

2022

Раздел № 1 Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Актуальность программы

В данной программе предоставляется возможность детям с ограниченными возможностями здоровья пройти реабилитацию и социальную адаптацию, наиболее полно раскрыть и развить свои физические способности и личностные качества, с учетом индивидуальных способностей и особенностей ограничения в состоянии здоровья, найти возможные пути к достижению спортивных результатов в плавании.

Сегодня в мире важнейшими в системе мер социальной защиты инвалидов становятся ее активные формы. Наиболее эффективными из них являются физическая реабилитация и социальная адаптация средствами физической культуры и спорта.

Физический недуг в большей или меньшей степени приводит к нарушению функций организма в целом и затрудняет возможность социального контакта с окружающим миром. В этих условиях появляется чувство тревоги, теряется уверенность в себе и даже чувство собственного достоинства. Активные физкультурно-оздоровительные и спортивные занятия позволяют лучше владеть своим телом, восстанавливают психическое равновесие, возвращают чувство уверенности в себе. Привлечь лица с физическими и интеллектуальными ограничениями к занятиям спортом — значит, во многом восстановить у них утраченный контакт с окружающим миром. Использование средств физической культуры и спорта является эффективным и в ряде случаев единственным средством физической реабилитации и социальной адаптации этих лиц.

Адаптивное плавание – обучение лиц с ограниченными возможностями здоровья, способствует разностороннему физическому развитию, стимулирует деятельность нервной, сердечно - сосудистой и дыхательной

систем, значительно расширяет возможности опорно-двигательного аппарата, служит одним из лучших средств закаливания, формирования правильной осанки ребёнка и повышение иммунитета. В водной среде ребёнок более активно выполняет упражнения, которые в воздушной среде для него сложны и в большинстве случаев не доступны. Плавание очень популярно среди лиц с ограниченными возможностями здоровья, спортсмены-инвалиды всех нозологических групп принимают участие в соревнованиях различного уровня, добиваясь высоких спортивных результатов.

В Программе определена система организации воспитательной работы, направленной на формирование у учащихся патриотизма и гражданственности, уважения к закону и правопорядку, человеку труда, старшему поколению, семейным ценностям, бережному отношению к культурному и историческому наследию Отечества, к окружающей среде и собственному здоровью.

Механизм реализации воспитательного компонента заложен в Программе воспитания ([Приложение №81](#)) состоящей из семи актуальных модулей, разработанных на основе взаимодействия всех участников образовательного процесса, в соответствии с ежегодным Общероссийским примерным календарным планом воспитательной работы и рабочей Программой Воспитания МУДО «ДТДиМ» г. Воркуты.

Отличительной особенностью программы является то, что она учитывает особенности подготовки учащихся с ограниченными возможностями здоровья по плаванию, в том числе:

- построение процесса подготовки направленного на развитие широкого круга основных физических и специальных качеств, повышение функциональных возможностей различных органов и систем человека;
- направленность на коррекцию основного дефекта (сенсорных систем, интеллекта, речи, опорно-двигательного аппарата и других), коррекцию сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений, обусловленных

основным дефектом, с помощью физических упражнений и других не медикаментозных средств и методов;

- профилактику сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений;
- обучение жизненно важным знаниям, умениям и навыкам, развитие и совершенствование физических и психологических качеств и способностей;
- включение корригирующих упражнениями для глаз, упражнений с предметами (скакалками, гимнастическими палками, мячами) и без предметов, направленных на коррекцию осанки и стоп.

Педагогическая целесообразность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Адаптивное плавание» программы обусловлена тем, что занятия в плавательном бассейне способствуют улучшению эмоционально-психического состояния всех категорий занимающихся, что ускоряет процесс коррекции и реабилитации.

Программа направлена на формирование компетенций в области физической культуры и спорта, в том числе в избранном виде спорта – плавание.

Занятия дают возможность учащимся участвовать в полном цикле познавательного процесса от приобретения знаний до их практического применения.

Помимо организации досуга детей и занятия формируют потребности в поддержании здорового образа жизни.

Дополнительная образовательная программа «Адаптивное плавание» (далее - Программа) разработана в соответствии с:

1. Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Концепцией развития дополнительного образования (утв. распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р);
3. Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утв. Приказом Министерства просвещения России от 09.11.2018 № 196;

4. «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утв. постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. № 28;
5. Профессиональным стандартом «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», утв. Приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 05.05.2018 №№ 298;
6. Рекомендациями «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (включая разноуровневые и модульные программы) (приложение к информационному письму Министерства образования и молодежной политики Республики Коми от 19.09.2019г. № 07-13/631);
7. Конвенцией о правах ребенка (1989г);
8. Конвенцией о борьбе с дискриминацией в области образования (1960г);
9. Стандартными правилами обеспечения равных возможностей для инвалидов (Генеральная Ассамблея ООН 20.12.1993);
10. Федеральным законом "О социальной защите инвалидов в Российской Федерации" от 24.11.1995 N 181-ФЗ;
11. Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей//письмо Министерства образования и науки РФ № ВК-641/09 от 26.03.2016 г.
12. Программой Республики Коми "Доступная среда" на 2016 - 2020 годы от 30.05.2016 №279.
13. Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта спорт глухих (утв. приказом Министерства спорта Российской Федерации от 03.02.2014 №70).

14. Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта спорт лиц с интеллектуальными нарушениями (утв. приказом Министерства спорта Российской Федерации от 19.01.2018 №487)
15. Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта спорт слепых (утв. приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27.01.2014 №31)
16. Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА (утв. приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27.01.2014 №32).

При разработке дополнительной общеобразовательной-общеразвивающей программы «Адаптивное плавание» были использованы такие источники как: «Адаптивная и лечебная физическая культура. Плавание» Булгакова Н.Ж., «Гидрореабилитация» Безотечество К.И., «Плавание с методикой преподавания» Булгакова Н.Ж, «Плыдем к успеху!» Шарафутдинов А.Ш.

Учебный курс дополнительной общеобразовательной-общеразвивающей программы «Адаптивное плавание» охватывает следующие образовательные области:

- ✓ физическая культура;
- ✓ история;
- ✓ физиология.

Характеристика программы

Общеобразовательная программа объединения по интересам характеризуется:

По виду – модифицированная;

По цели обучения - оздоровительная;

По форме организации, содержанию, процессу обучения – комплексная, так как включает в себя элементы теоретической подготовки, общей физической подготовки и плавательной подготовки;

По уровню освоения- одноуровневая.

Адресат программы

- ✓ Программа предназначена для детей 7-18 лет.
- ✓ В группу принимаются дети с ограниченными возможностями здоровья (инвалиды) при наличии у них:
 - наличие справки МСЭ;
 - направление или разрешение (допуск) лечащего врача к занятиям плаванием.

Программа предназначена для всех категорий детей с ограниченными возможностями здоровья: глухие, слабослышащие, слепые, слабовидящие, с нарушением опорно-двигательного аппарата (ОДА), с задержкой психического развития (ЗПР), с расстройствами аутистического спектра (РАС), с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Набор в объединение по интересам «Адаптивное плавание» осуществляется в начале учебного года на основании заявления родителей, добровольного волеизъявления ребёнка.

В объединении по интересам могут заниматься и мальчики, и девочки.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Адаптивное плавание» предполагает, что наполняемость групп определяется по принципу: чем меньше функциональные возможности учащихся, тем меньше учащихся должно быть у педагога в группе. Численный состав групп учащихся зависит от индивидуальных (возрастных, половых и других) особенностей их уровня подготовки и ряда других факторов.

Так же в объединении второго и последующих годов обучения могут быть зачислены учащиеся, не занимающиеся в группе первого года обучения, но успешно прошедшие собеседования или входное тестирование.

Уровни образовательного процесса и содержание деятельности

I уровень стартовый (ознакомительный). 1-й год обучения (144 часа). На данном уровне особое внимание уделяется развитию личностных и психофизиологических особенностей: уверенности в себе, в своих возможностях, преодоление водобоязни. Начальное обучение плаванию, адаптация к водной среде, обучение технике плавания спортивными способами: «кроль на спине», «кроль на груди», простых прыжков и поворотов даются с минимальной сложностью для освоения содержания программы.

II уровень базовый. Рассчитан на 3 года обучения (648 часов).

2 год обучения - изучаются спортивные способы «брасс», «баттерфляй» (дельфин), а также повороты, совершенствуются спортивные способы «кроль на спине», «кроль на груди», старты. У учащихся воспитываются морально-волевых качеств, становление спортивного характера. Приобретение разносторонней физической подготовленности: развитие аэробной выносливости, быстроты, скорости, силовых и координационных возможностей.

3 и 4 года обучения - совершенствуются все спортивные способы плавания «кроль на спине», «кроль на груди», «брасс», «баттерфляй» (дельфин), а именно усложнение материала за счет увеличения длины дистанции, разнообразных упражнений: с различным положением рук, с помощью одних ног или рук, плавание «на сцепление», «с обгоном», с дыханием на 3, 5, 7 гребков. Также занятия посвящены дальнейшему воспитанию физических качеств. Поиск талантливых в спортивном отношении детей на основе морфологических критериев и двигательной одаренности. Гармоничное совершенствование основных физических качеств с акцентом на развитие аэробной выносливости. Планомерное повышение уровня общей и специальной физической подготовленности.

Объем и сроки реализации программы

Объём, необходимый для освоения программы 792 часа.

Срок освоения программы составляет 4 года

Форма обучения: очная

Режим занятий

| Год обучения | Продолжительность занятия | Периодичность занятий в неделю | Количество часов в неделю |
|--------------|---------------------------|--------------------------------|---------------------------|
| 1 | 2 по 45 минут | 2 занятия | 4 |
| 2 | 2 по 45 минут | 3 занятия | 6 |
| 3 | 2 по 45 минут | 3 занятия | 6 |
| 4 | 2 по 45 минут | 3 занятия | 6 |

Особенности организации образовательного процесса: состав учебных групп постоянный.

Виды занятий по организационной структуре: групповые.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: формирование необходимых навыков плавания у детей с ОВЗ, развитие физических и личностных качеств, укрепление здоровья, приобщение к здоровому образу жизни и самоутверждение их в социуме.

Задачи 1 года обучения:

Обучающие:

- познакомить с историей зарождения плавания как вида физических упражнений и спорта от древнейших времен до современности.
- обучить основным способам плавания: кроль на груди, кроль на спине;
- научить выполнять общеразвивающие, и имитационные упражнения на суше;
- научить выполнять старт с бортика и старт из воды;
- сформировать знания о правилах поведения в бассейне;
- научить способам релаксации.

Развивающие:

- развить физические качества: координацию, гибкость, силу, выносливость, быстроту и двигательные навыки;

- развить когнитивные способности (внимание, память, восприятие, мышление, воображение);
- развить коммуникативную компетенцию: умение сотрудничать со взрослыми и сверстниками;
- развить информационную компетенцию: умение воспринимать новую информацию, анализировать и применять в деятельности.

Задачи 2 года обучения:

Обучающие:

- обучить способам плавания: брасс, баттерфляй (дельфин);
- познакомить с российскими спортсменами - героях Параолимпийских игр, чемпионатов мира и Европы;
- познакомить с требованиями правил соревнований по плаванию.

Развивающие:

- совершенствовать обтекаемое положение тела, уменьшающего сопротивление воды;
- продолжить развивать когнитивные способности (внимание, память, восприятие, мышление, воображение);
- формировать рефлексивные умения (умение объективно анализировать свои суждения и поступки);
- развить коммуникативную компетенцию: умение общаться и взаимодействовать со сверстниками, педагогами и с другими окружающими людьми, знать культурные нормы общения;
- развить компетентность адаптивности: умение гибко реагировать на изменения, условия и требования, существующие в обществе.

Задачи 3 года обучения:

Обучающие:

- сформировать знания о спортивном, оздоровительном и прикладном значении плавания как вида спорта;
- обучить технике передачи эстафеты;
- познакомить с обязанностями и правами участников соревнований;

- познакомить с правилами проведения соревнований;
- обучить технике комплексного плавания, стартов и поворотов;

Развивающие:

- развить специфическое восприятие пловца - «чувство воды»;
- развить коммуникативную компетенцию: умение конструктивного выхода из конфликтной ситуации;
- развить компетенцию эмоционального интеллекта: умение распознавать эмоции и понимать намерения других людей.

Задачи 4 года обучения:

Обучающие:

- познакомить с достижениями сильнейших российских и зарубежных пловцов;
- обучить различным вариантам упражнений для совершенствования спортивных способов плавания: «кроль на груди», «кроль на спине», «брасс», «баттерфляй» (дельфин);
- обучить плаванию в облегченных и усложненных условиях в заданном темпе (плавание по элементам и в полной координации; плавание по элементам с поддержкой и без поддержки; плавание с задержкой дыхания и в полной координации).

Развивающие:

- развить навыки самостоятельного проведения отдельного блока занятий (разминки);
- сформировать коммуникативные компетенции: умение общаться и взаимодействовать со сверстниками и с другими людьми, знать культурные нормы общения;
- развить компетенцию эмоционального интеллекта: уметь контролировать и управлять своими эмоциями.

Коррекционно-развивающие (1, 2, 3, 4 г.о.):

- укрепить ослабленные мышечные группы;
- способствовать улучшению подвижности суставов;

-повысить функциональные возможности сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем организма;

- способствовать улучшению зрительно-моторной координации;

-сформировать вестибулярную устойчивость и ориентировку в пространстве.

Воспитательные (1, 2, 3, 4 з.о.):

- способствовать формированию морально-волевых качеств личности: терпение, выдержка, работоспособность, настойчивость, целеустремленность, дисциплинированность, ответственность за свои поступки, самостоятельность;

- сформировать устойчивый интерес к занятиям плаванием;

- сформировать компетенцию командной работы: умение эффективно взаимодействовать в коллективе, проявляя уважение к членам команды, стремящихся к общим целям и разделяющими ответственность за их достижения.

- сформировать адаптивную компетенцию: уметь ориентироваться в незнакомой обстановке, в частности на новой спортивной площадке в рамках соревновательной деятельности.

1.3. Содержание программы

Учебный план 1 год обучения

| № | Раздел | Количество часов | | | Форма контроля/ аттестации |
|----|--|------------------|---------------|-------|----------------------------|
| | | Теория | Практика | Всего | |
| 1. | Теоретическая подготовка. Введение в образовательную программу «Адаптивное плавание». | 2 | - | 2 | Беседа, тестирование |
| 2. | Плавательная подготовка: -техника спортивных способов плавания; - старты, повороты; - игры. | - | 40 4 25 | 69 | тестирование |
| 3. | Физическая подготовка в спортивном зале: - ОФП; | - | 47 | 69 | тестирование |

| | | | | | |
|----|-----------------------|---|-----|-----|--------------|
| | - СФП. | | 22 | | |
| 4. | Контрольные испытания | - | 4 | 4 | тестирование |
| | ИТОГО | 2 | 142 | 144 | |

Содержание учебного плана

1. Теоретическая подготовка (2 часа):

Теория (2 часа):

- знакомство с планом работы объединения, с содержанием курса, правилами работы в учебной группе, перспективой роста учащихся, получение информации о каждом учащемся группы;
- ознакомление с правилами поведения в бассейне, техника безопасности;
- правила личной гигиены спортсмена;
- история зарождения плавания как вида физических упражнений и спорта от древнейших времен до современности;
- влияние физических упражнений на организм человека;
- термины и теоретические основы техники плавания: «кроль на груди», «кроль на спине», стартов и поворотов.

2. Плавательная подготовка (69 часов):

Практика (69 часов):

1. Подготовительные упражнения для освоения с водой:

- Ознакомление с плотностью и сопротивлением воды;
- Задержка дыхания (на вдохе);
- Погружение в воду;
- Всплывание и лежание на воде;
- Выдохи воду;
- Скольжение на груди;
- Скольжение на спине;
- Подвижные игры в воде.

2. Техника плавания способом кроль на груди:

- упражнения для изучения движений ногами;
- упражнения для изучения согласованных движений ногами с дыханием;

- упражнения для изучения движений руками;
- упражнения для изучения согласования движений руками и дыхания;
- упражнения для - общего для согласования (плавание в полной координации).

3. Техника плавания способом кроль на спине:

- упражнения для изучения движений ногами;
- упражнения для изучения согласованных движений ногами с дыханием;
- упражнения для изучения движений руками;
- упражнения для изучения согласования движений руками и дыхания;
- упражнения для - общего для согласования (плавание в полной координации).

4. Техника выполнения стартов:

- упражнения для изучения стартового прыжка;
- упражнения для изучения старта из воды.

5. Техника выполнения поворотов:

- упражнения для изучения открытого плоского поворота при плавании кролем на груди;
- упражнения для изучения открытого плоского поворота при плавании на спине.

6. Игры:

- для ознакомления со свойствами воды;
- для совершенствования отдельных упражнений и элементов техники спортивных способов плавания;
- для воздействия на эмоциональную сферу учащихся.

3. Физическая подготовка на суше (69 часов):

Практика (69 часов):

1. Общая физическая подготовка:

- строевые упражнения, ходьба, бег;
- упражнение на расслабление;
- упражнение на координацию.

Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов:

- 1) для мышц рук и плечевого пояса;
- 2) для мышц шеи;
- 3) для мышц ног и тазового пояса;
- 4) для мышц туловища;
- 5) для мышц всего тела.

2. Специальная физическая подготовка:

-имитационные упражнения для освоения и совершенствования техники спортивных способов плавания.

- упражнения для развития подвижности в плечевых суставах.

- упражнения для развития подвижности позвоночного столба.

- упражнения для развития подвижности в голеностопном суставе.

4. Соревновательные и контрольные испытания (4 часа):

Практика (4 часа):

- входная диагностика;
- промежуточная аттестация;
- промежуточная аттестация для перевода на следующий год обучения.

Учебный план 2 год обучения

| № | Раздел | Количество часов | | | Форма контроля/аттестации |
|-------|---|------------------|----------------|-------|---------------------------|
| | | Теория | Практика | Всего | |
| 1. | Теоретическая подготовка | 10 | - | 10 | тестирование |
| 2. | Плавательная подготовка: -техника спортивных способов плавания; - старты, повороты, передача эстафеты; - игры. | - | 77 10 15 | 102 | тестирование |
| 3. | Физическая подготовка в спортивном зале: - ОФП; - СФП. | - | 70 28 | 98 | тестирование |
| 4. | Соревновательные и контрольные испытания | - | 6 | 6 | тестирование |
| ИТОГО | | 10 | 206 | 216 | |

Содержание разделов программы

1. Теоретическая подготовка (10 часов):

Теория (10 часов):

- российские спортсмены - герои Олимпийских игр, чемпионатов мира и Европы;
- общие правила закаливания;
- влияние занятий плаванием на организм человека;
- правила личной гигиены спортсмена;
- термины и основы техники плавания: «брасс», «баттерфляй» (дельфин), стартов и поворотов;
- причины возникновения травм и их предупреждение во время занятий на суше и в воде;
- спортивный инвентарь и оборудование;
- правила соревнований по плаванию.

2. Плавательная подготовка (102 часа):

Практика (102 часа):

1. Совершенствования техники кроль на груди:

- плавание на «сцепление»;
- плавание при помощи движений ногами и гребков одной руки;
- плавание при помощи движений руками;
- плавание с доской;
- плавание в полной координации.

2. Совершенствования техники кроль на спине.

- плавание при помощи движений ногами и гребков одной руки;
- плавание при помощи движений руками;
- плавание с доской;
- плавание на спине на «сцепление»;
- плавание в полной координации.

3. Техника плавания способом брасс:

- упражнения для изучения движений ногами;

- упражнения для изучения согласованного движений ногами с дыханием;
- упражнения для изучения движений руками;
- упражнения для изучения согласования движений руками и дыхания;
- упражнения для - общего для согласования (плавание в полной координации).

4. Техника плавания способом баттерфляй (дельфин):

- упражнения для изучения движений ногами;
- упражнения для изучения согласованного движений ногами с дыханием;
- упражнения для изучения движений руками;
- упражнения для изучения согласования движений руками и дыхания;
- упражнения для - общего для согласования (плавание в полной координации).

5. Совершенствование техники выполнения стартов:

- упражнения для совершенствования стартового прыжка;
- упражнения для совершенствования старта из воды.

6. Техника выполнения поворотов:

- упражнения для изучения поворота кувырком вперед в кроле на груди и на спине;
- упражнения для изучения поворота «маятником» в брассе;
- упражнения для изучения поворота «маятником» в баттерфляе (дельфине).

7. Игры:

- для совершенствования отдельных упражнений и элементов техники спортивных способов плавания;
- для воздействия на эмоциональную сферу учащихся.

3. Физическая подготовка на суше (98 часов):

Практика (98 часов):

Общая физическая подготовка:

- строевые упражнения, ходьба, бег;
- упражнения на расслабление;
- упражнения на координацию;

- упражнения в упорах в висах.

Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов:

- 1) для мышц рук и плечевого пояса;
- 2) для мышц шеи;
- 3) для мышц ног и тазового пояса;
- 4) для мышц туловища;
- 5) для мышц всего тела.

Специальная физическая подготовка:

-имитационные упражнения для освоения и совершенствования техники спортивных способов плавания;

- упражнения для развития подвижности в плечевых суставах;
- упражнения для развития подвижности позвоночного столба;
- упражнения для развития подвижности в голеностопном суставе;
- упражнения на тренажерах для воспитания силы и силовой выносливости.

4. Соревновательные и контрольные испытания (6 часов):

Практика (6 часов):

- участие в соревнованиях муниципального уровня;
- промежуточная аттестация на начало учебного года;
- промежуточная аттестация;
- промежуточная аттестация для перевода на следующий год обучения.

Учебный план 3 год обучения

| № | Раздел | Количество часов | | | Форма контроля/аттестации |
|----|---|------------------|----------------|-------|---------------------------|
| | | Теория | Практика | Всего | |
| 1. | Теоретическая подготовка | 10 | - | 10 | тестирование |
| 2. | Плавательная подготовка: -совершенствование техники плавания; - старты, повороты, передача эстафеты; - игры. | - | 72 15 15 | 102 | тестирование |
| 3. | Физическая подготовка в спортивном зале: - ОФП; - СФП. | - | 68 30 | 98 | тестирование |

| | | | | | |
|----|--|----|-----|-----|--------------|
| 4. | Соревновательные и контрольные испытания | - | 6 | 6 | тестирование |
| | ИТОГО | 10 | 206 | 216 | |

Содержание разделов программы

1. Теоретическая подготовка (10 часов):

Теория (10 часов):

- спортивное, оздоровительное и прикладное значение плавания как вида спорта;
- терминология и техника плавания комплексного плавания;
- техника передачи эстафеты;
- требования правил соревнований, правила организации и проведения соревнований по плаванию;
- обязанности и права участников соревнований;
- спортивная честь и культура поведения спортсмена.

2. Плавательная подготовка (102 часа):

Практика (102 часа):

1. Совершенствования техники кроль на груди:

- плавание на «сцепление»;
- плавание при помощи движений ногами и гребков одной руки;
- плавание при помощи движений руками;
- плавание с доской;
- плавание в полной координации.

2. Совершенствования техники кроль на спине.

- плавание при помощи движений ногами и гребков одной руки;
- плавание при помощи движений руками;
- плавание с доской;
- плавание на спине на «сцепление»;
- плавание в полной координации.

3. Совершенствование техники плавания способом брасс:

- плавание при помощи движений ногами с доской на наименьшее количество гребков;
- плавание на спине с помощью движений ногами;
- плавание с наименьшим количеством гребков;
- плавание брассом в согласовании одного гребка руками с двумя гребками ногами;
- плавание при помощи непрерывных движений руками брассом и ногами дельфином;
- плавание в полной координации.

4. Совершенствование техники способом баттерфляй (дельфин):

- плавание с доской при помощи движений ногами;
- плавание дельфином при помощи движений рукам с доской между ногами;
- плавание с помощью движений ногами и одной рукой;
- плавание на груди при помощи движений ногами с различными положениями рук;
- плавание в полной координации.

5. Совершенствование техники выполнения стартов:

- упражнения для совершенствования стартового прыжка;
- упражнения для совершенствования старта из воды;
- старт со скольжением на дальность.

6. Техника выполнения поворотов:

- совершенствование поворота кувырком вперед в кроле на груди и на спине;
- совершенствование поворота «маятником» в брассе и в баттерфляе (дельфине);
- изучение поворотов в комплексном плавании.

7. Игры:

- для совершенствования отдельных упражнений и элементов техники спортивных способов плавания;
- для воздействия на эмоциональную сферу учащихся.

3. Физическая подготовка на суше (98 часов):

Практика (98 часов):

Общая физическая подготовка:

- строевые упражнения, ходьба, бег;
- упражнения с отягощениями;
- упражнения на расслабление;
- упражнения на координацию.
- упражнения в упорах в висах.

Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов:

- 1) для мышц рук и плечевого пояса;
- 2) для мышц шеи;
- 3) для мышц ног и тазового пояса;
- 4) для мышц туловища;
- 5) для мышц всего тела.

Специальная физическая подготовка:

- имитационные упражнения для освоения и совершенствования техники спортивных способов плавания;
- упражнения для развития подвижности в плечевых суставах;
- упражнения для развития подвижности позвоночного столба;
- упражнения для развития подвижности в голеностопном суставе;
- упражнения на тренажерах для воспитания силы и силовой выносливости.

4. Соревновательные и контрольные испытания (6 часов):

Практика (6 часов):

- участие в соревнованиях муниципального уровня;
- промежуточная аттестация на начало учебного года;
- промежуточная аттестация;
- промежуточная аттестация для перевода на следующий год обучения.

Учебный план 4 год обучения

| № | Раздел | Количество часов | | | Форма контроля/аттестации |
|----|--------------------------|------------------|----------|-------|---------------------------|
| | | Теория | Практика | Всего | |
| 1. | Теоретическая подготовка | 10 | - | 10 | Теоретическая подготовка |

| | | | | | |
|----|--|----|----------------------|-----|--------------|
| 2. | Плавательная подготовка: -совершенствование техники плавания; - специальная плавательная подготовка; - старты, повороты, передача эстафеты; - игры. | - | 62 10 15 15 | 102 | Тестирование |
| 3. | Физическая подготовка в спортивном зале: - ОФП; - СФП. | - | 66 32 | 98 | Тестирование |
| 4. | Соревновательные и контрольные испытания | - | 6 | 6 | Тестирование |
| | ИТОГО | 10 | 206 | 216 | |

Содержание разделов программы

1. Теоретическая подготовка (10 часов):

Теория (10 часов):

- достижения сильнейших российских и зарубежных пловцов;
- основы методики обучения технике плавания;
- необходимость врачебного контроля;
- требования правил соревнований, предъявляемые к технике способов плавания и прохождения дистанции, стартов и поворотов;
- режим дня, совмещение занятий спортом с учебой в школе;
- различные варианты техники спортивных способов плавания: кроль на груди, кроль на спине, брасс, баттерфляй (дельфин).

2. Плавательная подготовка (102 часа):

Практика (102 часа):

1. Совершенствования техники кроль на груди:

- плавание на «сцепление»;
- плавание с «обгоном»;
- плавание с дыханием на 3, 5, 7 гребков;
- плавание при помощи движений ногами и гребков одной руки;
- плавание при помощи движений руками;

- плавание с доской;
- плавание в полной координации.

2. Совершенствования техники кроль на спине.

- плавание при помощи движений ногами и гребков одной руки;
- плавание при помощи движений руками;
- плавание с доской;
- плавание на спине на «сцепление»;
- плавание в полной координации.

3. Совершенствование техники плавания способом брасс:

- плавание при помощи движений ногами с доской на наименьшее количество гребков;
- плавание на спине с помощью движений ногами;
- плавание с наименьшим количеством гребков;
- плавание брассом в согласовании одного гребка руками с двумя гребками ногами;
- плавание при помощи непрерывных движений руками брассом и ногами дельфином;
- плавание в полной координации.

4. Совершенствование техники способом баттерфляй (дельфин):

- плавание с доской при помощи движений ногами;
- плавание дельфином при помощи движений рукам с доской между ногами;
- плавание с помощью движений ногами и одной рукой;
- плавание на груди при помощи движений ногами с различными положениями рук;
- плавание в полной координации.

5. Совершенствование техники выполнения стартов:

- упражнения для совершенствования стартового прыжка;
- упражнения для совершенствования старта из воды;
- старт со скольжением на дальность.

6. Техника выполнения поворотов:

- совершенствование поворота кувырком вперед в кроле на груди и на спине;
- совершенствование поворота «маятником» в брасе и в баттерфляе (дельфине);
- совершенствование поворотов в комплексном плавании.

7. Игры:

- для совершенствования отдельных упражнений и элементов техники спортивных способов плавания;
- для воздействия на эмоциональную сферу учащихся.

3. Физическая подготовка на суше (98 часов):

Практика (98 часов):

Общая физическая подготовка:

- строевые упражнения, ходьба, бег;
- упражнения с отягощениями;
- упражнения на расслабление;
- упражнения на координацию;
- упражнения в упорах в висах.

Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов:

- 1) для мышц рук и плечевого пояса;
- 2) для мышц шеи;
- 3) для мышц ног и тазового пояса;
- 4) для мышц туловища;
- 5) для мышц всего тела.

Специальная физическая подготовка:

- имитационные упражнения для освоения и совершенствования техники спортивных способов плавания;
- упражнения для развития подвижности в плечевых суставах;
- упражнения для развития подвижности позвоночного столба;
- упражнения для развития подвижности в голеностопном суставе;
- упражнения на тренажерах для воспитания силы и силовой выносливости.

4. Соревновательные и контрольные испытания (6 часов):

Практика (6 часов):

- участие в соревнованиях муниципального уровня;
- промежуточная аттестация на начало учебного года;
- промежуточная аттестация;
- итоговая диагностика.

1.4. Планируемые результаты

По окончании 1-го года обучения учащиеся:

Предметные:

- приобрели знания об истории зарождения плавания как вида физических упражнений и спорта от древнейших времен до современности;
- владеют способами плавания кроль на груди, кроль на спине;
- умеют выполнять общеразвивающие и имитационные упражнения на суше;
- умеют выполнять старт с бортика и старт из воды;
- соблюдают правила безопасного поведения на занятиях в бассейне;
- владеют различными способами релаксации.

Метапредметные:

- развиты физические качества: координация, гибкость, сила, выносливость, быстрота и двигательные навыки;
- активизируют когнитивные способности во время занятий (внимание, память, восприятие, мышление, воображение);
- активно развивают коммуникативную компетенцию - умеют продуктивно сотрудничать со взрослыми и сверстниками, высказывать и обосновывать свое мнение;
- способны развивать информационную компетенцию - воспринимать новую информацию, анализировать и применять в деятельности.

По окончании 2-го года обучения учащиеся:

Предметные:

- владеют способами плавания брасс, баттерфляй (дельфин);

- приобрели знания о российских спортсменах - героях Олимпийских игр, чемпионатов мира и Европы;

- соблюдают правила соревнований по плаванию.

Метапредметные:

- способны поддерживать обтекаемое положение тела в воде.

- активно развивают когнитивные способности на занятии (внимание, память, восприятие, мышление, воображение);

- демонстрируют рефлексивные умения (умение объективно анализировать суждения и поступки);

- активно развивают коммуникативную компетенцию – умеют общаться и взаимодействовать со сверстниками, педагогами и с другими окружающими людьми, знают культурные нормы общения;

- активно развивают компетентность адаптивности - умеют гибко реагировать на изменения, условия и требования, существующие в обществе.

По окончании 3-го года обучения учащиеся

Предметные:

- приобрели знания о спортивном, оздоровительном и прикладном значении плавания как вида спорта;

- владеют техникой передачи эстафеты;

- демонстрируют знания обязанностей и прав участников соревнований;

- соблюдают правила проведения соревнований;

- владеют техникой комплексного плавания, стартов и поворотов.

Метапредметные:

- развито специфическое восприятие пловца - «чувство воды» (восприятие сопротивления воды);

- активно развивают коммуникативную компетенцию - умеют конструктивно выходить из конфликтных ситуаций;

- способны распознавать эмоции и понимать намерения других людей.

По окончании 4-го года обучения учащиеся

Предметные:

- приобрели знания о достижениях сильнейших российских и зарубежных пловцов;

- умеют выполнять различные варианты упражнений, для совершенствования спортивных способов плавания: кроль на груди, кроль на спине, брасс, баттерфляй (дельфин);

- умеют плавать в облегченных и в усложненных условиях в заданном темпе (плавание по элементам и в полной координации; плавание по элементам с поддержкой и без поддержки; плавание с задержкой дыхания и в полной координации).

Метапредметные:

- демонстрируют навыки самостоятельного проведения отдельного блока занятий (разминки);

- проявляет коммуникативную компетенцию: умеют общаться и взаимодействовать со сверстниками и с другими людьми, соблюдают культурные нормы общения;

- способны контролировать и управлять своими эмоциями.

Коррекционно-развивающие:

наблюдается:

- укрепление ослабленных мышечных групп;
- улучшение подвижности суставов;
- улучшение функциональных возможностей всех систем организма;
- улучшение зрительно-моторной координации;
- вестибулярная устойчивость и ориентировка в пространстве.

Личностные:

- сформированы морально-волевые качества личности: терпение, выдержка, работоспособность, настойчивость, целеустремленность, дисциплинированность, ответственность за свои поступки, самостоятельность;

- проявляют интерес к занятиям плаванием;

- сформирована компетенция командной работы: умение эффективно

взаимодействовать в коллективе, проявлять уважение к членам команды, стремящихся к общим целям и разделяющими ответственность за их достижения;

- сформирована компетенция адаптивности: умение ориентироваться в незнакомой обстановке, в частности на новой спортивной площадке в рамках соревновательной деятельности.

Портрет выпускника

Личностно-значимые качества выпускника формируется на протяжении 4 лет через включение их в многоплановую разнообразную деятельность, собственный опыт взаимодействия с окружающими людьми, обеспечение безопасной жизнедеятельности, осознание ответственности за свои решения через принятие ценностных норм общества:

Ценностный потенциал:

- восприятие человеческой жизни как главной ценности;
- осмысление понятий: честь, долг, ответственность, профессиональная гордость, гражданственность;
- принятие и соблюдение школьных, семейных и государственных морально-правовых норм;
- уважение прав и свобод других людей;
- готовность к самостоятельной трудовой деятельности;
- социальная активность.

Познавательный потенциал:

- быть образованным и любознательным, умеющим получать знания и использовать их на практике;
- приумножать свои знания во благо, а не во зло;
- развивать информационный кругозор, стремится к постоянному интеллектуальному развитию;
- быть эрудированным, активным и целеустремленным, умеющим преодолевать трудности, отстаивать свою точку зрения.

Творческий потенциал:

- осмысленное и осознанное самоопределение, готовность к трудовой деятельности и самореализации в обществе, способность к научной организации труда, оптимизм, мобильность.

Коммуникативный потенциал:

- умение выполнять роль в коллективе, адекватную складывающейся ситуации, устанавливать контакты, владеть культурой речи;
- уважать иные мнения, национальные убеждения и религиозные обычаи, быть толерантным.

Здоровьесберегающий потенциал:

- умение сохранять и укреплять свое здоровье, вести здоровый образ жизни, стремиться к физическому совершенству;
- умение действовать в чрезвычайных ситуациях, сознательно и ответственно относиться к личной безопасности и безопасности окружающих;
- быть приверженцем здорового образа жизни, противостоять вредным влияниям (алкоголь, наркомания, токсикомания).

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график программы

Календарный учебный график программы 1 год обучения

| № | Тема занятия | Количество часов | | | Дата проведения (число, месяц, год) | Дата проведения (по факту) |
|-----|---|------------------|----------|-------|--|-------------------------------|
| | | теория | практика | всего | | |
| 1. | Вводное занятие. Понятие о плавании. Инструктаж по ТБ. Ознакомление с правилами личной гигиены. Ознакомление с плотностью и сопротивлением воды. | 0,4 | 1,6 | 2 | 07.09.22 | 07.09.22 |
| 2. | Входная диагностика | | 2 | 2 | 09.09.22 | 09.09.22 |
| 3. | Задержка дыхания (на вдохе). Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 14.09.22 | 14.09.22 |
| 4. | Погружение в воду. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 16.09.22 | 16.09.22 |
| 5. | Всплывание и лежание на воде. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 21.09.22 | 21.09.22 |
| 6. | Выдохи воду. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 23.09.22 | 23.09.22 |
| 7. | Скольжение на груди. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 28.09.22 | 28.09.22 |
| 8. | Скольжение на спине. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 30.09.22 | 30.09.22 |
| 9. | Повторение упражнений: задержка дыхания (на вдохе), погружение в воду, всплывание и лежание на воде, выдохи воду, скольжение на груди и на спине. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 05.10.22 | 05.10.22 |
| 10. | Повторение упражнений: задержка дыхания (на вдохе), погружение в воду, всплывание и лежание на воде, выдохи воду, скольжение на груди и на спине. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 07.10.22 | 07.10.22 |
| 11. | Характеристика и терминология техники плавания кроль на груди и на спине. Движение ног кролем на груди и на спине согласованного с дыханием. СФП. | 0,3 | 1,7 | 2 | 12.10.22 | 12.10.22 |
| 12. | Движение ног кролем на груди и на спине согласованного с дыханием. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 14.10.22 | 14.10.22 |

| | | | | | | |
|-----|--|-----|-----|---|----------|----------|
| 13. | Движение ног кролем на груди и на спине согласованного с дыханием. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 19.10.22 | 19.10.22 |
| 14. | Движение ног кролем на груди и на спине согласованного с дыханием. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 21.10.22 | 21.10.22 |
| 15. | Движение ног кролем на груди и на спине согласованного с дыханием. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 26.10.22 | 26.10.22 |
| 16. | Движение ног кролем на груди и на спине согласованного с дыханием. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 28.10.22 | 28.10.22 |
| 17. | Движение ног кролем на груди и на спине согласованного с дыханием. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 02.11.22 | 02.11.22 |
| 18. | Движение ног кролем на груди и на спине согласованного с дыханием. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 09.11.22 | 09.11.22 |
| 19. | Движение ног кролем на груди и на спине согласованного с дыханием. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 11.11.22 | 11.11.22 |
| 20. | Движение рук кролем на груди и на спине на задержке дыхания. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 16.11.22 | 16.11.22 |
| 21. | Движение рук кролем на груди и на спине на задержке дыхания. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 18.11.22 | 18.11.22 |
| 22. | Движение рук кролем на груди и на спине на задержке дыхания. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 23.11.22 | 23.11.22 |
| 23. | Движение рук кролем на груди и на спине на задержке дыхания. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 25.11.22 | 25.11.22 |
| 24. | Движение рук кролем на груди и на спине на задержке дыхания. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 30.11.22 | 30.11.22 |
| 25. | Техника и терминология стартов со стартовой тумбочки и из воды. Согласование движения рук и ног кролем на груди и кролем на спине согласованного с дыханием. Учебные прыжки. | 0,2 | 1,8 | 2 | 02.12.22 | 02.12.22 |
| 26. | Согласование движения рук и ног кролем на груди и кролем на спине согласованного с дыханием. Учебные прыжки. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 07.12.22 | 07.12.22 |
| 27. | Влияние физических упражнений на организм человека. | 0,3 | 1,7 | 2 | 09.12.22 | 09.12.22 |

| | | | | | | |
|-----|---|--|---|---|----------|----------|
| | Согласование движения рук и ног кролем на груди и кролем на спине согласованного с дыханием. Учебные прыжки. Игры. ОФП. | | | | | |
| 28. | Закрепления навыков техники плавания кролем на спине. Старт из воды. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 14.12.22 | 14.12.22 |
| 29. | Промежуточная аттестация | | 2 | 2 | 16.12.22 | 16.12.22 |
| 30. | Закрепления навыков техники плавания кролем на спине. Старт из воды. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 21.12.22 | 21.12.22 |
| 31. | Закрепления навыков техники плавания кролем на груди. Старт с бортика. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 23.12.22 | 23.12.22 |
| 32. | Закрепления навыков техники плавания кролем на груди. Старт с бортика. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 28.12.22 | 28.12.22 |
| 33. | Совершенствование техники плавания ногами кролем на спине и на груди с различным положением рук. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 30.12.22 | 30.12.22 |
| 34. | Совершенствование техники плавания ногами кролем на спине и на груди с различным положением рук ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 11.01.23 | 11.01.23 |
| 35. | Упражнения с доской, согласование с дыханием. Обучение вдоху в кроле с поворотом головы в сторону. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 13.01.23 | 13.01.23 |
| 36. | Упражнения с доской, согласование с дыханием. Обучение вдоху в кроле с поворотом головы в сторону. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 18.01.23 | 18.01.23 |
| 37. | Упражнения с доской, согласование с дыханием. Обучение вдоху в кроле с поворотом головы в сторону. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 20.01.23 | 20.01.23 |
| 38. | Совершенствование навыков техники плавания кролем. Вдох в сторону в кроле на груди. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 25.01.23 | 25.01.23 |
| 39. | Совершенствование навыков техники плавания кролем на спине в согласовании движения рук, ног и дыхания. Повторение спадов и соскоков в воду. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 27.01.23 | 27.01.23 |
| 40. | Совершенствование навыков техники плавания кролем на спине в согласовании движения рук, ног и | | 2 | 2 | 31.01.23 | 31.01.23 |

| | | | | | | |
|-----|---|-----|-----|---|----------|----------|
| | дыхания. Повторение спадов и соскоков в воду. ОФП, СФП. | | | | | |
| 41. | Совершенствование навыков техники плавания кролем на спине в согласовании движения рук, ног и дыхания. Повторение спадов и соскоков в воду. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 01.02.23 | 01.02.23 |
| 42. | Совершенствование навыков техники плавания кролем на спине в согласовании движения рук, ног и дыхания. Повторение спадов и соскоков в воду. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 03.02.23 | 03.02.23 |
| 43. | Совершенствование навыков техники плавания кролем на спине в согласовании движения рук, ног и дыхания. Повторение спадов и соскоков в воду. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 08.02.23 | 08.02.23 |
| 44. | Совершенствование навыков техники плавания кролем на спине в согласовании движения рук, ног и дыхания. Повторение спадов и соскоков в воду. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 10.02.23 | 10.02.23 |
| 45. | Совершенствование навыков техники плавания кролем на спине в согласовании движения рук, ног и дыхания. Повторение спадов и соскоков в воду. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 15.02.23 | 15.02.23 |
| 46. | Совершенствование навыков техники плавания кролем на груди в согласовании движения рук, ног и дыхания. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 17.02.23 | 17.02.23 |
| 47. | Истории зарождения плавания как вида физических упражнений и спорта. Совершенствование навыков техники плавания кролем на спине в согласовании движения рук, ног и дыхания. Игры. ОФП. | 0,5 | 1,5 | 2 | 22.02.23 | 22.02.23 |
| 48. | Совершенствование навыков техники плавания кролем на спине в согласовании движения рук, ног и дыхания. Повторение спадов и соскоков в воду. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 24.02.23 | 24.02.23 |
| 49. | Закрепления навыков техники плавания кролем на спине в согласовании движения рук, ног и дыхания. Изучение старта с бортика из положения «стоя в наклоне | | 2 | 2 | 01.03.23 | 01.03.23 |

| | | | | | | |
|-----|---|--|---|---|----------|----------|
| | вперед, руки вперед». Игры. ОФП, СФП. | | | | | |
| 50. | Закрепления навыков техники плавания кролем на спине в согласовании движения рук, ног и дыхания. Изучение старта с бортика из положения «стоя в наклоне вперед, руки вперед». Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 03.03.23 | 03.03.23 |
| 51. | Закрепления навыков техники плавания кролем на спине в согласовании движения рук, ног и дыхания. Изучение старта с бортика из положения «стоя в наклоне вперед, руки вперед». Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 10.03.23 | 10.03.23 |
| 52. | Закрепления навыков техники плавания кролем на спине в согласовании движения рук, ног и дыхания. Изучение старта с бортика из положения «стоя в наклоне вперед, руки вперед». Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 15.03.23 | 15.03.23 |
| 53. | Закрепления навыков техники плавания кролем на спине в согласовании движения рук, ног и дыхания. Изучение старта с бортика из положения «стоя в наклоне вперед, руки вперед». Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 17.03.23 | 17.03.23 |
| 54. | Закрепления навыков техники плавания кролем на спине в согласовании движения рук, ног и дыхания. Изучение старта с бортика из положения «стоя в наклоне вперед, руки вперед». Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 22.03.23 | 22.03.23 |
| 55. | Закрепления навыков техники плавания кролем на спине в согласовании движения рук, ног и дыхания. Изучение старта с бортика из положения «стоя в наклоне вперед, руки вперед». Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 24.03.23 | 24.03.23 |
| 56. | Закрепления навыков техники плавания кролем груди в согласовании движения рук, ног и дыхания. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 29.03.23 | 29.03.23 |

| | | | | | | |
|-----|--|-----|-----|---|----------|----------|
| 57. | Закрепления навыков техники плавания кролем груди в согласовании движения рук, ног и дыхания. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 31.03.23 | 31.03.23 |
| 58. | Характеристика техники открытого плоского поворота в кроле на груди и на спине. Совершенствование умения плавать кролем на груди и на спине в полной координации движений и правильным дыханием. СФП. | 0,3 | 1,7 | 2 | 05.04.23 | 05.04.23 |
| 59. | Совершенствование техники плавания на груди. Старт с бортика. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 07.04.23 | 07.04.23 |
| 60. | Совершенствование умения плавать кролем на груди и на спине в полной координации движений и правильным дыханием. Открытый поворот в кроле. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 12.04.23 | 12.04.23 |
| 61. | Совершенствование техники плавания на груди с помощью ног и опорой на доску. Старт с бортика. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 14.04.23 | 14.04.23 |
| 62. | Совершенствование умения плавать кролем на груди и на спине в полной координации движений и правильным дыханием. Открытый поворот в кроле. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 19.04.22 | 19.04.22 |
| 63. | Совершенствование техники плавания кролем на груди. Старт с бортика. Игры. ОФП. | | 2 | 2 | 21.04.23 | 21.04.23 |
| 64. | Совершенствование умения плавать кролем на груди и на спине в полной координации движений и правильным дыханием. Открытый поворот в кроле. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 26.04.23 | 26.04.23 |
| 65. | Промежуточная аттестация | | 2 | 2 | 28.04.23 | 28.04.23 |
| 66. | Совершенствование техники плавания кролем на спине. Старт с бортика. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 03.05.23 | 03.05.23 |
| 67. | Совершенствование умения плавать кролем на груди и на спине в полной координации движений и правильным дыханием. Открытый поворот в кроле. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 05.05.23 | 05.05.23 |

| | | | | | | |
|-----|--|---|-----|-----|----------|----------|
| 68. | Совершенствование техники плавания кролем на груди. Старт с бортика. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 10.05.23 | 10.05.23 |
| 69. | Совершенствование умения плавать кролем на груди и на спине в полной координации движений и правильным дыханием. Открытый поворот в кроле. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 12.05.23 | 12.05.23 |
| 70. | Совершенствование техники плавания кролем на спине и на груди с помощью ног. Старт с бортика. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 17.05.23 | 17.05.23 |
| 71. | Совершенствование умения плавать кролем на груди и на спине в полной координации движений и правильным дыханием. Открытый поворот в кроле. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 19.05.23 | 19.05.23 |
| 72. | Совершенствование техники плавания кролем на спине и на груди с помощью ног. Старт с бортика. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 24.05.23 | 24.05.23 |
| 73. | ИТОГО | 2 | 142 | 144 | | |

