

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Косенок Сергей Михайлович  
Должность: ректор  
Дата подписания: 15.06.2026 12:38:06  
Уникальный программный ключ:  
e3a68f3eaa1e62674b54f4998099d3d6bfdcf836

**Оценочные материалы для текущего контроля и промежуточной аттестации ПЛАВАНИЕ С МЕТОДИКОЙ ПРЕПОДАВАНИЯ 2,3 семестр**

Код, направление подготовки	49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»
Направленность (профиль)	Адаптивное физическое воспитание
Форма обучения	очная
Кафедра-разработчик	Теории физической культуры
Выпускающая кафедра	Медико-биологических основ физической культуры

**Типовые задания для контрольной работы**

Темы контрольной работы (реферативного типа) 2 семестр:

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

Темы контрольной работы (реферативного типа) 3 семестр:

1. Шуваловская школа плавания
2. Понятие о технике плавания. Основные факторы, определяющие технику плавания
3. Статическое плавание. Действие сил на тело. Плавуемость тела
4. Динамическое плавание
5. Техника плавания кролем на груди, в том числе лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья
6. Техника плавания кролем на спине, в том числе с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья
7. Техника выполнения открытого и закрытого поворота, в том числе лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья
8. Техника выполнения поворота при плавании способом на спине, в том числе лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья
9. Техника выполнения старта с тумбочки, в том числе у лиц, имеющими отклонения в состоянии здоровья
10. Техника выполнения старта из воды, в том числе лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья

**Типовые вопросы к экзамену**

1. Оказание первой помощи пострадавшему в воде, в том числе лицам,

имеющим отклонения в состоянии здоровья

2. Плавание в программе средней школы.
3. Подготовительные упражнения для освоения с водной средой, в том числе с лицами,

имеющими отклонения в состоянии здоровья.

4. Инвентарь и комплектование групп для занятий по плаванию, в том числе лицам, имеющим отклонения в состоянии здоровья
5. Урок по плаванию.
6. Методы организации детей на занятиях по плаванию, в том числе детей, имеющих отклонения в состоянии здоровья
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, в том числе лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья
16. Техника плавания кролем на спине, в том числе для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья
17. Техника плавания способа брасс, в том числе для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья
18. Техника выполнения поворота "маятник", в том числе для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья
19. Техника выполнения открытого и закрытого поворота, в том числе для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья
20. Техника выполнения поворота при плавании способом на спине, в том числе для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья
21. Техника выполнения старта с тумбочки, в том числе для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья
22. Техника выполнения старта из воды, в том числе для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья
23. Методика обучения технике способа кролем на груди, в том числе лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья
24. Методика обучения технике способа кролем на спине, в том числе лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья
25. Методика обучения способа брасс, в том числе лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья
26. Методика обучения поворотам в способе кроль на груди, в том числе лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья
27. Методика обучения поворотам в способе кроль на спине, в том числе лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья
28. Методика обучения повороту маятник, в том числе лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья
29. Средства обучения плаванию, в том числе для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья
30. Начальное обучение, в том числе для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья
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, в том числе с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья
36. Этапы обучения
37. Приемы самоспасания, в том числе для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья
38. Методика обучения стартам прыжком с тумбочки, в том числе лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья
39. Методика обучения старта из воды, в том числе лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья
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, в том числе для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья
47. Упражнения для обучения кролю на груди, в том числе для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья
48. Упражнения для обучения кролю на спине, в том числе для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья
49. Связки и их использование для согласования движений в каждом способе плавания
50. Упражнения для обучения брассу, в том числе для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья