

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Косенок Сергей Михайлович  
Должность: ректор  
Дата подписания: 26.05.2026 09:02:37  
Уникальный программный ключ:  
e3a68f3eaa1e62674b54f4998099d3d6bfdcf836

## Оценочные материалы промежуточной аттестации

### ПЛАВАНИЕ С МЕТОДИКОЙ ПРЕПОДАВАНИЯ, 2,3 семестр

Код, направление подготовки	49.03.01 «Физическая культура»
Направленность (профиль)	Спортивная тренировка
Форма обучения	очная
Кафедра-разработчик	теории физической культуры
Выпускающая кафедра	теории физической культуры

#### Типовые задания для контрольной работы

#### Темы контрольной работы (реферативного типа) 3 семестр:

1. Техника плавания способа брасс
2. Техника выполнения поворота «маятник»
3. Методика обучения технике способа кролем на груди
4. Методика обучения технике способа кролем на спине
5. Методика обучения способа брасс
6. Методика обучения поворотам в способе кроль на груди
7. Методика обучения поворотам в способе кроль на спине
8. Методика обучения повороту маятник
9. Средства обучения плаванию
10. Начальное обучение
11. Техника спасения утопающего
12. Структура и содержание урока по плаванию
13. Этапы обучения
14. Приемы самоспасания
15. Методика обучения стартам прыжком с тумбочки
16. Методика обучения старта из воды
17. Способы освобождения от захватов и способы транспортировки
18. Техника прикладного плавания на боку
19. Методика обучения прикладного плавания на боку
20. Оказание первой помощи пострадавшему

#### Типовые вопросы к экзамену:

1. Оказание первой помощи пострадавшему в воде.
2. Плавание в программе средней школы.
3. Подготовительные упражнения для освоения с водной средой.
4. Инвентарь и комплектование групп для занятий по плаванию.
5. Урок по плаванию.
6. Методы организации детей на занятиях по плаванию.
7. Методы обучения.
8. Задачи и этапы обучения.
9. Определение и содержание предмета " плавание".
10. История возникновения плавания.

11. Шуваловская школа плавания.
12. Понятие о технике плавания. Основные факторы, определяющие технику плавания.
13. Статическое плавание. Действие сил на тело. Плавуемость тела.
14. Динамическое плавание
15. Техника плавания кролем на груди
16. Техника плавания кролем на спине
17. Техника плавания способа брасс
18. Техника выполнения поворота "маятник"
19. Техника выполнения открытого и закрытого поворота
20. Техника выполнения поворота при плавании способом на спине
21. Техника выполнения старта с тумбочки
22. Техника выполнения старта из воды
23. Методика обучения технике способа кролем на груди
24. Методика обучения технике способа кролем на спине
25. Методика обучения способа брасс
26. Методика обучения поворотам в способе кроль на груди
27. Методика обучения поворотам в способе кроль на спине
28. Методика обучения повороту маятник
29. Средства обучения плаванию
30. Начальное обучение
31. Техника спасения утопающего
32. Типичные ошибки в плавании способом кроль на груди и способы их устранения
33. Типичные ошибки в плавании способом кроль на спине и способы их устранения
34. Типичные ошибки в плавании способом брасс и способы их устранения
35. Структура и содержание урока по плаванию
36. Этапы обучения
37. Приемы самоспасания
38. Методика обучения стартам прыжком с тумбочки
39. Методика обучения старта из воды
40. Способы освобождения от захватов и способы транспортировки
41. Техника работы рук в кроле на груди
42. Техника работы рук в кроле на спине
43. Техника работы рук в брассе
44. Техника работы ног в брассе
45. Техника работы ног в кроле на груди и на спине
46. Упражнение для обучения плаванию на боку
47. Упражнения для обучения кролю на груди
48. Упражнения для обучения кролю на спине
49. Связки и их использование для согласования движений в каждом способе плавания
50. Упражнения для обучения брассу