Календарный учебный график программы 2 год обучения

| № | Тема занятия | Количество часов | | | Дата проведения (число, месяц, год) | Дата проведения (по факту) |
|----|---|------------------|----------|-------|--|-------------------------------|
| | | теория | практика | всего | | |
| 1. | Инструктаж по ТБ. Повторение правил личной гигиены. Повторение техники и терминологии плавания кроль на груди и на спине. | 0,5 | 1,5 | 2 | 01.09.22 | 01.09.22 |
| 2. | Совершенствование техники плавания кроль на груди и на спине. Игры. ОФП, СФП. | 0,5 | 1,5 | 2 | 05.09.22 | 05.09.22 |
| 3. | Совершенствование техники плавания кроль на спине. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 06.09.22 | 06.09.22 |
| 4. | Промежуточная аттестация | | 2 | 2 | 08.09.22 | 08.09.22 |
| 5. | Совершенствование техники плавания кроль на спине. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 12.09.22 | 12.09.22 |
| 6. | Общая характеристика инвентаря, уход за инвентарем. | 0,5 | 1,5 | 2 | 13.09.22 | 13.09.22 |

| | | | | | | |
|-----|--|-----|-----|---|----------|----------|
| | Совершенствование техника плавания кроль на груди.Обучение нырянию в длину. ОФП. | | | | | |
| 7. | Совершенствование техники плавания кроль на спине.Плавание в ластах. Развитие общей выносливости. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 15.09.22 | 15.09.22 |
| 8. | Влияние занятий плаванием на организм человека. Совершенствование техники плавания кроль на груди.Обучение нырянию в длину. Игры. ОФП, СФП. | 0,5 | 1,5 | 2 | 19.09.22 | 19.09.22 |
| 9. | Совершенствование техники плавания кроль на спине.Обучение нырянию в длину. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 20.09.22 | 20.09.22 |
| 10. | Характеристика и терминология техники плавания баттерфляй (дельфин). Движение ног баттерфляй (дельфин) на задержке дыхания. Игры. ОФП, СФП. | 0,5 | 1,5 | 2 | 22.09.22 | 22.09.22 |
| 11. | Движение ног баттерфляй (дельфин) в согласовании с дыханием. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 26.09.22 | 26.09.22 |
| 12. | Движение ног баттерфляй (дельфин) в согласовании с дыханием. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 27.09.22 | 27.09.22 |
| 13. | Движение рук баттерфляй (дельфин) на задержке дыхания. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 29.09.22 | 29.09.22 |
| 14. | Движение рук баттерфляй (дельфин) на задержке дыхания. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 03.10.22 | 03.10.22 |
| 15. | Движение рук баттерфляй (дельфин) в согласовании с дыханием. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 04.10.22 | 04.10.22 |
| 16. | Движение рук баттерфляй (дельфин) в согласовании с дыханием. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 06.10.22 | 06.10.22 |
| 17. | Закрепление знаний о технике плавания баттерфляй (дельфин). Согласование движения рук и ног баттерфляем (дельфин) на задержке дыхания. ОФП, СФП. | 0,5 | 1,5 | 2 | 10.10.22 | 10.10.22 |

| | | | | | | |
|-----|--|-----|-----|---|----------|----------|
| 18. | Согласование движения рук и ног баттерфляем (дельфин) на задержке дыхания. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 11.10.22 | 11.10.22 |
| 19. | Согласование движения рук и ног баттерфляем (дельфин) в согласовании с дыханием. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 13.10.22 | 13.10.22 |
| 20. | Согласование движения рук и ног баттерфляем (дельфин) в согласовании с дыханием. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 17.10.22 | 17.10.22 |
| 21. | Согласование движения рук и ног баттерфляем (дельфин) в согласовании с дыханием. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 18.10.22 | 18.10.22 |
| 22. | Техника поворота маятник в способе баттерфляй. Согласование движения рук и ног баттерфляем (дельфин) в согласовании с дыханием. Обучение повороту маятник. Игры. ОФП, СФП. | 0,5 | 1,5 | 2 | 20.10.22 | 20.10.22 |
| 23. | Согласование движения рук и ног баттерфляем (дельфин) в согласовании с дыханием. Обучение повороту маятник. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 24.10.22 | 24.10.22 |
| 24. | Согласование движения рук и ног баттерфляем (дельфин) в согласовании с дыханием. ОФП. Обучение повороту маятник. | | 2 | 2 | 25.10.22 | 25.10.22 |
| 25. | Согласование движения рук и ног баттерфляем (дельфин) в согласовании с дыханием. Закрепление знаний о повороте маятник. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 27.10.22 | 27.10.22 |
| 26. | Согласование движения рук и ног баттерфляем (дельфин) в согласовании с дыханием. Закрепление знаний о повороте маятник. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 31.10.22 | 31.10.22 |
| 27. | Закрепление техники плавания способом баттерфляем (дельфин) в полной координации. Закрепление знаний о повороте маятник. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 01.11.22 | 01.11.22 |
| 28. | Общие правила закаливания. | 0,5 | 1,5 | 2 | 03.11.22 | 03.11.22 |

| | | | | | | |
|-----|--|-----|-----|---|----------|----------|
| | Плавание способом баттерфляем (дельфин) в полной координации. Игры. ОФП. | | | | | |
| 29. | Плавание способом баттерфляем (дельфин) в полной координации. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 07.11.22 | 07.11.22 |
| 30. | Характеристика и терминология техники плавания способом брасс. Движение ног брасс на задержке дыхания. ОФП. | 0,5 | 1,5 | 2 | 08.11.22 | 08.11.22 |
| 31. | Движение ног брасс на задержке дыхания. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 10.11.22 | 10.11.22 |
| 32. | Движение ног брасс на задержке дыхания. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 14.11.22 | 14.11.22 |
| 33. | Движение ног брасс в согласовании с дыханием. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 15.11.22 | 15.11.22 |
| 34. | Движение ног брасс в согласовании с дыханием. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 17.11.22 | 17.11.22 |
| 35. | Движение ног брасс в согласовании с дыханием. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 21.11.22 | 21.11.22 |
| 36. | Движение рук брасс на задержке дыхания. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 22.11.22 | 22.11.22 |
| 37. | Движение рук брасс на задержке дыхания. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 24.11.21 | 24.11.21 |
| 38. | Движение рук брасс в согласовании с дыханием. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 28.11.22 | 28.11.22 |
| 39. | Движение рук брасс в согласовании с дыханием. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 29.11.22 | 29.11.22 |
| 40. | Закрепление знаний о технике плавания брасс. Согласование движения рук и ног брасс на задержке дыхания. ОФП. | 0,5 | 1,5 | 2 | 01.12.22 | 01.12.22 |
| 41. | Согласование движения рук и ног брасс на задержке дыхания. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 05.12.22 | 05.12.22 |
| 42. | Согласование движения рук и ног брасс на задержке дыхания. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 06.12.22 | 06.12.22 |
| 43. | Техника поворота «маятник» в способе брасс. | 0,5 | 1,5 | 2 | 08.12.22 | 08.12.22 |

| | | | | | | |
|-----|--|-----|-----|---|----------|----------|
| | Согласование движения рук и ног брасс в согласовании с дыханием. Обучение повороту маятник. ОФП. | | | | | |
| 44. | Согласование движения рук и ног брасс в согласовании с дыханием. Обучение повороту маятник. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 12.12.22 | 12.12.22 |
| 45. | Причина возникновения травм и их предупреждение. Закрепление брасс в полной координации. ОФП. | 0,5 | 1,5 | 2 | 13.12.22 | 13.12.22 |
| 46. | Промежуточная аттестация | | 2 | 2 | 15.12.22 | 15.12.22 |
| 47. | Совершенствование техники плавания способом брасс. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 19.12.22 | 19.12.22 |
| 48. | Плавание способом брасс в полной координации. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 20.12.22 | 20.12.22 |
| 49. | Совершенствование техники плавания кроль на груди. ОФП. | | 2 | 2 | 22.12.22 | 22.12.22 |
| 50. | Совершенствование техники плавания кроль на спине. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 26.12.22 | 26.12.22 |
| 51. | Совершенствование техники плавания способом дельфин. Игры. Старты, повороты. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 27.12.22 | 27.12.22 |
| 52. | Совершенствование техники плавания способом брасс. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 29.12.22 | 29.12.22 |
| 53. | Плавание способами кроль на груди и на спине, брасс и дельфин. Старты, повороты. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 09.01.23 | 09.01.23 |
| 54. | Российские спортсмены – герои чемпионатов мира и Европы. Развитие общей выносливости способом кроль на груди. ОФП. | 0,5 | 1,5 | 2 | 10.01.23 | 10.01.23 |
| 55. | Совершенствование техники плавания кроль на спине. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 12.01.23 | 12.01.23 |
| 56. | Совершенствование техники плавания способом дельфин. Старты, повороты. СФП. | | 2 | 2 | 16.01.23 | 16.01.23 |
| 57. | Совершенствование техники плавания способом брасс. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 17.01.23 | 17.01.23 |

| | | | | | | |
|-----|--|-----|-----|---|----------|----------|
| 58. | Совершенствование техники плавания кроль на груди. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 19.01.23 | 19.01.23 |
| 59. | Техника выполнения поворота кувырком в кроле на груди и на спине. Развитие общей выносливости способом кроль на спине. Изучение поворота кувырком в кроле на груди и на спине. ОФП. | 0,5 | 1,5 | 2 | 23.01.23 | 23.01.23 |
| 60. | Совершенствование техники плавания способом дельфин. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 24.01.23 | 24.01.23 |
| 61. | Совершенствование техники плавания способом брасс. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 26.01.23 | 26.01.23 |
| 62. | Плавание способом кроль на груди и на спине, брасс и дельфин. Старты, повороты. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 30.01.23 | 30.01.23 |
| 63. | Совершенствование техники плавания кроль на груди. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 31.01.23 | 31.01.23 |
| 64. | Совершенствование техники плавания кроль на спине. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 02.02.23 | 02.02.23 |
| 65. | Повторение темы: влияние занятий плаванием на организм человека. Совершенствование техники плавания способом дельфин. ОФП. | 0,5 | 1,5 | 2 | 06.02.23 | 06.02.23 |
| 66. | Совершенствование техники плавания способом брасс. Старты, повороты. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 07.02.23 | 07.02.23 |
| 67. | Развитие общей выносливости способом кроль на груди. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 09.02.23 | 09.02.23 |
| 68. | Развитие общей выносливости способом кроль на спине. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 13.02.23 | 13.02.23 |
| 69. | Совершенствование техники плавания способом дельфин. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 14.02.23 | 14.02.23 |
| 70. | Повторение техники выполнения поворота маятник в способах баттерфляй и брасс. | 0,5 | 1,5 | 2 | 16.02.23 | 16.02.23 |

| | | | | | | |
|-----|---|-----|-----|---|----------|----------|
| | Совершенствование техники плавания способом брасс. ОФП. | | | | | |
| 71. | Плавание в ластах способом кроль на груди и на спине. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 20.02.23 | 20.02.23 |
| 72. | Совершенствование техники плавания кроль на груди. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 21.02.23 | 21.02.23 |
| 73. | Совершенствование техники плавания кроль на спине. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 27.02.23 | 27.02.23 |
| 74. | Совершенствование техники плавания способом дельфин. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 28.02.23 | 28.02.23 |
| 75. | Совершенствование техники плавания способом брасс. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 02.03.23 | 02.03.23 |
| 76. | Повторение причин возникновения травм и их предупреждение. Плавание в ластах способом кроль на груди и на спине, на боку. Старты, повороты. ОФП. | 0,5 | 1,5 | 2 | 02.03.23 | 02.03.23 |
| 77. | Развитие общей выносливости способом кроль на груди. Игры. ОФП. | | 2 | 2 | 06.03.23 | 06.03.23 |
| 78. | Развитие общей выносливости способом кроль на спине. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 07.03.23 | 07.03.23 |
| 79. | Совершенствование техники плавания способом дельфин. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 09.03.23 | 09.03.23 |
| 80. | Совершенствование техники плавания способом брасс. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 13.03.23 | 13.03.23 |
| 81. | Плавание способом кроль на груди и на спине, брасс и дельфин. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 14.03.23 | 14.03.23 |
| 82. | Общая характеристика инвентаря и оборудования, необходимого для проведения соревнований. Совершенствование техники плавания кроль на груди. ОФП. | 0,5 | 1,5 | 2 | 16.03.23 | 16.03.23 |
| 83. | Совершенствование техники плавания кроль на спине. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 20.03.23 | 20.03.23 |

| | | | | | | |
|-----|---|-----|-----|---|----------|----------|
| 84. | Совершенствование техники плавания способом дельфин. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 21.03.23 | 21.03.23 |
| 85. | Совершенствование техники плавания способом брасс. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 23.03.23 | 23.03.23 |
| 86. | Плавание в ластах способом кроль на груди и на спине, на боку. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 27.03.23 | 27.03.23 |
| 87. | Совершенствование техники плавания кроль на груди. ОФП. | | 2 | 2 | 28.03.23 | 28.03.23 |
| 88. | Совершенствование техники плавания кроль на спине. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 30.03.23 | 30.03.23 |
| 89. | Плавание в ластах способом кроль на груди и на спине, на боку. Старты, повороты. Игры. ОФП. | | 2 | 2 | 03.04.23 | 03.04.23 |
| 90. | Развитие общей выносливости способом кроль на груди. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 04.04.23 | 04.04.23 |
| 91. | Требования правил соревнований по плаванию. Развитие общей выносливости способом кроль на спине. ОФП. | 0,5 | 1,5 | 2 | 06.04.23 | 06.04.23 |
| 92. | Совершенствование техники плавания способом дельфин. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 10.04.23 | 10.04.23 |
| 93. | Совершенствование техники плавания способом брасс. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 11.04.23 | 11.04.23 |
| 94. | Соревнования по плаванию | | 2 | 2 | 13.04.23 | 13.04.23 |
| 95. | Развитие общей выносливости способом кроль на спине. ОФП. | | 2 | 2 | 17.04.23 | 17.04.23 |
| 96. | Совершенствование техники плавания кроль на груди. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 18.04.23 | 18.04.23 |
| 97. | Совершенствование техники плавания кроль на спине. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 20.04.23 | 20.04.23 |
| 98. | Российские спортсмены – герои Олимпийских Игр. Совершенствование техники плавания способом дельфин. Игры. ОФП | 0,5 | 1,5 | 2 | 24.04.23 | 24.04.23 |
| 99. | Плавание в ластах способом кроль на груди и на спине, на боку. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 25.04.23 | 25.04.23 |
| 100 | Промежуточная аттестация | | 2 | 2 | 27.04.23 | 27.04.23 |

| | | | | | | |
|-----|--|----|-----|-----|----------|----------|
| 101 | Совершенствование техники плавания кроль на груди. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 02.05.23 | 02.05.23 |
| 102 | Плавание в ластах способом кроль на груди и на спине, на боку. Старты, повороты. ОФП. | | 2 | 2 | 05.05.23 | 05.05.23 |
| 103 | Развитие общей выносливости способом кроль на груди. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 08.05.23 | 08.05.23 |
| 104 | Развитие общей выносливости способом кроль на спине. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 15.05.23 | 15.05.23 |
| 105 | Совершенствование техники плавания способом дельфин. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 16.05.23 | 16.05.23 |
| 106 | Совершенствование техники плавания способом брасс. Игры. ОФП. | | 2 | 2 | 18.05.23 | 18.05.23 |
| 107 | Плавание способом кроль на груди и на спине, брасс и дельфин. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 22.05.23 | 22.05.23 |
| 108 | Плавание в ластах способом кроль на груди и на спине, на боку. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 23.05.23 | 23.05.23 |
| 109 | ИТОГО | 10 | 216 | 216 | | |

Календарный учебный график программы 3 год обучения

| № | Тема занятия | Количество часов | | | Дата проведения (число, месяц, год) | Дата проведения (по факту) |
|----|---|------------------|----------|-------|--|-------------------------------|
| | | теория | практика | всего | | |
| 1. | Инструктаж по ТБ. Повторение техники и терминологии плавания кроль груди, на спине, баттерфляй, брасс. | 0,5 | 1,5 | 2 | 01.09.22 | 01.09.22 |
| 2. | Плавание всеми способами. Игры. ОФП, СФП. | 1 | 1 | 2 | 05.09.22 | 05.09.22 |
| 3. | Повторение техники выполнения стартов и поворотов. Совершенствование техники плавания баттерфляй (дельфин). Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | 0,5 | 1 | 2 | 06.09.22 | 06.09.22 |
| 4. | Промежуточная аттестация | | 2 | 2 | 08.09.22 | 08.09.22 |
| 5. | Совершенствование техники плавания кроль на груди. | | 2 | 2 | 12.09.22 | 12.09.22 |

| | | | | | | |
|-----|---|-----|-----|---|----------|----------|
| | Плавание в ластах.Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | | | | |
| 6. | Совершенствование техника плавания кроль на спине. Развитие общей выносливости.Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 13.09.22 | 13.09.22 |
| 7. | Плавание всеми способами кроль на груди и на спине, брасс и дельфин. Старты, повороты. ОФП, СФП | | 2 | 2 | 15.09.22 | 15.09.22 |
| 8. | Совершенствование техники плавания кроль на груди и на спине. Плавание в ластах.Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 19.09.22 | 19.09.22 |
| 9. | Характеристика и терминология техники комплексного плавания. Изучение комплексного плавания. Игры. ОФП. | 0,5 | 1,5 | 2 | 20.09.22 | 20.09.22 |
| 10. | Изучение комплексного плавания. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 22.09.22 | 22.09.22 |
| 11. | Изучение комплексного плавания. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 26.09.22 | 26.09.22 |
| 12. | Техника поворотов в комплексном плавании. Изучение комплексным плаванием. Игры. ОФП, СФП. | 0,5 | 1,5 | 2 | 27.09.22 | 27.09.22 |
| 13. | Изучение комплексного плавания.Изучениеповорота баттерфляй – кроль на спинеОФП | | 2 | 2 | 29.09.22 | 29.09.22 |
| 14. | Изучение комплексного плавания. Изучение поворота баттерфляй – кроль на спине.Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 03.10.22 | 03.10.22 |
| 15. | Изучение комплексного плавания. Изучение поворота кроль на спине - брасс. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 04.10.22 | 04.10.22 |
| 16. | Изучение комплексного плавания. Изучение поворота кроль на спине - брассИгры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 06.10.22 | 06.10.22 |
| 17. | Изучение комплексного плавания. Изучение поворота брасс – кроль на груди. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 10.10.22 | 10.10.22 |
| 18. | Изучение комплексного плавания. Изучение поворота | | 2 | 2 | 11.10.22 | 11.10.22 |

| | | | | | | |
|-----|--|-----|-----|---|----------|----------|
| | брасс – кроль на груди. Игры. ОФП, СФП. | | | | | |
| 19. | Закрепление знаний о технике комплексного плавания. Совершенствование комплексного плавания и поворотов. ОФП. | 0,5 | 1,5 | 2 | 13.10.22 | 13.10.22 |
| 20. | Совершенствование комплексного плавания и поворотов. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 17.10.22 | 17.10.22 |
| 21. | Совершенствование комплексного плавания и поворотов. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 18.10.22 | 18.10.22 |
| 22. | Совершенствование комплексного плавания и поворотов. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 20.10.22 | 20.10.22 |
| 23. | Совершенствование комплексного плавания и поворотов. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 24.10.22 | 24.10.22 |
| 24. | Закрепление знаний о технике поворотов в комплексном плавании. Совершенствование комплексного плавания и поворотов. ОФП. | 0,5 | 1,5 | 2 | 25.10.22 | 25.10.22 |
| 25. | Совершенствование техники плавания баттерфляй (дельфин). Плавание в ластах.Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 27.10.22 | 27.10.22 |
| 26. | Совершенствование техника плавания кроль на груди. Развитие общей выносливости.Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 31.10.22 | 31.10.22 |
| 27. | Совершенствование техники плавания кроль на спине. Плавание в ластах. Старты, повороты. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 01.11.22 | 01.11.22 |
| 28. | Спортивное, прикладное и оздоровительное значение плавания. Совершенствование техники плавания брасс. ОФП. | 1 | 1 | 2 | 03.11.22 | 03.11.22 |
| 29. | Совершенствование техники плавания баттерфляй (дельфин). Развитие общей выносливости.Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 07.11.22 | 07.11.22 |

| | | | | | | |
|-----|--|-----|-----|---|----------|----------|
| 30. | Совершенствование техники плавания брасс. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 08.11.22 | 08.11.22 |
| 31. | Совершенствование техники плавания кроль на груди. Развитие общей выносливости. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 10.11.22 | 10.11.22 |
| 32. | Совершенствование комплексного плавания и поворотов. Старты, повороты. ОФП. | | 2 | 2 | 14.11.22 | 14.11.22 |
| 33. | Совершенствование техники плавания брасс. Плавание в ластах. Старты, повороты. ОФП. | | 2 | 2 | 15.11.22 | 15.11.22 |
| 34. | Совершенствование техника плавания кроль на груди и на спине. Развитие общей выносливости. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 17.11.22 | 17.11.22 |
| 35. | Совершенствование техники плавания брасс. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 21.11.22 | 21.11.22 |
| 36. | Совершенствование техники плавания баттерфляй (дельфин). Плавание в ластах. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 22.11.22 | 22.11.22 |
| 37. | Совершенствование техники плавания кроль на спине. Развитие общей выносливости. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 24.11.21 | 24.11.21 |
| 38. | Совершенствование техники плавания брасс. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 28.11.22 | 28.11.22 |
| 39. | Понятия о чувстве воды, темпа, дистанции. Совершенствование техники плавания кроль на груди. Развитие общей выносливости. Старты, повороты. ОФП. | 0,5 | 1,5 | 2 | 29.11.22 | 29.11.22 |
| 40. | Совершенствование комплексного плавания и поворотов. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 01.12.22 | 01.12.22 |
| 41. | Совершенствование техники плавания баттерфляй (дельфин). Плавание в | | 2 | 2 | 05.12.22 | 05.12.22 |

| | | | | | | |
|-----|---|---|---|---|----------|----------|
| | ластах.Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | | | | |
| 42. | Совершенствование техника плавания кроль на груди и на спине. Развитие общей выносливости.Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 06.12.22 | 06.12.22 |
| 43. | Совершенствование техники плавания брасс. Старты, повороты. ОФП. | | 2 | 2 | 08.12.22 | 08.12.22 |
| 44. | Совершенствование техники плавания баттерфляй (дельфин). Плавание в ластах. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 12.12.22 | 12.12.22 |
| 45. | Совершенствование техники плавания кроль на спине. Развитие общей выносливости.Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 13.12.22 | 13.12.22 |
| 46. | Промежуточная аттестация | | 2 | 2 | 15.12.22 | 15.12.22 |
| 47. | Совершенствование техники плавания брасс. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП | | 2 | 2 | 19.12.22 | 19.12.22 |
| 48. | Совершенствование комплексного плавания и поворотов.Старты, повороты. ОФП. | | 2 | 2 | 20.12.22 | 20.12.22 |
| 49. | Ознакомление с техникой передачи эстафеты. Совершенствование комплексного плавания и поворотов. Эстафетное плавание. ОФП. | 1 | 1 | 2 | 22.12.22 | 22.12.22 |
| 50. | Совершенствование техники плавания баттерфляй (дельфин). Эстафетное плавание. Плавание в ластах. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 26.12.22 | 26.12.22 |
| 51. | Совершенствование техника плавания кроль на груди и на спине.Эстафетное плавание. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 27.12.22 | 27.12.22 |
| 52. | Совершенствование техники плавания брасс. Эстафетное плавание. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 29.12.22 | 29.12.22 |
| 53. | Совершенствование техники плавания баттерфляй (дельфин). Эстафетное плавание. Плавание в ластах. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 09.01.23 | 09.01.23 |

| | | | | | | |
|-----|--|-----|-----|---|----------|----------|
| 54. | Закрепление знаний о технике передачи эстафеты. Совершенствование техники плавания кроль на спине. Развитие общей выносливости. ОФП. | 0,5 | 1,5 | 2 | 10.01.23 | 10.01.23 |
| 55. | Совершенствование техники плавания брасс. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 12.01.23 | 12.01.23 |
| 56. | Совершенствование техники плавания кроль на груди. Развитие общей выносливости. Старты, повороты. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 16.01.23 | 16.01.23 |
| 57. | Совершенствование комплексного плавания и поворотов. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 17.01.23 | 17.01.23 |
| 58. | Совершенствование техники плавания баттерфляй (дельфин). Плавание в ластах. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 19.01.23 | 19.01.23 |
| 59. | Совершенствование техники плавания кроль на спине. Развитие общей выносливости. Старты, повороты. ОФП. | | 2 | 2 | 23.01.23 | 23.01.23 |
| 60. | Совершенствование техники плавания брасс. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 24.01.23 | 24.01.23 |
| 61. | Совершенствование техники кроль на груди. Плавание в ластах. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 26.01.23 | 26.01.23 |
| 62. | Совершенствование комплексного плавания и поворотов. Развитие общей выносливости. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 30.01.23 | 30.01.23 |
| 63. | Совершенствование техники плавания баттерфляй (дельфин). Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 31.01.23 | 31.01.23 |
| 64. | Совершенствование техники плавания кроль на спине. Плавание в ластах. Старты, повороты. ОФП. СФП. | | 2 | 2 | 02.02.23 | 02.02.23 |
| 65. | Повторение темы: спортивное, прикладное и оздоровительное значение плавания. | 0,5 | 1,5 | 2 | 06.02.23 | 06.02.23 |

| | | | | | | |
|-----|---|-----|-----|---|----------|----------|
| | Совершенствование техники плавания брасс. Старты, повороты. Игры. ОФП. | | | | | |
| 66. | Совершенствование техники кроль на груди. Плавание в ластах. Старты, повороты. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 07.02.23 | 07.02.23 |
| 67. | Совершенствование комплексного плавания и поворотов. Развитие общей выносливости. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 09.02.23 | 09.02.23 |
| 68. | Совершенствование техники плавания баттерфляй (дельфин). Плавание в ластах. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 13.02.23 | 13.02.23 |
| 69. | Совершенствование техники плавания кроль на спине. Старты, повороты. ОФП. СФП. | | 2 | 2 | 14.02.23 | 14.02.23 |
| 70. | Культура поведения спортсмена и спортивная честь. Совершенствование техники плавания брасс. Развитие общей выносливости. Старты, повороты. Игры ОФП. | 0,5 | 1,5 | 2 | 16.02.23 | 16.02.23 |
| 71. | Совершенствование техники кроль на груди. Плавание в ластах. Старты, повороты. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 20.02.23 | 20.02.23 |
| 72. | Совершенствование комплексного плавания и поворотов. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 21.02.23 | 21.02.23 |
| 73. | Совершенствование техники плавания баттерфляй (дельфин). Плавание в ластах. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 27.02.23 | 27.02.23 |
| 74. | Совершенствование техники плавания кроль на спине. Развитие общей выносливости. Старты, повороты. ОФП. | | 2 | 2 | 28.02.23 | 28.02.23 |
| 75. | Совершенствование техники плавания брасс. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 02.03.23 | 02.03.23 |
| 76. | Совершенствование техники кроль на груди. Плавание в ластах. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 02.03.23 | 02.03.23 |
| 77. | Совершенствование комплексного плавания и | | 2 | 2 | 06.03.23 | 06.03.23 |

| | | | | | | |
|-----|---|-----|-----|---|----------|----------|
| | поворотов. Развитие общей выносливости. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | | | | |
| 78. | Совершенствование техники плавания баттерфляй (дельфин). Развитие общей выносливости. Старты, повороты. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 07.03.23 | 07.03.23 |
| 79. | Совершенствование техники плавания кроль на спине. Плавание в ластах. Старты, повороты. ОФП. | | 2 | 2 | 09.03.23 | 09.03.23 |
| 80. | Совершенствование техники плавания брасс. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 13.03.23 | 13.03.23 |
| 81. | Совершенствование техники кроль на груди. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 14.03.23 | 14.03.23 |
| 82. | Совершенствование комплексного плавания и поворотов. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 16.03.23 | 16.03.23 |
| 83. | Совершенствование техники плавания баттерфляй (дельфин). Плавание в ластах. Эстафетное плавание. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 20.03.23 | 20.03.23 |
| 84. | Совершенствование техники плавания кроль на спине. Развитие общей выносливости. Старты, повороты. ОФП. | | 2 | 2 | 21.03.23 | 21.03.23 |
| 85. | Совершенствование техники плавания брасс. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 23.03.23 | 23.03.23 |
| 86. | Совершенствование техники кроль на груди. Плавание в ластах. Эстафетное плавание. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 27.03.23 | 27.03.23 |
| 87. | Обязанности и права участников соревнований. Совершенствование комплексного плавания и поворотов. Игры. ОФП. | 0,5 | 1,5 | 2 | 28.03.23 | 28.03.23 |
| 88. | Совершенствование техники плавания баттерфляй (дельфин). Развитие общей выносливости. Старты, повороты. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 30.03.23 | 30.03.23 |
| 89. | Совершенствование техники плавания кроль на | | 2 | 2 | 03.04.23 | 03.04.23 |

| | | | | | | |
|-----|---|-----|-----|---|----------|----------|
| | спине.Эстафетное плавание. ОФП. | | | | | |
| 90. | Совершенствование техники плавания брасс. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 04.04.23 | 04.04.23 |
| 91. | Требования правил соревнований: прохождение дистанции, выполнение поворотов. Совершенствование техника плавания кроль на груди. Развитие общей выносливости. ОФП. | 1 | 1 | 2 | 06.04.23 | 06.04.23 |
| 92. | Совершенствование комплексного плавания и поворотов. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 10.04.23 | 10.04.23 |
| 93. | Совершенствование техники кроль на груди и на спине. Плавание в ластах. Плавание в ластах. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 11.04.23 | 11.04.23 |
| 94. | Соревнования по плаванию | | 2 | 2 | 13.04.23 | 13.04.23 |
| 95. | Повторение характеристики и терминологии техники комплексного плавания Совершенствование техники плавания баттерфляй (дельфин). Развитие общей выносливости. ОФП. | 0,5 | 1,5 | 2 | 17.04.23 | 17.04.23 |
| 96. | Совершенствование техники плавания кроль на спине.Плавание в ластах.Старты, повороты. ОФП. | | 2 | 2 | 18.04.23 | 18.04.23 |
| 97. | Совершенствование техники плавания брасс. Старты, повороты. Эстафетное плавание. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 20.04.23 | 20.04.23 |
| 98. | Совершенствование техники кроль на груди. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 24.04.23 | 24.04.23 |
| 99. | Совершенствование комплексного плавания и поворотов. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 25.04.23 | 25.04.23 |
| 100 | Промежуточная аттестация | | 2 | 2 | 27.04.23 | 27.04.23 |
| 101 | Совершенствование техники плавания баттерфляй (дельфин). Плавание в ластах. | | 2 | 2 | 02.05.23 | 02.05.23 |

| | | | | | | |
|-----|--|----|-----|-----|----------|----------|
| | Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | | | | |
| 102 | Совершенствование техники плавания кроль на спине. Развитие общей выносливости. Старты, повороты. ОФП. | | 2 | 2 | 05.05.23 | 05.05.23 |
| 103 | Совершенствование техники плавания брасс. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 08.05.23 | 08.05.23 |
| 104 | Совершенствование техники кроль на груди. Плавание в ластах. Старты, повороты. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 15.05.23 | 15.05.23 |
| 105 | Совершенствование комплексного плавания и поворотов. Развитие общей выносливости. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 16.05.23 | 16.05.23 |
| 106 | Совершенствование техники плавания баттерфляй (дельфин) и брасс. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 18.05.23 | 18.05.23 |
| 107 | Совершенствование техника плавания кроль на груди и на спине. Развитие общей выносливости. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 22.05.23 | 22.05.23 |
| 108 | Совершенствование комплексного плавания и поворотов. Эстафетное плавание. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 23.05.23 | 23.05.23 |
| 109 | ИТОГО | 10 | 216 | 216 | | |

Календарный учебный график программы 4 год обучения

| № | Тема занятия | Количество часов | | | Дата проведения (число, месяц, год) | Дата проведения (по факту) |
|----|---|------------------|----------|-------|--|-------------------------------|
| | | теория | практика | всего | | |
| 1. | Инструктаж по Т.Б. Повторение техники и терминологии плавания кроль груди, на спине, баттерфляй, брасс, комплексное плавание. | 0,5 | 1,5 | 2 | 01.09.22 | 01.09.22 |
| 2. | Повторение техники выполнения стартов и поворотов. Повторение техники плавания баттерфляй (дельфин). Старты, повороты. Игры. ОФП. | 0,5 | 1,5 | 2 | 05.09.22 | 05.09.22 |

| | | | | | | |
|-----|---|-----|-----|---|----------|----------|
| 3. | Совершенствование техники плавания кроль на спине. Игры. Старты, повороты. ОФП, СФП. | 0,5 | 1,5 | 2 | 06.09.22 | 06.09.22 |
| 4. | Промежуточная аттестация | | 2 | 2 | 08.09.22 | 08.09.22 |
| 5. | Совершенствование техники плавания брасс. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 12.09.22 | 12.09.22 |
| 6. | Совершенствование техники плавания кроль на груди. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 13.09.22 | 13.09.22 |
| 7. | Организация режима дня. Совершенствование комплексного плавания и поворотов. Старты, повороты. ОФП. | 0,5 | 1,5 | 2 | 15.09.22 | 15.09.22 |
| 8. | Совершенствование техники плавания баттерфляй (дельфин). Старты, повороты. Плавание в ластах. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 19.09.22 | 19.09.22 |
| 9. | Совершенствование техники плавания кроль на спине. Старты, повороты. Развитие общей выносливости. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 20.09.22 | 20.09.22 |
| 10. | Совершенствование техники плавания брасс. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 22.09.22 | 22.09.22 |
| 11. | Совершенствование техники кроль на груди. Старты, повороты. Плавание в ластах. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 26.09.22 | 26.09.22 |
| 12. | Совершенствование комплексного плавания и поворотов. Развитие общей выносливости. Старты, повороты. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 27.09.22 | 27.09.22 |
| 13. | Совершенствование техники плавания баттерфляй (дельфин). Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 29.09.22 | 29.09.22 |
| 14. | Совершенствование техники плавания кроль на спине. Старты, повороты. Плавание в ластах. ОФП. | | 2 | 2 | 03.10.22 | 03.10.22 |
| 15. | Совершенствование техники плавания брасс. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 04.10.22 | 04.10.22 |
| 16. | Совершенствование техники кроль на груди. Старты, | | 2 | 2 | 06.10.22 | 06.10.22 |

| | | | | | | |
|-----|--|-----|-----|---|----------|----------|
| | повороты. Плавание в ластах. Игры. ОФП, СФП. | | | | | |
| 17. | Совершенствование комплексного плавания и поворотов. Развитие общей выносливости. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 10.10.22 | 10.10.22 |
| 18. | Совершенствование техники плавания баттерфляй (дельфин). Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 11.10.22 | 11.10.22 |
| 19. | Необходимость врачебного контроля. Совершенствование техники плавания кроль на спине. Старты, повороты. ОФП. | 0,5 | 1,5 | 2 | 13.10.22 | 13.10.22 |
| 20. | Совершенствование техники плавания брасс. Развитие общей выносливости. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 17.10.22 | 17.10.22 |
| 21. | Совершенствование техники кроль на груди. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 18.10.22 | 18.10.22 |
| 22. | Совершенствование комплексного плавания и поворотов. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 20.10.22 | 20.10.22 |
| 23. | Совершенствование техники плавания баттерфляй (дельфин). Старты, повороты Плавание в ластах. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 24.10.22 | 24.10.22 |
| 24. | Совершенствование техники плавания кроль на спине. Старты, повороты. Развитие общей выносливости. ОФП. | | 2 | 2 | 25.10.22 | 25.10.22 |
| 25. | Ознакомление с различной вариацией техники плавания брасс. Совершенствование техники плавания брасс. Старты, повороты. Игры. ОФП. | 0,5 | 1,5 | 2 | 27.10.22 | 27.10.22 |
| 26. | Совершенствование техники кроль на груди. Плавание в ластах. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 31.10.22 | 31.10.22 |
| 27. | Совершенствование комплексного плавания и поворотов. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 01.11.22 | 01.11.22 |
| 28. | Совершенствование техники плавания баттерфляй | | 2 | 2 | 03.11.22 | 03.11.22 |

| | | | | | | |
|-----|---|-----|-----|---|----------|----------|
| | (дельфин). Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | | | | |
| 29. | Совершенствование техники плавания кроль на спине. Старты, повороты. Плавание в ластах. ОФП. | | 2 | 2 | 07.11.22 | 07.11.22 |
| 30. | Совершенствование техники плавания брасс. Развитие общей выносливости. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 08.11.22 | 08.11.22 |
| 31. | Ознакомление с различной вариацией техники плавания кроль на груди. Совершенствование техники кроль на груди. Старты, повороты. Плавание в ластах. Игры. ОФП. | 0,5 | 1,5 | 2 | 10.11.22 | 10.11.22 |
| 32. | Совершенствование комплексного плавания и поворотов. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 14.11.22 | 14.11.22 |
| 33. | Совершенствование техники плавания баттерфляй (дельфин). Развитие общей выносливости. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 15.11.22 | 15.11.22 |
| 34. | Ознакомление с различной вариацией техники плавания кроль на спине. Совершенствование техники плавания кроль на спине. ОФП. | 0,5 | 1,5 | 2 | 17.11.22 | 17.11.22 |
| 35. | Совершенствование техники плавания брасс. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 21.11.22 | 21.11.22 |
| 36. | Совершенствование техники кроль на груди. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 22.11.22 | 22.11.22 |
| 37. | Совершенствование комплексного плавания и поворотов. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 24.11.21 | 24.11.21 |
| 38. | Совершенствование техники плавания баттерфляй (дельфин). Плавание в ластах. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 28.11.22 | 28.11.22 |
| 39. | Основы методики обучения технике плавания. Совершенствование техники плавания кроль на спине. ОФП. | 0,5 | 1,5 | 2 | 29.11.22 | 29.11.22 |
| 40. | Совершенствование техники плавания брасс. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 01.12.22 | 01.12.22 |

| | | | | | | |
|-----|--|-----|-----|---|----------|----------|
| 41. | Совершенствование техники кроль на груди. Плавание в ластах. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 05.12.22 | 05.12.22 |
| 42. | Совершенствование комплексного плавания и поворотов. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 06.12.22 | 06.12.22 |
| 43. | Ознакомление с различной вариацией техники плавания баттерфляй. Совершенствование техники плавания баттерфляй (дельфин). Развитие общей выносливости. Игры. ОФП. | 0,5 | 1,5 | 2 | 08.12.22 | 08.12.22 |
| 44. | Совершенствование техники плавания кроль на спине. Старты, повороты. ОФП. | | 2 | 2 | 12.12.22 | 12.12.22 |
| 45. | Совершенствование техники плавания брасс. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 13.12.22 | 13.12.22 |
| 46. | Промежуточная аттестация | | 2 | 2 | 15.12.22 | 15.12.22 |
| 47. | Совершенствование техники кроль на груди. Старты, повороты. Плавание в ластах. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 19.12.22 | 19.12.22 |
| 48. | Необходимость сознательного отношения к выполнению тренировочных заданий. Совершенствование комплексного плавания и поворотов. Игры. ОФП, СФП. | 0,5 | 1,5 | 2 | 20.12.22 | 20.12.22 |
| 49. | Совершенствование техники плавания баттерфляй (дельфин). Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 22.12.22 | 22.12.22 |
| 50. | Совершенствование техники плавания кроль на спине. Старты, повороты. Плавание в ластах. ОФП. | | 2 | 2 | 26.12.22 | 26.12.22 |
| 51. | Совершенствование техники плавания брасс. Развитие общей выносливости. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 27.12.22 | 27.12.22 |
| 52. | Совершенствование техники кроль на груди. Старты, повороты. Плавание в ластах. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 29.12.22 | 29.12.22 |
| 53. | Совершенствование комплексного плавания и поворотов. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 09.01.23 | 09.01.23 |

