 10 баллов

Оценка за выполнение контрольных нормативов (см. практические требования) –5 баллов

Подготовка Положения о соревнованиях – 5 баллов.

Ответ на экзамене –30 баллов.

ИТОГО: 100 баллов.

Критерий оценивания самостоятельной работы.

балл	Критерий оценивания
5	без помощи преподавателя, работа выполнена верно или с незначительной ошибкой
4	незначительная помощь преподавателя ,работа выполнена с ошибками, но количество ошибок не превышает 50 % от работы
2	существенная помощь преподавателя, ошибки составляют 50-70 % работы
0	не справился, ошибок в работе более 2/3 всего объема

Оценка выставляется по количеству набранных баллов:

5 баллов –оценка «5», что соответствует 1 баллу общей аттестации за самостоятельную работу

4 балла – оценка «4». что соответствует 0.5 баллов общей аттестации за самостоятельную работу

2 балла – оценка «3», что соответствует 0.25 баллов общей аттестации за самостоятельную работу

0 баллов – оценка «2», что соответствует 0 баллам общей аттестации за самостоятельную работу. Самостоятельные работы, выполненные без предшествовавшего анализа возможных ошибок, оцениваются по нормам для контрольных работ соответствующего или близкого вида.

Критерии оценивания тестов

Оценка за контроль ключевых компетенций учащихся производится по пятибалльной системе. При выполнении заданий ставится отметка:

«3» - за 50-70% правильно выполненных заданий,

«4» - за 70-85% правильно выполненных заданий,

«5» - за правильное выполнение более 85% заданий.