|  |  |
| --- | --- |
|  | УтверждАЮ  Руководитель секции теории  и практики физической культуры  …………………. Н.И.Филимонова  «23» февраля 2024 г. |

ПЕРЕЧЕНЬ ТЕОРЕТИЧЕСКИХ ВОПРОСОВ К ЗАЧЕТУ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

«ПЛАВАНИЕ И МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ»

для студентов 2 курса дневной формы получения образования

специальности 1-03 02 01 Физическая культура

(весенний семестр 2023/2024 учебного года)

1. Цель и задачи дисциплины.
2. Характеристика плавания как олимпийского вида спорта.
3. Возникновение и история развития плавания.
4. Правила безопасного поведения на занятиях по плаванию.
5. Последовательность решения задач по обучению плаванию в учреждениях образования и здравоохранения.
6. Организация и методика проведения обучения плаванию в детском оздоровительном лагере.
7. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание.
8. Классификация, характер и масштаб соревнований по плаванию.
9. Состав судейской коллегии на соревнованиях различного ранга.
10. Основные требования к прохождению дистанции согласно правилам соревнований.
11. Понятие о технике плавания и факторах, ее определяющих.
12. Физические свойства воды, оказывающие влияние на формирование плавательных движений.
13. Виды плавучести и равновесия тела в воде.
14. Факторы, влияющие на плавучесть и равновесие.
15. Основные понятия и закономерности гидродинамики.
16. Общая характеристика техники спортивных способов плавания: положение тела, фазовая структура движений ногами и руками, согласование движений рук, ног, туловища и дыхания.
17. Анализ техники стартов и поворотов при плавании кролем на груди и на спине, брассом и дельфином в соответствии с правилами соревнований.
18. Техника спортивных способов плавания: кроль на груди.
19. Техника спортивных способов плавания: кроль на спине.
20. Техника спортивных способов плавания: брасс.
21. Техника спортивных способов плавания: дельфин.
22. Ошибки в технике спортивных способов плавания, их классификация и причины возникновения.
23. Дидактические принципы и закономерности спортивной тренировки, лежащие в основе построения процесса обучения плаванию.
24. Методика начального обучения плаванию.
25. Методика обучения технике облегченных способов плавания.
26. Структура и содержание плана-конспекта занятия по начальному обучению плаванию.
27. Принципы, лежащие в основе обучения плаванию.
28. Характеристика методов обучения.
29. Задачи обучения технике спортивных способов плавания.
30. Методика проведения имитационных упражнений по обучению технике спортивных способов плавания.
31. Урок как основная форма организации занятий по обучению плаванию.
32. План-конспект занятия.
33. Принципы комплектования групп по обучению плаванию.
34. Основные ошибки в технике спортивных способов плавания и способы их устранения.
35. Техника ныряния и приемов транспортировки пострадавшего.
36. Определение, классификация и характеристика разделов прикладного плавания.
37. Организация спасательной службы: спасательные станции и посты.
38. Техника прикладных способов плавания.
39. Правила и способы транспортировки пострадавшего к берегу вплавь.
40. Характеристика видов утопления.
41. Методика выполнения поиска пострадавшего на естественных водоемах.
42. Организация процесса обучения технике прикладных способов плавания, приемов транспортировки пострадавшего, ныряния в длину и глубину.
43. Требования техники безопасности на открытых водоемах.
44. Освоение элементарных способов освобождения от захватов пострадавшего на мелкой, а затем на глубокой части бассейна. План-конспект занятия.

(*Форма проведения аттестации — устная)*

ПЕРЕЧЕНЬ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАДАНИЙ К ЗАЧЕТУ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

«ПЛАВАНИЕ И МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ»

для студентов 2 курса дневной формы получения образования

специальности 1-03 02 01 Физическая культура

(весенний семестр 2023/2024 учебного года)

1. Демонстрация техники спортивных способов плавания кроль на груди, кроль на спине, брасс, стартов и поворотов на дистанции 50 м (на оценку).
2. Плавание без учета времени избранным способом плавания на дистанции до 800 м.
3. Плавание избранным способом на дистанции 50 м с учетом времени: 55 с для женщин и 50 с для мужчин.
4. Демонстрация техники ныряние в длину: 15 м женщины и 20 м мужчины.
5. Демонстрация техники прикладных способов плавания.
6. Транспортировка пострадавшего на дистанции 50 м.
7. Составление плана-конспекта урока по плаванию.
8. Проведение учебного занятия по обучению плаванию (на оценку).
9. Посещение не менее 75% объема учебных занятий по дисциплине.

(*Форма проведения аттестации — устный опрос, практическая демонстрация)*

Рассмотрены на заседании секции ТиПФК:

протокол № 17 от 23.02.2024

Составитель:

старший преподаватель секции ТиПФК В.Г.Левкевич