| | | | | | | |
|-----|--|-----|-----|---|----------|----------|
| 54. | Достижения сильнейших российских и зарубежных пловцов. Совершенствование техники плавания баттерфляй (дельфин). Развитие общей выносливости. Старты, повороты. ОФП, | 1 | 1 | 2 | 10.01.23 | 10.01.23 |
| 55. | Совершенствование техники плавания кроль на спине. Старты, повороты. ОФП. | | 2 | 2 | 12.01.23 | 12.01.23 |
| 56. | Совершенствование техники плавания брасс. Развитие общей выносливости. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 16.01.23 | 16.01.23 |
| 57. | Совершенствование техники кроль на груди. Старты, повороты. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 17.01.23 | 17.01.23 |
| 58. | Совершенствование комплексного плавания и поворотов. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 19.01.23 | 19.01.23 |
| 59. | Повторение темы: основы методики обучения технике плавания. Совершенствование техники плавания баттерфляй (дельфин). Старты, повороты. Игры. ОФП. | 0,5 | 1,5 | 2 | 23.01.23 | 23.01.23 |
| 60. | Совершенствование техники плавания кроль на спине. Старты, повороты. Плавание в ластах. ОФП. | | 2 | 2 | 24.01.23 | 24.01.23 |
| 61. | Совершенствование техники плавания брасс. Развитие общей выносливости. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 26.01.23 | 26.01.23 |
| 62. | Совершенствование техники кроль на груди. Старты, повороты. Плавание в ластах. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 30.01.23 | 30.01.23 |
| 63. | Совершенствование комплексного плавания и поворотов. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 31.01.23 | 31.01.23 |
| 64. | Совершенствование техники плавания баттерфляй (дельфин). Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 02.02.23 | 02.02.23 |
| 65. | Повторение темы: организация режима дня. Совершенствование техники плавания кроль на спине. ОФП. | 0,5 | 1,5 | 2 | 06.02.23 | 06.02.23 |

| | | | | | | |
|-----|---|-----|-----|---|----------|----------|
| 66. | Совершенствование техники плавания брасс. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 07.02.23 | 07.02.23 |
| 67. | Совершенствование техники кроль на груди. Старты, повороты. Плавание в ластах. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 09.02.23 | 09.02.23 |
| 68. | Совершенствование комплексного плавания и поворотов. Развитие общей выносливости. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 13.02.23 | 13.02.23 |
| 69. | Совершенствование техники плавания баттерфляй (дельфин). Плавание в ластах. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 14.02.23 | 14.02.23 |
| 70. | Повторение темы: необходимость врачебного контроля. Совершенствование техники плавания кроль на спине. Развитие общей выносливости. ОФП. | 0,5 | 1,5 | 2 | 16.02.23 | 16.02.23 |
| 71. | Совершенствование техники плавания брасс. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 20.02.23 | 20.02.23 |
| 72. | Совершенствование техники кроль на груди. Развитие общей выносливости. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 21.02.23 | 21.02.23 |
| 73. | Совершенствование комплексного плавания и поворотов. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 27.02.23 | 27.02.23 |
| 74. | Совершенствование техники плавания баттерфляй (дельфин). Плавание в ластах. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 28.02.23 | 28.02.23 |
| 75. | Совершенствование техники плавания кроль на спине. Развитие общей выносливости. ОФП. | | 2 | 2 | 02.03.23 | 02.03.23 |
| 76. | Ознакомление с различными вариациями стартов, поворотов. Совершенствование техники плавания брасс. Старты, повороты. ОФП. | 0,5 | 1,5 | 2 | 02.03.23 | 02.03.23 |
| 77. | Совершенствование техники кроль на груди. Старты, повороты. Развитие общей | | 2 | 2 | 06.03.23 | 06.03.23 |

| | | | | | | |
|-----|--|-----|-----|---|----------|----------|
| | выносливости. Игры. ОФП, СФП. | | | | | |
| 78. | Совершенствование комплексного плавания и поворотов. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 07.03.23 | 07.03.23 |
| 79. | Совершенствование техники плавания баттерфляй (дельфин). Развитие общей выносливости. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 09.03.23 | 09.03.23 |
| 80. | Совершенствование техники плавания кроль на спине. ОФП. | | 2 | 2 | 13.03.23 | 13.03.23 |
| 81. | Совершенствование техники плавания брасс. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 14.03.23 | 14.03.23 |
| 82. | Закрепление знаний о различных вариациях стартов, поворотов. Совершенствование техники кроль на груди. Плавание в ластах. Старты, повороты. ОФП, СФП. | 0,5 | 1,5 | 2 | 16.03.23 | 16.03.23 |
| 83. | Совершенствование комплексного плавания и поворотов. Эстафетное плавание. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 20.03.23 | 20.03.23 |
| 84. | Совершенствование техники плавания баттерфляй (дельфин). Плавание в ластах. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 21.03.23 | 21.03.23 |
| 85. | Совершенствование техники плавания кроль на спине. Старты, повороты. ОФП. | | 2 | 2 | 23.03.23 | 23.03.23 |
| 86. | Совершенствование техники плавания брасс. Развитие общей выносливости. Старты, повороты. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 27.03.23 | 27.03.23 |
| 87. | Совершенствование техники кроль на груди. Старты, повороты. Плавание в ластах. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 28.03.23 | 28.03.23 |
| 88. | Совершенствование комплексного плавания и поворотов. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 30.03.23 | 30.03.23 |
| 89. | Совершенствование техники плавания баттерфляй (дельфин). Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 03.04.23 | 03.04.23 |

| | | | | | | |
|-----|---|-----|-----|---|----------|----------|
| 90. | Совершенствование техники плавания кроль на спине. Старты, повороты. ОФП. | | 2 | 2 | 04.04.23 | 04.04.23 |
| 91. | Требования правил соревнований, распределение участников, регистрация рекордов. Совершенствование техники плавания брасс. Развитие общей выносливости. ОФП. | 0,5 | 1,5 | 2 | 06.04.23 | 06.04.23 |
| 92. | Совершенствование техники кроль на груди. Старты, повороты. Плавание в ластах. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 10.04.23 | 10.04.23 |
| 93. | Совершенствование комплексного плавания и поворотов. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 11.04.23 | 11.04.23 |
| 94. | Соревнования по плаванию | | 2 | 2 | 13.04.23 | 13.04.23 |
| 95. | Совершенствование техники плавания брасс. Старты, повороты. ОФП. | | 2 | 2 | 17.04.23 | 17.04.23 |
| 96. | Совершенствование комплексного плавания и поворотов. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 18.04.23 | 18.04.23 |
| 97. | Совершенствование техники плавания баттерфляй (дельфин). Старты, повороты. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 20.04.23 | 20.04.23 |
| 98. | Совершенствование техники плавания брасс. Старты, повороты. ОФП. | | 2 | 2 | 24.04.23 | 24.04.23 |
| 99. | Повторение темы: Достижения сильнейших российских и зарубежных пловцов. Совершенствование техника плавания кроль на груди и на спине. Развитие общей выносливости. ОФП. | 0,5 | 1,5 | 2 | 25.04.23 | 25.04.23 |
| 100 | Итоговая диагностика | | 2 | 2 | 27.04.23 | 27.04.23 |
| 101 | Совершенствование техники плавания баттерфляй (дельфин). Плавание в ластах. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 02.05.23 | 02.05.23 |
| 102 | Совершенствование техники плавания кроль на спине. Развитие общей выносливости. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 05.05.23 | 05.05.23 |
| 103 | Совершенствование техники плавания брасс. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 08.05.23 | 08.05.23 |

| | | | | | | |
|-----|--|----|-----|-----|----------|----------|
| 104 | Совершенствование техники плавания кроль на груди. Развитие общей выносливости. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 15.05.23 | 15.05.23 |
| 105 | Совершенствование комплексного плавания и поворотов. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 16.05.23 | 16.05.23 |
| 106 | Совершенствование техники плавания баттерфляй (дельфин) и брасс. Эстафетное плавание. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 18.05.23 | 18.05.23 |
| 107 | Совершенствование техника плавания кроль на груди и на спине. Развитие общей выносливости. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 22.05.23 | 22.05.23 |
| 108 | Совершенствование техники плавания комплексного плавания. Старты, повороты. Игры. ОФП, СФП. | | 2 | 2 | 23.05.23 | 23.05.23 |
| 109 | ИТОГО | 10 | 216 | 216 | | |

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

1. Помещение: бассейн 25*10 м; - бассейн малый 2,8*10 м, зал сухого плавания, тренажерный зал.

2. Оборудование:

- раздевалки мужские и женские;
- скамейки;
- душевые комнаты с кабинками;
- туалетные комнаты;
- медицинский кабинет.

3. Инвентарь:

- игрушки, предметы, плавающие разных форм и размеров;
- игрушки и предметы, тонущие разных форм и размеров;
- мячи разных размеров;
- шест;
- плавательные доски;
- плавательные поплавки-вставки для ног;

- ласты;
- лопатки для плавания.

4. Дополнительное и вспомогательное оборудование:

- гантели переменной массы;
- плавательный тренажер для тренировки в зале;
- мат гимнастический;
- зеркало;
- скамейки гимнастические;
- стенка гимнастическая;
- фен;
- настенный секундомер;
- доска информационная;
- секундомер ручной судейский.

Для занятий в бассейне каждому воспитаннику необходимо иметь:

1. Купальник/плавки;
2. Полотенце;
3. Мочалку;
4. Мыло;
5. Тапочки для бассейна;
6. Очки для плавания;
7. Шапочку для плавания.

Кадровое обеспечение:

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Адаптивное плавание» реализуется лицами, имеющими среднее профессиональное или высшее образование по направлению «Физическая культура», и отвечающими пункту 3.1 профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

Или лицами, получающими высшее или среднее профессиональное образование в рамках укрупненных групп направлений подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования

«Образование и педагогические науки» в случае рекомендации аттестационной комиссии и соблюдения требований, предусмотренных квалификационными справочниками.

2.3. Формы контроля/аттестации

Оценка знаний, умений и навыков – это процесс, помогающий успешному течению всей учебно-воспитательной работы. Система учета и оценки должна:

- отражать уровень знаний, умений и навыков, которыми овладел учащийся за определенный период времени;
- быть объективной, стимулировать процесс обучения, воспитания и развития;
- способствовать формированию адекватной самооценки;
- формировать критичное отношение к своим успехам и неудачам.

Контроль за учебной и воспитательной деятельностью должен быть систематическим, результаты гласными и аргументированными.

Контроль проводится в три этапа на протяжении всего курса обучения: **входная диагностика, промежуточная аттестация, итоговая диагностика.** Оценка знаний, умений и навыков техники плавания определяется визуально, т.к. оценивается комплексность выполнения заданий: техническая подготовленность, выносливость, координация движений, результат заносится в диагностическую карту.

Если учащийся по состоянию своих физических возможностей не может выполнить какое-либо упражнение, то оно заменяется другим по усмотрению педагога.

Учащиеся, не освоившие в полном объеме программу обучения, могут продолжить обучение повторно в группе на том же уровне и году обучения. Основанием для повторного обучения является низкий показатель предметных компетенций по результатам итогового контроля.

Формы контроля: устный опрос, тестирование, наблюдение.

Виды контроля:

Входная диагностика проводится в начале курса обучения на первых занятиях, позволяет определить уровень физического развития каждого ребенка, выявить его возможности и способности.

Текущий контроль осуществляется по мере прохождения тем учебной программы, проводятся срезы знаний. Учащиеся выполняют задания разного уровня сложности. Результаты оцениваются по пятибалльной системе и фиксируются в журнале.

- «5 баллов» - высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес к виду деятельности;
- «4 балла» - средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес к виду деятельности;
- «3 балла» - низкий темп учебной деятельности, ее исполнительский характер.

Промежуточная аттестация проводится по окончании первого полугодия каждого из годов обучения с целью выявления уровня усвоения программного материала и определения индивидуальной траектории и по окончании учебного года для перевода на следующий год обучения. Так же промежуточная аттестация проводится в начале каждого года обучения для определения остаточных ЗУН учащихся, результаты заносятся в диагностическую карту.

Участие учащихся в соревнованиях по плаванию в зачет 1 муниципального этапа круглогодичной республиканской Спартакиады спортсменов с инвалидностью среди муниципальных образований РК в соответствии с календарным планом соревнований.

Итоговая диагностика проводится по окончании всего курса обучения. Результаты обучения, фиксируются в диагностических картах, на основе которых выявляется уровень усвоения программного материала.

Критерии оценки предметных результатов:

Критерии оценки подбираются педагогом в зависимости от формы проведения контрольного занятия. При оценке обычно учитываются: уровень знаний теоретических вопросов, терминов, умение применять эти знания на практике, соблюдение правил техники безопасности и санитарно-гигиенических норм, качество выполнения техники плавания.

Оценочные листы разрабатываются для каждого контрольного занятия.

Оценка знаний, умений и навыков по разделам программы (срезы знаний) на занятии осуществляется по пятибалльной системе и фиксируется в журнале:

5 баллов оптимальный уровень - усвоение теоретического учебного материала, полное и глубокое понимание вопроса, владение физической и плавательной подготовкой.

4 балла допустимый уровень - частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога.

3 балла критический уровень - усвоение теоретического учебного материала, физическая и плавательная подготовка, на низком уровне в основном через показ педагога.

Кроме оценки знаний, умений и навыков необходимо 1 раз в год проводить оценку метапредметных результатов обучения. Для этого используется метод наблюдений, метод решения проблемных ситуаций, игровой метод. Анализируя, полученные данные по каждому учащемуся, педагог фиксирует их в диагностической карте формирования личностного потенциала учащихся, что позволяет в течение срока обучения отслеживать, корректировать, воспитывать и формировать положительные качества учащихся.

Механизм оценки метапредметных результатов

Критерии оценки метапредметных результатов:

5 баллов - оптимальный уровень – умение проявляется во всех видах деятельности;

4 балла – допустимый уровень - умение проявляется частично;

3 балла – критический уровень – умение не проявляется.

Соревновательная деятельность

Соревнование – функциональное и структурное ядро спорта, без которого он теряет свою сущность, смысл, специфику.

Основные функции соревновательной деятельности - это определение победителей и призеров состязаний, рейтингов участников состязаний, фиксация рекордов.

Для участия в спортивных соревнованиях учащийся должен достичь установленного возраста в календарный год проведения спортивных соревнований.

Спортивные разряды (I, II, III), юношеские спортивные разряды (I, II, III)–присваиваются за выполнение норм на официальных спортивных соревнованиях любого статуса, с 9 лет.

Для того, чтобы учащемуся присвоили звание, спортивный разряд, юношеский спортивный разряд необходимо пройти спортивно-медицинскую классификацию на соревнованиях, для присвоения класса. В случае отсутствия данных о спортивно-медицинской классификации спортивные разряды присваиваются по нормам как для обычных спортсменов ([Приложение №66](#)).

Согласно медицинской классификации людей с ОВЗ распределяют на классы или выделяют их в отдельный класс, исходя из наличия у них оставшихся структурных и (или) функциональных возможностей. Распределение на классы или выделение в отдельный класс осуществляют именно по медицинским критериям без учета специфики самой спортивной деятельности.

Спортивно-медицинская классификация в адаптивном спорте, ориентирована на распределение инвалидов на группы или выделение их в одну группу именно с позиции возможности участия в спортивной, соревновательной и учебно-тренировочной деятельности.

В соревнованиях принимают участие учащиеся, с соответствующим уровнем подготовки. Длина дистанции зависит от заболевания учащегося (Приложения №67-70).

2.4. Оценочные материалы

Контрольно-измерительные материалы для проведения входной диагностики лиц с:

нарушением слуха [Приложение1](#)

нарушением интеллекта [Приложение2](#)

нарушением зрения I – функциональная группа [Приложение3](#)

нарушением зрения II и III – функциональная группа [Приложение4](#)

поражением ОДА I – функциональная группа [Приложение5](#)

поражением ОДА II – функциональная группа [Приложение6](#)

поражением ОДА III – функциональная группа [Приложение7](#)

Контрольно-измерительные материалы для проведения промежуточной аттестации 1 года обучения (декабрь) лиц с:

нарушением слуха [Приложение8](#)

нарушением интеллекта [Приложение9](#)

нарушением зрения I – функциональная группа [Приложение10](#)

нарушением зрения II и III – функциональная группа [Приложение11](#)

поражением (ОДА) I – функциональная группа [Приложение12](#)

поражением (ОДА) II – функциональная группа [Приложение13](#)

поражением (ОДА) III – функциональная группа [Приложение14](#)

Контрольно-измерительные материалы для проведения промежуточной аттестации 1 года обучения (май) лиц с:

нарушением слуха [Приложение15](#)

нарушением интеллекта [Приложение16](#)

нарушением зрения I – функциональная группа [Приложение17](#)

нарушением зрения II и III – функциональная группа [Приложение18](#)

поражением (ОДА) I – функциональная группа [Приложение19](#)

поражением (ОДА) II – функциональная группа [Приложение20](#)

поражением (ОДА) III – функциональная группа [Приложение21](#)

Контрольно-измерительные материалы для проведения промежуточной аттестации 2 года обучения (декабрь) лиц с:

нарушением слуха [Приложение22](#)

нарушением интеллекта [Приложение23](#)

нарушением зрения I – функциональная группа [Приложение24](#)

нарушением зрения II и III – функциональная группа [Приложение25](#)

поражением (ОДА) I – функциональная группа [Приложение26](#)

поражением (ОДА) II – функциональная группа [Приложение27](#)

поражением (ОДА) III – функциональная группа [Приложение28](#)

Контрольно-измерительные материалы для проведения промежуточной аттестации 2 года обучения (май) лиц с:

нарушением слуха [Приложение29](#)

нарушением интеллекта [Приложение30](#)

нарушением зрения I – функциональная группа [Приложение31](#)

нарушением зрения II и III – функциональная группа [Приложение32](#)

поражением (ОДА) I – функциональная группа [Приложение33](#)

поражением (ОДА) II – функциональная группа [Приложение34](#)

поражением (ОДА) III – функциональная группа [Приложение35](#)

Контрольно-измерительные материалы для проведения промежуточной аттестации 3 года обучения (декабрь) лиц с:

нарушением слуха [Приложение36](#)

нарушением интеллекта [Приложение37](#)

нарушением зрения I – функциональная группа [Приложение38](#)

нарушением зрения II и III – функциональная группа [Приложение39](#)

поражением (ОДА) I – функциональная группа [Приложение40](#)

поражением (ОДА) II – функциональная группа [Приложение41](#)

поражением (ОДА) III – функциональная группа [Приложение42](#)

Контрольно-измерительные материалы для проведения промежуточной аттестации 3 года обучения (май) лиц с:

нарушением слуха [Приложение43](#)

нарушением интеллекта [Приложение44](#)

нарушением зрения I – функциональная группа [Приложение45](#)

нарушением зрения II и III – функциональная группа [Приложение46](#)

поражением (ОДА) I – функциональная группа [Приложение47](#)

поражением (ОДА) II – функциональная группа [Приложение48](#)

поражением (ОДА) III – функциональная группа [Приложение49](#)

Контрольно-измерительные материалы для проведения промежуточной аттестации 4 года обучения (декабрь) лиц с:

нарушением слуха [Приложение50](#)

нарушением интеллекта [Приложение51](#)

нарушением зрения I – функциональная группа [Приложение52](#)

нарушением зрения II и III – функциональная группа [Приложение53](#)

поражением (ОДА) I – функциональная группа [Приложение54](#)

поражением (ОДА) II – функциональная группа [Приложение55](#)

поражением (ОДА) III – функциональная группа [Приложение56](#)

Контрольно-измерительные материалы для проведения итоговой диагностики лиц с:

нарушением слуха [Приложение57](#)

нарушением интеллекта [Приложение58](#)

нарушением зрения I – функциональная группа [Приложение59](#)

нарушением зрения II и III – функциональная группа [Приложение60](#)

поражением (ОДА) I – функциональная группа [Приложение61](#)

поражением (ОДА) II – функциональная группа [Приложение62](#)

поражением (ОДА) III – функциональная группа [Приложение63](#)

Контрольно-измерительные материалы по оценке метапредметных результатов [Приложение64](#)

Характеристика оценочных материалов программы

| № п/п | Предмет оценивания | Формы и методы оценивания | Показатели оценивания | Критерии оценивания | Виды контроля |
|-------|--|---|---|---|--|
| 1. | Выявление уровня имеющихся компетенций и способов деятельности, необходимых для качественного усвоения программного материала. | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с нарушением слуха | Представление о плавании как вида спорта, плавательные навыки, физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 53-55 баллов Допустимый уровень: 43-52 балла Критический уровень: 30-42 балла | Входная диагностика 1 года обучения (первые занятия) |
| | | Устный опрос, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с интеллектуальным и нарушениями | Представление о плавании как вида спорта, плавательные навыки, физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 53-55 баллов Допустимый уровень: 43-52 балла Критический уровень: 30-42 балла | Входная диагностика 1 года обучения (первые занятия) |
| | | Устный опрос, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с нарушением зрения I – функциональной группы | Представление о плавании как вида спорта, плавательные навыки, физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 53-55 баллов Допустимый уровень: 43-52 балла Критический уровень: 30-42 балла | Входная диагностика 1 года обучения (первые занятия) |
| | | Устный опрос, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с нарушением зрения II и III - функциональной группы | Представление о плавании как вида спорта, плавательные навыки, физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 53-55 баллов Допустимый уровень: 43-52 балла Критический уровень: 30-42 балла | Входная диагностика 1 года обучения (первые занятия) |
| | | Устный опрос, практическое задание 1, практическое задание 2 для лица с поражением опорно-двигательного аппарата I – функциональная группа | Представление о плавании как вида спорта, плавательные навыки, физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 48-50 баллов Допустимый уровень: 39-47 баллов Критический уровень: 27-38 баллов | Входная диагностика 1 года обучения (первые занятия) |

| | | | | |
|--|---|---|---|---|
| Определение уровня сформированности предметных навыков учащихся. | Устный опрос, практическое задание 1, практическое задание 2 для лица с поражением опорно-двигательного аппарата II – функциональная группа | Представление о плавании как вида спорта, плавательные навыки, физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 58-60 баллов Допустимый уровень: 47-57 баллов Критический уровень: 33-46 баллов | Входная диагностика 1 года обучения (первые занятия) |
| | Устный опрос, практическое задание 1, практическое задание 2 для лица с поражением опорно-двигательного аппарата III – функциональная группа | Представление о плавании как вида спорта, плавательные навыки, физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 58-60 баллов Допустимый уровень: 47-57 баллов Критический уровень: 33-46 баллов | Входная диагностика 1 года обучения (первые занятия) |
| | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с нарушением слуха | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 53-55 баллов Допустимый уровень: 43-52 балла Критический уровень: 30-42 баллов | Промежуточная аттестация 2 года обучения (первые занятия) |
| | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с интеллектуальным и нарушениями | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 53-60 баллов Допустимый уровень: 43-52 балла Критический уровень: 33-42 баллов | Промежуточная аттестация 2 года обучения (первые занятия) |
| | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с нарушением зрения I – функциональной группы | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 43-45 баллов Допустимый уровень: 35-42 балла Критический уровень: 24-34 баллов | Промежуточная аттестация 2 года обучения (первые занятия) |
| | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с нарушением зрения II и III - функциональной группы | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 53-55 баллов Допустимый уровень: 43-52 балла Критический уровень: 30-42 баллов | Промежуточная аттестация 2 года обучения (первые занятия) |

| | | | | | |
|--|---|--|---|---|---|
| Определение уровня сформированности предметных навыков учащихся. | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лица с поражением опорно-двигательного аппарата I – функциональная группа | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | и | Оптимальный уровень: 48-50 баллов Допустимый уровень: 39-47 баллов Критический уровень: 27-38 баллов | Промежуточная аттестация 2 года обучения (первые занятия) |
| | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лица с поражением опорно-двигательного аппарата II – функциональная группа | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | и | Оптимальный уровень: 63-65 баллов Допустимый уровень: 51-62 балла Критический уровень: 36-50 баллов | Промежуточная аттестация 2 года обучения (первые занятия) |
| | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лица с поражением опорно-двигательного аппарата III – функциональная группа | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | и | Оптимальный уровень: 63-65 баллов Допустимый уровень: 51-62 балла Критический уровень: 36-50 баллов | Промежуточная аттестация 2 года обучения (первые занятия) |
| | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с нарушением слуха | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | и | Оптимальный уровень: 53-55 баллов Допустимый уровень: 41-52 баллов Критический уровень: 27-40 баллов | Промежуточная аттестация 3 года обучения (первые занятия) |
| | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с интеллектуальным и нарушениями | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | и | Оптимальный уровень: 58-60 баллов Допустимый уровень: 45-57 балла Критический уровень: 30-44 баллов | Промежуточная аттестация 3 года обучения (первые занятия) |
| | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с нарушением зрения | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | и | Оптимальный уровень: 43-45 баллов Допустимый уровень: 33-42 баллов Критический уровень: 21-32 баллов | Промежуточная аттестация 3 года обучения (первые занятия) |

| | | | | | | |
|--|--|---|--|---|---|---|
| | | I – функциональной группы | | | | |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с нарушением зрения II и III - функциональной группы | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | и | Оптимальный уровень: 53-55 баллов Допустимый уровень: 41-52 баллов Критический уровень: 27-40 баллов | Промежуточная аттестация 3 года обучения (первые занятия) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лица с поражением опорно-двигательного аппарата I – функциональная группа | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | и | Оптимальный уровень: 48-50 баллов Допустимый уровень: 37-47 балла Критический уровень: 24-36 балла | Промежуточная аттестация 3 года обучения (первые занятия) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лица с поражением опорно-двигательного аппарата II – функциональная группа | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | и | Оптимальный уровень: 68-70 баллов Допустимый уровень: 53-67 балла Критический уровень: 36-52 баллов | Промежуточная аттестация 3 года обучения (первые занятия) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лица с поражением опорно-двигательного аппарата III – функциональная группа | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | и | Оптимальный уровень: 63-65 баллов Допустимый уровень: 49-62 баллов Критический уровень: 33-48 балла | Промежуточная аттестация 3 года обучения (первые занятия) |

| | | | | | |
|--|--|--|---|---|--|
| Определение уровня сформированности предметных навыков учащихся. | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с нарушением слуха | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | и | Оптимальный уровень: 38-40 баллов Допустимый уровень: 29-37 балла Критический уровень: 18-25 балла | Промежуточная аттестация контроль 4 года обучения (первые занятия) |
| | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с интеллектуальным и нарушениями | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | и | Оптимальный уровень: 43-45 баллов Допустимый уровень: 33-42 баллов Критический уровень: 21-32 баллов | Промежуточная аттестация контроль 4 года обучения (первые занятия) |
| | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с нарушением зрения I – функциональной группы | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | и | Оптимальный уровень: 38-40 баллов Допустимый уровень: 29-37 балла Критический уровень: 18-25 балла | Промежуточная аттестация контроль 4 года обучения (первые занятия) |
| | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с нарушением зрения II и III - функциональной группы | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | и | Оптимальный уровень: 38-40 баллов Допустимый уровень: 29-37 балла Критический уровень: 18-25 балла | Промежуточная аттестация контроль 4 года обучения (первые занятия) |
| | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата I – функциональная группа | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | и | Оптимальный уровень: 43-45 баллов Допустимый уровень: 33-42 баллов Критический уровень: 21-32 баллов | Промежуточная аттестация контроль 4 года обучения (первые занятия) |
| | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата II – функциональная группа | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | и | Оптимальный уровень: 53-55 баллов Допустимый уровень: 41-52 балла Критический уровень: 27-40 балла | Промежуточная аттестация контроль 4 года обучения (первые занятия) |
| | | | | | |

| | | | | | | |
|----|---|--|--|---|---|--|
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата III – функциональная группа | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | и | Оптимальный уровень: 43-45 баллов Допустимый уровень: 33-42 баллов Критический уровень: 21-32 баллов | Промежуточная аттестация контроль 4 года обучения (первые занятия) |
| 2. | Оценка уровня сформированности предметных знаний, умений, навыков и универсальных учебных действий, необходимых для продолжения обучения. | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с нарушением слуха | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | и | Оптимальный уровень: 53-55 баллов Допустимый уровень: 43-52 балла Критический уровень: 30-42 баллов | Промежуточная аттестация 1 года обучения (декабрь) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с интеллектуальным и нарушениями | Теоретическая, плавательная и физическая подготовка, плавательная подготовка | | Оптимальный уровень: 53-60 баллов Допустимый уровень: 43-52 балла Критический уровень: 33-42 баллов | Промежуточная аттестация 1 года обучения (декабрь) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с нарушением зрения I – функциональной группы | Теоретическая, плавательная и физическая подготовка, плавательная подготовка | | Оптимальный уровень: 43-45 баллов Допустимый уровень: 35-42 балла Критический уровень: 24-34 баллов | Промежуточная аттестация 1 года обучения (декабрь) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с нарушением зрения | Теоретическая, плавательная и физическая подготовка, плавательная подготовка | | Оптимальный уровень: 53-55 баллов Допустимый уровень: 43-52 балла | Промежуточная аттестация 1 года обучения (декабрь) |

| | | | | | |
|--|--|--|--|---|--|
| | | II и III - функциональной группы | | Критический уровень: 30-42 баллов | |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата I – функциональная группа | Теоретическая, плавательная и физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 48-50 баллов Допустимый уровень: 39-47 баллов Критический уровень: 27-38 баллов | Промежуточная аттестация 1 года обучения (декабрь) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата II – функциональная группа | Теоретическая, плавательная и физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 68-70 баллов Допустимый уровень: 55-67 баллов Критический уровень: 39-54 балла | Промежуточная аттестация 1 года обучения (декабрь) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата III – функциональная группа | Теоретическая, плавательная и физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 63-65 баллов Допустимый уровень: 51-62 балла Критический уровень: 36-50 баллов | Промежуточная аттестация 1 года обучения (декабрь) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с нарушением слуха | Теоретическая, плавательная и физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 50-52 балла Допустимый уровень: 40-49 Критический уровень: 27-39 баллов | Промежуточная аттестация 2 года обучения (декабрь) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с интеллектуальными нарушениями | Теоретическая, плавательная и физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 55-57 баллов Допустимый уровень: 44-54 балла Критический уровень: 30-43 баллов | Промежуточная аттестация 2 года обучения (декабрь) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с нарушением зрения | Теоретическая, плавательная и физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 40-42 баллов Допустимый уровень: 32-39 баллов Критический уровень: 21-31 балл | Промежуточная аттестация 2 года обучения (декабрь) |

| | | | | | |
|--|---|--|---|--|--|
| | I – функциональной группы | | | | |
| | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с нарушением зрения II и III - функциональной группы | Теоретическая, плавательная и физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 55-57 баллов Допустимый уровень: 44-54 балла Критический уровень: 30-43 баллов | Промежуточная аттестация 2 года обучения (декабрь) | |
| | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата I – функциональная группа | Теоретическая, плавательная и физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 25-27 баллов Допустимый уровень: 21-24 балла Критический уровень: 12-19 баллов | Промежуточная аттестация 2 года обучения (декабрь) | |
| | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата II – функциональная группа | Теоретическая, плавательная и физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 50-52 баллов Допустимый уровень: 40-49 баллов Критический уровень: 27-50 баллов | Промежуточная аттестация 2 года обучения (декабрь) | |
| | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата III – функциональная группа | Теоретическая, плавательная и физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 50-62 баллов Допустимый уровень: 44-49 баллов Критический уровень: 33-43 балла | Промежуточная аттестация 2 года обучения (декабрь) | |
| | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с нарушением слуха | Теоретическая, плавательная и физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 30-32 балла Допустимый уровень: 24-29 баллов Критический уровень: 15-23 балла | Промежуточная аттестация 3 года обучения (декабрь) | |

| | | | | |
|--|---|--|--|--|
| | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с интеллектуальными нарушениями | Теоретическая, плавательная и физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 35-37 баллов Допустимый уровень: 28-34 балла Критический уровень: 18-27 баллов | Промежуточная аттестация 3 года обучения (декабрь) |
| | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с нарушением зрения I – функциональной группы | Теоретическая, плавательная и физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 30-32 балла Допустимый уровень: 24-29 баллов Критический уровень: 15-23 балла | Промежуточная аттестация 3 года обучения (декабрь) |
| | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с нарушением зрения II и III - функциональной группы | Теоретическая, плавательная и физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 30-32 балла Допустимый уровень: 24-29 баллов Критический уровень: 15-23 балла | Промежуточная аттестация 3 года обучения (декабрь) |
| | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата I – функциональная группа | Теоретическая, плавательная и физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 35-37 баллов Допустимый уровень: 28-34 балла Критический уровень: 18-27 баллов | Промежуточная аттестация 3 года обучения (декабрь) |
| | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата II – функциональная группа | Теоретическая, плавательная и физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 45-47 баллов Допустимый уровень: 36-44 балла Критический уровень: 24-35 баллов | Промежуточная аттестация 3 года обучения (декабрь) |
| | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата | Теоретическая, плавательная и физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 35-37 баллов Допустимый уровень: 28-34 балла (помощью педагога). Критический уровень: 18-27 баллов | Промежуточная аттестация 3 года обучения (декабрь) |

| | | | | | |
|--|--|--|--|---|--|
| | | III – функциональная группа | | | |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с нарушением слуха | Теоретическая, плавательная и физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 27-29 баллов Допустимый уровень: 21-26 баллов Критический уровень: 12-19 баллов | Промежуточная аттестация 4 года обучения (декабрь) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с интеллектуальными нарушениями | Теоретическая, плавательная и физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 32-34 балла Допустимый уровень: 24-31 балл Критический уровень: 15-23 балла | Промежуточная аттестация 4 года обучения (декабрь) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с нарушением зрения I – функциональной группы | Теоретическая, плавательная и физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 27-29 баллов Допустимый уровень: 21-26 баллов Критический уровень: 12-19 баллов | Промежуточная аттестация 4 года обучения (декабрь) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с нарушением зрения II и III - функциональной группы | Теоретическая, плавательная и физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 27-29 баллов Допустимый уровень: 21-26 баллов Критический уровень: 12-19 баллов | Промежуточная аттестация 4 года обучения (декабрь) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата I – функциональная группа | Теоретическая, плавательная и физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 22-24 баллов Допустимый уровень: 16-21 балла Критический уровень: 9-15 баллов | Промежуточная аттестация 4 года обучения (декабрь) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с поражением опорно- | Теоретическая, плавательная и физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 32-34 балла Допустимый уровень: 24-31 балл Критический уровень: 15-23 балла | Промежуточная аттестация 4 года обучения (декабрь) |

| | | | | | |
|----|--|--|--|--|--|
| | | двигательного аппарата II – функциональная группа | | | |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата III – функциональная группа | Теоретическая, плавательная и физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 32-34 балла Допустимый уровень: 24-31 балл Критический уровень: 15-23 балла | Промежуточная аттестация 4 года обучения (декабрь) |
| 3. | Уровень сформированности знаний, умений, навыков и универсальных учебных действий, полученных в процессе всего курса обучения. | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с нарушением слуха | Теоретическая, плавательная и физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 53-55 баллов Допустимый уровень: 43-52 балла Критический уровень: 30-42 баллов | Промежуточная аттестация 1 года обучения (май) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с интеллектуальными нарушениями | Теоретическая, плавательная и физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 53-60 баллов Допустимый уровень: 43-52 балла Критический уровень: 33-42 баллов | Промежуточная аттестация 1 года обучения (май) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с нарушением зрения I – функциональной группы | Теоретическая, плавательная и физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 43-45 баллов Допустимый уровень: 35-42 балла Критический уровень: 24-34 баллов | Промежуточная аттестация 1 года обучения (май) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с нарушением зрения II и III - функциональной группы | Теоретическая, плавательная и физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 53-55 баллов Допустимый уровень: 43-52 балла Критический уровень: 30-42 баллов | Промежуточная аттестация 1 года обучения (май) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с поражением опорно- | Теоретическая, плавательная и физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 48-50 баллов Допустимый уровень: 39-47 баллов | Промежуточная аттестация 1 года обучения (май) |

| | | | | | | |
|--|--|--|--|--|---|--|
| | | двигательного аппарата I – функциональная группа | | Критический уровень: 27-38 баллов | | |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата II – функциональная группа | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | и | Оптимальный уровень: 63-65 баллов Допустимый уровень: 51-62 балла Критический уровень: 36-50 баллов | Промежуточная аттестация 1 года обучения (май) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата III – функциональная группа | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | и | Оптимальный уровень: 63-65 баллов Допустимый уровень: 51-62 балла Критический уровень: 36-50 баллов | Промежуточная аттестация 1 года обучения (май) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с нарушением слуха | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | и | Оптимальный уровень: 53-55 баллов Допустимый уровень: 41-52 баллов Критический уровень: 27-40 баллов | Промежуточная аттестация 2 года обучения (май) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с интеллектуальным и нарушениями | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | и | Оптимальный уровень: 58-60 баллов Допустимый уровень: 45-57 балла Критический уровень: 30-44 баллов | Промежуточная аттестация 2 года обучения (май) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с нарушением зрения I – функциональной группы | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | и | Оптимальный уровень: 43-45 баллов Допустимый уровень: 33-42 баллов Критический уровень: 21-32 баллов | Промежуточная аттестация 2 года обучения (май) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | и | Оптимальный уровень: 53-55 баллов Допустимый уровень: 41-52 баллов | Промежуточная аттестация 2 года |

| | | | | | |
|--|--|--|--|---|--|
| | | с нарушением зрения II и III - функциональной группы | | Критический уровень: 27-40 баллов | обучения (май) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата I – функциональная группа | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 48-50 баллов Допустимый уровень: 37-47 балла Критический уровень: 24-36 балла | Промежуточная аттестация 2 года обучения (май) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата II – функциональная группа | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 68-70 баллов Допустимый уровень: 53-67 балла Критический уровень: 36-52 баллов | Промежуточная аттестация 2 года обучения (май) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата III – функциональная группа | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 63-65 баллов Допустимый уровень: 49-62 баллов Критический уровень: 33-48 балла | Промежуточная аттестация 2 года обучения (май) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с нарушением слуха | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 38-40 баллов Допустимый уровень: 29-37 балла Критический уровень: 18-25 балла | Промежуточная аттестация 3 года обучения (май) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с интеллектуальными нарушениями | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 43-45 баллов Допустимый уровень: 33-42 баллов Критический уровень: 21-32 баллов | Промежуточная аттестация 3 года обучения (май) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, | Оптимальный уровень: 38-40 баллов Допустимый уровень: 29-37 балла | Промежуточная аттестация 3 года |

| | | | | | |
|--|--|--|--|---|--|
| | | с нарушением зрения I – функциональной группы | плавательная подготовка | Критический уровень: 18-25 балла | обучения (май) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с нарушением зрения II и III - функциональной группы | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 38-40 баллов Допустимый уровень: 29-37 балла Критический уровень: 18-25 балла | Промежуточная аттестация 3 года обучения (май) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата I – функциональная группа | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 43-45 баллов Допустимый уровень: 33-42 баллов Критический уровень: 21-32 баллов | Промежуточная аттестация 3 года обучения (май) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата II – функциональная группа | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 53-55 баллов Допустимый уровень: 41-52 балла Критический уровень: 27-40 балла | Промежуточная аттестация 3 года обучения (май) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата III – функциональная группа | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 43-45 баллов Допустимый уровень: 33-42 баллов Критический уровень: 21-32 баллов | Промежуточная аттестация 3 года обучения (май) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с нарушением слуха | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 38-40 баллов Допустимый уровень: 29-37 балла Критический уровень: 18-28 балла | Итоговая диагностика 4 года обучения (май) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, | Оптимальный уровень: 38-40 баллов | Итоговая диагностика 4 года |

| | | | | | |
|--|--|---|--|---|--|
| | | задание 2 для лиц с интеллектуальными нарушениями | плавательная подготовка | Допустимый уровень: 29-37 балла Критический уровень: 18-28 балла | обучения (май) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с нарушением зрения I – функциональной группы | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 33-35 баллов Допустимый уровень: 25-32 баллов Критический уровень: 15-24 баллов | Итоговая диагностика 4 года обучения (май) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с нарушением зрения II и III - функциональной группы | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 33-35 баллов Допустимый уровень: 25-32 баллов Критический уровень: 15-24 баллов | Итоговая диагностика 4 года обучения (май) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата I – функциональная группа | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 33-35 баллов Допустимый уровень: 25-32 балла Критический уровень: 15-24 баллов | Итоговая диагностика 4 года обучения (май) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата II – функциональная группа | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 43-45 балла Допустимый уровень: 33-42 балла Критический уровень: 21-27 балла | Итоговая диагностика 4 года обучения (май) |
| | | Тестирование, практическое задание 1, практическое задание 2 для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата III – функциональная группа | Теоретическая, плавательная физическая подготовка, плавательная подготовка | Оптимальный уровень: 38-40 баллов Допустимый уровень: 29-37 балла Критический уровень: 18-28 балла | Итоговая диагностика 4 года обучения (май) |

| | | | | | |
|----|---|------------|--|--|--|
| 5. | Определение метапредметных навыков в процессе освоения учебного материала | Наблюдение | Учебно-организационные умения и навыки | Оптимальный уровень: 21 баллов Допустимый уровень: 16-19 баллов Критический уровень: 12-15 баллов | Промежуточная аттестация Итоговая диагностика |
|----|---|------------|--|--|--|

2.5. Методические материалы

Педагогические технологии обучения

✓ **Игровая технология.** Эта технология широко известна в физическом воспитании и спортивной тренировке. Реализовать возможности этой технологии во многом удастся с помощью применяемых в плавании игр и развлечений, которые позволяют успешно не только решить специально поставленные задачи, но и делают занятия более эмоциональными, что помогает учащимся полюбить плавание и заниматься им систематически.

В группах с разными видами нарушений содержание игровой деятельности неодинаково и лимитируется моторной мобильностью, двигательным опытом, физическими возможностями, возрастом. Но несомненным является тот факт, что, используя эмоциональную основу игры, можно успешно решать коррекционно-развивающие задачи.

✓ **Личностно-ориентированная технология.** Данная технология позволяет ведение индивидуальной работы с каждым учащимся: выбор оптимальных физических упражнений и методов физического совершенствования, разнообразных форм и методов организации учебной деятельности, оценки деятельности учащегося не только по конечному результату, но и по процессам его достижения. В результате этой технологии учащиеся достигают наиболее высоких для себя индивидуальных результатов.

Методы обучения

✓ **Словесные методы.** К ним относятся: описание, объяснение, рассказ, беседа, методические указания, разбор и анализ действия, команды и распоряжение, подсчет).

В связи со специфическими особенностями плавания все необходимые объяснения, разбор и оценка действий проводятся в подготовительной и заключительной частях урока на суше. В воде применяются только лаконичные команды, распоряжения и подсчет, поскольку для учащихся ухудшаются условия слышимости, а также возрастает опасности переохлаждения.

✓ **Наглядные методы.** К ним относятся: показ изучаемого движения (или техники плавания), использование учебных наглядных пособий, применение жестикуляции.

✓ **Практические методы.** Чтобы совершенствовать у детей определённые умения и навыки, необходимо многократное повторение изучаемых движений. Учитывая трудности в координации учебного материала, дети с ОВЗ нуждаются в особом подходе в процессе обучения: в подборе упражнений, которые вызывают доверие, ощущение безопасности, комфортности и надёжной страховки.

Необходимо выделить следующие направления использования метода практических упражнений:

- выполнение упражнения по частям, изучая каждую фазу движения отдельно, а затем объединяя их в целое;
- выполнение движения в облегчённых условиях;
- использование сопротивлений (упражнения в парах, с резиновыми амортизаторами и т.д.);
- использование имитационных упражнений, подражательные упражнения, · использование страховки, помощи и сопровождения, которые дают уверенность ребёнку при выполнении движения;
- использование изученного движения в сочетании с другими действиями;
- изменение исходных положений для выполнения упражнения;
- изменение внешних условий выполнения упражнений;

- изменение в процессе выполнения упражнений таких характеристик как темп, ритм, скорость, направление движения, амплитуда, траектория и т.д.;
- изменение эмоционального состояния;

К практическим методам также относят методы практических упражнений, соревновательный и игровой методы.

Методы практических упражнений условно разделяют на две подгруппы:

- 1) преимущественно направленные на освоение техники плавания:
 - метод разучивания по частям;
 - метод разучивания в целом.
- 2) преимущественно направленные на развитие двигательных качеств.

Соревновательный метод. Для него характерны:

- 1) достижение победы в результате предельной мобилизации своих возможности;
- 2) умение использовать особенности своей физической и психологической подготовленности в борьбе за первенство.

Игровой метод. Для него характерны:

- 1) эмоциональность и соперничество, проявляемые в рамках правил игры;
- 2) вариативное применение полученных умений и навыков в изменяющихся условиях игры;
- 3) умение проявлять инициативу и принимать самостоятельные решения в игровых ситуациях;
- 4) комплексное совершенствование физических и морально-волевых качеств.

Методы воспитания

- ✓ Метод убеждения: суждение, сообщение, мнение, диалог, дискуссия, совет, рекомендация, обмен впечатлениями.
- ✓ Метод упражнения: личный пример педагога, просьба что-либо сделать или переделать, показ-инструкция, приказ к действию в особых случаях (прекратить драку, вернуть чужую вещь).

✓ Метод поощрения: одобрение (улыбка, кивок или слово «молодец», «хорошо»), похвала – развернутая форма одобрения, благодарность – признание значимости сделанного.

Помимо повышения самооценки, важно снять страх учащегося перед неуспехом («ничего страшного»), авансировать его («обязательно получится»), усилить мотив деятельности («это так важно для тебя»), отмечать исключительные черты личности, позволяющие надеяться на успех.

Наказание организуют аналогично, но меняют оценочный вектор. Используют следующие приемы: неодобрение, замечание.

Виды занятий:

- учебно-тренировочные занятия;
- теоретические занятия;
- домашние задания;
- соревнования;
- контрольные занятия.

Учебное занятие состоит из подготовительной, основной и заключительной частей.

В подготовительной части: сообщаются задачи занятия, осуществляется организация учащихся и их функциональная и психологическая подготовка к основной части занятия. В ней применяются специально-подготовительные и имитационные упражнения.

В основной части занятия решаются задачи овладения элементами техники плавания. Изучается и совершенствуется техника спортивных способов плавания, стартов и поворотов.

Заключительная часть занятия направлена на постепенное снижение нагрузки и приведение организма учащегося в относительно спокойное состояние с помощью медленного плавания, выполнения стартовых и учебных прыжков, поворотов. Проведение игр в заключительной части занятия улучшает эмоциональное состояние учащихся и облегчает перенесение

тренировочных нагрузок. Это в значительной степени повышает интерес к занятиям. Занятие завершается подведением итогов.

Спортивная классификация лиц с нарушением зрения

Данная категория людей подразделяется на слепых и слабовидящих.

Класс В1 – нет светочувствительности в одном глазу (тотальная потеря зрения) или имеется, но частичная светочувствительность при отсутствии реакции на движение (например, нет реакции на движение руки на любом расстоянии от глаза).

Класс В2 – нет возможности видеть движение руки на расстоянии до 2 м (при норме 60 м).

Класс В3 – нет возможности видеть движение руки на расстоянии от 2 до 6 м. Ограниченное поле зрения варьируется от 5 до 21°.

Распределение спортсменов по классам в плавании

В плавании комбинируются условия потери конечностей, церебрального паралича (координации и ограничения подвижности), травм позвоночника (слабость или паралич, влияющие на конечности) и другие нарушения, имеющиеся у спортсменов.

Все обозначения классов начинаются с буквы S.

S1 - S10 - спортсмены с физическими поражениями;

S11 - S13 - спортсмены с нарушением зрения (В1, В2 и В3);

S14 - спортсмены с нарушением интеллекта.

Обозначение S относится к классам в вольном стиле, спине и баттерфляй; SB - брассе; SM - комплексное плавании.

Порядок определения классов от минимального поражения (S1, SB1, SM1) до максимального (S10, SB10, SM10).

В любом классе в зависимости от состояния спортсмена он может стартовать либо с тумбочки, либо из воды. Это учитывается при классификации спортсмена.

Краткая функциональная классификация спортсменов в плавании

Нормативы спортивной классификации позволяют педагогам ориентироваться на адекватные уровни спортивных результатов, состояние отдельных сторон подготовленности лиц с ограниченными возможностями здоровья и необходимые для достижения этого уровня тренировочные нагрузки.

S1, SB1, SM1 - спортсмены с серьезными проблемами в координации во всех конечностях, или они не используют ноги и туловище, руки и минимально используют плечи.

S2, SB1, SM2 - спортсмены с теми же поражениями, что и в предыдущем классе, но имеют больше возможности использовать руки.

S3, SB2, SM3 - спортсмены с неплохими возможностями рук, но не используют ноги и туловище; они имеют большие возможности по сравнению с предыдущим классом. Возможно отсутствие конечностей.

S4, SB3, SM4 - спортсмены с минимальной слабостью рук и использующие их в плавании. Не могут использовать ноги и туловище. Имеют проблемы в координации, влияющие на все конечности, но преимущественно на ноги. Также этот класс для спортсменов, потерявших большую часть в трех конечностях; они имеют большие возможности по сравнению с предыдущим классом.

S5, SB4, SM5 - спортсмены с полным использованием мышц рук, но не могут использовать мышцы ног и туловища. Имеют проблемы с координацией. Возможно отсутствие конечностей.

S6, SB5, SM6 - спортсмены с полным использованием мышц рук, могут управлять движениями туловища, но не могут использовать мышцы ног. Имеют проблемы в координации, хотя обычно они могут ходить. Также этот класс для карликов и тех спортсменов, у которых потеряна большая часть двух конечностей.

S7, SB6, SM7 - спортсмены, которые полностью используют руки и туловище, но имеют некоторые проблемы в функции ног; имеют слабую одну сторону тела; поражение двух конечностей.

S8, SB7, SM8 - спортсмены, которые полностью используют руки и туловище, но имеют некоторые проблемы в функции ног. Спортсмены, использующие только одну руку, или имеющие поражение конечности или ее отсутствие.

S9, SB8, SM9 - спортсмены с серьезной слабостью одной ноги, или со слабыми проблемами в координации, или с проблемами в одной конечности, или отсутствует часть конечности.

S10, SB9, SM10 - спортсмены с минимальной слабостью, влияющей на ноги. Спортсмены с ограниченными движениями бедра или имеющие некоторую деформацию стопы или минимальную потерю конечности. Этот класс имеет наибольшие физические возможности.

S11, SB11, SM11 - отсутствие светопроекции, или при наличии светопроекции, но без способности определить тень руки на любом расстоянии и в любом направлении. Спортсмены класса B1.

S12, SB12, SM12 - от способности определить тень руки на любом расстоянии до остроты зрения ниже 2/60 (0.03), или при концентрическом сужении поля зрения до 5 градусов. Спортсмены класса B2.

S13, SB13, SM13 - от остроты зрения выше 2/60, но ниже 6/60 (0.03-0.1) и/или при концентрическом сужении поля зрения более 5 градусов, но менее 21 градусов. Спортсмены класса B3.

S14, SB14, SM14 - спортсмены, признанные умственно отсталыми в соответствии с требованиями международных стандартов ВОЗ и относящиеся к международной спортивной организации INAS-FID.

**Организационно-методические особенности построения занятий с
учащимися, имеющими ограниченные возможности здоровья**

Обучение лиц с ограниченными возможностями здоровья основывается на традиционной методике обучения плаванию. Однако при обучении плаванию данной категории лиц должен использоваться индивидуальный подход, так как некоторые упражнения вследствие нарушения здоровья могут выполняться только с помощью партнера. Следует также учитывать имеющиеся у учащихся сопутствующие заболевания и проводить занятия с их учетом.

Кроль на груди – наиболее популярный и быстрый спортивный способ плавания. В тех видах соревнований, в которых разрешается плыть способом по выбору (вольным стилем), спортсмены предпочитают плыть кролем на груди.

Особенности тренировки.

Принципиальный подход к планированию и построению спортивной тренировки для лиц с ограниченными возможностями здоровья практически такой же, как и для физически здоровых лиц. Закономерности адаптации к тренировочным нагрузкам и принципы построения тренировки в общем одинаковы и для здоровых людей, и для инвалидов. В зависимости от уровня подготовленности следует ориентироваться на средства и методы либо кондиционной, либо оздоровительной тренировок.

Для каждого контингента лиц с ограниченными возможностями здоровья существуют специфические рекомендации по модификации тренировочного процесса, которые следует учитывать при проведении занятий с различными категориями занимающихся.

Лица с нарушением интеллекта. Понимание данной категорией лиц инструкций очень разное. Речь педагога должна быть максимально упрощена, необходимо использовать указания при движении рук или ног в том или ином направлении. Инструкции должны часто повторяться. К постоянному наблюдению должны привлекаться, которые будут следить за выполнением упражнений, распорядком и регламентом тренировки и соревнования.

Лица с нарушением слуха. Объяснять медленно, четко, коротко, стоя лицом к занимающимся. Использовать грифельные или белые доски для показа плана тренировки. Выучить язык жестов, по крайней мере, достаточный для передачи сообщений, наиболее часто встречающихся инструкций и указаний для исправлений ошибок, похвалы и приветствий. Этим учащимся надо чаще показывать и просить повторить желаемое движение, чтобы гарантировать понимание ими правильной техники. Необходимо научить учащихся пользоваться световым стартовым сигналом.

Лица с нарушением опорно-двигательного аппарата. Каждому учащемуся необходимо подбирать свой вариант техники. Использование лопаточек, ласт и поплавков может помочь данной категории лиц выработать лучшую технику плавания, а также заниматься вместе с другими учащимися во время тренировок.

Лица с неврологическими заболеваниями, такими, как церебральный паралич. Они испытывают трудности с координацией и управлением движениями.

Лица с нарушениями зрительного анализатора. Труднее обучать сложным движениям, поскольку вместо показа используются только словесные объяснения; труднее контролировать правильное положение головы и туловища при плавании; труднее обучать движениям, в которых работают и ноги, и руки; необходимо постоянно контролировать приближение учащегося к бортику бассейна.

Методические рекомендации по обучению плаванию

Обучение плаванию лиц с нарушениями интеллекта

При обучении плаванию данной категории учащихся необходимо, прежде всего, учитывать их психоэмоциональное состояние, так как от этого зависит эффективность занятия. Освоение с водой у лиц с низким коэффициентом интеллекта может растянуться на весь учебный год.

При выполнении упражнений должен строго соблюдаться принцип от простого к сложному. Упражнение, если оно достаточно сложное для учащихся, должно осваиваться целостно раздельным методом (освоение по отдельным фазам движения). Упражнения на суше и в воде первоначально осваиваются совместно с партнером, который направляет движения учащегося, помогает ему освоить движения, начиная с контроля за положением головы. Необходимо повторять упражнения, которые разучивались в течение недели. При объяснении упражнения нужно фиксировать внимание на той части тела, которая в данный момент совершает движение.

На занятиях должны широко использоваться речевые и звуковые сопровождения, так как слова, фразы, понятия улучшают и нормализуют психологическую деятельность учащихся, улучшают процесс восприятия и понимания речи, обогащают словарь. Учащиеся часто теряют интерес к выполнению упражнений, поэтому необходимо использовать игровой метод, а также оценивать и фиксировать уровень овладения учащимся упражнениями по освоению с водой.

Все методы обучения применяются комплексно. Обучения спортивным способам и отдельным двигательным действиям происходит с применением целостно-раздельного метода обучения.

Необходимо оценить любые, даже самые незначительные, сдвиги учащихся в двигательной подготовленности при выполнении отдельных упражнений. Принципиальный подход к планированию и построению спортивной тренировки для лиц с ограниченными возможностями здоровья практически такой же, как и для физически здоровых лиц.

Занятия по плаванию должны содержать упражнения, направленные на коррекцию нарушений опорно-двигательного аппарата. Для учащихся с нарушением интеллекта характерны сопутствующие заболевания, такие, как нарушение осанки – кругловогнутая спина и плоскостопие I и II степеней. Также наиболее распространенными являются заболевания ЛОР-органов и

сердечно-сосудистые. Поэтому целесообразно-укреплять дыхательную и сердечно-сосудистые системы средствами плавания.

Обучение плаванию лиц с нарушениями зрительного анализатора

Последовательность обучения технике спортивных способов плавания лиц с нарушениями зрительного анализатора такая же, как при обучении лиц без ограничения возможностей здоровья. Основа обучения таких учащихся технике плавания – это словесный и практический методы обучения, а также тактильные ощущения.

Необходимо давать точное описание техники изучаемого движения, используя конкретные яркие сравнения и понятия, доступные для учащихся. Воображение лиц с нарушениями зрительного анализатора довольно ограничено, поэтому необходимо периодически проверять правильность их восприятия путем выполнения как частей движения, как движения в целом. Ошибки тут же исправляются, чтобы у учащихся сложилось правильное представление о самом движении с его словесными сравнениями и образами.

Практические методы обучения такие же, как у учащихся без ограничения возможностей здоровья. Однако при этом учитываются особенности физического развития, обусловленные нарушениями зрения, вторичными отклонениями в формировании движений и пространственно-ориентировочной деятельности.

Тактильное обучение применяется при выполнении упражнений, как на суше, так и в воде. Ощупывание при выполнении упражнений на суше и в воде создает у учащегося правильное представление о положении тела и движениях. При выполнении имитационных упражнений на координацию движений руками, ногами и дыхания в способах плавания хорошо использовать узкую, мягкую скамью, которая не мешает правильному выполнению движений в целом.

Обучение плаванию лиц с нарушениями слухового анализатора

При обучении учащихся с нарушением слуха также следует уделять наглядному и словесному методам обучения при объяснении упражнений.

Одна из причин, снижающих качество основных движений - ограниченность словесной информации о выполняемых движениях. В обучении физическим упражнениям лиц с нарушением слуха существенную роль играет слово.

Техника спортивных способов плавания и методика обучения для учащихся с нарушениями слухового анализатора в целом такие же, как при обучении учащихся без ограничения возможностей здоровья. Основа обучения учащихся технике плавания – это наглядный, словесный и практический методы обучения. Но более важную роль для учащихся с нарушением слуха играет наглядное обучение, которое им легче воспринимается.

Для физического развития глухих характерен более низкий уровень развития физических качеств. Из-за нарушений слуха страдают такие качества, как точность, равновесие и координация движений скоростно-силовые и др.

Обучение плаванию лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата

Особенности обучения данной категории учащихся связаны в основном с невозможностью выполнения отдельных упражнений из-за нарушений опорно-двигательного аппарата, поэтому при выполнении таких упражнений им необходима помощь партнера.

Техника спортивных способов плавания имеет некоторые особенности, характерные для лиц с тем или иным нарушением опорно-двигательного аппарата. Эти особенности связаны с изменением положения равновесия в воде.

Педагог, зная особенности и учитывая нарушения опорно-двигательного аппарата учащегося, может научить его более рациональной технике плавания. Это выражается в изменении траектории движений конечностей, более быстром или замедленном выполнении отдельных фаз гребковых движений.

2.6. Список литературы

Информационное обеспечение для педагога

1. Артамонова, Л. Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура [Текст]: учеб. пособие / Л. Л. Артамонова, О. П. Панфилов, В. В. Борисов Под общей ред. О. П. Панфилова. М.: Изд. ВЛАДОС-ПРЕСС, 2114. 389 с.
2. Бегидова, Т. П. Основы адаптивной физической культуры [Текст]: учебное пособие / Т. П. Бегидова. М.: Физкультура и Спорт, 2107. 192 с.
3. Безотечество, К. И. Гидрореабилитация [Текст]: учеб. пособие модуля дисциплины «Технологии физкультурно-спортивной деятельности» / К. И. Безотечество. М.: Изд. ФЛИНТА: Изд. Наука, 2117. 156 с.
4. Булгакова, Н. Ж. Плавание с методикой преподавания [Текст]: учебник для СПО/ Н. Ж. Булгакова. М.: Издательство «Юрайт», 2118. 344 с.
5. Булгакова, Н. Ж. Адаптивная и физическая культура. Плавание [Текст]: учеб. пособие для академического бакалавриата / Н.Ж, Булгакова, С.Н. Морозов, О. И. Попов, Т.С. Морозова. М.: Издательство «Юрайт», 2118. 401 с.

6. Булгакова, Н. Ж. Теория и методика плавания [Текст]: учеб. для студ. учреждений высш. проф. образования / Н.Ж. Булгакова, О. И. Попов, Е.А. Распопова. М.: Издательский центр «Академия», 2114. 321 с.
7. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры [Текст]: учебник. В 2 т. Т. 1: Введение в специальность. История, организация и общая характеристика адаптивной физической культуры / Под общей ред. проф. С. П. Евсеева. М.: Советский спорт, 2105. 296 с.
8. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры [Текст]: учебник. В 2 т. Т. 2: Содержание и методики адаптивной физической культуры и характеристика ее основных видов / Под общей ред. проф. С. П. Евсеева. М.: Советский спорт, 2105. 448 с.
9. Евсеев, С. П. Технология физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре [Текст]: учебное пособие / Авторы-составители Аксенова О. Э., С. П. Евсеев / Под ред. С. П. Евсеева. М.: Советский спорт, 2107. 296 с.
10. Евсеев, С.П. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения [Текст]: учебное пособие /Под общей ред. проф. С. П. Евсеева. М.: Советский спорт, 2114. 298 с.
11. Евсеев, С. П. Адаптивная физическая культура [Текст]: учебное пособие / С. П. Евсеев, Л. В. Шапкова. М.: Советский спорт, 2104. 240 с.
12. Евсеев, С. П. Материально-техническое обеспечение адаптивной физической культуры [Текст]: учебное пособие / С. П. Евсеев. М.: Советский спорт, 2100. 152 с.
13. Епифанов, В. А. Лечебная физическая культура и спортивная медицина [Текст]: Учебник. М.: Медицина, 1999. 304 с.
14. Курамшин, Ю. Ф. Теория и методика физической культуры [Текст] : учеб-ник / Под ред. Ю. Ф. Курамшина. – М. : Советский спорт, 2104. 464 с.
15. Маллаев, Д. М. Игры для слепых и слабовидящих [Текст]: учебное пособие / Д. М. Маллаев. – М.: Советский спорт, 2102. 136 с.

16. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры [Текст]: учебное пособие / Л. П. Матвеев. - СПб : Изд-во «Лань», 2104. 160 с.
17. Менхин, Ю. В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика [Текст]: учеб. для вузов / Ю. В. Менхин, А. В. Менхин - М.: Физкультура и Спорт, 2109. 432 с
18. Потапчук, А. А. Лечебная физическая культура в детском возрасте [Текст]: учебно-методическое пособие / А. А. Потапчук, С. В. Матвеев, М. Д. Дидур. – СПб.: Речь, 2107. 464 с.
19. Селевко, Г.К. Современные образовательные технологии [Текст]: Учебное пособие / Г. К. Селевко. - М.: Народное образование, 1998. 256 с.
21. Царик, А. В. Физическая реабилитация и спорт инвалидов: Нормативные правовые документы, механизмы реализации, практический опыт, рекомендации [Текст]: [авт.-сост. А. В. Царик]. - 2-е изд., доп. и испр. - Москва: Советский спорт, 2103. 573 с.
21. Шапкова, Л. В. Частные методики адаптивной физической культуры [Текст]: Учебное пособие / под ред. Л. В. Шапкова. – М.: Советский спорт, 2107. 608 с.

Информационное обеспечение программы для учащихся

1. Булгакова, Н.Ж. Познакомьтесь - плавание [Текст] книга / Н.Ж. Булгакова. М.: Издательство «Астрель», 2102. 160с.

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
входной диагностики учащихся 1 года обучения (сентябрь)**

Лица с нарушением слуха

Тест

(Ф.И. учащегося)

1. Что такое плавание?
 - а) вид спорта
 - б) развлечение
 - в) игра
2. Какие обязательные предметы необходимо взять с собой в душ перед занятием на воде?
 - а) мочалка, мыло
 - б) очки, полотенце
3. Как правильно включить теплую воду в душе?
 - а) сначала горячую, затем холодную
 - б) сначала холодную, затем горячую
4. В бассейне нельзя: ...
 - а) толкаться
 - б) кричать
 - в) бегать
 - г) все ответы верны
5. Какого вида водного спорта не существует?
 - а) синхронное плавание
 - б) узорное плавание
 - в) водное поло
 - г) спортивное плавание

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа __ года обучения (входная диагностика)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | | |
| | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

5 баллов– оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

3-4 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

2 балла и менее – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-----------------------------------|--|--|--|---|
| Силовая выносливость | Отжимание отягощения весом 1 кг в положении лежа на спине (кол-во раз) | 12 | 11 | 10 |
| | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) | 6 | 5 | 4 |
| Скоростно-силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) | 55 | 53 | 50 |
| Гибкость | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | касание ладонью | касание кончиками пальцев | без касания пальцев ног |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "Плавание" в 20__-20__ учебном году
групп ____ года обучения (входная диагностика)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|-----------------------|---|--|------------------------|--|-------------------------|-----------|
| | | Отжимание отягощения весом 1 кг в положении лежа на спине | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Прыжок в длину с места | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | | |
| | | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов - выполнение практически всего объема заданий самостоятельно.

4 балла – выполнение заданий более 1/2 и не менее 2/3 объема или с частичной помощью педагога.

3 балла – выполнение заданий менее чем 1/2 объема или с помощью педагога.

Общее количество баллов:

20 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

16 – 19 – допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

12 - 15 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Виды подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-----------------------------------|---|--|--|---|
| Техническая программа | Передвижение в воде (ходьба) | легко выполняет упражнение | выполняет упражнения неуверенно, осторожно, держится за поручень | боится отойти от бортика, отказывается выполнять упражнение |
| | Вдох над водой и выдох в воду | опустил лицо в воду сделал выдох | коснулся ртом воды, сделал выдох | опустил рот к поверхности, сделал выдох |
| | Погружение в воду (выполнить вдох, задержать дыхание, присесть) | голова полностью погружена под воду | отказывается погружать голову в воду | не выполнил упражнение |
| | Всплывание из-под воды (выполнить) | легко выполняет | выполняет упражнение, | не выполнил упражнение |

| | | | | |
|--|---|--|---|------------------------|
| | вдох, задержать дыхание, присесть, руками обхватить колени, сосчитать до 10) | упражнение уверенно без ошибок | неуверенно с ошибками | |
| | Лежание на воде (из положения стоя в воде, ноги врозь, руки в стороны выполнить упражнение «Звездочка») | легко выполняет упражнение уверенно без ошибок | выполняет упражнение, неуверенно с ошибками | не выполнил упражнение |
| | Скольжение на груди (стоя на дне, поднять руки вверх, кисти рук соединены, сделать вдох, задержать дыхание, наклониться вперед, опустить лицо в воду и оттолкнуться ногами) | легко выполняет упражнение уверенно без ошибок | выполняет упражнение, неуверенно с ошибками | не выполнил упражнение |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа __ года обучения (входная диагностика)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|-------------------------|----------------------------------|----------------------|----------------------------|-----------------|------------------------|----------------------------|-----------|
| | | Передвижение в воде | Вдох над водой и выдох в воду | Погружение в воду | Всплывание из- под воды | Лежание на воде | Скольжение на груди | | |
| | | | | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов - выполнение практически всего объема заданий самостоятельно.

4 балла – выполнение заданий более 1/2 и не менее 2/3 объема или с частичной помощью педагога.

3 балла – выполнение заданий менее чем 1/2 объема или с помощью педагога.

Общее количество баллов:

30 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

24-29 – допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

18-23 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа __1__ года обучения (входная диагностика)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 53-55 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 43-52 балла (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 30-42 балла (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
входной диагностики учащихся 1 года обучения (сентябрь)**

Лица с интеллектуальными нарушениями

Опрос

(Ф.И. учащегося)

1. Что такое плавание?
 - а) вид спорта
 - б) развлечение
 - в) игра
2. Какие обязательные предметы необходимо взять с собой в душ перед занятием на воде?
 - а) мочалка, мыло
 - б) очки, полотенце
3. Как правильно включить теплую воду в душе?
 - а) сначала горячую, затем холодную
 - б) сначала холодную, затем горячую
4. В бассейне нельзя: ...
 - а) толкаться
 - б) кричать
 - в) бегать
 - г) все ответы верны
5. Какого вида водного спорта не существует?
 - а) синхронное плавание
 - б) узорное плавание
 - в) водное поло
 - г) спортивное плавание

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа __ года обучения (входная диагностика)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | | |
| | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

5 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

3-4 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

2 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-----------------------------------|---|--|--|---|
| Координация | Прыжок в длину с места (см) мальчики девочки | 50 | 45 | 40 |
| | | 45 | 40 | 35 |
| Силовая выносливость | Маховые движения рук в положении лежа на спине (мин) | 1,05 | 1,03 | 1 |
| Скоростно-силовые способности | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) мальчики девочки | 14 | 13 | 12 |
| | | 10 | 9 | 8 |
| Гибкость | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | касание ладонью | касание кончиками пальцев | без касания пальцев ног |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (входная диагностика)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------------|------------------------|--|--|--|-------------------------|------------|
| | | Прыжок в длину с места | Маховые движения рук в положении лежа на спине | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | | |
| | | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов – выполнение практически всего объема заданий самостоятельно.

4 балла – выполнение заданий более 1/2 и не менее 2/3 объема или с частичной помощью педагога.

3 балла – выполнение заданий менее чем 1/2 объема или с помощью педагога.

Общее количество баллов:

20 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

16 - 19 – допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

12 - 15 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Виды подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-----------------------------------|---|--|--|---|
| Техническая программа | Передвижение в воде (ходьба) | легко выполняет упражнение | выполняет упражнения неуверенно, осторожно, держится за поручень | боится отойти от бортика, отказывается выполнять упражнение |
| | Вдох над водой и выдох в воду | опустил лицо в воду сделал выдох | коснулся ртом воды, сделал выдох | опустил рот к поверхности, сделал выдох |
| | Погружение в воду (выполнить вдох, | голова полностью | отказывается погружать | не выполнил упражнение |

| | | | | |
|--|---|--|---|------------------------|
| | задержать дыхание, присесть) | погружена под воду | голову в воду | |
| | Всплывание из-под воды (выполнить вдох, задержать дыхание, присесть, руками обхватить колени, сосчитать до 10) | легко выполняет упражнение уверенно без ошибок | выполняет упражнение, неуверенно с ошибками | не выполнил упражнение |
| | Лежание на воде (из положения стоя в воде, ноги врозь, руки в стороны выполнить упражнение «Звездочка») | легко выполняет упражнение уверенно без ошибок | выполняет упражнение, неуверенно с ошибками | не выполнил упражнение |
| | Скольжение на груди (стоя на дне, поднять руки вверх, кисти рук соединены, сделать вдох, задержать дыхание, наклониться вперед, опустить лицо в воду и оттолкнуться ногами) | легко выполняет упражнение уверенно без ошибок | выполняет упражнение, неуверенно с ошибками | не выполнил упражнение |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа __ года обучения (входная диагностика)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|-------------------------|----------------------------------|-------------------|---------------------------|-----------------|------------------------|----------------------------|-----------|
| | | Передвижение в воде | Вдох над водой и выдох в воду | Погружение в воду | Всплывание из-под воды | Лежание на воде | Скольжение на груди | | |
| | | | | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов - выполнение практически всего объема заданий самостоятельно.

4 балла – выполнение заданий более 1/2 и не менее 2/3 объема или с частичной помощью педагога.

3 балла – выполнение заданий менее чем 1/2 объема или с помощью педагога.

Общее количество баллов:

30 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

24-29 – допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

18-23 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (входная диагностика)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 53-55 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 43-52 балла (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 30-42 балла (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
входная диагностика учащихся 1 года обучения (сентябрь)**

**Лица с нарушением зрения
I – функциональная группа**

Опрос

(Ф.И. учащегося)

1. Что такое плавание?
 - а) вид спорта
 - б) развлечение
 - в) игра
2. Какие обязательные предметы необходимо взять с собой в душ перед занятием на воде?
 - а) мочалка, мыло
 - б) очки, полотенце
3. Как правильно включить теплую воду в душе?
 - а) сначала горячую, затем холодную
 - б) сначала холодную, затем горячую
4. В бассейне нельзя: ...
 - а) толкаться
 - б) кричать
 - в) бегать
 - г) все ответы верны
5. Какого вида водного спорта не существует?
 - а) синхронное плавание
 - б) узорное плавание
 - в) водное поло
 - г) спортивное плавание

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа __ года обучения (входная диагностика)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | | |
| | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

5 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

3-4 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

2 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| Физическое качество | Наименование упражнений | оптимальный уровень (5 баллов) | допустимый уровень (4 балла) | критический уровень (3 балла) |
|-------------------------------|--|---|---|--|
| Силовая выносливость | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) мальчики девочки | 5 4 | 4 3 | 3 2 |
| | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) мальчики девочки | 10 7 | 9 6 | 8 5 |
| Скоростно-силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) | 45 | 43 | 40 |
| Гибкость | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | касание ладонью | касание кончиками пальцев | без касания пальцев ног |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20___-20__ учебном году
группа ___ года обучения (входная диагностика)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------------|--|---|------------------------|--|-------------------------|------------|
| | | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Прыжок в длину с места | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | | |
| | | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов - выполнение практически всего объема заданий самостоятельно.

4 балла – выполнение заданий более 1/2 и не менее 2/3 объема или с частичной помощью педагога.

3 балла – выполнение заданий менее чем 1/2 объема или с помощью педагога.

Общее количество баллов:

20 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

16 - 19 – допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

12 - 15 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

| <i>Виды подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-----------------------------------|---|--|--|---|
| Техническая программа | Передвижение в воде (ходьба) | легко выполняет упражнение | выполняет упражнения неуверенно, осторожно, держится за поручень | боится отойти от бортика, отказывается выполнять упражнение |
| | Вдох над водой и выдох в воду | опустил лицо в воду сделал выдох | коснулся ртом воды, сделал выдох | опустил рот к поверхности, сделал выдох |
| | Погружение в воду (выполнить вдох, задержать дыхание, присесть) | голова полностью погружена под воду | отказывается погружать голову в воду | не выполнил упражнение |
| | Всплывание из-под воды (выполнить вдох, задержать) | легко выполняет упражнение | выполняет упражнение, | не выполнил упражнение |

| | | | | |
|--|---|--|---|------------------------|
| | дыхание, присесть, руками обхватить колени, сосчитать до 10) | уверенно без ошибок | неуверенно с ошибками | |
| | Лежание на воде (из положения стоя в воде, ноги врозь, руки в стороны выполнить упражнение «Звездочка») | легко выполняет упражнение уверенно без ошибок | выполняет упражнение, неуверенно с ошибками | не выполнил упражнение |
| | Скольжение на груди (стоя на дне, поднять руки вверх, кисти рук соединены, сделать вдох, задержать дыхание, наклониться вперед, опустить лицо в воду и оттолкнуться ногами) | легко выполняет упражнение уверенно без ошибок | выполняет упражнение, неуверенно с ошибками | не выполнил упражнение |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (входная диагностика)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|-------------------------|----------------------------------|-------------------|---------------------------|-----------------|------------------------|----------------------------|-----------|
| | | Передвижение в воде | Вдох над водой и выдох в воду | Погружение в воду | Всплывание из-под воды | Лежание на воде | Скольжение на груди | | |
| | | | | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов - выполнение практически всего объема заданий самостоятельно.

4 балла – выполнение заданий более 1/2 и не менее 2/3 объема или с частичной помощью педагога.

3 балла – выполнение заданий менее чем 1/2 объема или с помощью педагога.

Общее количество баллов:

30 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

24-29 – допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

18-23 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (входная диагностика)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 53-55 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 43-52 балла (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 30-42 балла (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
Входного контроля учащихся 1 года обучения (сентябрь)**

**Лица с нарушением зрения
II и III – функциональная группа**

Опрос

(Ф.И. учащегося)

1. Что такое плавание?
 - а) вид спорта
 - б) развлечение
 - в) игра
2. Какие обязательные предметы необходимо взять с собой в душ перед занятием на воде?
 - а) мочалка, мыло
 - б) очки, полотенце
3. Как правильно включить теплую воду в душе?
 - а) сначала горячую, затем холодную
 - б) сначала холодную, затем горячую
4. В бассейне нельзя: ...
 - а) толкаться
 - б) кричать
 - в) бегать
 - г) все ответы верны
5. Какого вида водного спорта не существует?
 - а) синхронное плавание
 - б) узорное плавание
 - в) водное поло
 - г) спортивное плавание

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа __ года обучения (входная диагностика)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | | |
| | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

5 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

3-4 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

2 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-----------------------------------|--|--|--|---|
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) мальчики девочки | 12 10 | 11 9 | 10 8 |
| | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) мальчики девочки | 6 5 | 5 4 | 4 3 |
| Скоростно-силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) мальчики девочки | 60 50 | 55 45 | 50 40 |
| Гибкость | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | касание ладонью | касание кончиками пальцев | без касания пальцев ног |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (входная диагностика)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------------|--|---|------------------------|--|-------------------------|------------|
| | | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Прыжок в длину с места | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | | |
| | | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов - выполнение практически всего объема заданий самостоятельно.

4 балла – выполнение заданий более 1/2 и не менее 2/3 объема или с частичной помощью педагога.

3 балла – выполнение заданий менее чем 1/2 объема или с помощью педагога.

Общее количество баллов:

20 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

16 - 19 – допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

12 - 15 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Виды подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-----------------------------------|--|--|---|--|
| Техническая программа | Передвижение в воде (ходьба) | легко выполняет упражнение | выполняет упражнения неуверенно, осторожно, держится за поручень | боится отойти от бортика, отказывается выполнять упражнение |
| | Вдох над водой и выдох в воду | опустил лицо в воду сделал выдох | коснулся ртом воды, сделал выдох | опустил рот к поверхности, сделал выдох |
| | Погружение в воду (выполнить вдох, задержать дыхание, присесть) | голова полностью погружена под воду | отказывается погружать голову в воду | не выполнил упражнение |

| | | | | |
|--|---|--|---|------------------------|
| | Всплывание из-под воды (выполнить вдох, задержать дыхание, присесть, руками обхватить колени, сосчитать до 10) | легко выполняет упражнение уверенно без ошибок | выполняет упражнение, неуверенно с ошибками | не выполнил упражнение |
| | Лежание на воде (из положения стоя в воде, ноги врозь, руки в стороны выполнить упражнение «Звездочка») | легко выполняет упражнение уверенно без ошибок | выполняет упражнение, неуверенно с ошибками | не выполнил упражнение |
| | Скольжение на груди (стоя на дне, поднять руки вверх, кисти рук соединены, сделать вдох, задержать дыхание, наклониться вперед, опустить лицо в воду и оттолкнуться ногами) | легко выполняет упражнение уверенно без ошибок | выполняет упражнение, неуверенно с ошибками | не выполнил упражнение |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа __ года обучения (входная диагностика)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|-------------------------|----------------------------------|-------------------|---------------------------|-----------------|------------------------|----------------------------|-----------|
| | | Передвижение в воде | Вдох над водой и выдох в воду | Погружение в воду | Всплывание из-под воды | Лежание на воде | Скольжение на груди | | |
| | | | | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов - выполнение практически всего объема заданий самостоятельно.

4 балла – выполнение заданий более 1/2 и не менее 2/3 объема или с частичной помощью педагога.

3 балла – выполнение заданий менее чем 1/2 объема или с помощью педагога.

Общее количество баллов:

30 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

24-29– допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

18-23 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (входная диагностика)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 53-55 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 43-52 балла (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 30-42 балла (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
входной аттестации учащихся 1 года обучения (сентябрь)**

**Лица с поражением опорно-двигательного аппарата
I – функциональная группа**

Опрос

(Ф.И. учащегося)

1. Что такое плавание?
 - а) вид спорта
 - б) развлечение
 - в) игра
2. Какие обязательные предметы необходимо взять с собой в душ перед занятием на воде?
 - а) мочалка, мыло
 - б) очки, полотенце
3. Как правильно включить теплую воду в душе?
 - а) сначала горячую, затем холодную
 - б) сначала холодную, затем горячую
4. В бассейне нельзя: ...
 - а) толкаться
 - б) кричать
 - в) бегать
 - г) все ответы верны
5. Какого вида водного спорта не существует?
 - а) синхронное плавание
 - б) узорное плавание
 - в) водное поло
 - г) спортивное плавание

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа __ года обучения (входная диагностика)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | | |
| | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

5 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

3-4 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

2 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-----------------------------------|---|--|--|---|
| Выносливость, координация | Маховые движения рук в положении лежа на спине (с) мальчики девочки | 35 25 | 33 23 | 30 20 |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) мальчики девочки | 7 5 | 6 4 | 5 3 |
| Гибкость | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | касание ладонью | касание кончиками пальцев | без касания пальцев ног |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (входная диагностика)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------------|---|---|--|-------------------------|------------|
| | | Маховые движения рук в положении лежа на спине | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | | |
| | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов - выполнение практически всего объема заданий самостоятельно.

4 балла – выполнение заданий более 1/2 и не менее 2/3 объема или с частичной помощью педагога.

3 балла – выполнение заданий менее чем 1/2 объема или с помощью педагога.

Общее количество баллов:

15– оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

12 – 14– допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

9-11– критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Виды подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-----------------------------------|--|--|---|--|
| Техническая программа | Передвижение в воде (ходьба) | легко выполняет упражнение | выполняет упражнения неуверенно, осторожно, держится за поручень | боится отойти от бортика, отказывается выполнять упражнение |
| | Вдох над водой и выдох в воду | опустил лицо в воду сделал выдох | коснулся ртом воды, сделал выдох | опустил рот к поверхности, сделал выдох |
| | Погружение в воду (выполнить вдох, задержать дыхание, присесть) | голова полностью погружена под воду | отказывается погружать голову в воду | не выполнил упражнение |

| | | | | |
|--|---|--|---|------------------------|
| | Всплытие из-под воды (выполнить вдох, задержать дыхание, присесть, руками обхватить колени, сосчитать до 10) | легко выполняет упражнение уверенно без ошибок | выполняет упражнение, неуверенно с ошибками | не выполнил упражнение |
| | Лежание на воде (из положения стоя в воде, ноги врозь, руки в стороны выполнить упражнение «Звездочка») | легко выполняет упражнение уверенно без ошибок | выполняет упражнение, неуверенно с ошибками | не выполнил упражнение |
| | Скольжение на груди (стоя на дне, поднять руки вверх, кисти рук соединены, сделать вдох, задержать дыхание, наклониться вперед, опустить лицо в воду и оттолкнуться ногами) | легко выполняет упражнение уверенно без ошибок | выполняет упражнение, неуверенно с ошибками | не выполнил упражнение |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа __ года обучения (входная диагностика)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|-------------------------|----------------------------------|-------------------|-------------------------|-----------------|------------------------|----------------------------|-----------|
| | | Передвижение в воде | Вдох над водой и выдох в воду | Погружение в воду | Всплытие из-под воды | Лежание на воде | Скольжение на груди | | |
| | | | | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов - выполнение практически всего объема заданий самостоятельно.

4 балла – выполнение заданий более 1/2 и не менее 2/3 объема или с частичной помощью педагога.

3 балла – выполнение заданий менее чем 1/2 объема или с помощью педагога.

Общее количество баллов:

- 30** – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.
24-29 – допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.
18-23 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (входная диагностика)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 48-50 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 39-47 баллов (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 27-38 баллов (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
входной диагностики учащихся 1 года обучения (сентябрь)**

**Лица с поражением опорно-двигательного аппарата
II– функциональная группа**

Опрос

(Ф.И. учащегося)

1. Что такое плавание?
 - а) вид спорта
 - б) развлечение
 - в) игра
2. Какие обязательные предметы необходимо взять с собой в душ перед занятием на воде?
 - а) мочалка, мыло
 - б) очки, полотенце
3. Как правильно включить теплую воду в душе?
 - а) сначала горячую, затем холодную
 - б) сначала холодную, затем горячую
4. В бассейне нельзя: ...
 - а) толкаться
 - б) кричать
 - в) бегать
 - г) все ответы верны
5. Какого вида водного спорта не существует?
 - а) синхронное плавание
 - б) узорное плавание
 - в) водное поло
 - г) спортивное плавание

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (входная диагностика)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | | |
| | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

5 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

3-4 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

2 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-----------------------------------|---|--|--|---|
| Выносливость, координация | Маховые движения рук в положении лежа на спине (мин, с) мальчики девочки | 1,05 50 | 1,03 47 | 1 45 |
| | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) | 4 | 3 | 2 |
| | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) мальчики девочки | 10 7 | 9 6 | 8 5 |

| | | | | |
|-------------------------------|--|-----------------|---------------------------|-------------------------|
| Скоростно-силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) мальчики девочки | 50 45 | 45 40 | 40 35 |
| Гибкость | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | касание ладонью | касание кончиками пальцев | без касания пальцев ног |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (входная диагностика)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------|--|--|---|------------------------|--|-------------------------|------------|
| | | Маховые движения рук в положении лежа на спине | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Прыжок в длину с места | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | | |
| | | | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов - выполнение практически всего объема заданий самостоятельно.

4 балла – выполнение заданий более 1/2 и не менее 2/3 объема или с частичной помощью педагога.

3 балла – выполнение заданий менее чем 1/2 объема или с помощью педагога.

Общее количество баллов:

25 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

20 - 24 – допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

15 - 19 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Виды подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|------------------------|--------------------------------|---------------------------------------|---|--|
| Техническая программа | Передвижение в воде (ходьба) | легко выполняет упражнение | выполняет упражнения неуверенно, осторожно, | боится отойти от бортика, отказывается |

| | | | | |
|--|---|--|---|---|
| | | | держится за поручень | выполнять упражнение |
| | Вдох над водой и выдох в воду | опустил лицо в воду сделал выдох | коснулся ртом воды, сделал выдох | опустил рот к поверхности, сделал выдох |
| | Погружение в воду (выполнить вдох, задержать дыхание, присесть) | голова полностью погружена под воду | отказывается погружать голову в воду | не выполнил упражнение |
| | Всплывание из-под воды (выполнить вдох, задержать дыхание, присесть, руками обхватить колени, сосчитать до 10) | легко выполняет упражнение уверенно без ошибок | выполняет упражнение, неуверенно с ошибками | не выполнил упражнение |
| | Лежание на воде (из положения стоя в воде, ноги врозь, руки в стороны выполнить упражнение «Звездочка») | легко выполняет упражнение уверенно без ошибок | выполняет упражнение, неуверенно с ошибками | не выполнил упражнение |
| | Скольжение на груди (стоя на дне, поднять руки вверх, кисти рук соединены, сделать вдох, задержать дыхание, наклониться вперед, опустить лицо в воду и оттолкнуться ногами) | легко выполняет упражнение уверенно без ошибок | выполняет упражнение, неуверенно с ошибками | не выполнил упражнение |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа __ года обучения (входная диагностика)**

| | | | | |
|--|--|-------------------------|---|---|
| | | Плавательная подготовка | <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> | <input type="radio"/> <input type="radio"/> |
|--|--|-------------------------|---|---|

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Передвижение в воде | Вдох над водой и выдох в воду | Погружение в воду | Всплытие из-под воды | Лежание на воде | Скольжение на груди | | |
|----------|--------------------------|---------------------|----------------------------------|-------------------|-------------------------|-----------------|------------------------|--|--|
| | | | | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов - выполнение практически всего объема заданий самостоятельно.

4 балла – выполнение заданий более 1/2 и не менее 2/3 объема или с частичной помощью педагога.

3 балла – выполнение заданий менее чем 1/2 объема или с помощью педагога.

Общее количество баллов:

30 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

24-29 – допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

18-23 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (входная диагностика)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 58-60 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 47-57 баллов (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 33-46 баллов (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
входной диагностики учащихся 1 года обучения (сентябрь)**

**Лица с поражением опорно-двигательного аппарата
III – функциональная группа**

Опрос

(Ф.И. учащегося)

1. Что такое плавание?
 - а) вид спорта
 - б) развлечение
 - в) игра
2. Какие обязательные предметы необходимо взять с собой в душ перед занятием на воде?
 - а) мочалка, мыло
 - б) очки, полотенце
3. Как правильно включить теплую воду в душе?
 - а) сначала горячую, затем холодную
 - б) сначала холодную, затем горячую
4. В бассейне нельзя: ...
 - а) толкаться
 - б) кричать
 - в) бегать
 - г) все ответы верны
5. Какого вида водного спорта не существует?
 - а) синхронное плавание
 - б) узорное плавание

в) водное поло

г) спортивное плавание

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (входная диагностика)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|--------------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | | |
| | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

5 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

3-4 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

2 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| Физическое качество | Наименование упражнений | оптимальный уровень (5 баллов) | допустимый уровень (4 балла) | критический уровень (3 балла) |
|--------------------------------|--|---|---|--|
| Выносливость, координация | Маховые движения рук в положении лежа на спине (мин, с) мальчики девочки | 1,05 50 | 1,03 47 | 1 45 |
| | Сгибание- разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) мальчики девочки | 6 4 | 5 3 | 4 2 |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении | | | |

| | | | | |
|--------------------------------------|---|--------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | лежа на спине весом 1 кг (кол- во раз) мальчики девочки | 14 10 | 13 9 | 12 8 |
| Скоростно- силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) мальчики девочки | 60 50 | 55 45 | 50 40 |
| Гибкость | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | касание ладонью | касание кончиками пальцев | без касания пальцев ног |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа __ года обучения (входная диагностика)**

| № | Фамилия, учащихся | Физическая подготовка | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|----------------------|---|--|---|------------------------|--|-------------------------|-----------|
| | | Маховые движения рук в положении лежа на спине | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Прыжок в длину с места | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | | |
| | | | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов - выполнение практически всего объема заданий самостоятельно.

4 балла – выполнение заданий более 1/2 и не менее 2/3 объема или с частичной помощью педагога.

3 балла – выполнение заданий менее чем 1/2 объема или с помощью педагога.

Общее количество баллов:

25 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

20 - 24 – допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

15 - 19 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Виды подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|----------------------------|------------------------------------|---|---|--|
|----------------------------|------------------------------------|---|---|--|

| | | | | |
|-----------------------|---|--|--|---|
| Техническая программа | Передвижение в воде (ходьба) | легко выполняет упражнение | выполняет упражнения неуверенно, осторожно, держится за поручень | боится отойти от бортика, отказывается выполнять упражнение |
| | Вдох над водой и выдох в воду | опустил лицо в воду сделал выдох | коснулся ртом воды, сделал выдох | опустил рот к поверхности, сделал выдох |
| | Погружение в воду (выполнить вдох, задержать дыхание, присесть) | голова полностью погружена под воду | отказывается погружать голову в воду | не выполнил упражнение |
| | Всплывание из-под воды (выполнить вдох, задержать дыхание, присесть, руками обхватить колени, сосчитать до 10) | легко выполняет упражнение уверенно без ошибок | выполняет упражнение, неуверенно с ошибками | не выполнил упражнение |
| | Лежание на воде (из положения стоя в воде, ноги врозь, руки в стороны выполнить упражнение «Звездочка») | легко выполняет упражнение уверенно без ошибок | выполняет упражнение, неуверенно с ошибками | не выполнил упражнение |
| | Скольжение на груди (стоя на дне, поднять руки вверх, кисти рук соединены, сделать вдох, задержать дыхание, наклониться вперед, опустить лицо в воду и оттолкнуться ногами) | легко выполняет упражнение уверенно без ошибок | выполняет упражнение, неуверенно с ошибками | не выполнил упражнение |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа __ года обучения (входная диагностика)**

| | | | | | | | |
|--|--|-------------------------|---|---|---|---|---|
| | | Плавательная подготовка | О | У | Н | Р | О |
|--|--|-------------------------|---|---|---|---|---|

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Передвижение в воде | Вдох над водой и выдох в воду | Погружение в воду | Всплывание из-под воды | Лежание на воде | Скольжение на груди | | |
|----------|--------------------------|---------------------|----------------------------------|-------------------|---------------------------|-----------------|------------------------|--|--|
| | | | | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов - выполнение практически всего объема заданий самостоятельно.

4 балла – выполнение заданий более 1/2 и не менее 2/3 объема или с частичной помощью педагога.

3 балла – выполнение заданий менее чем 1/2 объема или с помощью педагога.

Общее количество баллов:

30 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

24-29– допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

18-23 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа __ года обучения (входная диагностика)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 58-60 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 47-57 баллов (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 33-46 баллов (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

Приложение №8

Контрольно-измерительные материалы для проведения промежуточной аттестации учащихся 1 года обучения (декабрь)

Лица с нарушением слуха

Теория

Тест №1

(Ф.И. учащегося)

1. Как физические упражнения влияют на организм человека?
 - а) происходит непрерывное совершенствование органов и систем в организме человека.
 - б) вызывают положительные эмоции, бодрость, создают хорошее настроение
 - в) все ответы верны
2. К личной гигиене относится:
 - а) уход за кожей, за зубами и полостью рта
 - б) соблюдение гигиенических условий работы и быта, отдыха, питания и одежды.
 - в) все ответы верны
3. Как работают ноги в кроле на спине и в кроле на груди?
 - а) поочередно
 - б) одновременно
4. Как работают руки в кроле на спине и в кроле на груди?
 - а) поочередно
 - б) одновременно
5. В каком стиле плавания лицо человека всегда находится под водой?
 - а) кроль на спине

б) кроль на груди

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | | |
| | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

5 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

3-4 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

2 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| Физическое качество | Наименование упражнений | оптимальный уровень (5 баллов) | допустимый уровень (4 балла) | критический уровень (3 балла) |
|----------------------------|--|---|---|--|
| Выносливость | Бег (без учета времени) | 850 | 825 | 800 |
| Силовая выносливость | Отжимание отягощения весом 1 кг в положении лежа на спине (кол-во раз) | 12 | 11 | 10 |
| | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) | 6 | 5 | 4 |

| | | | | |
|-------------------------------|--|-----------------|---------------------------|-------------------------|
| Скоростно-силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) | 55 | 53 | 50 |
| Гибкость | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | касание ладонью | касание кончиками пальцев | без касания пальцев ног |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа __ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|-------------------------|---|--|------------------------|--|-------------------------|-----------|
| | | Бег (без учета времени) | Отжимание отягощения весом 1 кг в положении лежа на спине | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Прыжок в длину с места | | | |
| | | | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла-низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

25 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

20 – 24– допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

15 - 19 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|---------------------------|---|---|---|--|
| Техническая программа | 12,5м кроль на спине с помощью движений ногами (положение | легко выполняет упражнение, | выполняет упражнение , | Не проплывает до конца |

| | | | | |
|--|--|--|---|--|
| | тела горизонтальное, руки вытянуты в перед; плыть, ритмично работая прямыми ногами) | правильно без ошибок | отмечаются небольшие ошибки | контрольный отрезок |
| | 12,5м кроль на груди с помощью движений ногами (положение тела горизонтальное, руки вытянуты в перед; плыть, ритмично работая прямыми ногами) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 12,5м кроль на спине в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 12,5м кроль на груди с задержкой дыхания на вдохе (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | Спад в воду из положения согнувшись (стоя на бортике, зацепиться за его край пальцами ног, поднять руки вверх голова между ними, наклониться вперед-вниз, потеряв равновесие, упасть в воду) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не выполнение упражнения |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| | | | | | | | |
|--|--|-------------------------|---|---|---|---|---|
| | | Плавательная подготовка | О | У | Е | Р | У |
|--|--|-------------------------|---|---|---|---|---|

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | 12,5м кроль на спине с помощью движений ногами | 12,5м кроль на груди с помощью движений ногами | 12,5м кроль на спине в полной координации | 12,5м кроль на груди с задержкой дыхания на вдохе | Спад в воду из положения согнувшись | | |
|----------|--------------------------|--|--|--|---|--|--|--|
| | | | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла -низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

25 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

20 - 24– допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

15 - 19 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа __ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 53-55 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 43-52 балла (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 30-42 баллов (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

Приложение №9

Контрольно-измерительные материалы для проведения промежуточной аттестации учащихся 1 года обучения (декабрь) Лица с интеллектуальными нарушениями

Теория

Тест №1

(Ф.И. учащегося)

1. Как физические упражнения влияют на организм человека?
 - а) происходит непрерывное совершенствование органов и систем в организме человека.
 - б) вызывают положительные эмоции, бодрость, создают хорошее настроение
 - в) все ответы верны
2. К личной гигиене относится:
 - а) уход за кожей, за зубами и полостью рта
 - б) соблюдение гигиенических условий работы и быта, отдыха, питания и одежды.
 - в) все ответы верны
3. Как работают ноги в кроле на спине и в кроле на груди?
 - а) поочередно

- б) одновременно
4. Как работают руки в кроле на спине и в кроле на груди?
- а) поочередно
- б) одновременно
5. В каком стиле плавания лицо человека всегда находится под водой?
- а) кроль на спине
- б) кроль на груди

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|--------------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | | |
| | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

5 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

3-4 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

2 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|---------------------------------------|---|--|--|---|
| Координация | Прыжок в длину с места (см) | 50 | 45 | 40 |
| | мальчики | 45 | 40 | 35 |
| | девочки | | | |

| | | | | |
|--------------------------------------|--|--------------------|---------------------------------|----------------------------|
| Силовая выносливость | Маховые движения рук в положении лежа на спине (мин) | 1,05 | 1,03 | 1 |
| | Бег (без учета времени) мальчики девочки | 650 450 | 625 425 | 600 400 |
| Скоростно- силовые способности | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол- во раз) мальчики девочки | 14 10 | 13 9 | 12 8 |
| | Многоскок 5 прыжков (м) | 2,05 | 2,03 | 2 |
| Гибкость | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | касание ладонью | касание кончиками пальцев | без касания пальцев ног |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, учащихся | Физическая подготовка | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|----------------------|------------------------|---|-------------------------|--|---------------------|---|-------------------------|-----------|
| | | Прыжок в длину с места | Маховые движения рук в положении лежа на спине | Бег (без учета времени) | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Многоскок 5 прыжков | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | | |
| | | | | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла—средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла -низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

30 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

24-29 – допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

18-23 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальн ый уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимы й уровень (4 балла)</i> | <i>критическ ий уровень (3 балла)</i> |
|----------------------------------|---|---|---|--|
| Техническая программа | 12,5м кроль на спине с помощью движений ногами (положение тела горизонтальное, руки вытянуты в перед; плыть, ритмично работая прямыми ногами) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение , отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 12,5м кроль на груди с помощью движений ногами (положение тела горизонтальное, руки вытянуты в перед; плыть, ритмично работая прямыми ногами) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение , отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 12,5м кроль на спине в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение , отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 12,5м кроль на груди с задержкой дыхания на вдохе (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение , отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | Спад в воду из положения согнувшись (стоя на бортике, зацепиться за его край пальцами ног, поднять | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение , отмечаются | Не выполнение упражнения |

| | | | | |
|--|---|--|------------------|--|
| | руки вверх голова между ними, наклониться вперед-вниз, потеряв равновесие, упасть в воду) | | небольшие ошибки | |
|--|---|--|------------------|--|

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|--|--|---|---|-------------------------------------|-------------------------|-----------|
| | | 12,5м кроль на спине с помощью движений ногами | 12,5м кроль на груди с помощью движений ногами | 12,5м кроль на спине в полной координации | 12,5м кроль на груди с задержкой дыхания на вдохе | Спад в воду из положения согнувшись | | |
| | | | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла -низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

25 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

20 - 24– допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

15 - 19 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовленности (О, Д, К) |
|---|-------------------|----------------------|-----------------------|-------------------------|--|------------------------------------|
| | | Теоретические знания | Физическая подготовка | Плавательная подготовка | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 53-60 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 43-52 балла (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 33-42 баллов (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
промежуточной аттестации учащихся 1 года обучения (декабрь)**

**Лица с нарушением зрения
I – функциональная группа**

Теория

Тест №1

(Ф.И. учащегося)

1. Как физические упражнения влияют на организм человека?
 - а) происходит непрерывное совершенствование органов и систем в организме человека.
 - б) вызывают положительные эмоции, бодрость, создают хорошее настроение
 - в) все ответы верны
2. К личной гигиене относится:
 - а) уход за кожей, за зубами и полостью рта
 - б) соблюдение гигиенических условий работы и быта, отдыха, питания и одежды.
 - в) все ответы верны
3. Как работают ноги в кроле на спине и в кроле на груди?
 - а) поочередно
 - б) одновременно
4. Как работают руки в кроле на спине и в кроле на груди?
 - а) поочередно
 - б) одновременно
5. В каком стиле плавания лицо человека всегда находится под водой?

а) кроль на спине

б) кроль на груди

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | | |
| | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

5 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

3-4 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

2 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| Физическое качество | Наименование упражнений | оптимальный уровень (5 баллов) | допустимый уровень (4 балла) | критический уровень (3 балла) |
|----------------------------|---|---|---|--|
| Силовая выносливость | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) | | | |
| | мальчики | 5 | 4 | 3 |
| | девочки | 4 | 3 | 2 |
| | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) | | | |
| | мальчики | 10 | 9 | 8 |
| | девочки | 7 | 6 | 5 |

| | | | | |
|-------------------------------|--|-----------------|---------------------------|-------------------------|
| Скоростно-силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) | 45 | 43 | 40 |
| Гибкость | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | касание ладонью | касание кончиками пальцев | без касания пальцев ног |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа __ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------|--|---|------------------------|--|-------------------------|------------|
| | | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Прыжок в длину с места | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | | |
| | | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла -низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

20 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

16 - 19 – допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

12 - 15 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| | | | | |
|-----------------------|--------------------------------|---------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------|
| Вид подготовки | Наименование упражнений | оптимальный уровень (5 баллов) | допустимый уровень (4 балла) | критический уровень (3 балла) |
| | | | | |

| | | | | |
|-----------------------|---|--|---|--|
| Техническая программа | 12,5м кроль на спине с помощью движений ногами (положение тела горизонтальное, руки вытянуты в перед; плыть, ритмично работая прямыми ногами) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 12,5м кроль на груди с помощью движений ногами (положение тела горизонтальное, руки вытянуты в перед; плыть, ритмично работая прямыми ногами) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 12,5м кроль на спине в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 12,5м кроль на груди с задержкой дыхания на вдохе (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|--|--|---|---|-------------------------|-----------|
| | | 12,5м кроль на спине с помощью движений ногами | 12,5м кроль на груди с помощью движений ногами | 12,5м кроль на спине в полной координации | 12,5м кроль на груди с задержкой дыхания на вдохе | | |
| | | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла -низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

20 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

16 - 19– допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

12 - 15 – критический уровень (К)плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа __ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 43-45 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 35-42 балла (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 24-34 баллов (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

Приложение №11

Контрольно-измерительные материалы для проведения промежуточной аттестации учащихся 1 года обучения (декабрь)

Лица с нарушением зрения
II и III – функциональная группа

Теория

Тест №1

(Ф.И. учащегося)

1. Как физические упражнения влияют на организм человека?
 - а) происходит непрерывное совершенствование органов и систем в организме человека.
 - б) вызывают положительные эмоции, бодрость, создают хорошее настроение
 - в) все ответы верны
2. К личной гигиене относится:
 - а) уход за кожей, за зубами и полостью рта
 - б) соблюдение гигиенических условий работы и быта, отдыха, питания и одежды.
 - в) все ответы верны
3. Как работают ноги в кроле на спине и в кроле на груди?
 - а) поочередно
 - б) одновременно
4. Как работают руки в кроле на спине и в кроле на груди?
 - а) поочередно

б) одновременно

5. В каком стиле плавания лицо человека всегда находится под водой?

а) кроль на спине

б) кроль на груди

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | | |
| | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

5 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

3-4 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

2 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-----------------------------------|---|--|--|---|
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) мальчики девочки | 12 10 | 11 9 | 10 8 |
| | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) мальчики | 6 | 5 | 4 |

| | | | | |
|-------------------------------|--|-----------------|---------------------------|-------------------------|
| | девочки | 5 | 4 | 3 |
| | Бег (без учета времени) мальчики девочки | 850 650 | 825 625 | 800 600 |
| Скоростно-силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) мальчики девочки | 60 50 | 55 45 | 50 40 |
| Гибкость | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | касание ладонью | касание кончиками пальцев | без касания пальцев ног |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа __ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------|---|--|-------------------------|------------------------|--|-------------------------|------------|
| | | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Бег (без учета времени) | Прыжок в длину с места | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | | |
| | | | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла -низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

25 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

20 - 24– допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

15 - 19 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень</i> | <i>критический уровень</i> |
|-----------------------|--------------------------------|---------------------------------------|---------------------------|----------------------------|
| | | | | |

| | | | (4 балла) | (3 балла) |
|-----------------------|--|--|---|--|
| Техническая программа | 12,5м кроль на спине с помощью движений ногами (положение тела горизонтальное, руки вытянуты в перед; плыть, ритмично работая прямыми ногами) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение , отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 12,5м кроль на груди с помощью движений ногами (положение тела горизонтальное, руки вытянуты в перед; плыть, ритмично работая прямыми ногами) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение , отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 12,5м кроль на спине в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение , отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 12,5м кроль на груди с задержкой дыхания на вдохе (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение , отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | Спад в воду из положения согнувшись (стоя на бортике, зацепиться за его край пальцами ног, поднять руки вверх голова между ними, наклониться вперед-вниз, потеряв равновесие, упасть в воду) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение , отмечаются небольшие ошибки | Не выполнение упражнения |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| | | | |
|--|--|-------------------------|-------------------|
| | | Плавательная подготовка | О Ё Е Р У |
|--|--|-------------------------|-------------------|

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | 12,5м кроль на спине с помощью движений ногами | 12,5м кроль на груди с помощью движений ногами | 12,5м кроль на спине в полной координации | 12,5м кроль на груди с задержкой дыхания на вдохе | Спад в воду из положения согнувшись | | |
|----------|--------------------------|--|--|--|---|--|--|--|
| | | | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла -низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

25 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

20 - 24– допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

15 - 19 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа __ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 53-55 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 43-52 балла (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 30-42 баллов (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

Приложение №12

Контрольно-измерительные материалы для проведения промежуточной аттестации учащихся 1 года обучения (декабрь)

Лица с поражением опорно-двигательного аппарата I – функциональная группа

Теория

Тест №1

(Ф.И. учащегося)

1. Как физические упражнения влияют на организм человека?
 - а) происходит непрерывное совершенствование органов и систем в организме человека.
 - б) вызывают положительные эмоции, бодрость, создают хорошее настроение
 - в) все ответы верны
2. К личной гигиене относится:
 - а) уход за кожей, за зубами и полостью рта
 - б) соблюдение гигиенических условий работы и быта, отдыха, питания и одежды.
 - в) все ответы верны
3. Как работают ноги в кроле на спине и в кроле на груди?
 - а) поочередно
 - б) одновременно
4. Как работают руки в кроле на спине и в кроле на груди?

- а) поочередно
- б) одновременно

5. В каком стиле плавания лицо человека всегда находится под водой?

- а) кроль на спине
- б) кроль на груди

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | | |
| | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

5 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

3-4 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

2 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| Физическое качество | Наименование упражнений | оптимальный уровень (5 баллов) | допустимый уровень (4 балла) | критический уровень (3 балла) |
|----------------------------|---|---------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------|
| Выносливость, координация | Маховые движения рук в положении лежа на спине (с) мальчики | 35 | 33 | 30 |
| | девочки | 25 | 23 | 20 |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине | | | |

| | | | | |
|----------|--|-----------------|---------------------------|-------------------------|
| | весом 1 кг (кол-во раз) мальчики девочки | 7 5 | 6 4 | 5 3 |
| Гибкость | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | касание ладонью | касание кончиками пальцев | без касания пальцев ног |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------|--|---|--|-------------------------|------------|
| | | Маховые движения рук в положении лежа на спине | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | | |
| | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла -низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

15– оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

12 – 14– допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

9-11 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| Виды подготовки | Наименование упражнений | оптимальный уровень (5 баллов) | допустимый уровень (4 балла) | критический уровень (3 балла) |
|----------------------------|--|--|---|--|
| Техническая программа | Передвижение в воде (ходьба) | легко выполняет упражнение | выполняет упражнения неуверенно, осторожно, держится за поручень | боится отойти от бортика, отказывается выполнять упражнение |
| | Вдох над водой и выдох в воду | опустил лицо в воду сделал выдох | коснулся ртом воды, сделал выдох | опустил рот к поверхности, сделал выдох |
| | Погружение в воду (выполнить вдох, задержать дыхание, присесть) | голова полностью погружена под воду | отказывается погружать голову в воду | не выполнил упражнение |
| | Всплывание из-под воды (выполнить вдох, задержать дыхание, присесть, руками обхватить колени, сосчитать до 10) | легко выполняет упражнение уверенно без ошибок | выполняет упражнение, неуверенно с ошибками | не выполнил упражнение |
| | Лежание на воде (из положения стоя в воде, ноги врозь, руки в стороны выполнить упражнение «Звездочка») | легко выполняет упражнение уверенно без ошибок | выполняет упражнение, неуверенно с ошибками | не выполнил упражнение |
| | Скольжение на груди (стоя на дне, поднять руки вверх, кисти рук соединены, сделать вдох, задержать дыхание, наклониться вперед, опустить лицо в воду и оттолкнуться ногами) | легко выполняет упражнение уверенно без ошибок | выполняет упражнение, неуверенно с ошибками | не выполнил упражнение |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| | | | | | | | |
|--|--|-------------------------|---|---|---|---|---|
| | | Плавательная подготовка | О | 6 | Э | А | о |
|--|--|-------------------------|---|---|---|---|---|

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Передвижение в воде | Вдох над водой и выдох в воду | Погружение в воду | Всплытие из-под воды | Лежание на воде | Скольжение на груди | | |
|----------|--------------------------|---------------------|----------------------------------|-------------------|-------------------------|-----------------|------------------------|--|--|
| | | | | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла -низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

30 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

24-29– допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

18-23 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа __ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 48-50 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 39-47 баллов (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 27-38 баллов (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

Приложение №13

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
промежуточной аттестации учащихся 1 года обучения (декабрь)**

**Лица с поражением опорно-двигательного аппарата
II – функциональная группа**

Теория

Тест №1

(Ф.И. учащегося)

1. Как физические упражнения влияют на организм человека?
 - а) происходит непрерывное совершенствование органов и систем в организме человека.
 - б) вызывают положительные эмоции, бодрость, создают хорошее настроение
 - в) все ответы верны
2. К личной гигиене относится:
 - а) уход за кожей, за зубами и полостью рта
 - б) соблюдение гигиенических условий работы и быта, отдыха, питания и одежды.
 - в) все ответы верны
3. Как работают ноги в кроле на спине и в кроле на груди?
 - а) поочередно
 - б) одновременно
4. Как работают руки в кроле на спине и в кроле на груди?

- а) поочередно
- б) одновременно

5. В каком стиле плавания лицо человека всегда находится под водой?

- а) кроль на спине
- б) кроль на груди

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | | |
| | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

5 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

3-4 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

2 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-----------------------------------|--|--|--|---|
| Выносливость, координация | Маховые движения рук в положении лежа на спине (мин, с) мальчики девочки | 1,05 50 | 1,03 47 | 1 45 |
| | Бег (без учета времени) | 250 | 225 | 200 |

| | | | | |
|-------------------------------|---|-----------------|---------------------------|-------------------------|
| Силовая выносливость | Многоскок 5 прыжков (м) мальчики девочки | 1,85 1,55 | 1,83 1,53 | 1,80 1,50 |
| | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) | 4 | 3 | 2 |
| | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) мальчики девочки | 10 7 | 9 6 | 8 5 |
| Скоростно-силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) мальчики девочки | 50 45 | 45 40 | 40 35 |
| Гибкость | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | касание ладонью | касание кончиками пальцев | без касания пальцев ног |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | | | | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------|--|-------------------------|-------------------------|--|---|------------------------|--|-------------------------|------------|
| | | Маховые движения рук в положении лежа на спине | Бег (без учета времени) | Многоскок 5 прыжков (м) | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Прыжок в длину с места | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | | |
| | | | | | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла -низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

35 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

28 - 34– допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

20 - 27 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Виды подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-------------------------------|--|--|--|---|
| Техническая программа | Передвижение в воде (ходьба) | легко выполняет упражнение | выполняет упражнения неуверенно, осторожно, держится за поручень | боится отойти от бортика, отказывается выполнять упражнение |
| | Вдох над водой и выдох в воду | опустил лицо в воду сделал выдох | коснулся ртом воды, сделал выдох | опустил рот к поверхности, сделал выдох |
| | Погружение в воду (выполнить вдох, задержать дыхание, присесть) | голова полностью погружена под воду | отказывается погружать голову в воду | не выполнил упражнение |
| | Всплывание из-под воды (выполнить вдох, задержать дыхание, присесть, руками обхватить колени, сосчитать до 10) | легко выполняет упражнение уверенно без ошибок | выполняет упражнение, неуверенно с ошибками | не выполнил упражнение |
| | Лежание на воде (из положения стоя в воде, ноги врозь, руки в стороны выполнить упражнение «Звездочка») | легко выполняет упражнение уверенно без ошибок | выполняет упражнение, неуверенно с ошибками | не выполнил упражнение |
| | Скольжение на груди (стоя на дне, поднять руки | легко выполняет упражнение | выполняет упражнение, | не выполнил упражнение |

| | | | | |
|--|--|---------------------|-----------------------|--|
| | вверх, кисти рук соединены, сделать вдох, задержать дыхание, наклониться вперед, опустить лицо в воду и оттолкнуться ногами) | уверенно без ошибок | неуверенно с ошибками | |
|--|--|---------------------|-----------------------|--|

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|-------------------------|----------------------------------|-------------------|---------------------------|-----------------|------------------------|----------------------------|-----------|
| | | Передвижение в воде | Вдох над водой и выдох в воду | Погружение в воду | Всплывание из-под воды | Лежание на воде | Скольжение на груди | | |
| | | | | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов - выполнение практически всего объема заданий самостоятельно.

4 балла – выполнение заданий более 1/2 и не менее 2/3 объема или с частичной помощью педагога.

3 балла – выполнение заданий менее чем 1/2 объема или с помощью педагога.

Общее количество баллов:

30 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

24-29– допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

18-23 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 68-70 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 55-67 баллов (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 39-54 балла (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
промежуточной аттестации учащихся 1 года обучения (декабрь)**

**Лица с поражением опорно-двигательного аппарата
III – функциональная группа**

Теория

Тест №1

(Ф.И. учащегося)

1. Как физические упражнения влияют на организм человека?
 - а) происходит непрерывное совершенствование органов и систем в организме человека.
 - б) вызывают положительные эмоции, бодрость, создают хорошее настроение
 - в) все ответы верны
2. К личной гигиене относится:
 - а) уход за кожей, за зубами и полостью рта
 - б) соблюдение гигиенических условий работы и быта, отдыха, питания и одежды.
 - в) все ответы верны
3. Как работают ноги в кроле на спине и в кроле на груди?
 - а) поочередно
 - б) одновременно
4. Как работают руки в кроле на спине и в кроле на груди?
 - а) поочередно
 - б) одновременно
5. В каком стиле плавания лицо человека всегда находится под водой?

а) кроль на спине

б) кроль на груди

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | | |
| | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

5 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

3-4 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

2 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| Физическое качество | Наименование упражнений | оптимальный уровень (5 баллов) | допустимый уровень (4 балла) | критический уровень (3 балла) |
|----------------------------|--|---|---|--|
| Выносливость, координация | Маховые движения рук в положении лежа на спине (мин, с) мальчики девочки | 1,05 50 | 1,03 47 | 1 45 |
| | Бег (без учета времени) мальчики девочки | 650 450 | 625 425 | 600 400 |
| Силовая выносливость | Сгибание-разгибание рук в упоре от | | | |

| | | | | |
|-------------------------------|---|-----------------|---------------------------|-------------------------|
| | гимнастической скамьи (кол-во раз) мальчики девочки | 6 4 | 5 3 | 4 2 |
| | Многоскок 5 прыжков (м) | 2,05 | 2,03 | 2 |
| | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) мальчики девочки | 14 10 | 13 9 | 12 8 |
| Скоростно-силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) мальчики девочки | 60 50 | 55 45 | 50 40 |
| Гибкость | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | касание ладонью | касание кончиками пальцев | без касания пальцев ног |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа __ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | | | | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------|--|-------------------------|-------------------------|--|---|------------------------|--|-------------------------|------------|
| | | Маховые движения рук в положении лежа на спине | Бег (без учета времени) | Многоскок 5 прыжков (м) | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Прыжок в длину с места | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | | |
| | | | | | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла -низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

35 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

28 - 34– допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

20 - 27 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальн ый уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимы й уровень (4 балла)</i> | <i>критическ ий уровень (3 балла)</i> |
|----------------------------------|---|---|---|--|
| Техническая программа | 12,5м кроль на спине с помощью движений ногами (положение тела горизонтальное, руки вытянуты в перед; плыть, ритмично работая прямыми ногами) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение , отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 12,5м кроль на груди с помощью движений ногами (положение тела горизонтальное, руки вытянуты в перед; плыть, ритмично работая прямыми ногами) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение , отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 12,5м кроль на спине в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение , отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 12,5м кроль на груди с задержкой дыхания на вдохе (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение , отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | Спад в воду из положения согнувшись (стоя на бортике, зацепиться за его край пальцами ног, поднять руки вверх голова | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение , отмечаются небольшие ошибки | Не выполнение упражнения |

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | между ними, наклониться вперед- вниз, потеряв равновесие, упасть в воду) | | | |
|--|--|--|--|--|

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|--|--|--|---|--|-------------------------|-----------|
| | | 12,5м кроль на спине с помощью движений ногами | 12,5м кроль на груди с помощью движений ногами | 12,5м кроль на спине в полной координации | 12,5м кроль на груди с задержкой дыхания на вдохе | Спад в воду из положения согнувшись | | |
| | | | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла -низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

25 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

20 - 24– допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

15 - 19 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 63-65 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 51-62 балла (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 36-50 баллов (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
промежуточной аттестации учащихся 1 года обучения
для перевода на следующий год обучения (май)**

Лица с нарушением слуха

Теория

Тест №2

(Ф.И. учащегося)

1. Как звали Римского бога воды?
 - а) Юпитер
 - б) Нептун
 - в) Марс
2. Как звали Греческого бога воды?
 - а) Гермес
 - б) Посейдон
 - в) Аполлон
3. При каком российском императоре плавание была введено в число учебных дисциплин в Морской Академии и Императорском сухопутном кадетском корпусе?
 - а) Николай II
 - б) Петр I
4. В каком году соревнования по плаванию были включены в программу Юлимпийских игр?
 - а) 1900
 - б) 1896
 - в) 1902
5. Сколько в настоящее время существует основных способов плавания?
 - а) 6
 - б) 4
 - в) 5

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | | |
| | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

5 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

3-4 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

2 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-----------------------------------|--|--|--|---|
| Выносливость | Бег (без учета времени) | 850 | 825 | 800 |
| Силовая выносливость | Отжимание отягощения весом 1 кг в положении лежа на спине (кол-во раз) | 12 | 11 | 10 |
| | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) | 6 | 5 | 4 |
| Скоростно-силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) | 55 | 53 | 50 |

| | | | | |
|----------|--|-----------------|---------------------------|-------------------------|
| Гибкость | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | касание ладонью | касание кончиками пальцев | без касания пальцев ног |
|----------|--|-----------------|---------------------------|-------------------------|

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|-------------------------|---|--|------------------------|--|-------------------------|-----------|
| | | Бег (без учета времени) | Отжимание отягощения весом 1 кг в положении лежа на спине | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Прыжок в длину с места | | | |
| | | | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов – высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла – средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла – низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

25 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

20 – 24 – допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

15 - 19 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| | | | | |
|---------------------------|------------------------------------|--|--|---|
| Вид подготовки | Наименование упражнений | оптимальн ый уровень (5 баллов) | допустимы й уровень (4 балла) | критическ ий уровень (3 балла) |
|---------------------------|------------------------------------|--|--|---|

| | | | | |
|-----------------------|---|--|---|--|
| Техническая программа | 25м кроль на спине с помощью движений ногами (положение тела горизонтальное, руки вытянуты в перед; плыть, ритмично работая прямыми ногами) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение , отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 25м кроль на груди с помощью движений ногами (положение тела горизонтальное, руки вытянуты в перед; плыть, ритмично работая прямыми ногами) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение , отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 25м кроль на спине в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение , отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 25м кроль на груди с задержкой дыхания на вдохе (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение , отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | Спад в воду с отталкиванием в конце падения (стоя на бортике, зацепиться за его край пальцами ног, поднять руки вверх голова между ними, наклониться вперед-вниз, потеряв равновесие, оттолкнуться в конце падения) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение , отмечаются небольшие ошибки | Не выполнил упражнение |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| | | | | | | | |
|--|--|-------------------------|---|---|---|---|---|
| | | Плавательная подготовка | О | У | Р | С | З |
|--|--|-------------------------|---|---|---|---|---|

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | 25м кроль на груди (с помощью одних ног) | 25м кроль на спине (с помощью одних ног) | 25м кроль на груди (в полной координации) | 25м кроль на спине (в полной координации) | Спад в воду с отталкиванием в конце падения | | |
|----------|--------------------------|---|---|--|--|---|--|--|
| | | | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла -низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

25 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовки учащегося.

20 - 24 – допустимый уровень (Д) плавательной подготовки учащегося.

15 - 19 – критический уровень (К) плавательной подготовки учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа __ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 53-55 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 43-52 балла (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 30-42 баллов (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовка на низком уровне в основном через показ педагога).

Приложение №16

Контрольно-измерительные материалы для проведения промежуточной аттестации учащихся 1 года обучения для перевода на следующий год обучения (май) Лица с интеллектуальными нарушениями

Теория

Тест №2

(Ф.И. учащегося)

1. Как звали Римского бога воды?
 - а) Юпитер
 - б) Нептун
 - в) Марс
2. Как звали Греческого бога воды?
 - а) Гермес
 - б) Посейдон
 - в) Аполлон
3. При каком российском императоре плавание была введено в число учебных дисциплин в Морской Академии и Императорском сухопутном кадетском корпусе?
 - а) Николай II
 - б) Петр I
4. В каком году соревнования по плаванию были включены в программу Юлиппийских игр?
 - а) 1900
 - б) 1896
 - в) 1902

5. Сколько в настоящее время существует основных способов плавания?

а) 6

б) 4

в) 5

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|--------------------------|----------|----------|----------|----------|----------|-------------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | | |
| | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

5 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

3-4 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

2 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|---------------------------------------|--|--|--|---|
| Координация | Прыжок в длину с места (см) | 50 | 45 | 40 |
| | мальчики | 45 | 40 | 35 |
| Силовая выносливость | Маховые движения рук в положении лежа на спине (мин) | 1,05 | 1,03 | 1 |
| | Бег (без учета времени) | | | |

| | | | | |
|-------------------------------|---|-----------------|---------------------------|-------------------------|
| | мальчики девочки | 650 450 | 625 425 | 600 400 |
| Скоростно-силовые способности | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) мальчики девочки | 14 10 | 13 9 | 12 8 |
| | Многоскок 5 прыжков (м) | 2,05 | 2,03 | 2 |
| Гибкость | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | касание ладонью | касание кончиками пальцев | без касания пальцев ног |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа __ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, учащихся | имя | Физическая подготовка | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|----------------------|-----|------------------------|--|-------------------------|---|---------------------|--|-----------|
| | | | Прыжок в длину с места | Маховые движения рук в положении лежа на спине | Бег (без учета времени) | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Многоскок 5 прыжков | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | |
| | | | | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла -низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

30 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

24-29 – допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

18-23 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| Вид подготовки | Наименование упражнений | оптимальн ый уровень (5 баллов) | допустимы й уровень (4 балла) | критическ ий уровень (3 балла) |
|---------------------------|---|--|--|---|
| Техническая программа | 25м кроль на спине с помощью движений ногами (положение тела горизонтальное, руки вытянуты в перед; плыть, ритмично работая прямыми ногами) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение , отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 25м кроль на груди с помощью движений ногами (положение тела горизонтальное, руки вытянуты в перед; плыть, ритмично работая прямыми ногами) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение , отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 25м кроль на спине в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение , отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 25м кроль на груди с задержкой дыхания на вдохе (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение , отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | Спад в воду с отталкиванием в конце падения (стоя на бортике, зацепиться за его край пальцами ног, поднять руки вверх голова между ними, наклониться вперед-вниз, потеряв равновесие, оттолкнуться в конце падения) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение , отмечаются небольшие ошибки | Не выполнил упражнение |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|---|---|--|--|---|----------------------------|-----------|
| | | 25м кроль на груди (с помощью одних ног) | 25м кроль на спине (с помощью одних ног) | 25м кроль на груди (в полной координации) | 25м кроль на спине (в полной координации) | Спад в воду с отталкиванием в конце падения | | |
| | | | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла -низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

25 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовки учащегося.

20 - 24 – допустимый уровень (Д) плавательной подготовки учащегося.

15 - 19 – критический уровень (К) плавательной подготовки учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20___-20__ учебном году
группа ___ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 53-60 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 43-52 балла (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 33-42 баллов (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовка на низком уровне в основном через показ педагога).

Приложение №17

Контрольно-измерительные материалы для проведения промежуточной аттестации учащихся 1 года обучения для перевода на следующий год обучения (май)

Лица с нарушением зрения
I – функциональная группа

Теория

Тест №2

(Ф.И. учащегося)

1. Как звали Римского бога воды?
 - а) Юпитер
 - б) Нептун
 - в) Марс
2. Как звали Греческого бога воды?
 - а) Гермес
 - б) Посейдон
 - в) Аполлон
3. При каком российском императоре плавание была введено в число учебных дисциплин в Морской Академии и Императорском сухопутном кадетском корпусе?
 - а) Николай II
 - б) Петр I
4. В каком году соревнования по плаванию были включены в программу Юлимпийских игр?
 - а) 1900
 - б) 1896
 - в) 1902

5. Сколько в настоящее время существует основных способов плавания?

а) 6

б) 4

в) 5

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | | |
| | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

5 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

3-4 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

2 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| Физическое качество | Наименование упражнений | оптимальный уровень (5 баллов) | допустимый уровень (4 балла) | критический уровень (3 балла) |
|----------------------------|---|---|---|--|
| Силовая выносливость | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) | | | |
| | мальчики | 5 | 4 | 3 |
| | девочки | 4 | 3 | 2 |
| | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) | | | |
| | мальчики | 10 | 9 | 8 |

| | | | | |
|-------------------------------|--|-----------------|---------------------------|-------------------------|
| | девочки | 7 | 6 | 5 |
| Скоростно-силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) | 45 | 43 | 40 |
| Гибкость | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | касание ладонью | касание кончиками пальцев | без касания пальцев ног |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа __ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------|--|---|------------------------|--|-------------------------|------------|
| | | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Прыжок в длину с места | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | | |
| | | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла -низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

20 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

16 - 19 – допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

12 - 15 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-----------------------|--------------------------------|---------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------|
| | | | | |

| | | | | |
|-----------------------|---|--|---|--|
| Техническая программа | 25м кроль на спине с помощью движений ногами (положение тела горизонтальное, руки вытянуты в перед; плыть, ритмично работая прямыми ногами) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 25м кроль на груди с помощью движений ногами (положение тела горизонтальное, руки вытянуты в перед; плыть, ритмично работая прямыми ногами) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 25м кроль на спине в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 25м кроль на груди с задержкой дыхания на вдохе (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа __ года обучения (промежуточная аттестация)**

| | | | | | | |
|--|--|-------------------------|---|---|---|---|
| | | Плавательная подготовка | О | У | Д | У |
|--|--|-------------------------|---|---|---|---|

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | 25м кроль на груди (с помощью одних ног) | 25м кроль на спине (с помощью одних ног) | 25м кроль на груди (в полной координации) | 25м кроль на спине (в полной координации) | | |
|----------|--------------------------|---|---|--|--|--|--|
| | | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла -низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

20 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

16 - 19– допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

12 - 15 – критический уровень (К)плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20___-20__ учебном году
группа ___ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 43-45 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 35-42 балла (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 24-34 баллов (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовка на низком уровне в основном через показ педагога).

Приложение №18

Контрольно-измерительные материалы для проведения промежуточной аттестации учащихся 1 года обучения для перевода на следующий год обучения (май)

Лица с нарушением зрения
II и III – функциональная группа

Теория

Тест №2

(Ф.И. учащегося)

1. Как звали Римского бога воды?
 - а) Юпитер
 - б) Нептун
 - в) Марс
2. Как звали Греческого бога воды?
 - а) Гермес
 - б) Посейдон
 - в) Аполлон
3. При каком российском императоре плавание было введено в число учебных дисциплин в Морской Академии и Императорском сухопутном кадетском корпусе?
 - а) Николай II
 - б) Петр I
4. В каком году соревнования по плаванию были включены в программу Юлимпийских игр?
 - а) 1900

б) 1896

в) 1902

5. Сколько в настоящее время существует основных способов плавания?

а) 6

б) 4

в) 5

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | | |
| | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

5 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

3-4 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

2 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-----------------------------------|--|--|--|---|
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) | | | |
| | мальчики | 12 | 11 | 10 |
| | девочки | 10 | 9 | 8 |
| | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической | | | |

| | | | | |
|-------------------------------|--|-----------------|---------------------------|-------------------------|
| | скамьи (кол-во раз) мальчики девочки | 6 5 | 5 4 | 4 3 |
| | Бег (без учета времени) мальчики девочки | 850 650 | 825 625 | 800 600 |
| Скоростно-силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) мальчики девочки | 60 50 | 55 45 | 50 40 |
| Гибкость | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | касание ладонью | касание кончиками пальцев | без касания пальцев ног |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------|---|--|-------------------------|------------------------|--|-------------------------|------------|
| | | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Бег (без учета времени) | Прыжок в длину с места | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | | |
| | | | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла -низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

25 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

20 - 24– допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

15 - 19 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальн ый уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимы й уровень (4 балла)</i> | <i>критическ ий уровень (3 балла)</i> |
|----------------------------------|---|---|---|--|
| Техническая программа | 25м кроль на спине с помощью движений ногами (положение тела горизонтальное, руки вытянуты в перед; плыть, ритмично работая прямыми ногами) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение , отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 25м кроль на груди с помощью движений ногами (положение тела горизонтальное, руки вытянуты в перед; плыть, ритмично работая прямыми ногами) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение , отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 25м кроль на спине в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение , отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 25м кроль на груди с задержкой дыхания на вдохе (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение , отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | Спад в воду с отталкиванием в конце падения (стоя на бортике, зацепиться за его край пальцами ног, поднять руки вверх голова между ними, наклониться вперед-вниз, потеряв равновесие, оттолкнуться в конце падения) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение , отмечаются небольшие ошибки | Не выполнил упражнение |

Диагностическая карта определения уровня предметных результатов

**объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|---|---|--|--|---|----------------------------|-----------|
| | | 25м кроль на груди (с помощью одних ног) | 25м кроль на спине (с помощью одних ног) | 25м кроль на груди (в полной координации) | 25м кроль на спине (в полной координации) | Спад в воду с отталкиванием в конце падения | | |
| | | | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла -низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

25 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовки учащегося.

20 - 24 – допустимый уровень (Д) плавательной подготовки учащегося.

15 - 19 – критический уровень (К) плавательной подготовки учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 53-55 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 43-52 балла (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 30-42 баллов (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

Приложение №19

Контрольно-измерительные материалы для проведения промежуточной аттестации учащихся 1 года обучения для перевода на следующий год обучения (май)

Лица с поражением опорно-двигательного аппарата I – функциональная группа

Теория

Тест №2

(Ф.И. учащегося)

1. Как звали Римского бога воды?
 - а) Юпитер
 - б) Нептун
 - в) Марс
2. Как звали Греческого бога воды?
 - а) Гермес
 - б) Посейдон
 - в) Аполлон
3. При каком российском императоре плавание была введено в число учебных дисциплин в Морской Академии и Императорском сухопутном кадетском корпусе?
 - а) Николай II
 - б) Петр I
4. В каком году соревнования по плаванию были включены в программу Юлимпийских игр?

- а) 1900
- б) 1896
- в) 1902

5. Сколько в настоящее время существует основных способов плавания?

- а) 6
- б) 4
- в) 5

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | | |
| | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

5 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

3-4 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

2 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-----------------------------------|---|--|--|---|
| Выносливость, координация | Маховые движения рук в положении лежа на спине (с) мальчики | 35 | 33 | 30 |
| | девочки | 25 | 23 | 20 |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении | | | |

| | | | | |
|----------|---|--------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | лежа на спине весом 1 кг (кол- во раз) мальчики девочки | 7 5 | 6 4 | 5 3 |
| Гибкость | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | касание ладонью | касание кончиками пальцев | без касания пальцев ног |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------------|--|---|--|-------------------------|------------|
| | | Маховые движения рук в положении лежа на спине | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | | |
| | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла -низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

15– оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

12 – 14– допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

9-11 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| Виды подготовки | Наименование упражнений | оптимальный уровень (5 баллов) | допустимый уровень (4 балла) | критический уровень (3 балла) |
|----------------------------|--|--|---|--|
| Техническая программа | Передвижение в воде (ходьба) | легко выполняет упражнение | выполняет упражнения неуверенно, осторожно, держится за поручень | боится отойти от бортика, отказывается выполнять упражнение |
| | Вдох над водой и выдох в воду | опустил лицо в воду сделал выдох | коснулся ртом воды, сделал выдох | опустил рот к поверхности, сделал выдох |
| | Погружение в воду (выполнить вдох, задержать дыхание, присесть) | голова полностью погружена под воду | отказывается погружать голову в воду | не выполнил упражнение |
| | Всплывание из-под воды (выполнить вдох, задержать дыхание, присесть, руками обхватить колени, сосчитать до 10) | легко выполняет упражнение уверенно без ошибок | выполняет упражнение, неуверенно с ошибками | не выполнил упражнение |
| | Лежание на воде (из положения стоя в воде, ноги врозь, руки в стороны выполнить упражнение «Звездочка») | легко выполняет упражнение уверенно без ошибок | выполняет упражнение, неуверенно с ошибками | не выполнил упражнение |
| | Скольжение на груди (стоя на дне, поднять руки вверх, кисти рук соединены, сделать вдох, задержать дыхание, наклониться вперед, опустить лицо в воду и оттолкнуться ногами) | легко выполняет упражнение уверенно без ошибок | выполняет упражнение, неуверенно с ошибками | не выполнил упражнение |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|-------------------------|----------------------------------|-------------------|---------------------------|-----------------|------------------------|----------------------------|-----------|
| | | Передвижение в воде | Вдох над водой и выдох в воду | Погружение в воду | Всплывание из-под воды | Лежание на воде | Скольжение на груди | | |
| | | | | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла -низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

30 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

24-29– допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

18-23 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 48-50 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 39-47 баллов (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 27-38 баллов (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
промежуточной аттестации учащихся 1 года обучения
для перевода на следующий год обучения (май)**

**Лица с поражением опорно-двигательного аппарата
II – функциональная группа**

Теория

Тест №2

(Ф.И. учащегося)

1. Как звали Римского бога воды?
 - а) Юпитер
 - б) Нептун
 - в) Марс
2. Как звали Греческого бога воды?
 - а) Гермес
 - б) Посейдон
 - в) Аполлон
3. При каком российском императоре плавание была введено в число учебных дисциплин в Морской Академии и Императорском сухопутном кадетском корпусе?
 - а) Николай II
 - б) Петр I
4. В каком году соревнования по плаванию были включены в программу Юлимпийских игр?
 - а) 1900
 - б) 1896
 - в) 1902
5. Сколько в настоящее время существует основных способов плавания?
 - а) 6
 - б) 4
 - в) 5

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | | |
| | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

5 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

3-4 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

2 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-----------------------------------|--|--|--|---|
| Выносливость, координация | Маховые движения рук в положении лежа на спине (мин, с) мальчики девочки | 1,05 50 | 1,03 47 | 1 45 |
| | Бег (без учета времени) | 250 | 225 | 200 |
| Силовая выносливость | Многоскок 5 прыжков (м) мальчики девочки | 1,85 1,55 | 1,83 1,53 | 1,80 1,50 |
| | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) | 4 | 3 | 2 |
| | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) | 10 | 9 | 8 |

| | | | | |
|--------------------------------------|---|--------------------|---------------------------------|----------------------------|
| | мальчики девочки | 7 | 6 | 5 |
| Скоростно- силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) мальчики девочки | 50 45 | 45 40 | 40 35 |
| Гибкость | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | касание ладонью | касание кончиками пальцев | без касания пальцев ног |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа __ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, учащихся | Физическая подготовка | | | | | | | Общее количество баллов | Результата |
|---|----------------------|---|-------------------------|---------------------------|---|--|------------------------|---|-------------------------|------------|
| | | Маховые движения рук в положении лежа на спине | Бег (без учета времени) | Многобросок 5 прыжков (м) | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Прыжок в длину с места | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | | |
| | | | | | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла -низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

35 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

28 - 34– допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

20 - 27 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|---------------------------|------------------------------------|---|---|--|
|---------------------------|------------------------------------|---|---|--|

| | | | | |
|-----------------------|---|--|---|--|
| Техническая программа | 12,5м кроль на спине с помощью движений ногами (положение тела горизонтальное, руки вытянуты в перед; плыть, ритмично работая прямыми ногами) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 12,5м кроль на груди с помощью движений ногами (положение тела горизонтальное, руки вытянуты в перед; плыть, ритмично работая прямыми ногами) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 12,5м кроль на спине в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 12,5м кроль на груди с задержкой дыхания на вдохе (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | Спад в воду с отталкиванием в конце падения (стоя на бортике, зацепиться за его край пальцами ног, поднять руки вверх голова между ними, наклониться вперед-вниз, потеряв равновесие, оттолкнуться в конце падения) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не выполнение упражнение |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|--|--|--|---|--|-------------------------|-----------|
| | | 12,5м кроль на спине с помощью движений ногами | 12,5м кроль на груди с помощью движений ногами | 12,5м кроль на спине в полной координации | 12,5м кроль на груди с задержкой дыхания на вдохе | Спад в воду из положения согнувшись | | |
| | | | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла -низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

25 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовки учащегося.

20 - 24 – допустимый уровень (Д) плавательной подготовки учащегося.

15 - 19 – критический уровень (К) плавательной подготовки учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 63-65 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 51-62 балла (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 36-50 баллов (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
промежуточной аттестации учащихся 1 года обучения
для перевода на следующий год обучения (май)**

**Лица с поражением опорно-двигательного аппарата
III – функциональная группа**

Теория

Тест №2

(Ф.И. учащегося)

1. Как звали Римского бога воды?
 - а) Юпитер
 - б) Нептун
 - в) Марс
2. Как звали Греческого бога воды?
 - а) Гермес
 - б) Посейдон
 - в) Аполлон
3. При каком российском императоре плавание была введено в число учебных дисциплин в Морской Академии и Императорском сухопутном кадетском корпусе?
 - а) Николай II
 - б) Петр I
4. В каком году соревнования по плаванию были включены в программу Юлимпийских игр?
 - а) 1900
 - б) 1896
 - в) 1902
5. Сколько в настоящее время существует основных способов плавания?
 - а) 6
 - б) 4
 - в) 5

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20___-20__ учебном году
группа ___ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | | |
| | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

5 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

3-4 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

2 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-----------------------------------|--|--|--|---|
| Выносливость, координация | Маховые движения рук в положении лежа на спине (мин, с) мальчики девочки | 1,05 50 | 1,03 47 | 1 45 |
| | Бег (без учета времени) мальчики девочки | 650 450 | 625 425 | 600 400 |
| Силовая выносливость | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) мальчики девочки | 6 4 | 5 3 | 4 2 |
| | Многоскок 5 прыжков (м) | 2,05 | 2,03 | 2 |
| | Жим гантелей в положении лежа на спине | | | |

| | | | | |
|-------------------------------|--|-----------------|---------------------------|-------------------------|
| | весом 1 кг (кол-во раз) мальчики девочки | 14 10 | 13 9 | 12 8 |
| Скоростно-силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) мальчики девочки | 60 50 | 55 45 | 50 40 |
| Гибкость | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | касание ладонью | касание кончиками пальцев | без касания пальцев ног |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | | | | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------|--|-------------------------|---------------------------|--|---|------------------------|--|-------------------------|------------|
| | | Маховые движения рук в положении лежа на спине | Бег (без учета времени) | Многобросок 5 прыжков (м) | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Прыжок в длину с места | Наклон вперед из положения сидя с прямыми ногами | | |
| | | | | | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла -низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

35 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

28 - 34– допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

20 - 27 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| Вид подготовки | Наименование упражнений | оптимальн ый уровень (5 баллов) | допустимы й уровень (4 балла) | критическ ий уровень (3 балла) |
|---------------------------|---|--|--|---|
| Техническая программа | 25м кроль на спине с помощью движений ногами (положение тела горизонтальное, руки вытянуты в перед; плыть, ритмично работая прямыми ногами) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение , отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 25м кроль на груди с помощью движений ногами(положение тела горизонтальное, руки вытянуты в перед; плыть, ритмично работая прямыми ногами) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение , отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 25м кроль на спине в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение , отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 25м кроль на груди с задержкой дыхания на вдохе (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение , отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | Спад в воду с отталкиванием в конце падения (стоя на бортике, зацепиться за его край пальцами ног, поднять руки вверх голова между ними, наклониться вперед-вниз, потеряв равновесие, оттолкнуться в конце падения) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение , отмечаются небольшие ошибки | Не выполнил упражнение |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|---|---|--|--|---|----------------------------|-----------|
| | | 25м кроль на груди (с помощью одних ног) | 25м кроль на спине (с помощью одних ног) | 25м кроль на груди (в полной координации) | 25м кроль на спине (в полной координации) | Спад в воду с отталкиванием в конце падения | | |
| | | | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла -низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

25 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовки учащегося.

20 - 24 – допустимый уровень (Д) плавательной подготовки учащегося.

15 - 19 – критический уровень (К) плавательной подготовки учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа __ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 63-65 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 51-62 балла (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 36-50 баллов (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**КИМы промежуточной аттестации на начало 2 года обучения соответствуют
КИМаМ промежуточной аттестации 1 г.о. для перевода на 2 год обучения**

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
промежуточной аттестации учащихся 2 года обучения (декабрь)**

Лица с нарушением слуха

Теория

Тест №3

(Ф.И. учащегося)

1. Закаливание это...?
 - а) приспособление организма к воздействию внешней среды
 - б) сочетание воздушных и солнечных ванн с гимнастикой и подвижными играми
2. Закаливающие процедуры следует начинать с обливания...
 - а) горячей водой
 - б) водой, имеющей температуру тела
3. Для чего нужна разминка?
 - а) для удовольствия
 - б) для разогрева мышц и связок, чтобы не получить травму
 - в) для красоты тела
4. Как называется поддерживающее приспособление, сделанное из пенопласта?
 - а) колобашка для плавания
 - б) доска для плавания
5. Какой инвентарь используется для увеличения скорости спортсмена?
 - а) ласты
 - б) лопатки для плавания
6. Как занятия плаванием влияют на организм человека?
 - а) улучшает вестибулярный аппарат, расширяет возможности опорно-двигательного аппарата, увеличивает объем легких, укрепляет сердце
 - б) никак не влияют

7. Колобашка для плавания – специальное приспособление, которое зажимают между ног и используют для тренировки мышц верхней части тела и отработки техники гребков руками?

а) верно

б) не верно

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | Вопрос 6 | Вопрос 7 | | |
| | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

7 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

4-6 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

3 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| Физическое качество | Наименование упражнений | оптимальный уровень (5 баллов) | допустимый уровень (4 балла) | критический уровень (3 балла) |
|----------------------------|--|---------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------|
| Выносливость | Бег (без учета времени) | 875 | 850 | 825 |
| Силовая выносливость | Отжимание отягощения весом 1 кг в положении лежа на спине (кол-во раз) | 13 | 12 | 11 |
| | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической | 7 | 6 | 5 |

| | | | | |
|-------------------------------|-----------------------------|----|----|----|
| | скамьи (кол-во раз) | | | |
| Скоростно-силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) | 60 | 57 | 55 |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | | Общее количество баллов | Результат |
|-------|-----------------------|-------------------------|---|--|------------------------|-------------------------|-----------|
| | | Бег (без учета времени) | Отжимание отягощения весом 1 кг в положении лежа на спине | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Прыжок в длину с места | | |
| | | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла -низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

20 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

16 - 19 – допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

12 - 15 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|------------------------------|---|--|---|---|
| Техническая программа | 50м кроль на груди в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 50м кроль на спине в полной | легко выполняет | выполняет упражнение, | Не проплывает до |

| | | | | |
|--|---|--|---|--|
| | координации (при помощи движений рук и ног) | упражнение, правильно без ошибок | отмечаются небольшие ошибки | конца контрольный отрезок |
| | 25м баттерфляй (дельфин) в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 25м брасс в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | Стартовый прыжок с бортика (стоя на бортике, зацепиться за его край пальцами ног, поднять руки вверх голова между ними, наклониться вперед-вниз, прыжок в воду вниз головой) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не выполняет упражнение |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|--|--|--|-----------------------------------|-------------------------------|-------------------------|-----------|
| | | 50м кроль на груди в полной координации | 50м кроль на спине в полной координации | 25м баттерфляй (дельфин) в полной координации | 25м брасс в полной координации | Стартовый прыжок с бортика | | |
| | | | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла -низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

25 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащихся.

20 - 24 – допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащихся

15 - 19 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащихся

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа __ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 50-52 балла (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 40-49 баллов (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 27-39 баллов (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
промежуточной аттестации учащихся 2 года обучения (декабрь)**

Лица с интеллектуальными нарушениями

Теория

Тест №3

(Ф.И. учащегося)

1. Закаливание это...?
 - а) приспособление организма к воздействию внешней среды
 - б) сочетание воздушных и солнечных ванн с гимнастикой и подвижными играми
2. Закаливающие процедуры следует начинать с обливания...
 - а) горячей водой
 - б) водой, имеющей температуру тела
3. Для чего нужна разминка?
 - а) для удовольствия
 - б) для разогрева мышц и связок, чтобы не получить травму
 - в) для красоты тела
4. Как называется поддерживающее приспособление, сделанное из пенопласта?
 - а) колобашка для плавания
 - б) доска для плавания
5. Какой инвентарь используется для увеличения скорости спортсмена?
 - а) ласты
 - б) лопатки для плавания
6. Как занятия плаванием влияют на организм человека?
 - а) улучшает вестибулярный аппарат, расширяет возможности опорно-двигательного аппарата, увеличивает объем легких, укрепляет сердце
 - б) никак не влияют
7. Колобашка для плавания – специальное приспособление, которое зажимают между ног и используют для тренировки мышц верхней части тела и отработки техники гребков руками?

а) верно

б) не верно

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | Вопрос 6 | Вопрос 7 | | |
| | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

7 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

4-6 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

3 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-----------------------------------|--|--|--|---|
| Координация | Прыжок в длину с места (см) | 55 | 50 | 45 |
| | мальчики | 50 | 45 | 40 |
| Силовая выносливость | Маховые движения рук в положении лежа на спине (мин) | 1,4 | 1,3 | 1,2 |
| | Бег (без учета времени) | 750 | 700 | 650 |
| | мальчики | 550 | 500 | 450 |
| | девочки | | | |
| | Жим гантелей в положении | | | |

| | | | | |
|-------------------------------|--|------|------|------|
| Скоростно-силовые способности | лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) | 15 | 14 | 13 |
| | мальчики | 11 | 10 | 9 |
| | девочки | | | |
| | Многоскок 5 прыжков (м) | | | |
| | мальчики | 2,60 | 2,50 | 2,40 |
| | девочки | 2,30 | 2,20 | 2,10 |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------|------------------------|--|-------------------------|---|-------------------------|-------------------------|------------|
| | | Прыжок в длину с места | Маховые движения рук в положении лежа на спине | Бег (без учета времени) | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Многоскок 5 прыжков (м) | | |
| | | | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

25– оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

20 - 24 – допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

15 - 19 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-----------------------|--|---------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------|
| Техническая программа | 50м кроль на груди в полной координации (при помощи) | легко выполняет упражнение, | выполняет упражнение, отмечаются | Не проплывает до конца |

| | | | | |
|--|--|--|---|--|
| | движений рук и ног) | правильно без ошибок | небольшие ошибки | контрольный отрезок |
| | 50м кроль на спине в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 25м баттерфляй (дельфин) в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 25м брасс в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | Стартовый прыжок с бортика (стоя на бортике, зацепиться за его край пальцами ног, поднять руки вверх голова между ними, наклониться вперед-вниз, прыжок в воду вниз головой) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не выполняет упражнение |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа __ года обучения (промежуточная аттестация)**

| | | | | | | |
|--|--|-------------------------|---|---|---|---|
| | | Плавательная подготовка | О | Б | Р | С |
|--|--|-------------------------|---|---|---|---|

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | 50м кроль на груди в полной координации | 50м кроль на спине в полной координации | 25м баттерфляй (дельфин) в полной координации | 25м брасс в полной координации | Стартовый прыжок с бортика | | |
|----------|--------------------------|--|--|--|-----------------------------------|-------------------------------|--|--|
| | | | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

25 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

20 - 24 – допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

15 - 19 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 55-57 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 44-54 балла (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 30-43 баллов (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
промежуточной аттестации учащихся 2 года обучения (декабрь)**

**Лица с нарушением зрения
I – функциональная группа**

Теория

Тест №3

(Ф.И. учащегося)

1. Закаливание это...?
 - а) приспособление организма к воздействию внешней среды
 - б) сочетание воздушных и солнечных ванн с гимнастикой и подвижными играми
2. Закаливающие процедуры следует начинать с обливания...
 - а) горячей водой
 - б) водой, имеющей температуру тела
3. Для чего нужна разминка?
 - а) для удовольствия
 - б) для разогрева мышц и связок, чтобы не получить травму
 - в) для красоты тела
4. Как называется поддерживающее приспособление, сделанное из пенопласта?
 - а) колобашка для плавания
 - б) доска для плавания
5. Какой инвентарь используется для увеличения скорости спортсмена?
 - а) ласты
 - б) лопатки для плавания
6. Как занятия плаванием влияют на организм человека?
 - а) улучшает вестибулярный аппарат, расширяет возможности опорно-двигательного аппарата, увеличивает объем легких, укрепляет сердце
 - б) никак не влияют
7. Колобашка для плавания – специальное приспособление, которое зажимают между ног и используют для тренировки мышц верхней части тела и отработки техники гребков руками?

а) верно

б) не верно

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | Вопрос 6 | Вопрос 7 | | |
| | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

7 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

4-6 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

3 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| Физическое качество | Наименование упражнений | оптимальный уровень (5 баллов) | допустимый уровень (4 балла) | критический уровень (3 балла) |
|----------------------------|---|---|---|--|
| Силовая выносливость | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) | | | |
| | мальчики | 6 | 5 | 4 |
| | девочки | 5 | 4 | 3 |
| | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) | | | |
| | мальчики | 11 | 10 | 9 |
| | девочки | 8 | 7 | 6 |

| | | | | |
|-------------------------------|-----------------------------|----|----|----|
| Скоростно-силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) | 47 | 45 | 43 |
|-------------------------------|-----------------------------|----|----|----|

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа __ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------|--|---|------------------------|-------------------------|------------|
| | | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Прыжок в длину с места | | |
| | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

15 – оптимальный уровень (О)физической подготовленности учащегося.

12 - 14 – допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

9 - 11 – критический уровень (К)физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|------------------------------|---|--|---|---|
| Техническая программа | 50м кроль на груди в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 50м кроль на спине в полной координации (при помощи | легко выполняет упражнение, | выполняет упражнение, отмечаются | Не проплывает до конца |

| | | | | |
|--|---|--|---|--|
| | движений рук и ног) | правильно без ошибок | небольшие ошибки | контрольный отрезок |
| | 25м баттерфляй (дельфин) в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 25м брасс в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|---|---|---|--------------------------------|-------------------------|-----------|
| | | 50м кроль на груди в полной координации | 50м кроль на спине в полной координации | 25м баттерфляй (дельфин) в полной координации | 25м брасс в полной координации | | |
| | | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

20 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

16 - 19– допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

12 - 15 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов

**объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовленности (О, Д, К) |
|---|----------------|----------------------|-----------------------|-------------------------|--|------------------------------------|
| | | Теоретические знания | Физическая подготовка | Плавательная подготовка | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 40-42 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 32-39 баллов (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 20-31 балл (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
промежуточной аттестации учащихся 2 года обучения (декабрь)**

**Лица с нарушением зрения
II и III – функциональная группа**

Теория

Тест №3

(Ф.И. учащегося)

1. Закаливание это...?
 - а) приспособление организма к воздействию внешней среды
 - б) сочетание воздушных и солнечных ванн с гимнастикой и подвижными играми
2. Закаливающие процедуры следует начинать с обливания...
 - а) горячей водой
 - б) водой, имеющей температуру тела
3. Для чего нужна разминка?
 - а) для удовольствия
 - б) для разогрева мышц и связок, чтобы не получить травму
 - в) для красоты тела
4. Как называется поддерживающее приспособление, сделанное из пенопласта?
 - а) колобашка для плавания
 - б) доска для плавания
5. Какой инвентарь используется для увеличения скорости спортсмена?
 - а) ласты
 - б) лопатки для плавания
6. Как занятия плаванием влияют на организм человека?
 - а) улучшает вестибулярный аппарат, расширяет возможности опорно-двигательного аппарата, увеличивает объем легких, укрепляет сердце
 - б) никак не влияют
7. Колобашка для плавания – специальное приспособление, которое зажимают между ног и используют для тренировки мышц верхней части тела и отработки техники гребков руками?

а) верно

б) не верно

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | Вопрос 6 | Вопрос 7 | | |
| | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

7 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

4-6 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

3 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| Физическое качество | Наименование упражнений | оптимальный уровень (5 баллов) | допустимый уровень (4 балла) | критический уровень (3 балла) |
|----------------------------|--|---|---|--|
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) мальчики девочки | 13 11 | 12 10 | 11 9 |
| | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) мальчики девочки | 7 6 | 6 5 | 5 4 |
| | Бег (без учета времени) | | | |

| | | | | |
|-------------------------------|-----------------------------|-----|-----|-----|
| | мальчики | 875 | 850 | 825 |
| | девочки | 675 | 650 | 625 |
| Скоростно-силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) | | | |
| | мальчики | 63 | 60 | 55 |
| | девочки | 53 | 50 | 45 |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------|---|--|-------------------------|------------------------|-------------------------|------------|
| | | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Бег (без учета времени) | Прыжок в длину с места | | |
| | | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

20 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

16 - 19 – допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

12 - 15 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|------------------------------|---|--|---|---|
| Техническая программа | 50м кроль на груди в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |

| | | | | |
|--|--|--|---|--|
| | 50м кроль на спине в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 25м баттерфляй (дельфин) в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 25м брасс в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | Стартовый прыжок с бортика (стоя на бортике, зацепиться за его край пальцами ног, поднять руки вверх голова между ними, наклониться вперед-вниз, прыжок в воду вниз головой) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не выполняет упражнение |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| | | | | | | | |
|--|--|-------------------------|---|---|---|---|---|
| | | Плавательная подготовка | О | б | н | р | е |
|--|--|-------------------------|---|---|---|---|---|

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | 50м кроль на груди в полной координации | 50м кроль на спине в полной координации | 25м баттерфляй (дельфин) в полной координации | 25м брасс в полной координации | Стартовый прыжок с бортика | | |
|----------|--------------------------|--|--|--|-----------------------------------|-------------------------------|--|--|
| | | | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

25 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

20 - 24 – допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

15 - 19 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 50-52 балла (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 40-49 баллов (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 27-39 баллов (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
промежуточной аттестации учащихся 2 года обучения (декабрь)**

**Лица с поражением опорно-двигательного аппарата
I – функциональная группа**

Теория

Тест №3

(Ф.И. учащегося)

1. Закаливание это...?
 - а) приспособление организма к воздействию внешней среды
 - б) сочетание воздушных и солнечных ванн с гимнастикой и подвижными играми
2. Закаливающие процедуры следует начинать с обливания...
 - а) горячей водой
 - б) водой, имеющей температуру тела
3. Для чего нужна разминка?
 - а) для удовольствия
 - б) для разогрева мышц и связок, чтобы не получить травму
 - в) для красоты тела
4. Как называется поддерживающее приспособление, сделанное из пенопласта?
 - а) колобашка для плавания
 - б) доска для плавания
5. Какой инвентарь используется для увеличения скорости спортсмена?
 - а) ласты
 - б) лопатки для плавания
6. Как занятия плаванием влияют на организм человека?
 - а) улучшает вестибулярный аппарат, расширяет возможности опорно-двигательного аппарата, увеличивает объем легких, укрепляет сердце
 - б) никак не влияют
7. Колобашка для плавания – специальное приспособление, которое зажимают между ног и используют для тренировки мышц верхней части тела и отработки техники гребков руками?

а) верно

б) не верно

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | Вопрос 6 | Вопрос 7 | | |
| | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

7 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

4-6 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

3 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| Физическое качество | Наименование упражнений | оптимальный уровень (5 баллов) | допустимый уровень (4 балла) | критический уровень (3 балла) |
|----------------------------|--|---|---|--|
| Выносливость, координация | Маховые движения рук в положении лежа на спине (с) | 40 | 35 | 33 |
| | мальчики | 30 | 25 | 23 |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) | 8 | 7 | 6 |
| | мальчики | 6 | 5 | 4 |
| | девочки | | | |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------------|--|---|-------------------------|------------|
| | | Маховые движения рук в положении лежа на спине | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | | |
| | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

10– оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

8 - 9 – допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

6-7– критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| Вид подготовки | Наименование упражнений | оптимальный уровень (5 баллов) | допустимый уровень (4 балла) | критический уровень (3 балла) |
|---------------------------|--|--|---|--|
| Техническая программа | 12,5м кроль на спине в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 12,5м кроль на груди с | легко выполняет | выполняет упражнение, | Не проплывает до |

| | | | | |
|--|--|----------------------------------|-----------------------------|---------------------------|
| | задержкой дыхания на вдохе (при помощи движений рук и ног) | упражнение, правильно без ошибок | отмечаются небольшие ошибки | конца контрольный отрезок |
|--|--|----------------------------------|-----------------------------|---------------------------|

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|-----------------------|--|--|-------------------------|-----------|
| | | 12,5 м кроль на спине в полной координации | 12,5 м кроль на груди с задержкой дыхания на вдохе | | |
| | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

10 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

8 - 9– допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

6 - 7 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовленности (О, Д, К) |
|---|----------------|----------------------|-----------------------|-------------------------|--|------------------------------------|
| | | Теоретические знания | Физическая подготовка | Плавательная подготовка | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 25-27 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 20-24 балла (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 12-19 баллов (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
промежуточной аттестации учащихся 2 года обучения (декабрь)**

**Лица с поражением опорно-двигательного аппарата
II – функциональная группа**

Теория

Тест №3

(Ф.И. учащегося)

1. Закаливание это...?
 - а) приспособление организма к воздействию внешней среды
 - б) сочетание воздушных и солнечных ванн с гимнастикой и подвижными играми
2. Закаливающие процедуры следует начинать с обливания...
 - а) горячей водой
 - б) водой, имеющей температуру тела
3. Для чего нужна разминка?
 - а) для удовольствия
 - б) для разогрева мышц и связок, чтобы не получить травму
 - в) для красоты тела
4. Как называется поддерживающее приспособление, сделанное из пенопласта?
 - а) колобашка для плавания
 - б) доска для плавания
5. Какой инвентарь используется для увеличения скорости спортсмена?
 - а) ласты
 - б) лопатки для плавания
6. Как занятия плаванием влияют на организм человека?
 - а) улучшает вестибулярный аппарат, расширяет возможности опорно-двигательного аппарата, увеличивает объем легких, укрепляет сердце
 - б) никак не влияют
7. Колобашка для плавания – специальное приспособление, которое зажимают между ног и используют для тренировки мышц верхней части тела и отработки техники гребков руками?

| | | | | |
|-------------------------------|--|----|----|----|
| | скамьи (кол-во раз) мальчики | 5 | 4 | 3 |
| | девочки | 4 | 3 | 2 |
| | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) мальчики | 11 | 10 | 9 |
| | девочки | 8 | 7 | 6 |
| Скоростно-силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) мальчики | 55 | 50 | 45 |
| | девочки | 50 | 45 | 40 |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | | | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------|--|-------------------------|------------------------|--|---|------------------------|-------------------------|------------|
| | | Маховые движения рук в положении лежа на спине | Бег (без учета времени) | Многобег 5 прыжков (м) | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Прыжок в длину с места | | |
| | | | | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

30 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

24 - 29– допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

18 - 23 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|----------------------------------|--|--|--|---|
| Техническая программа | 25м кроль на спине в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 25м кроль на груди в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | Стартовый прыжок с бортика (стоя на бортике, зацепиться за его край пальцами ног, поднять руки вверх голова между ними, наклониться вперед-вниз, прыжок в воду вниз головой) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не выполняет упражнение |

Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|---|---|----------------------------|-------------------------|-----------|
| | | 25м кроль на груди в полной координации | 25м кроль на спине в полной координации | Стартовый прыжок с бортика | | |
| | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

15 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

12 - 14 – допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

9 - 11 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 50-52 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 40-49 баллов (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 27-50 баллов (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
промежуточной аттестации учащихся 2 года обучения (декабрь)**

**Лица с поражением опорно-двигательного аппарата
III – функциональная группа**

Теория

Тест №3

(Ф.И. учащегося)

1. Закаливание это...?
 - а) приспособление организма к воздействию внешней среды
 - б) сочетание воздушных и солнечных ванн с гимнастикой и подвижными играми
2. Закаливающие процедуры следует начинать с обливания...
 - а) горячей водой
 - б) водой, имеющей температуру тела
3. Для чего нужна разминка?
 - а) для удовольствия
 - б) для разогрева мышц и связок, чтобы не получить травму
 - в) для красоты тела
4. Как называется поддерживающее приспособление, сделанное из пенопласта?
 - а) колобашка для плавания
 - б) доска для плавания
5. Какой инвентарь используется для увеличения скорости спортсмена?
 - а) ласты
 - б) лопатки для плавания
6. Как занятия плаванием влияют на организм человека?
 - а) улучшает вестибулярный аппарат, расширяет возможности опорно-двигательного аппарата, увеличивает объем легких, укрепляет сердце
 - б) никак не влияют

7. Колобашка для плавания – специальное приспособление, которое зажимают между ног и используют для тренировки мышц верхней части тела и отработки техники гребков руками?

а) верно

б) не верно

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | Вопрос 6 | Вопрос 7 | | |
| | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

7 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

4-6 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

3 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| Физическое качество | Наименование упражнений | оптимальный уровень (5 баллов) | допустимый уровень (4 балла) | критический уровень (3 балла) |
|----------------------------|--|---|---|--|
| Выносливость, координация | Маховые движения рук в положении лежа на спине (мин, с) мальчики девочки | 100 70 | 95 65 | 90 60 |
| | Бег (без учета времени) мальчики девочки | 675 475 | 650 450 | 625 425 |
| Силовая выносливость | Сгибание-разгибание рук | | | |

| | | | | |
|-------------------------------|---|--------------|--------------|-----------|
| | в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) мальчики девочки | 7 5 | 6 4 | 5 3 |
| | Многоскок 5 прыжков (м) мальчики девочки | 2,70 2,20 | 2,60 2,10 | 2,50 2 |
| | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) мальчики девочки | 15 11 | 14 10 | 13 9 |
| Скоростно-силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) мальчики девочки | 63 53 | 60 50 | 55 45 |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | | | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------|--|-------------------------|--|-------------------------|---|------------------------|-------------------------|------------|
| | | Маховые движения рук в положении лежа на спине | Бег (без учета времени) | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Многоскок 5 прыжков (м) | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Прыжок в длину с места | | |
| | | | | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

30 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

24 - 29 – допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

18 - 23 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|----------------------------------|--|--|--|---|
| Техническая программа | 50м кроль на груди в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 50м кроль на спине в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 25м баттерфляй (дельфин) в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 25м брасс в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | Стартовый прыжок с бортика (стоя на бортике, зацепиться за его край пальцами ног, поднять руки вверх голова между ними, наклониться вперед-вниз, прыжок в воду вниз головой) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не выполняет упражнение |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|--|--|--|-----------------------------------|-------------------------------|-------------------------|-----------|
| | | 50м кроль на груди в полной координации | 50м кроль на спине в полной координации | 25м баттерфляй (дельфин) в полной координации | 25м брасс в полной координации | Стартовый прыжок с бортика | | |
| | | | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

25 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

20 - 24 – допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

15 - 19 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 50-62 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 44-49 баллов (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 33-43 балла (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
промежуточной аттестации учащихся 2 года обучения
для перевода на следующий год обучения (май)**

Лица с нарушением слуха

Теория

Тест №4

(Ф.И. учащегося)

1. Как называется самый быстрый способ плавания?
 - а) кроль на груди
 - б) брасс
 - в) баттерфляй
 - г) кроль на спине
2. В каких способе плавания, руки выполняют движения одновременно и симметрично?
 - а) кроль на груди, кроль на спине
 - б) баттерфляй (дельфин), брасс
3. Вольный стиль – дисциплина плавания, в которой пловцу разрешается плыть...
 - а) любым способом
 - б) кролем на спине
4. Какой способ плавания считается самым медленным?
 - а) кроль на спине
 - б) брасс
5. Дисквалификация – лишение спортсмена или команды права участвовать в соревнованиях, аннулирование результата спортсмена или команды за серьезные нарушения правил соревнований?
 - а) не верно
 - б) верно
6. Во время проплывания дистанции, на соревнованиях, может ли участник перейти на другую дорожку?
 - а) нет, будет дисквалифицирован
 - б) может, если не мешает другому пловцу
7. Старт при способе кроль на спине осуществляется...
 - а) из воды

- б) старт со стартовой тумбочки
8. Какую медаль завоевала Лариса Ильченко на Олимпийских играх в Пекине в 2013 г. на открытой воде на дистанции 10 км?
- а) серебряную
- б) золотую
9. Какое прозвище получил российский пловец Александр Попов – за стремительность и быстроту?
- а) «Русская ракета»
- б) «Великий»
10. Пловцы на каких Олимпийских играх разыгрывают медали?
- а) на летних Олимпийских играх
- б) на зимних Олимпийских играх

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | Вопрос 6 | Вопрос 7 | Вопрос 8 | Вопрос 9 | Вопрос 10 | | |
| | | | | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

10 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

5-9 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

4 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-----------------------------------|---------------------------------------|--|--|---|
| | | | | |

| | | | | |
|-------------------------------|--|-----|-----|-----|
| Выносливость | Бег (без учета времени) | 875 | 850 | 825 |
| Силовая выносливость | Отжимание отягощения весом 1 кг в положении лежа на спине (кол-во раз) | 13 | 12 | 11 |
| | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) | 7 | 6 | 5 |
| Скоростно-силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) | 60 | 57 | 55 |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | | Общее количество баллов | Результат |
|-------|-----------------------|-------------------------|---|--|------------------------|-------------------------|-----------|
| | | Бег (без учета времени) | Отжимание отягощения весом 1 кг в положении лежа на спине | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Прыжок в длину с места | | |
| | | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

20 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

16 - 19 – допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

12 - 15 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|----------------------------------|--|--|---|---|
| Техническая программа | 100м комплексное плавание | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 100м кроль на груди в полной координации | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 100м кроль на спине в полной координации | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | Стартовый прыжок со стартовой тумбочки (стоя на тумбочке, зацепиться за её край пальцами ног, поднять руки вверх голова между ними, наклониться вперед-вниз, прыжок в воду вниз головой) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не выполняет упражнение |
| | Проплывание дистанции: 50м – любым способом плавания | проплывает дистанцию, правильно без ошибок | проплывает дистанцию, отмечаются небольшие ошибки, хорошее продвижение вперед | выполняет упражнение, отмечаются грубые ошибки, плохое продвижение вперед |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|------------------------------|---|---|---|-------------------------|-----------|
| | | 100м комплексное плавание | 100м кроль на груди в полной координации | 100м кроль на спине в полной координации | Стартовый прыжок со стартовой тумбочки | | |
| | | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

25 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

20 - 24– допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

15 - 19 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 53-55 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 41-52 баллов (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 27-40 баллов (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
промежуточной аттестации учащихся 2 года обучения
для перевода на следующий год обучения (май)**

Лица с интеллектуальными нарушениями

Теория

Тест №4

(Ф.И. учащегося)

1. Как называется самый быстрый способ плавания?
 - а) кроль на груди
 - б) брасс
 - в) баттерфляй
 - г) кроль на спине
2. В каких способе плавания, руки выполняют движения одновременно и симметрично?
 - а) кроль на груди, кроль на спине
 - б) баттерфляй (дельфин), брасс
3. Вольный стиль – дисциплина плавания, в которой пловцу разрешается плыть...
 - а) любым способом
 - б) кролем на спине
4. Какой способ плавания считается самым медленным?
 - а) кроль на спине
 - б) брасс
5. Дисквалификация – лишение спортсмена или команды права участвовать в соревнованиях, аннулирование результата спортсмена или команды за серьезные нарушения правил соревнований?
 - а) не верно
 - б) верно
6. Во время проплывания дистанции, на соревнованиях, может ли участник перейти на другую дорожку?
 - а) нет, будет дисквалифицирован
 - б) может, если не мешает другому пловцу
7. Старт при способе кроль на спине осуществляется...
 - а) из воды

- б) старт со стартовой тумбочки
8. Какую медаль завоевала Лариса Ильченко на Олимпийских играх в Пекине в 2013 г. на открытой воде на дистанции 10 км?
- а) серебряную
- б) золотую
9. Какое прозвище получил российский пловец Александр Попов – за стремительность и быстроту?
- а) «Русская ракета»
- б) «Великий»
10. Пловцы на каких Олимпийских играх разыгрывают медали?
- а) на летних Олимпийских играх
- б) на зимних Олимпийских играх

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | Вопрос 6 | Вопрос 7 | Вопрос 8 | Вопрос 9 | Вопрос 10 | | |
| | | | | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

10 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

5-9 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

4 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|----------------------------|--------------------------------|---|---|--|
| | | | | |

| | | | | |
|-------------------------------|--|------|------|------|
| Координация | Прыжок в длину с места (см) | 55 | 50 | 45 |
| | мальчики | 50 | 45 | 40 |
| Силовая выносливость | Маховые движения рук в положении лежа на спине (мин) | 1,4 | 1,3 | 1,2 |
| | Бег (без учета времени) | | | |
| | мальчики | 750 | 700 | 650 |
| | девочки | 550 | 500 | 450 |
| Скоростно-силовые способности | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) | 15 | 14 | 13 |
| | мальчики | 11 | 10 | 9 |
| | девочки | | | |
| | Многоскок 5 прыжков (м) | | | |
| | мальчики | 2,60 | 2,50 | 2,40 |
| | девочки | 2,30 | 2,20 | 2,10 |

Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------|------------------------|--|-------------------------|---|-------------------------|-------------------------|------------|
| | | Прыжок в длину с места | Маховые движения рук в положении лежа на спине | Бег (без учета времени) | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Многоскок 5 прыжков (м) | | |
| | | | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

25– оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

20 - 24 – допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

15 - 19 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|----------------------------------|--|--|--|--|
| Техническая программа | 100м комплексное плавание | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 100м кроль на груди в полной координации | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 100м кроль на спине в полной координации | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | Стартовый прыжок со стартовой тумбочки (стоя на тумбочке, зацепиться за её край пальцами ног, поднять руки вверх голова между ними, наклониться вперед-вниз, прыжок в воду вниз головой) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не выполняет упражнение |
| | Проплывание дистанции: 50м – любым способом плавания | проплывает дистанцию, правильно без ошибок | проплывает дистанцию, отмечаются небольшие ошибки, хорошее | выполняет упражнение, отмечаются грубые ошибки, плохое |
| | | | | |

| | | | | |
|--|--|--|-----------------------|-----------------------|
| | | | продвижение вперед | продвижение вперед |
|--|--|--|-----------------------|-----------------------|

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|------------------------------|---|---|---|--|-------------------------|-----------|
| | | 100м комплексное плавание | 100м кроль на груди в полной координации | 100м кроль на спине в полной координации | Стартовый прыжок со стартовой тумбочки | Проплывание дистанции: 50м – любым способом | | |
| | | | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

25 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

20 - 24– допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

15 - 19 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

| | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 58-60 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 45-57 балла (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 30-44 баллов (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
промежуточной аттестации учащихся 2 года обучения
для перевода на следующий год обучения (май)**

**Лица с нарушением зрения
I – функциональная группа**

Теория

Тест №4

(Ф.И. учащегося)

1. Как называется самый быстрый способ плавания?
 - а) кроль на груди
 - б) брасс
 - в) баттерфляй
 - г) кроль на спине
2. В каких способе плавания, руки выполняют движения одновременно и симметрично?
 - а) кроль на груди, кроль на спине
 - б) баттерфляй (дельфин), брасс
3. Вольный стиль – дисциплина плавания, в которой пловцу разрешается плыть...
 - а) любым способом
 - б) кролем на спине
4. Какой способ плавания считается самым медленным?
 - а) кроль на спине
 - б) брасс
5. Дисквалификация – лишение спортсмена или команды права участвовать в соревнованиях, аннулирование результата спортсмена или команды за серьезные нарушения правил соревнований?
 - а) не верно
 - б) верно
6. Во время проплывания дистанции, на соревнованиях, может ли участник перейти на другую дорожку?
 - а) нет, будет дисквалифицирован
 - б) может, если не мешает другому пловцу
7. Старт при способе кроль на спине осуществляется...

- а) из воды
- б) старт со стартовой гумбочки
8. Какую медаль завоевала Лариса Ильченко на Олимпийских играх в Пекине в 2013 г. на открытой воде на дистанции 10 км?
- а) серебряную
- б) золотую
9. Какое прозвище получил российский пловец Александр Попов – за стремительность и быстроту?
- а) «Русская ракета»
- б) «Великий»
10. Пловцы на каких Олимпийских играх разыгрывают медали?
- а) на летних Олимпийских играх
- б) на зимних Олимпийских играх

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | Вопрос 6 | Вопрос 7 | Вопрос 8 | Вопрос 9 | Вопрос 10 | | |
| | | | | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

10 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

5-9 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

4 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-----------------------------------|---------------------------------------|--|--|---|
| | | | | |

| | | | | |
|-------------------------------|---|----|----|----|
| Силовая выносливость | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) мальчики | 6 | 5 | 4 |
| | девочки | 5 | 4 | 3 |
| | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) мальчики | 11 | 10 | 9 |
| | девочки | 8 | 7 | 6 |
| Скоростно-силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) | 47 | 45 | 43 |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------|--|---|------------------------|-------------------------|------------|
| | | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Прыжок в длину с места | | |
| | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

15 – оптимальный уровень (О)физической подготовленности учащегося.

12 - 14 – допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

9 - 11 – критический уровень (К)физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|----------------------------------|--|--|---|---|
| Техническая программа | 100м комплексное плавание | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 100м кроль на груди в полной координации | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 100м кроль на спине в полной координации | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | Проплывание дистанции: 50м – любым способом плавания | проплывает дистанцию, правильно без ошибок | проплывает дистанцию, отмечаются небольшие ошибки, хорошее продвижение вперед | выполняет упражнение, отмечаются грубые ошибки, плохое продвижение вперед |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|------------------------------|---------------------|---------------------|--|-------------------------|-----------|
| | | 100м комплексное плавание | 100м кроль на груди | 100м кроль на спине | Проплывание дистанции: 50м – любым способом плавания | | |
| | | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

20 – оптимальный уровень (О)плавательной подготовленности учащегося.

16 - 19– допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

12 - 15 – критический уровень (К)плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 43-45 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 33-42 баллов (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 20-32 баллов (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
промежуточной аттестации учащихся 2 года обучения
для перевода на следующий год обучения (май)**

**Лица с нарушением зрения
II и III – функциональная группа**

Теория

Тест №4

(Ф.И. учащегося)

1. Как называется самый быстрый способ плавания?
 - а) кроль на груди
 - б) брасс
 - в) баттерфляй
 - г) кроль на спине
2. В каких способе плавания, руки выполняют движения одновременно и симметрично?
 - а) кроль на груди, кроль на спине
 - б) баттерфляй (дельфин), брасс
3. Вольный стиль – дисциплина плавания, в которой пловцу разрешается плыть...
 - а) любым способом
 - б) кролем на спине
4. Какой способ плавания считается самым медленным?
 - а) кроль на спине
 - б) брасс
5. Дисквалификация – лишение спортсмена или команды права участвовать в соревнованиях, аннулирование результата спортсмена или команды за серьезные нарушения правил соревнований?
 - а) не верно
 - б) верно
6. Во время проплывания дистанции, на соревнованиях, может ли участник перейти на другую дорожку?
 - а) нет, будет дисквалифицирован
 - б) может, если не мешает другому пловцу
7. Старт при способе кроль на спине осуществляется...

- а) из воды
- б) старт со стартовой гумбочки
8. Какую медаль завоевала Лариса Ильченко на Олимпийских играх в Пекине в 2013 г. на открытой воде на дистанции 10 км?
- а) серебряную
- б) золотую
9. Какое прозвище получил российский пловец Александр Попов – за стремительность и быстроту?
- а) «Русская ракета»
- б) «Великий»
10. Пловцы на каких Олимпийских играх разыгрывают медали?
- а) на летних Олимпийских играх
- б) на зимних Олимпийских играх

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | Вопрос 6 | Вопрос 7 | Вопрос 8 | Вопрос 9 | Вопрос 10 | | |
| | | | | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

10 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

5-9 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

4 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|----------------------------|--------------------------------|---------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------|
| | | | | |

| | | | | |
|--------------------------------------|--|------------|------------|------------|
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) мальчики девочки | 13 11 | 12 10 | 11 9 |
| | Сгибание- разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) мальчики девочки | 7 6 | 6 5 | 5 4 |
| | Бег (без учета времени) мальчики девочки | 875 675 | 850 650 | 825 625 |
| Скоростно- силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) мальчики девочки | 63 53 | 60 50 | 55 45 |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20___-20__ учебном году
группа ___ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------------|---|--|-------------------------|------------------------|-------------------------|-----------|
| | | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Бег (без учета времени) | Прыжок в длину с места | | |
| | | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

20 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

16 - 19 – допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

12 - 15 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|----------------------------------|--|--|---|---|
| Техническая программа | 100м комплексное плавание | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 100м кроль на груди в полной координации | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 100м кроль на спине в полной координации | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | Стартовый прыжок со стартовой тумбочки (стоя на тумбочке, зацепиться за её край пальцами ног, поднять руки вверх голова между ними, наклониться вперед-вниз, прыжок в воду вниз головой) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не выполняет упражнение |
| | Проплывание дистанции: 50м – любым способом плавания | проплывает дистанцию, правильно без ошибок | проплывает дистанцию, отмечаются небольшие ошибки, хорошее продвижение вперед | выполняет упражнение, отмечаются грубые ошибки, плохое продвижение вперед |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|------------------------------|---------------------|---------------------|---|--|-------------------------|-----------|
| | | 100м комплексное плавание | 100м кроль на груди | 100м кроль на спине | Стартовый прыжок со стартовой тумбочки | Проплывание дистанции: 50м – любым способом | | |
| | | | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

25 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

20 - 24– допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

15 - 19 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 53-55 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 41-52 баллов (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 27-40 баллов (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
промежуточной аттестации учащихся 2 года обучения
для перевода на следующий год обучения (май)**

**Лица с поражением опорно-двигательного аппарата
I – функциональная группа**

Теория

Тест №4

(Ф.И. учащегося)

1. Как называется самый быстрый способ плавания?
 - а) кроль на груди
 - б) брасс
 - в) баттерфляй
 - г) кроль на спине
2. В каких способе плавания, руки выполняют движения одновременно и симметрично?
 - а) кроль на груди, кроль на спине
 - б) баттерфляй (дельфин), брасс
3. Вольный стиль – дисциплина плавания, в которой пловцу разрешается плыть...
 - а) любым способом
 - б) кролем на спине
4. Какой способ плавания считается самым медленным?
 - а) кроль на спине
 - б) брасс
5. Дисквалификация – лишение спортсмена или команды права участвовать в соревнованиях, аннулирование результата спортсмена или команды за серьезные нарушения правил соревнований?
 - а) не верно
 - б) верно
6. Во время проплывания дистанции, на соревнованиях, может ли участник перейти на другую дорожку?
 - а) нет, будет дисквалифицирован
 - б) может, если не мешает другому пловцу
7. Старт при способе кроль на спине осуществляется...

- а) из воды
- б) старт со стартовой гумбочки
8. Какую медаль завоевала Лариса Ильченко на Олимпийских играх в Пекине в 2013 г. на открытой воде на дистанции 10 км?
- а) серебряную
- б) золотую
9. Какое прозвище получил российский пловец Александр Попов – за стремительность и быстроту?
- а) «Русская ракета»
- б) «Великий»
10. Пловцы на каких Олимпийских играх разыгрывают медали?
- а) на летних Олимпийских играх
- б) на зимних Олимпийских играх

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | Вопрос 6 | Вопрос 7 | Вопрос 8 | Вопрос 9 | Вопрос 10 | | |
| | | | | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

10 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

5-9 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

4 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|----------------------------|--------------------------------|---|---|--|
| | | | | |

| | | | | |
|------------------------------|--|----------|----------|----------|
| Выносливость, координация | Маховые движения рук в положении лежа на спине (с) мальчики девочки | 40 30 | 35 25 | 33 23 |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол- во раз) мальчики девочки | 8 6 | 7 5 | 6 4 |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------------|---|--|-------------------------------|------------|
| | | Маховые движения рук в положении лежа на спине | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | | |
| | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

10– оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

8 - 9 – допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

6-7 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|----------------------------------|---|--|--|---|
|----------------------------------|---|--|--|---|

| | | | | |
|-----------------------|---|--|---|--|
| Техническая программа | 25м кроль на спине с помощью движений ногами (положение тела горизонтальное, руки вытянуты в перед; плыть, ритмично работая прямыми ногами) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 25м кроль на груди с помощью движений ногами (положение тела горизонтальное, руки вытянуты в перед; плыть, ритмично работая прямыми ногами) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 25м кроль на спине в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 25м кроль на груди в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | Спад в воду с отталкиванием в конце падения (стоя на бортике, зацепиться за его край пальцами ног, поднять руки вверх голова между ними, наклониться вперед-вниз, потеряв равновесие, оттолкнуться в конце падения) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не выполнение упражнения |

| | | | | |
|--|--|--|---|---|
| | Проплывание дистанции: 25м – любым способом плавания | проплывает дистанцию, правильно без ошибок | проплывает дистанцию, отмечаются небольшие ошибки, хорошее продвижение вперед | выполняет упражнение, отмечаются грубые ошибки, плохое продвижение вперед |
|--|--|--|---|---|

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|---|---|--|--|---|--|-------------------------|-----------|
| | | 25м кроль на груди (с помощью одних ног) | 25м кроль на спине (с помощью одних ног) | 25м кроль на груди (в полной координации) | 25м кроль на спине (в полной координации) | Спад в воду с отталкиванием в конце падения | Проплывание дистанции: 25м – любым способом плавания | | |
| | | | | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

30 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

24 - 29– допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

18 - 23 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------|------------------|---|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая | Плаватель ная | | |

| | | | | | | |
|--|--|--|----------------|----------------|---------------------------|--|
| | | | подготовк а | подготовк а | количество параметров) | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 48-50 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 37-47 балла (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 24-36 балла (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
промежуточной аттестации учащихся 2 года обучения
для перевода на следующий год обучения (май)**

**Лица с поражением опорно-двигательного аппарата
II – функциональная группа**

Теория

Тест №4

(Ф.И. учащегося)

1. Как называется самый быстрый способ плавания?
 - а) кроль на груди
 - б) брасс
 - в) баттерфляй
 - г) кроль на спине
2. В каких способе плавания, руки выполняют движения одновременно и симметрично?
 - а) кроль на груди, кроль на спине
 - б) баттерфляй (дельфин), брасс
3. Вольный стиль – дисциплина плавания, в которой пловцу разрешается плыть...
 - а) любым способом
 - б) кролем на спине
4. Какой способ плавания считается самым медленным?
 - а) кроль на спине
 - б) брасс
5. Дисквалификация – лишение спортсмена или команды права участвовать в соревнованиях, аннулирование результата спортсмена или команды за серьезные нарушения правил соревнований?
 - а) не верно
 - б) верно
6. Во время проплывания дистанции, на соревнованиях, может ли участник перейти на другую дорожку?
 - а) нет, будет дисквалифицирован
 - б) может, если не мешает другому пловцу
7. Старт при способе кроль на спине осуществляется...

- а) из воды
- б) старт со стартовой тумбочки
8. Какую медаль завоевала Лариса Ильченко на Олимпийских играх в Пекине в 2013 г. на открытой воде на дистанции 10 км?
- а) серебряную
- б) золотую
9. Какое прозвище получил российский пловец Александр Попов – за стремительность и быстроту?
- а) «Русская ракета»
- б) «Великий»
10. Пловцы на каких Олимпийских играх разыгрывают медали?
- а) на летних Олимпийских играх
- б) на зимних Олимпийских играх

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | Вопрос 6 | Вопрос 7 | Вопрос 8 | Вопрос 9 | Вопрос 10 | | |
| | | | | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

10 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

5-9 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

4 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|----------------------------|--------------------------------|---------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------|
| | | | | |

| | | | | |
|--------------------------------------|--|-----------|--------------|-----------|
| Выносливость, координация | Маховые движения рук в положении лежа на спине (с) мальчики девочки | 100 80 | 95 75 | 90 70 |
| | Бег (без учета времени) | 275 | 250 | 225 |
| Силовая выносливость | Многоскок 5 прыжков (м) мальчики девочки | 2,20 2 | 2,10 1,90 | 2 1,80 |
| | Сгибание- разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) мальчики девочки | 5 4 | 4 3 | 3 2 |
| | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол- во раз) мальчики девочки | 11 8 | 10 7 | 9 6 |
| Скоростно- силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) мальчики девочки | 55 50 | 50 45 | 45 40 |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| | | | | | | | | |
|---|--|-----------------------|---|---|---|---|---|---|
| № | | Физическая подготовка | О | Б | Б | Д | С | С |
|---|--|-----------------------|---|---|---|---|---|---|

| Фамилия, учащихся | имя | Маховые движения рук в положении лежа на спине | Бег (без учета времени) | Многоскок 5 прыжков (м) | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Прыжок в длину с места | | |
|----------------------|-----|---|-------------------------|-------------------------|--|---|------------------------|--|--|
| | | | | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

30 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

24 - 29– допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

18 - 23 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|---------------------------|--|--|---|--|
| Техническая программа | 50м кроль на груди в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 50м кроль на спине в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 25м баттерфляй (дельфин) в полной координации (при помощи | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |

| | | | | |
|--|--|--|---|---|
| | движений рук и ног) | | | |
| | 25м брасс в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | Стартовый прыжок с бортика (стоя на бортике, зацепиться за его край пальцами ног, поднять руки вверх голова между ними, наклониться вперед-вниз, прыжок в воду вниз головой) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не выполняет упражнение |
| | Проплавание дистанции: 25м – любым способом плавания | проплывает дистанцию, правильно без ошибок | проплывает дистанцию, отмечаются небольшие ошибки, хорошее продвижение вперед | выполняет упражнение, отмечаются грубые ошибки, плохое продвижение вперед |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|---|---|---|--------------------------------|----------------------------|---|-------------------------|-----------|
| | | 50м кроль на груди в полной координации | 50м кроль на спине в полной координации | 25м баттерфляй (дельфин) в полной координации | 25м брасс в полной координации | Стартовый прыжок с бортика | Проплавание дистанции: 25м – любым способом | | |
| | | | | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

30 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

24 - 29– допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

18 - 23 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 68-70 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 53-67 балла (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 36-52 баллов (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
промежуточной аттестации учащихся 2 года обучения
для перевода на следующий год обучения (май)**

**Лица с поражением опорно-двигательного аппарата
III – функциональная группа**

Теория

Тест №4

(Ф.И. учащегося)

1. Как называется самый быстрый способ плавания?
 - а) кроль на груди
 - б) брасс
 - в) баттерфляй
 - г) кроль на спине
2. В каких способе плавания, руки выполняют движения одновременно и симметрично?
 - а) кроль на груди, кроль на спине
 - б) баттерфляй (дельфин), брасс
3. Вольный стиль – дисциплина плавания, в которой пловцу разрешается плыть...
 - а) любым способом
 - б) кролем на спине
4. Какой способ плавания считается самым медленным?
 - а) кроль на спине
 - б) брасс
5. Дисквалификация – лишение спортсмена или команды права участвовать в соревнованиях, аннулирование результата спортсмена или команды за серьезные нарушения правил соревнований?
 - а) не верно
 - б) верно
6. Во время проплывания дистанции, на соревнованиях, может ли участник перейти на другую дорожку?
 - а) нет, будет дисквалифицирован
 - б) может, если не мешает другому пловцу
7. Старт при способе кроль на спине осуществляется...

- а) из воды
- б) старт со стартовой тумбочки
8. Какую медаль завоевала Лариса Ильченко на Олимпийских играх в Пекине в 2013 г. на открытой воде на дистанции 10 км?
- а) серебряную
- б) золотую
9. Какое прозвище получил российский пловец Александр Попов – за стремительность и быстроту?
- а) «Русская ракета»
- б) «Великий»
10. Пловцы на каких Олимпийских играх разыгрывают медали?
- а) на летних Олимпийских играх
- б) на зимних Олимпийских играх

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | Вопрос 6 | Вопрос 7 | Вопрос 8 | Вопрос 9 | Вопрос 10 | | |
| | | | | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

10 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

5-9 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

4 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-----------------------------------|---------------------------------------|--|--|---|
| | | | | |

| | | | | |
|--------------------------------------|--|--------------|--------------|------------|
| Выносливость, координация | Маховые движения рук в положении лежа на спине (мин, с) мальчики девочки | 100 70 | 95 65 | 90 60 |
| | Бег (без учета времени) мальчики девочки | 675 475 | 650 450 | 625 425 |
| Силовая выносливость | Сгибание- разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) мальчики девочки | 7 5 | 6 4 | 5 3 |
| | Многоскок 5 прыжков (м) мальчики девочки | 2,70 2,20 | 2,60 2,10 | 2,50 2 |
| | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол- во раз) мальчики девочки | 15 11 | 14 10 | 13 9 |
| Скоростно- силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) мальчики девочки | 63 53 | 60 50 | 55 45 |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| | | | | | | |
|---|--|-----------------------|---|---|---|---|
| № | | Физическая подготовка | О | Б | Р | Е |
|---|--|-----------------------|---|---|---|---|

| | | | | | | | | | |
|--|-----------------------------|--|-------------------------|--|---------------------------|---|------------------------|--|--|
| | Фамилия, имя учащихся | Маховые движения рук в положении лежа на спине | Бег (без учета времени) | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Многобросок 5 прыжков (м) | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Прыжок в длину с места | | |
| | | | | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

30 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

24 - 29 – допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

18 - 23 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|----------------------------------|---|--|--|---|
| Техническая программа | 100м комплексное плавание | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 100м кроль на груди в полной координации | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 100м кроль на спине в полной координации | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | Стартовый прыжок со стартовой тумбочки (стоя) | легко выполняет упражнение, | выполняет упражнение, отмечаются | Не выполняет упражнение |

| | | | | |
|--|---|--|---|---|
| | на тумбочке, зацепиться за её край пальцами ног, поднять руки вверх голова между ними, наклониться вперед-вниз, прыжок в воду вниз головой) | правильно без ошибок | небольшие ошибки | |
| | Проплывание дистанции: 50м – любым способом плавания | проплывает дистанцию, правильно без ошибок | проплывает дистанцию, отмечаются небольшие ошибки, хорошее продвижение вперед | выполняет упражнение, отмечаются грубые ошибки, плохое продвижение вперед |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|------------------------------|---|---|---|--|-------------------------|-----------|
| | | 100м комплексное плавание | 100м кроль на груди в полной координации | 100м кроль на спине в полной координации | Стартовый прыжок со стартовой тумбочки | Проплывание дистанции: 50м – любым способом плавания | | |
| | | | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

25 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

20 - 24– допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

15 - 19 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 63-65 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 49-62 баллов (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 33-48 балла (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**КИМы промежуточной аттестации на начало 3 года обучения соответствуют
КИМах промежуточного контроля 2 г.о. для перевода на 3 год обучения**

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
промежуточной аттестации учащихся 3 года обучения (декабрь)**

Лица с нарушением слуха

Теория

Тест №5

(Ф.И. учащегося)

1. С какого способа начинается комплексное плавание?
 - а) кроль на груди
 - б) кроль на спине
 - в) брасс
 - г) баттерфляй
2. Каким способом заканчивается комплексное плавание?
 - а) кроль на груди
 - б) кроль на спине
 - в) брасс
 - г) баттерфляй
3. Какого способа нет в комплексном плавании:
 - а) кроль на спине
 - б) дельфин на спине
 - в) кроль на груди.
4. Как называется сложное двигательное действие, суть в котором заключается в быстром и экономичном изменении направлении движения пловца?
 - а) старт
 - б) поворот
5. Старт на соревнованиях в комплексном плавании выполняют?
 - а) со стартовой тумбочки
 - б) из воды
6. Как называется способность пловца непрерывно получать информацию от различных анализаторов, что позволяет ему лучше ощущать давление воды на гребущие поверхности?
 - а) сопротивление воды
 - б) чувство воды
7. Дистанция – расстояние от старта до финиша?

а) верно

б) не верно

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | Вопрос 6 | Вопрос 7 | | |
| | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

7 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

4-6 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

3 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| Физическое качество | Наименование упражнений | оптимальный уровень (5 баллов) | допустимый уровень (4 балла) | критический уровень (3 балла) |
|-------------------------------|--|---------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------|
| Силовая выносливость | Отжимание отягощения весом 1 кг в положении лежа на спине (кол-во раз) | 16 | 15 | 14 |
| | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) | 8 | 7 | 6 |
| Скоростно-силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) | 70 | 65 | 60 |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|---|--|------------------------|-------------------------|-----------|
| | | Отжимание отягощения весом 1 кг в положении лежа на спине | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Прыжок в длину с места | | |
| | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

15 – оптимальный уровень (О) физическая подготовленность учащегося.

12 - 14– допустимый уровень (Д) физическая подготовленность учащегося.

9 - 11 – критический уровень (К) физическая подготовленность учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|----------------------------------|---|--|--|---|
| Техническая программа | 200м кроль на груди в полной координации | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 200м кроль на спине в полной координации | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|--|--|----------------------------|-----------|
| | | 200м кроль на груди в полной координации | 200м кроль на спине в полной координации | | |
| | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

10 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленность учащегося.

8 - 9– допустимый уровень (Д) плавательной подготовленность учащегося.

6 - 7 – критический уровень (К) плавательной подготовленность учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 30-32 балла (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 24-29 баллов (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 15-23 балла (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
промежуточной аттестации учащихся 3 года обучения (декабрь)**

Лица с интеллектуальными нарушениями

Теория

Тест №5

(Ф.И. учащегося)

1. С какого способа начинается комплексное плавание?
 - а) кроль на груди
 - б) кроль на спине
 - в) брасс
 - г) баттерфляй
2. Каким способом заканчивается комплексное плавание?
 - а) кроль на груди
 - б) кроль на спине
 - в) брасс
 - г) баттерфляй
3. Какого способа нет в комплексном плавании:
 - а) кроль на спине
 - б) дельфин на спине
 - в) кроль на груди.
4. Как называется сложное двигательное действие, суть в котором заключается в быстром и экономичном изменении направлении движения пловца?
 - а) старт
 - б) поворот
5. Старт на соревнованиях в комплексном плавании выполняют?
 - а) со стартовой тумбочки
 - б) из воды
6. Как называется способность пловца непрерывно получать информацию от различных анализаторов, что позволяет ему лучше ощущать давление воды на гребущие поверхности?
 - а) сопротивление воды
 - б) чувство воды
7. Дистанция – расстояние от старта до финиша?
 - а) верно
 - б) не верно

Критерии оценивания:**1 балл** – правильный ответ**0 балл** – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | Вопрос 6 | Вопрос 7 | | |
| | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:**7 баллов** – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.**4-6 балла** – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.**3 и менее баллов** – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.**Физическая подготовка**

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-----------------------------------|--|--|--|---|
| Координация | Прыжок в длину с места (см) | | | |
| | мальчики | 70 | 65 | 60 |
| | девочки | 60 | 55 | 50 |
| Скоростно-силовые способности | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) | | | |
| | мальчики | 17 | 16 | 15 |
| | девочки | 12 | 11 | 10 |
| | Многоскок 5 прыжков (м) | | | |
| | мальчики | 2,90 | 2,80 | 2,80 |
| | девочки | 2,60 | 2,50 | 2,40 |
| | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической | | | |

| | | | | |
|--|---------------------|---|---|---|
| | скамьи (кол-во раз) | 8 | 7 | 6 |
| | мальчики | 6 | 5 | 4 |
| | девочки | | | |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа __ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------------|------------------------|---|---------------------------|--|-------------------------|------------|
| | | Прыжок в длину с места | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Многобросок 5 прыжков (м) | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | | |
| | | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

20 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

16 - 19 – допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

12 - 15 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|----------------------------------|---|--|--|---|
| Техническая программа | 200м кроль на груди в полной координации | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 200м кроль на спине в полной координации | легко выполняет упражнение, | выполняет упражнение, отмечаются | Не проплывает до конца |

| | | | | |
|--|--|----------------------|------------------|---------------------|
| | | правильно без ошибок | небольшие ошибки | контрольный отрезок |
|--|--|----------------------|------------------|---------------------|

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|--|--|----------------------------|-----------|
| | | 200м кроль на груди в полной координации | 200м кроль на спине в полной координации | | |
| | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

10 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

8 - 9 – допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

6 - 7 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 35-37 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 28-34 балла (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 18-27 баллов (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
промежуточной аттестации учащихся 3 года обучения (декабрь)**

**Лица с нарушением зрения
I – функциональная группа**

Теория

Тест №5

(Ф.И. учащегося)

1. С какого способа начинается комплексное плавание?
 - а) кроль на груди
 - б) кроль на спине
 - в) брасс
 - г) баттерфляй
2. Каким способом заканчивается комплексное плавание?
 - а) кроль на груди
 - б) кроль на спине
 - в) брасс
 - г) баттерфляй
3. Какого способа нет в комплексном плавании:
 - а) кроль на спине
 - б) дельфин на спине
 - в) кроль на груди.
4. Как называется сложное двигательное действие, суть в котором заключается в быстром и экономичном изменении направлении движения пловца?
 - а) старт
 - б) поворот
5. Старт на соревнованиях в комплексном плавании выполняют?
 - а) со стартовой тумбочки
 - б) из воды
6. Как называется способность пловца непрерывно получать информацию от различных анализаторов, что позволяет ему лучше ощущать давление воды на гребущие поверхности?
 - а) сопротивление воды
 - б) чувство воды
7. Дистанция – расстояние от старта до финиша?
 - а) верно

б) не верно

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | Вопрос 6 | Вопрос 7 | | |
| | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

7 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

4-6 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

3 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-----------------------------------|--|--|--|---|
| Силовая выносливость | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) мальчики девочки | 7 5 | 6 4 | 5 3 |
| | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) мальчики девочки | 12 9 | 11 8 | 10 7 |
| Скоростно-силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) мальчики девочки | 60 55 | 55 50 | 50 45 |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------|--|---|------------------------|-------------------------|------------|
| | | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Прыжок в длину с места | | |
| | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

15 – оптимальный уровень (О)физическая подготовленность учащегося.

12 - 14 – допустимый уровень (Д) физическая подготовленность учащегося.

9 - 11 – критический уровень (К)физическая подготовленность учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|------------------------------|--|--|---|---|
| Техническая программа | 150м кроль на груди в полной координации | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 150м кроль на спине в полной координации | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|--|--|----------------------------|-----------|
| | | 150м кроль на груди в полной координации | 150м кроль на спине в полной координации | | |
| | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

10 – оптимальный уровень (О) плавательная подготовленность учащегося.

8 - 9 – допустимый уровень (Д) плавательная подготовленность учащегося.

6 - 7 – критический уровень (К) плавательная подготовленность учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 30-32 балла (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 24-29 баллов (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 15-23 балла (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
промежуточной аттестации учащихся 3 года обучения (декабрь)**

**Лица с нарушением зрения
II и III – функциональная группа**

Теория

Тест №5

(Ф.И. учащегося)

1. С какого способа начинается комплексное плавание?
 - а) кроль на груди
 - б) кроль на спине
 - в) брасс
 - г) баттерфляй
2. Каким способом заканчивается комплексное плавание?
 - а) кроль на груди
 - б) кроль на спине
 - в) брасс
 - г) баттерфляй
3. Какого способа нет в комплексном плавании:
 - а) кроль на спине
 - б) дельфин на спине
 - в) кроль на груди.
4. Как называется сложное двигательное действие, суть в котором заключается в быстром и экономичном изменении направлении движения пловца?
 - а) старт
 - б) поворот
5. Старт на соревнованиях в комплексном плавании выполняют?
 - а) со стартовой тумбочки
 - б) из воды
6. Как называется способность пловца непрерывно получать информацию от различных анализаторов, что позволяет ему лучше ощущать давление воды на гребущие поверхности?
 - а) сопротивление воды
 - б) чувство воды
7. Дистанция – расстояние от старта до финиша?
 - а) верно

б) не верно

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | Вопрос 6 | Вопрос 7 | | |
| | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

7 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

4-6 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

3 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-----------------------------------|---|--|--|---|
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) | | | |
| | мальчики | 16 | 15 | 14 |
| | девочки | 12 | 11 | 10 |
| | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) | | | |
| Скоростно-силовые возможности | мальчики | 8 | 7 | 6 |
| | девочки | 6 | 5 | 4 |
| | Прыжок в длину с места (см) | | | |
| | мальчики | 65 | 63 | 60 |
| | девочки | 55 | 53 | 50 |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------------|---|--|------------------------|-------------------------|------------|
| | | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Прыжок в длину с места | | |
| | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

15 – оптимальный уровень (О)физическая подготовленность учащегося.

12 - 14 – допустимый уровень (Д) физическая подготовленность учащегося.

9 - 11 – критический уровень (К)физическая подготовленность учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|----------------------------------|---|--|--|---|
| Техническая программа | 200м кроль на груди в полной координации | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 200м кроль на спине в полной координации | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|-----------------------|--|--|----------------------------|-----------|
| | | 200м кроль на груди в полной координации | 200м кроль на спине в полной координации | | |
| | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

10 – оптимальный уровень (О) плавательная подготовленность учащегося.

8 - 9 – допустимый уровень (Д) плавательная подготовленность учащегося.

6 - 7 – критический уровень (К) плавательная подготовленность учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 30-32 балла (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 24-29 баллов (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 15-23 балла (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
промежуточной аттестации учащихся 3 года обучения (декабрь)**

**Лица с поражением опорно-двигательного аппарата
I – функциональная группа**

Теория

Тест №5

(Ф.И. учащегося)

1. С какого способа начинается комплексное плавание?
 - а) кроль на груди
 - б) кроль на спине
 - в) брасс
 - г) баттерфляй
2. Каким способом заканчивается комплексное плавание?
 - а) кроль на груди
 - б) кроль на спине
 - в) брасс
 - г) баттерфляй
3. Какого способа нет в комплексном плавании:
 - а) кроль на спине
 - б) дельфин на спине
 - в) кроль на груди.
4. Как называется сложное двигательное действие, суть в котором заключается в быстром и экономичном изменении направлении движения пловца?
 - а) старт
 - б) поворот
5. Старт на соревнованиях в комплексном плавании выполняют?
 - а) со стартовой тумбочки
 - б) из воды
6. Как называется способность пловца непрерывно получать информацию от различных анализаторов, что позволяет ему лучше ощущать давление воды на гребущие поверхности?
 - а) сопротивление воды
 - б) чувство воды
7. Дистанция – расстояние от старта до финиша?
 - а) верно

б) не верно

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа __ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | Вопрос 6 | Вопрос 7 | | |
| | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

7 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

4-6 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

3 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| Физическое качество | Наименование упражнений | оптимальный уровень (5 баллов) | допустимый уровень (4 балла) | критический уровень (3 балла) |
|----------------------------|--|---|---|--|
| Выносливость, координация | Имитация плавательных движений рук на суше в положении лежа на спине | | | |
| | (с) | 50 | 47 | 45 |
| | мальчики | 45 | 43 | 40 |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) | | | |
| | мальчики | 9 | 8 | 7 |
| | девочки | 7 | 6 | 5 |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20___-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------------|--|---|-------------------------|------------|
| | | Имитация плавательных движений рук на суше в положении лежа на спине | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | | |
| | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

10– оптимальный уровень (О) физическая подготовленность учащегося.

8 - 9 – допустимый уровень (Д) физическая подготовленность учащегося.

6-7 – критический уровень (К) физическая подготовленность учащегося.

Плавательная подготовка

| Вид подготовки | Наименование упражнений | оптимальный уровень (5 баллов) | допустимый уровень (4 балла) | критический уровень (3 балла) |
|---------------------------|---|--|---|--|
| Техническая программа | 50м кроль на груди в полной координации(при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 50м кроль на спине в полной координации(при помощи | легко выполняет упражнение, | выполняет упражнение, отмечаются | Не проплывает до конца |

| | | | | |
|--|---|--|---|--|
| | движений рук и ног) | правильно без ошибок | небольшие ошибки | контрольный отрезок |
| | 25м баттерфляй (дельфин) в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 25м брасс в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|---|---|---|--------------------------------|-------------------------|-----------|
| | | 50м кроль на груди в полной координации | 50м кроль на спине в полной координации | 25м баттерфляй (дельфин) в полной координации | 25м брасс в полной координации | | |
| | | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

20 – оптимальный уровень (О) плавательная подготовленность учащегося.

16 - 19– допустимый уровень (Д) плавательная подготовленность учащегося.

12 - 15 – критический уровень (К) плавательная подготовленность учащегося.

Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов

**объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовленности (О, Д, К) |
|---|----------------|----------------------|-----------------------|-------------------------|--|------------------------------------|
| | | Теоретические знания | Физическая подготовка | Плавательная подготовка | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 35-37 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 28-34 балла (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 18-27 баллов (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
промежуточной аттестации учащихся 3 года обучения (декабрь)**

**Лица с поражением опорно-двигательного аппарата
II – функциональная группа**

Теория

Тест №5

(Ф.И. учащегося)

1. С какого способа начинается комплексное плавание?
 - а) кроль на груди
 - б) кроль на спине
 - в) брасс
 - г) баттерфляй
2. Каким способом заканчивается комплексное плавание?
 - а) кроль на груди
 - б) кроль на спине
 - в) брасс
 - г) баттерфляй
3. Какого способа нет в комплексном плавании:
 - а) кроль на спине
 - б) дельфин на спине
 - в) кроль на груди.
4. Как называется сложное двигательное действие, суть в котором заключается в быстром и экономичном изменении направлении движения пловца?
 - а) старт
 - б) поворот
5. Старт на соревнованиях в комплексном плавании выполняют?
 - а) со стартовой тумбочки
 - б) из воды
6. Как называется способность пловца непрерывно получать информацию от различных анализаторов, что позволяет ему лучше ощущать давление воды на гребущие поверхности?
 - а) сопротивление воды
 - б) чувство воды
7. Дистанция – расстояние от старта до финиша?

а) верно

б) не верно

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | Вопрос 6 | Вопрос 7 | | |
| | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

7 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

4-6 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

3 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| Физическое качество | Наименование упражнений | оптимальный уровень (5 баллов) | допустимый уровень (4 балла) | критический уровень (3 балла) |
|----------------------------|--|---|---|--|
| Силовая выносливость | Многоскок 5 прыжков (м) мальчики девочки | 2,40 2,10 | 2,35 2,05 | 2,30 2 |
| | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) мальчики девочки | 6 4 | 5 3 | 4 2 |
| | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) | | | |

| | | | | |
|-------------------------------|-----------------------------|----|----|----|
| | мальчики | 14 | 13 | 12 |
| | девочки | 10 | 9 | 8 |
| Скоростно-силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) | | | |
| | мальчики | 60 | 55 | 50 |
| | девочки | 55 | 50 | 45 |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------|------------------------|--|---|------------------------|-------------------------|------------|
| | | Многобег 5 прыжков (м) | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Прыжок в длину с места | | |
| | | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

20 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

16 - 19– допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

12 - 15 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-----------------------|--------------------------------|--|---|--|
| Техническая программа | 100м комплексное плавание | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 100м кроль на груди | легко выполняет | выполняет упражнение, | Не проплывает до |

| | | | | |
|--|--|--|---|--|
| | | упражнение, правильно без ошибок | отмечаются небольшие ошибки | конца контрольный отрезок |
| | 100м кроль на спине | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | Стартовый прыжок со стартовой тумбочки (стоя на тумбочке, зацепиться за её край пальцами ног, поднять руки вверх голова между ними, наклониться вперед-вниз, прыжок в воду вниз головой) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не выполняет упражнение |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|------------------------------|---------------------|---------------------|---|-------------------------|-----------|
| | | 100м комплексное плавание | 100м кроль на груди | 100м кроль на спине | Стартовый прыжок со стартовой тумбочки | | |
| | | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

20 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

16 - 19 – допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

12 - 15 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 45-47 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 36-44 балла (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 24-35 баллов (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
промежуточной аттестации учащихся 3 года обучения (декабрь)**

**Лица с поражением опорно-двигательного аппарата
III – функциональная группа**

1. С какого способа начинается комплексное плавание?
 - а) кроль на груди
 - б) кроль на спине
 - в) брасс
 - г) баттерфляй
2. Каким способом заканчивается комплексное плавание?
 - а) кроль на груди
 - б) кроль на спине
 - в) брасс
 - г) баттерфляй
3. Какого способа нет в комплексном плавании:
 - а) кроль на спине
 - б) дельфин на спине
 - в) кроль на груди.
4. Как называется сложное двигательное действие, суть в котором заключается в быстром и экономичном изменении направлении движения пловца?
 - а) старт
 - б) поворот
5. Старт на соревнованиях в комплексном плавании выполняют?
 - а) со стартовой тумбочки
 - б) из воды
6. Как называется способность пловца непрерывно получать информацию от различных анализаторов, что позволяет ему лучше ощущать давление воды на гребущие поверхности?
 - а) сопротивление воды
 - б) чувство воды
7. Дистанция – расстояние от старта до финиша?
 - а) верно
 - б) не верно

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | Вопрос 6 | Вопрос 7 | | |
| | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

7 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

4-6 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

3 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-----------------------------------|--|--|--|---|
| Силовая выносливость | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) мальчики девочки | 8 6 | 7 5 | 6 4 |
| | Многоскок 5 прыжков (м) мальчики девочки | 2,90 2,50 | 2,85 2,45 | 2,80 2,40 |
| | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) мальчики девочки | 17 12 | 16 11 | 15 10 |
| Скоростно-силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) мальчики девочки | 65 55 | 63 53 | 60 50 |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------------|--|---------------------------|---|------------------------|-------------------------|------------|
| | | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Многобросок 5 прыжков (м) | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Прыжок в длину с места | | |
| | | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

20 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

16 - 19 – допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

12 - 15 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|----------------------------------|---|--|--|---|
| Техническая программа | 150м кроль на груди в полной координации | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 150м кроль на спине в полной координации | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20___-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|--|--|----------------------------|-----------|
| | | 150м кроль на грудь в полной координации | 150м кроль на спине в полной координации | | |
| | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

10 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

8 - 9 – допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

6 - 7 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20___-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 35-37 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 28-34 балла (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 18-27 баллов (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Промежуточная аттестация учащихся 3 года обучения
для перевода на следующий год обучения (май)**

Лица с нарушением слуха

Теория

Тест №6

(Ф.И. учащегося)

1. Какой способ плавания не является спортивным?
 - а) кроль на груди
 - б) брасс
 - в) плавание на боку
 - г) кроль на спине
2. Что подразумевает прикладное плавание?
 - а) использование двигательного умения или навыка в жизнедеятельности
 - б) прикладывание усилий
 - в) совершенствование в спорте
 - г) занятия спортом
3. К какой группе видов спорта относится плавание?
 - 1) циклические
 - 2) ациклические
 - 3) смешанные
 - 4) повторно-интервальные
4. Сколько человек принимает участие в эстафетном плавании?
 - а) 6
 - б) 4
 - в) 2
 - г) 5
5. Обязаны ли участники соревнований знать правила соревнований и четко выполнять их?
 - а) да, обязаны
 - б) нет, не обязаны
6. Когда можно выполнить стартовый прыжок со стартовой тумбочки?
 - а) до стартового сигнала
 - б) после стартового сигнала

7. После команды «На старт» пловцы?

- а) принимают неподвижное положение
- б) выполняют стартовый прыжок со стартовой тумбочки

8. На соревнованиях во время прохождения дистанции разрешается ли подтягивание за разделительный шнур?

- а) да, разрешается
- б) нет, не разрешается

9. Фейрплей – свод этических и моральных правил для спортсменов, тренеров, судей, болельщиков.

- а) верно
- б) не верно

10. Правила «Фейрплей» были сформулированы в Древней Греции, а именно:

- а) не стремиться к победе любой ценой
- б) сохранять честь и благородство
- в) совершенствование своей личности
- г) все ответы верны

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | Вопрос 6 | Вопрос 7 | Вопрос 8 | Вопрос 9 | Вопрос 10 | | |
| | | | | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

10 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

5-9 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

4 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-----------------------------------|--|--|--|---|
| Силовая выносливость | Отжимание отягощения весом 1 кг в положении лежа на спине (кол-во раз) | 16 | 15 | 14 |
| | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) | 8 | 7 | 6 |
| Скоростно-силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) | 70 | 65 | 60 |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|---|--|------------------------|-------------------------|-----------|
| | | Отжимание отягощения весом 1 кг в положении лежа на спине | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Прыжок в длину с места | | |
| | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

15 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

12 - 14– допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

9 - 11 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-----------------------|--|--|---|---|
| Техническая программа | 200м комплексное плавание в полной координации | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 250м вольный стиль | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | Проплыwanie дистанции: 50м – любым способом плавания | проплывает дистанцию, правильно без ошибок | проплывает дистанцию, отмечаются небольшие ошибки, хорошее продвижение вперед | выполняет упражнение, отмечаются грубые ошибки, плохое продвижение вперед |

Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | | Общее количество баллов | Результат |
|-------|-----------------------|--|--------------------|--|-------------------------|-----------|
| | | 200м комплексное плавание в полной координации | 250м вольный стиль | Проплыwanie дистанции: 50м – любым способом плавания | | |
| | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

15 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

12 - 14– допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

9 - 11 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 38-40 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 29-37 балла (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 18-25 балла (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Промежуточная аттестация учащихся 3 года обучения
для перевода на следующий год обучения (май)**

Лица с интеллектуальными нарушениями

Теория

Тест №6

(Ф.И. учащегося)

1. Какой способ плавания не является спортивным?
 - а) кроль на груди
 - б) брасс
 - в) плавание на боку
 - г) кроль на спине
2. Что подразумевает прикладное плавание?
 - а) использование двигательного умения или навыка в жизнедеятельности
 - б) прикладывание усилий
 - в) совершенствование в спорте
 - г) занятия спортом
3. К какой группе видов спорта относится плавание?
 - 1) циклические
 - 2) ациклические
 - 3) смешанные
 - 4) повторно-интервальные
4. Сколько человек принимает участие в эстафетном плавании?
 - а) 6
 - б) 4
 - в) 2
 - г) 5
5. Обязаны ли участники соревнований знать правила соревнований и четко выполнять их?
 - а) да, обязаны
 - б) нет, не обязаны
6. Когда можно выполнить стартовый прыжок со стартовой тумбочки?
 - а) до стартового сигнала
 - б) после стартового сигнала
7. После команды «На старт» пловцы?

- а) принимают неподвижное положение
- б) выполняют стартовый прыжок со стартовой тумбочки

8. На соревнованиях во время прохождения дистанции разрешается ли подтягивание за разделительный шнур?

- а) да, разрешается
- б) нет, не разрешается

9. Фейрплей – свод этических и моральных правил для спортсменов, тренеров, судей, болельщиков.

- а) верно
- б) не верно

10. Правила «Фейрплей» были сформулированы в Древней Греции, а именно:

- а) не стремиться к победе любой ценой
- б) сохранять честь и благородство
- в) совершенствование своей личности
- г) все ответы верны

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | Вопрос 6 | Вопрос 7 | Вопрос 8 | Вопрос 9 | Вопрос 10 | | |
| | | | | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

10 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

5-9 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

4 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|---------------------------------------|---|--|--|---|
| Координация | Прыжок в длину с места (см) | | | |
| | мальчики девочки | 70 60 | 65 55 | 60 50 |
| Скоростно- силовые способности | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) | | | |
| | мальчики девочки | 17 12 | 16 11 | 15 10 |
| | Многоскок 5 прыжков (м) | | | |
| | мальчики девочки | 2,90 2,60 | 2,80 2,50 | 2,80 2,40 |
| | Сгибание- разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) | | | |
| | мальчики девочки | 8 6 | 7 5 | 6 4 |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------------|------------------------|---|-------------------------|--|-------------------------|------------|
| | | Прыжок в длину с места | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Многоскок 5 прыжков (м) | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | | |
| | | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла – низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

20 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

16 - 19 – допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

12 - 15 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|------------------------------|--|--|---|---|
| Техническая программа | 200м комплексное плавание в полной координации | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 250м вольный стиль | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | Проплывание дистанции: 50м – любым способом плавания | проплывает дистанцию, правильно без ошибок | проплывает дистанцию, отмечаются небольшие ошибки, хорошее продвижение вперед | выполняет упражнение, отмечаются грубые ошибки, плохое продвижение вперед |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | | Общее количество баллов | Результат |
|-------|-----------------------|--|--------------------|--|-------------------------|-----------|
| | | 200м комплексное плавание в полной координации | 250м вольный стиль | Проплывание дистанции: 50м – любым способом плавания | | |
| | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

15 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

12 - 14– допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

9 - 11 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа __ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 43-45 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 33-42 баллов (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 20-32 баллов (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Промежуточная аттестация учащихся 3 года обучения
для перевода на следующий год обучения (май)**

**Лица с нарушением зрения
I – функциональная группа**

Теория

Тест №6

(Ф.И. учащегося)

1. Какой способ плавания не является спортивным?
 - а) кроль на груди
 - б) брасс
 - в) плавание на боку
 - г) кроль на спине
2. Что подразумевает прикладное плавание?
 - а) использование двигательного умения или навыка в жизнедеятельности
 - б) прикладывание усилий
 - в) совершенствование в спорте
 - г) занятия спортом
3. К какой группе видов спорта относится плавание?
 - 1) циклические
 - 2) ациклические
 - 3) смешанные
 - 4) повторно-интервальные
4. Сколько человек принимает участие в эстафетном плавании?
 - а) 6
 - б) 4
 - в) 2
 - г) 5
5. Обязаны ли участники соревнований знать правила соревнований и четко выполнять их?
 - а) да, обязаны
 - б) нет, не обязаны
6. Когда можно выполнить стартовый прыжок со стартовой тумбочки?
 - а) до стартового сигнала
 - б) после стартового сигнала

7. После команды «На старт» пловцы?

- а) принимают неподвижное положение
- б) выполняют стартовый прыжок со стартовой тумбочки

8. На соревнованиях во время прохождения дистанции разрешается ли подтягивание за разделительный шнур?

- а) да, разрешается
- б) нет, не разрешается

9. Фейрплей – свод этических и моральных правил для спортсменов, тренеров, судей, болельщиков.

- а) верно
- б) не верно

10. Правила «Фейрплей» были сформулированы в Древней Греции, а именно:

- а) не стремиться к победе любой ценой
- б) сохранять честь и благородство
- в) совершенствование своей личности
- г) все ответы верны

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | Вопрос 6 | Вопрос 7 | Вопрос 8 | Вопрос 9 | Вопрос 10 | | |
| | | | | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

10 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

5-9 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

4 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|--------------------------------|--|---|---|--|
| Силовая выносливость | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) мальчики девочки | 7 5 | 6 4 | 5 3 |
| | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) мальчики девочки | 12 9 | 11 8 | 10 7 |
| Скоростно-силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) мальчики девочки | 60 55 | 55 50 | 50 45 |

Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------------|--|---|------------------------|-------------------------|------------|
| | | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Прыжок в длину с места | | |
| | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

15– оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

12 - 14 – допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

9-11– критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|------------------------------|--|--|---|---|
| Техническая программа | 200м комплексное плавание в полной координации | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 150м вольный стиль | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | Проплывание дистанции: 50м – любым способом плавания | проплывает дистанцию, правильно без ошибок | проплывает дистанцию, отмечаются небольшие ошибки, хорошее продвижение вперед | выполняет упражнение, отмечаются грубые ошибки, плохое продвижение вперед |

Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | | Общее количество баллов | Результат |
|-------|-----------------------|--|--------------------|--|-------------------------|-----------|
| | | 200м комплексное плавание в полной координации | 150м вольный стиль | Проплывание дистанции: 50м – любым способом плавания | | |
| | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

15 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

12 - 14– допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

9 - 11 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 38-40 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 29-37 балла (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 18-25 балла (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Промежуточная аттестация учащихся 3 года обучения
для перевода на следующий год обучения (май)**

**Лица с нарушением зрения
II и III – функциональная группа**

Теория

Тест №6

(Ф.И. учащегося)

1. Какой способ плавания не является спортивным?
 - а) кроль на груди
 - б) брасс
 - в) плавание на боку
 - г) кроль на спине
2. Что подразумевает прикладное плавание?
 - а) использование двигательного умения или навыка в жизнедеятельности
 - б) прикладывание усилий
 - в) совершенствование в спорте
 - г) занятия спортом
3. К какой группе видов спорта относится плавание?
 - 1) циклические
 - 2) ациклические
 - 3) смешанные
 - 4) повторно-интервальные
4. Сколько человек принимает участие в эстафетном плавании?
 - а) 6
 - б) 4
 - в) 2
 - г) 5
5. Обязаны ли участники соревнований знать правила соревнований и четко выполнять их?
 - а) да, обязаны
 - б) нет, не обязаны
6. Когда можно выполнить стартовый прыжок со стартовой тумбочки?
 - а) до стартового сигнала
 - б) после стартового сигнала

7. После команды «На старт» пловцы?

- а) принимают неподвижное положение
- б) выполняют стартовый прыжок со стартовой тумбочки

8. На соревнованиях во время прохождения дистанции разрешается ли подтягивание за разделительный шнур?

- а) да, разрешается
- б) нет, не разрешается

9. Фейрплей – свод этических и моральных правил для спортсменов, тренеров, судей, болельщиков.

- а) верно
- б) не верно

10. Правила «Фейрплей» были сформулированы в Древней Греции, а именно:

- а) не стремиться к победе любой ценой
- б) сохранять честь и благородство
- в) совершенствование своей личности
- г) все ответы верны

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | Вопрос 6 | Вопрос 7 | Вопрос 8 | Вопрос 9 | Вопрос 10 | | |
| | | | | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

10 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

5-9 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

4 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| Физическое качество | Наименование упражнений | оптимальный уровень (5 баллов) | допустимый уровень (4 балла) | критический уровень (3 балла) |
|-------------------------------|---|---------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------|
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) | | | |
| | мальчики | 16 | 15 | 14 |
| | девочки | 12 | 11 | 10 |
| | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) | | | |
| | мальчики | 8 | 7 | 6 |
| | девочки | 6 | 5 | 4 |
| Скоростно-силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) | | | |
| | мальчики | 65 | 63 | 60 |
| | девочки | 55 | 53 | 50 |

Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|---|--|------------------------|-------------------------|-----------|
| | | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Прыжок в длину с места | | |
| | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

15 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

12 - 14 – допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

9 - 11 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|------------------------------|--|--|---|---|
| Техническая программа | 200м комплексное плавание в полной координации | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 250м вольный стиль | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | Проплывание дистанции: 50м – любым способом плавания | проплывает дистанцию, правильно без ошибок | проплывает дистанцию, отмечаются небольшие ошибки, хорошее продвижение вперед | выполняет упражнение, отмечаются грубые ошибки, плохое продвижение вперед |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа __ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|--|-----------------------|---|----------------------------|-----------|
| | | 200м комплексное плавание в полной координации | 250м вольный стиль | Проплывание дистанции: 50м – любым способом плавания | | |
| | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов – высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла – средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

15 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

12 - 14– допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

9 - 11 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 38-40 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 29-37 балла (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 18-25 балла (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Промежуточная аттестация учащихся 3 года обучения
для перевода на следующий год обучения (май)**

**Лица с поражением опорно-двигательного аппарата
I – функциональная группа**

Теория

Тест №6

(Ф.И. учащегося)

1. Какой способ плавания не является спортивным?
 - а) кроль на груди
 - б) брасс
 - в) плавание на боку
 - г) кроль на спине
2. Что подразумевает прикладное плавание?
 - а) использование двигательного умения или навыка в жизнедеятельности
 - б) прикладывание усилий
 - в) совершенствование в спорте
 - г) занятия спортом
3. К какой группе видов спорта относится плавание?
 - 1) циклические
 - 2) ациклические
 - 3) смешанные
 - 4) повторно-интервальные
4. Сколько человек принимает участие в эстафетном плавании?
 - а) 6
 - б) 4
 - в) 2
 - г) 5
5. Обязаны ли участники соревнований знать правила соревнований и четко выполнять их?
 - а) да, обязаны
 - б) нет, не обязаны
6. Когда можно выполнить стартовый прыжок со стартовой тумбочки?
 - а) до стартового сигнала
 - б) после стартового сигнала

7. После команды «На старт» пловцы?
- а) принимают неподвижное положение
 - б) выполняют стартовый прыжок со стартовой тумбочки
8. На соревнованиях во время прохождения дистанции разрешается ли подтягивание за разделительный шнур?
- а) да, разрешается
 - б) нет, не разрешается
9. Фейрплей – свод этических и моральных правил для спортсменов, тренеров, судей, болельщиков.
- а) верно
 - б) не верно
10. Правила «Фейрплей» были сформулированы в Древней Греции, а именно:
- а) не стремиться к победе любой ценой
 - б) сохранять честь и благородство
 - в) совершенствование своей личности
 - г) все ответы верны

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | Вопрос 6 | Вопрос 7 | Вопрос 8 | Вопрос 9 | Вопрос 10 | | |
| | | | | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

10 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

5-9 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

4 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| Физическое качество | Наименование упражнений | оптимальный уровень (5 баллов) | допустимый уровень (4 балла) | критический уровень (3 балла) |
|----------------------------|--|---|---|--|
| Выносливость, координация | Имитация плавательных движений рук на суше в положении лежа на спине (с) мальчики девочки | 50 45 | 47 43 | 45 40 |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) мальчики девочки | 9 7 | 8 6 | 7 5 |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------|--|---|-------------------------|------------|
| | | Имитация плавательных движений рук на суше в положении лежа на спине | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | | |
| | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

- 10** – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.
8 - 9 – допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.
6-7– критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|----------------------------------|---|--|---|---|
| Техническая программа | 50м кроль на груди в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 50м кроль на спине в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 25м баттерфляй (дельфин) в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 25м брасс в полной координации (при помощи движений рук и ног) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | Проплыwanie дистанции: 25м – любым способом плавания | проплывает дистанцию, правильно без ошибок | проплывает дистанцию, отмечаются небольшие ошибки, хорошее продвижение вперед | выполняет упражнение, отмечаются грубые ошибки, плохое продвижение вперед |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|--|--|--|-----------------------------------|--|-------------------------|-----------|
| | | 50м кроль на груди в полной координации | 50м кроль на спине в полной координации | 25м баттерфляй (дельфин) в полной координации | 25м брасс в полной координации | Проплывание дистанции: 25м – любым способом плавания | | |
| | | | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

25 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

20 - 24– допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

15 - 19 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 43-45 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 33-42 баллов (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 20-32 баллов (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Промежуточная аттестация учащихся 3 года обучения
для перевода на следующий год обучения (май)**

**Лица с поражением опорно-двигательного аппарата
II – функциональная группа**

Теория

Тест №6

(Ф.И. учащегося)

1. Какой способ плавания не является спортивным?
 - а) кроль на груди
 - б) брасс
 - в) плавание на боку
 - г) кроль на спине
2. Что подразумевает прикладное плавание?
 - а) использование двигательного умения или навыка в жизнедеятельности
 - б) прикладывание усилий
 - в) совершенствование в спорте
 - г) занятия спортом
3. К какой группе видов спорта относится плавание?
 - 1) циклические
 - 2) ациклические
 - 3) смешанные
 - 4) повторно-интервальные
4. Сколько человек принимает участие в эстафетном плавании?
 - а) 6
 - б) 4
 - в) 2
 - г) 5
5. Обязаны ли участники соревнований знать правила соревнований и четко выполнять их?
 - а) да, обязаны
 - б) нет, не обязаны
6. Когда можно выполнить стартовый прыжок со стартовой тумбочки?
 - а) до стартового сигнала
 - б) после стартового сигнала

7. После команды «На старт» пловцы?

- а) принимают неподвижное положение
- б) выполняют стартовый прыжок со стартовой тумбочки

8. На соревнованиях во время прохождения дистанции разрешается ли подтягивание за разделительный шнур?

- а) да, разрешается
- б) нет, не разрешается

9. Фейрплей – свод этических и моральных правил для спортсменов, тренеров, судей, болельщиков.

- а) верно
- б) не верно

10. Правила «Фейрплей» были сформулированы в Древней Греции, а именно:

- а) не стремиться к победе любой ценой
- б) сохранять честь и благородство
- в) совершенствование своей личности
- г) все ответы верны

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | Вопрос 6 | Вопрос 7 | Вопрос 8 | Вопрос 9 | Вопрос 10 | | |
| | | | | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

10 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

5-9 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

4 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|---------------------------------------|--|--|--|---|
| Силовая выносливость | Многоскок 5 прыжков (м) мальчики девочки | 2,40 2,10 | 2,35 2,05 | 2,30 2 |
| | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) мальчики девочки | 6 4 | 5 3 | 4 2 |
| | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) мальчики девочки | 14 10 | 13 9 | 12 8 |
| Скоростно-силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) мальчики девочки | 60 55 | 55 50 | 50 45 |

Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------|-------------------------|--|---|------------------------|-------------------------|------------|
| | | Многоскок 5 прыжков (м) | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Прыжок в длину с места | | |
| | | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла—средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла —низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

20 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

16 - 19– допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

12 - 15 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|----------------------------------|--|--|--|---|
| Техническая программа | 100м комплексное плавание | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 100м кроль на груди | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 100м кроль на спине | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | Стартовый прыжок со стартовой тумбочки (стоя на тумбочке, зацепиться за её край пальцами ног, поднять руки вверх голова между ними, наклониться вперед-вниз, прыжок в воду вниз головой) | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | Проплывание дистанции: | проплывает дистанцию, правильно без ошибок | проплывает дистанцию, отмечаются небольшие | выполняет упражнение, отмечаются грубые |

| | | | | |
|--|-------------------------------|--|------------------------------------|-----------------------------------|
| | 50м – любым способом плавания | | ошибки, хорошее продвижение вперед | ошибки, плохое продвижение вперед |
|--|-------------------------------|--|------------------------------------|-----------------------------------|

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|-----------------------|---------------------------|---------------------|---------------------|--|--|-------------------------|-----------|
| | | 100м комплексное плавание | 100м кроль на груди | 100м кроль на спине | Стартовый прыжок со стартовой тумбочки | Проплывание дистанции: 50м – любым способом плавания | | |
| | | | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

25 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

20 - 24– допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

15 - 19 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовленности (О, Д, К) |
|---|----------------|----------------------|-----------------------|-------------------------|--|------------------------------------|
| | | Теоретические знания | Физическая подготовка | Плавательная подготовка | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 53-55 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 41-52 балла (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 27-40 балла (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Промежуточная аттестация учащихся 3 года обучения
для перевода на следующий год обучения (май)**

**Лица с поражением опорно-двигательного аппарата
III – функциональная группа**

Теория

Тест №6

(Ф.И. учащегося)

1. Какой способ плавания не является спортивным?
 - а) кроль на груди
 - б) брасс
 - в) плавание на боку
 - г) кроль на спине
2. Что подразумевает прикладное плавание?
 - а) использование двигательного умения или навыка в жизнедеятельности
 - б) прикладывание усилий
 - в) совершенствование в спорте
 - г) занятия спортом
3. К какой группе видов спорта относится плавание?
 - 1) циклические
 - 2) ациклические
 - 3) смешанные
 - 4) повторно-интервальные
4. Сколько человек принимает участие в эстафетном плавании?
 - а) 6
 - б) 4
 - в) 2
 - г) 5
5. Обязаны ли участники соревнований знать правила соревнований и четко выполнять их?
 - а) да, обязаны
 - б) нет, не обязаны
6. Когда можно выполнить стартовый прыжок со стартовой тумбочки?
 - а) до стартового сигнала
 - б) после стартового сигнала

7. После команды «На старт» пловцы?

- а) принимают неподвижное положение
- б) выполняют стартовый прыжок со стартовой тумбочки

8. На соревнованиях во время прохождения дистанции разрешается ли подтягивание за разделительный шнур?

- а) да, разрешается
- б) нет, не разрешается

9. Фейрплей – свод этических и моральных правил для спортсменов, тренеров, судей, болельщиков.

- а) верно
- б) не верно

10. Правила «Фейрплей» были сформулированы в Древней Греции, а именно:

- а) не стремиться к победе любой ценой
- б) сохранять честь и благородство
- в) совершенствование своей личности
- г) все ответы верны

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ

0 балл – не правильный ответ

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | Вопрос 6 | Вопрос 7 | Вопрос 8 | Вопрос 9 | Вопрос 10 | | |
| | | | | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

10 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

5-9 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

4 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-------------------------------|--|---------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------|
| Силовая выносливость | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) мальчики девочки | 8 6 | 7 5 | 6 4 |
| | Многоскок 5 прыжков (м) мальчики девочки | 2,90 2,50 | 2,85 2,45 | 2,80 2,40 |
| | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) мальчики девочки | 17 12 | 16 11 | 15 10 |
| Скоростно-силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) мальчики девочки | 65 55 | 63 53 | 60 50 |

Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------|--|-------------------------|---|------------------------|-------------------------|------------|
| | | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Многоскок 5 прыжков (м) | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Прыжок в длину с места | | |
| | | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла—средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла —низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

20 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

16 - 19 – допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

12 - 15 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|------------------------------|--|--|---|---|
| Техническая программа | 200м комплексное плавание в полной координации | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 200м вольный стиль | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | Проплывание дистанции: 50м – любым способом плавания | проплывает дистанцию, правильно без ошибок | проплывает дистанцию, отмечаются небольшие ошибки, хорошее продвижение вперед | выполняет упражнение, отмечаются грубые ошибки, плохое продвижение вперед |

Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | | Общее количество баллов | Результат |
|-------|-----------------------|--|--------------------|--|-------------------------|-----------|
| | | 200м комплексное плавание в полной координации | 200м вольный стиль | Проплывание дистанции: 50м – любым способом плавания | | |
| | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

10 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

8 - 9 – допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

6 - 7 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 43-45 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 33-42 баллов (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 20-32 баллов (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**КИМы промежуточной аттестации на начало 4 года обучения соответствуют
КИМах промежуточного контроля 3 г.о. для перевода на 4 год обучения**

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
промежуточной аттестации учащихся 4 года обучения (декабрь)**

Лица с нарушением слуха

Теория

Тест №7

(Ф.И. учащегося)

1. Гребок в плавании – движение конечностей пловца, которыми он опирается о воду во время плавания?
 - а) не верно
 - б) верно
2. Какова последовательность обучения плаванию способами кроль на груди на спине?
 - а) работа рук, работа ног, упражнение в целом
 - б) работа ног, работа рук, упражнение в целом
 - в) всё изучается параллельно
3. Какие упражнения относятся к «упражнениям для освоения с водой»?
 - а) поплавок, звездочка, медуза, вдохи и выдохи в воду
 - б) работа ног, работа рук, вдохи и выдохи в воду
 - в) ныряние в длину и глубину, проплывание в длину под водой
4. Какие разновидности кроля существуют в настоящее время?
 - а) 2-х, 4-х, 6-ударный кроль
 - б) 4-х и 8-ударный кроль
 - в) 2-х, 4-х, 10 ударный кроль
 - г) 4-х и 6-ударный кроль
5. Что является основным средством в обучении плаванию?
 - а) упражнение
 - б) тренер
 - в) очки и маска

г) плавательная доска и поплавки

6. К какому виду упражнений относятся упражнения на суше, повторяющие плавательные движения?

а) общеразвивающие

б) специальные

в) имитационные

г) игровые

7. Что такое режим дня?

а) строгое соблюдение определенных правил.

б) режим дня -распорядок дел, действий, которые мы совершаем в течении дня.

в) это прием пищи по времени.

8. Что дает человеку соблюдение правильного режима дня?

а) много времени для отдыха и развлечений

б) рациональное использование каждой минуты своего времени

в) получение высокой зарплаты

9. Задачами врачебного контроля за занимающимися спортом являются?

а) определение состояния здоровья и функционального состояния спортсменов

б) диагностика соответствия физических нагрузок функциональному состоянию занимающихся, выявление ранних признаков физического перенапряжения

в) оба варианта верны

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | Вопрос 6 | Вопрос 7 | Вопрос 8 | Вопрос 9 | | |
| | | | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

9 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

4-8 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

3 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-----------------------------------|--|--|--|---|
| Силовая выносливость | Отжимание отягощения весом 1 кг в положении лежа на спине (кол-во раз) | 17 | 16 | 15 |
| | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) | 9 | 8 | 7 |
| Скоростно-силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) | 75 | 70 | 65 |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|---|--|------------------------|-------------------------|-----------|
| | | Отжимание отягощения весом 1 кг в положении лежа на спине | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Прыжок в длину с места | | |
| | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла—средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла —низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

15 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

12 - 14– допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

9 - 11 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-----------------------|--------------------------------|--|---|--|
| Техническая программа | 300м вольный стиль | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | Общее количество баллов | Результат |
|-------|-----------------------|-------------------------|-------------------------|-----------|
| | | 300м вольный стиль | | |
| | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла—средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла —низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

5 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

4 – допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

3 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

Диагностическая карта определения уровня предметных результатов

**объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовленности (О, Д, К) |
|---|----------------|----------------------|-----------------------|-------------------------|--|------------------------------------|
| | | Теоретические знания | Физическая подготовка | Плавательная подготовка | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 27-29 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 20-26 баллов (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 12-19 баллов (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
промежуточной аттестации учащихся 4 года обучения (декабрь)**

Лица с интеллектуальными нарушениями

Теория

Тест №7

(Ф.И. учащегося)

1. Гребок в плавании – движение конечностей пловца, которыми он опирается о воду во время плавания?
 - а) не верно
 - б) верно
2. Какова последовательность обучения плаванию способами кроль на груди на спине?
 - а) работа рук, работа ног, упражнение в целом
 - б) работа ног, работа рук, упражнение в целом
 - в) всё изучается параллельно
3. Какие упражнения относятся к «упражнениям для освоения с водой»?
 - а) поплавок, звездочка, медуза, вдохи и выдохи в воду
 - б) работа ног, работа рук, вдохи и выдохи в воду
 - в) ныряние в длину и глубину, проплывание в длину под водой
4. Какие разновидности кроля существуют в настоящее время?
 - а) 2-х, 4-х, 6-ударный кроль
 - б) 4-х и 8-ударный кроль
 - в) 2-х, 4-х, 10 ударный кроль
 - г) 4-х и 6-ударный кроль
5. Что является основным средством в обучении плаванию?
 - а) упражнение
 - б) тренер
 - в) очки и маска
 - г) плавательная доска и поплавки

6. К какому виду упражнений относятся упражнения на суше, повторяющие плавательные движения?

- а) общеразвивающие
- б) специальные
- в) имитационные
- г) игровые

7. Что такое режим дня?

- а) строгое соблюдение определенных правил.
- б) режим дня -распорядок дел, действий, которые мы совершаем в течении дня.
- в) это прием пищи по времени.

8. Что дает человеку соблюдение правильного режима дня?

- а) много времени для отдыха и развлечений
- б) рациональное использование каждой минуты своего времени
- в) получение высокой зарплаты

9. Задачами врачебного контроля за занимающимися спортом являются?

- а) определение состояния здоровья и функционального состояния спортсменов
- б) диагностика соответствия физических нагрузок функциональному состоянию занимающихся, выявление ранних признаков физического перенапряжения
- в) оба варианта верны

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20___-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | Вопрос 6 | Вопрос 7 | Вопрос 8 | Вопрос 9 | | |
| | | | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

9 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.
4-8 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.
3 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|---------------------------------------|---|--|--|---|
| Координация | Прыжок в длину с места (см) мальчики | 80 | 75 | 70 |
| | девочки | 70 | 65 | 60 |
| Скоростно- силовые способности | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) мальчики | 18 | 17 | 16 |
| | девочки | 13 | 12 | 11 |
| | Многоскок 5 прыжков (м) мальчики | 3,10 | 3 | 2,90 |
| | девочки | 2,70 | 2,60 | 2,50 |
| | Сгибание- разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) мальчики | 9 7 | 8 6 | 7 5 |
| | девочки | | | |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| | | | | |
|---|--|-----------------------|-----|-------------------|
| № | | Физическая подготовка | О б | Р е з у л ь |
|---|--|-----------------------|-----|-------------------|

| | | | | | | | |
|--|-----------------------------|------------------------|---|---------------------------|--|--|--|
| | Фамилия, имя учащихся | Прыжок в длину с места | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Многопрыжок 5 прыжков (м) | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | | |
| | | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

20 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

16 - 19 – допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

12 - 15 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|----------------------------------|---|--|---|--|
| Техническая программа | 300м вольный стиль | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|-----------|
| | | 300м вольный стиль | | |

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | | | |
|--|--|--|--|--|

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

5 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

4 – допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

3 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 32-34 балла (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 24-31 балл (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 15-23 балла (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
промежуточной аттестации учащихся 4 года обучения (декабрь)**

**Лица с нарушением зрения
I – функциональная группа**

Теория

Тест №7

(Ф.И. учащегося)

1. Гребок в плавании – движение конечностей пловца, которыми он опирается о воду во время плавания?
 - а) не верно
 - б) верно
2. Какова последовательность обучения плаванию способами кроль на груди на спине?
 - а) работа рук, работа ног, упражнение в целом
 - б) работа ног, работа рук, упражнение в целом
 - в) всё изучается параллельно
3. Какие упражнения относятся к «упражнениям для освоения с водой»?
 - а) поплавок, звездочка, медуза, вдохи и выдохи в воду
 - б) работа ног, работа рук, вдохи и выдохи в воду
 - в) ныряние в длину и глубину, проплывание в длину под водой
4. Какие разновидности кроля существуют в настоящее время?
 - а) 2-х, 4-х, 6-ударный кроль
 - б) 4-х и 8-ударный кроль
 - в) 2-х, 4-х, 10 ударный кроль
 - г) 4-х и 6-ударный кроль
5. Что является основным средством в обучении плаванию?
 - а) упражнение
 - б) тренер
 - в) очки и маска
 - г) плавательная доска и поплавки

6. К какому виду упражнений относятся упражнения на суше, повторяющие плавательные движения?

- а) общеразвивающие
- б) специальные
- в) имитационные
- г) игровые

7. Что такое режим дня?

- а) строгое соблюдение определенных правил.
- б) режим дня -распорядок дел, действий, которые мы совершаем в течении дня.
- в) это прием пищи по времени.

8. Что дает человеку соблюдение правильного режима дня?

- а) много времени для отдыха и развлечений
- б) рациональное использование каждой минуты своего времени
- в) получение высокой зарплаты

9. Задачами врачебного контроля за занимающимися спортом являются?

- а) определение состояния здоровья и функционального состояния спортсменов
- б) диагностика соответствия физических нагрузок функциональному состоянию занимающихся, выявление ранних признаков физического перенапряжения
- в) оба варианта верны

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | Вопрос 6 | Вопрос 7 | Вопрос 8 | Вопрос 9 | | |
| | | | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

9 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.
4-8 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.
3 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-------------------------------|--|---------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------|
| Силовая выносливость | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) мальчики девочки | 8 6 | 7 5 | 6 4 |
| | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) мальчики девочки | 13 10 | 12 9 | 11 8 |
| Скоростно-силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) мальчики девочки | 70 65 | 65 60 | 60 55 |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|--|---|------------------------|-------------------------|-----------|
| | | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Прыжок в длину с места | | |
| | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

15– оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

12 - 14 – допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

9-11– критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-----------------------|--------------------------------|--|---|--|
| Техническая программа | 200м вольный стиль | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |

Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | Общее количество баллов | Результат |
|-------|-----------------------|-------------------------|-------------------------|-----------|
| | | 200м вольный стиль | | |
| | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

5 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

4 – допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

3 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 27-29 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 20-26 баллов (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 12-19 баллов (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
промежуточной аттестации учащихся 4 года обучения (декабрь)**

**Лица с нарушением зрения
II и III – функциональная группа**

Теория

Тест №7

(Ф.И. учащегося)

1. Гребок в плавании – движение конечностей пловца, которыми он опирается о воду во время плавания?
 - а) не верно
 - б) верно
2. Какова последовательность обучения плаванию способами кроль на груди на спине?
 - а) работа рук, работа ног, упражнение в целом
 - б) работа ног, работа рук, упражнение в целом
 - в) всё изучается параллельно
3. Какие упражнения относятся к «упражнениям для освоения с водой»?
 - а) поплавок, звездочка, медуза, вдохи и выдохи в воду
 - б) работа ног, работа рук, вдохи и выдохи в воду
 - в) ныряние в длину и глубину, проплывание в длину под водой
4. Какие разновидности кроля существуют в настоящее время?
 - а) 2-х, 4-х, 6-ударный кроль
 - б) 4-х и 8-ударный кроль
 - в) 2-х, 4-х, 10 ударный кроль
 - г) 4-х и 6-ударный кроль
5. Что является основным средством в обучении плаванию?
 - а) упражнение
 - б) тренер
 - в) очки и маска
 - г) плавательная доска и поплавки

6. К какому виду упражнений относятся упражнения на суше, повторяющие плавательные движения?

- а) общеразвивающие
- б) специальные
- в) имитационные
- г) игровые

7. Что такое режим дня?

- а) строгое соблюдение определенных правил.
- б) режим дня -распорядок дел, действий, которые мы совершаем в течении дня.
- в) это прием пищи по времени.

8. Что дает человеку соблюдение правильного режима дня?

- а) много времени для отдыха и развлечений
- б) рациональное использование каждой минуты своего времени
- в) получение высокой зарплаты

9. Задачами врачебного контроля за занимающимися спортом являются?

- а) определение состояния здоровья и функционального состояния спортсменов
- б) диагностика соответствия физических нагрузок функциональному состоянию занимающихся, выявление ранних признаков физического перенапряжения
- в) оба варианта верны

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20___-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | Вопрос 6 | Вопрос 7 | Вопрос 8 | Вопрос 9 | | |
| | | | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

9 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.
4-8 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.
3 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-------------------------------|---|---------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------|
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) | | | |
| | мальчики | 17 | 16 | 15 |
| | девочки | 13 | 12 | 11 |
| | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) | | | |
| | мальчики | 9 | 8 | 7 |
| | девочки | 7 | 6 | 5 |
| Скоростно-силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) | | | |
| | мальчики | 80 | 75 | 70 |
| | девочки | 70 | 65 | 60 |

Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|---|--|------------------------|-------------------------|-----------|
| | | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Прыжок в длину с места | | |
| | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

15 – оптимальный уровень (О)физической подготовленности учащегося.

12 - 14 – допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

9 - 11 – критический уровень (К)физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-----------------------|--------------------------------|--|---|--|
| Техническая программа | 250м вольный стиль | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |

Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | Общее количество баллов | Результат |
|-------|-----------------------|-------------------------|-------------------------|-----------|
| | | 250м вольный стиль | | |
| | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

5 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

4 – допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

З – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20___-20___ учебном году
группа ___ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 27-29 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 20-26 баллов (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 12-19 баллов (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
промежуточной аттестации учащихся 4 года обучения (декабрь)**

**Лица с поражением опорно-двигательного аппарата
I – функциональная группа**

Теория

Тест №7

(Ф.И. учащегося)

1. Гребок в плавании – движение конечностей пловца, которыми он опирается о воду во время плавания?
 - а) не верно
 - б) верно
2. Какова последовательность обучения плаванию способами кроль на груди на спине?
 - а) работа рук, работа ног, упражнение в целом
 - б) работа ног, работа рук, упражнение в целом
 - в) всё изучается параллельно
3. Какие упражнения относятся к «упражнениям для освоения с водой»?
 - а) поплавок, звездочка, медуза, вдохи и выдохи в воду
 - б) работа ног, работа рук, вдохи и выдохи в воду
 - в) ныряние в длину и глубину, проплывание в длину под водой
4. Какие разновидности кроля существуют в настоящее время?
 - а) 2-х, 4-х, 6-ударный кроль
 - б) 4-х и 8-ударный кроль
 - в) 2-х, 4-х, 10 ударный кроль
 - г) 4-х и 6-ударный кроль
5. Что является основным средством в обучении плаванию?
 - а) упражнение
 - б) тренер
 - в) очки и маска
 - г) плавательная доска и поплавки

6. К какому виду упражнений относятся упражнения на суше, повторяющие плавательные движения?

- а) общеразвивающие
- б) специальные
- в) имитационные
- г) игровые

7. Что такое режим дня?

- а) строгое соблюдение определенных правил.
- б) режим дня -распорядок дел, действий, которые мы совершаем в течении дня.
- в) это прием пищи по времени.

8. Что дает человеку соблюдение правильного режима дня?

- а) много времени для отдыха и развлечений
- б) рациональное использование каждой минуты своего времени
- в) получение высокой зарплаты

9. Задачами врачебного контроля за занимающимися спортом являются?

- а) определение состояния здоровья и функционального состояния спортсменов
- б) диагностика соответствия физических нагрузок функциональному состоянию занимающихся, выявление ранних признаков физического перенапряжения
- в) оба варианта верны

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | Вопрос 6 | Вопрос 7 | Вопрос 8 | Вопрос 9 | | |
| | | | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

9 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.
4-8 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.
3 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|----------------------------|---|---------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------|
| Выносливость, координация | Имитация плавательных движений рук на суше в положении лежа на спине (с) мальчики девочки | 60 55 | 55 50 | 50 45 |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) мальчики девочки | 10 8 | 9 7 | 8 6 |

Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------|--|---|-------------------------|------------|
| | | Имитация плавательных движений рук на суше в положении лежа на спине | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | | |
| | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла—средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла —низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

10— оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

8 - 9 – допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

6-7— критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-----------------------|--------------------------------|--|---|--|
| Техническая программа | 100м вольный стиль | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |

Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | Общее количество баллов | Результат |
|-------|-----------------------|-------------------------|-------------------------|-----------|
| | | 100м вольный стиль | | |
| | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла—средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла —низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

5 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

4 – допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

3 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов

**объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовленности (О, Д, К) |
|---|----------------|----------------------|-----------------------|-------------------------|--|------------------------------------|
| | | Теоретические знания | Физическая подготовка | Плавательная подготовка | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 22-24 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 16-20 балла (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 9-15 баллов (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
промежуточной аттестации учащихся 4 года обучения (декабрь)**

**Лица с поражением опорно-двигательного аппарата
II – функциональная группа**

Теория

Тест №7

(Ф.И. учащегося)

1. Гребок в плавании – движение конечностей пловца, которыми он опирается о воду во время плавания?
 - а) не верно
 - б) верно
2. Какова последовательность обучения плаванию способами кроль на груди на спине?
 - а) работа рук, работа ног, упражнение в целом
 - б) работа ног, работа рук, упражнение в целом
 - в) всё изучается параллельно
3. Какие упражнения относятся к «упражнениям для освоения с водой»?
 - а) поплавок, звездочка, медуза, вдохи и выдохи в воду
 - б) работа ног, работа рук, вдохи и выдохи в воду
 - в) ныряние в длину и глубину, проплывание в длину под водой
4. Какие разновидности кроля существуют в настоящее время?
 - а) 2-х, 4-х, 6-ударный кроль
 - б) 4-х и 8-ударный кроль
 - в) 2-х, 4-х, 10 ударный кроль
 - г) 4-х и 6-ударный кроль
5. Что является основным средством в обучении плаванию?
 - а) упражнение
 - б) тренер
 - в) очки и маска
 - г) плавательная доска и поплавки

6. К какому виду упражнений относятся упражнения на суше, повторяющие плавательные движения?

- а) общеразвивающие
- б) специальные
- в) имитационные
- г) игровые

7. Что такое режим дня?

- а) строгое соблюдение определенных правил.
- б) режим дня -распорядок дел, действий, которые мы совершаем в течении дня.

- в) это прием пищи по времени.

8. Что дает человеку соблюдение правильного режима дня?

- а) много времени для отдыха и развлечений
- б) рациональное использование каждой минуты своего времени
- в) получение высокой зарплаты

9. Задачами врачебного контроля за занимающимися спортом являются?

- а) определение состояния здоровья и функционального состояния спортсменов
- б) диагностика соответствия физических нагрузок функциональному состоянию занимающихся, выявление ранних признаков физического перенапряжения
- в) оба варианта верны

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20___-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | Вопрос 6 | Вопрос 7 | Вопрос 8 | Вопрос 9 | | |
| | | | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

9 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.
4-8 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.
3 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-------------------------------|--|---------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------|
| Силовая выносливость | Многоскок 5 прыжков (м) мальчики девочки | 2,50 2,20 | 2,45 2,15 | 2,40 2,10 |
| | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) мальчики девочки | 7 5 | 6 4 | 5 3 |
| | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) мальчики девочки | 14 10 | 13 9 | 12 8 |
| Скоростно-силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) мальчики девочки | 70 65 | 65 60 | 60 55 |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа __ года обучения (промежуточная аттестация)**

| | | | | | |
|---|--|-----------------------|---|---|---|
| № | | Физическая подготовка | О | Д | К |
|---|--|-----------------------|---|---|---|

| | | | | | | | | |
|--|----------------------|-----|------------------------|--|---|------------------------|--|--|
| | Фамилия, учащихся | имя | Многобег 5 прыжков (м) | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Прыжок в длину с места | | |
| | | | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

20 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

16 - 19– допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

12 - 15 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|------------------------------|---------------------------------------|--|---|---|
| Техническая программа | 200м вольный стиль | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|-----------|
| | | 200м вольный стиль | | |

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | | | |
|--|--|--|--|--|

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

5 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

4 – допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

3 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 32-34 балла (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 24-31 балл (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 15-23 балла (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
промежуточной аттестации учащихся 4 года обучения (декабрь)**

**Лица с поражением опорно-двигательного аппарата
III – функциональная группа**

Теория

Тест №7

(Ф.И. учащегося)

1. Гребок в плавании – движение конечностей пловца, которыми он опирается о воду во время плавания?
 - а) не верно
 - б) верно
2. Какова последовательность обучения плаванию способами кроль на груди на спине?
 - а) работа рук, работа ног, упражнение в целом
 - б) работа ног, работа рук, упражнение в целом
 - в) всё изучается параллельно
3. Какие упражнения относятся к «упражнениям для освоения с водой»?
 - а) поплавок, звездочка, медуза, вдохи и выдохи в воду
 - б) работа ног, работа рук, вдохи и выдохи в воду
 - в) ныряние в длину и глубину, проплывание в длину под водой
4. Какие разновидности кроля существуют в настоящее время?
 - а) 2-х, 4-х, 6-ударный кроль
 - б) 4-х и 8-ударный кроль
 - в) 2-х, 4-х, 10 ударный кроль
 - г) 4-х и 6-ударный кроль
5. Что является основным средством в обучении плаванию?
 - а) упражнение
 - б) тренер
 - в) очки и маска
 - г) плавательная доска и поплавки

6. К какому виду упражнений относятся упражнения на суше, повторяющие плавательные движения?

- а) общеразвивающие
- б) специальные
- в) имитационные
- г) игровые

7. Что такое режим дня?

- а) строгое соблюдение определенных правил.
- б) режим дня -распорядок дел, действий, которые мы совершаем в течении дня.

в) это прием пищи по времени.

8. Что дает человеку соблюдение правильного режима дня?

- а) много времени для отдыха и развлечений
- б) рациональное использование каждой минуты своего времени
- в) получение высокой зарплаты

9. Задачами врачебного контроля за занимающимися спортом являются?

- а) определение состояния здоровья и функционального состояния спортсменов
- б) диагностика соответствия физических нагрузок функциональному состоянию занимающихся, выявление ранних признаков физического перенапряжения
- в) оба варианта верны

**Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний
объединения "плавание" в 20___-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | Вопрос 6 | Вопрос 7 | Вопрос 8 | Вопрос 9 | | |
| | | | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

9 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.
4-8 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.
3 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-------------------------------|--|---------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------|
| Силовая выносливость | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) мальчики девочки | 9 7 | 8 6 | 7 5 |
| | Многоскок 5 прыжков (м) мальчики девочки | 3 2,60 | 2,95 2,55 | 2,90 2,50 |
| | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) мальчики девочки | 18 13 | 17 12 | 16 11 |
| Скоростно-силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) мальчики девочки | 73 63 | 70 60 | 65 55 |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------|--|-------------------------|---|------------------------|-------------------------|------------|
| | | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Многоскок 5 прыжков (м) | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Прыжок в длину с места | | |
| | | | | | | | |

| | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

20 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

16 - 19 – допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

12 - 15 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|------------------------------|---------------------------------------|--|---|---|
| Техническая программа | 300м вольный стиль | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа __ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|-----------|
| | | 300м вольный стиль | | |
| | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

5 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

- 4** – допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.
3 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (промежуточная аттестация)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 32-34 балла (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 24-31 балл (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 15-23 балла (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
итоговой диагностики учащихся 4 года обучения (май)**

Лица с нарушением слуха

Теория

Тест №8

(Ф.И. учащегося)

1. Как называется наивысшее достижение (результат), показанный в отдельном виде соревнований?

- а) рекорд
- б) успех

2. Какой судья отвечает за вручение наград и призов, установленных положением о соревнованиях?

- а) судья по награждению
- б) судья-информатор

3. Какой документ, определяет порядок выступления спортсменов на соревнованиях?

- а) стартовый протокол
- б) итоговый протокол

4. Как называется протокол соревнований, в котором определены места, занятыми участниками, и зафиксированы их спортивные результаты?

- а) стартовый
- б) итоговый

5. Судья, который собирает пловцов перед каждым заплывом?

- а) судья при участниках
- б) стартер

6. Судья, который следит, чтобы соблюдались правила по технике плавания, установленные для тех способов, по которым проводится заплыв?

- а) судья по технике
- б) судья по награждению

7. Какой судья, отвечает за всю спортивно-техническую сторону организации и проведения соревнований?

- а) судья-хронометрист
б) главный судья
8. На какие дорожки производится назначение сильнейших пловцов или команды?
а) на центральные
б) на крайние
9. Какой пловец вошел в историю как единственный за все время существования Олимпийских игр 23-кратный чемпион и абсолютный рекордсмен по количеству наград?
а) Ян Торп
б) Майкл Фелпс
10. Как зовут российскую пловчиху, трёхкратный призёр Олимпийских игр 2012 и 2016 годов, которая специализируется в плавании брассом?
а) Юлия Ефимова
б) Анастасия Фесикова

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ;

0 балл – не правильный ответ.

Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году группа ____ года обучения (итоговая диагностика)

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | Вопрос 6 | Вопрос 7 | Вопрос 8 | Вопрос 9 | Вопрос 10 | | |
| | | | | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

10 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

5-9 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

4 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| Физическое качество | Наименование упражнений | оптимальный уровень | допустимый уровень | критический уровень |
|---------------------|-------------------------|---------------------|--------------------|---------------------|
|---------------------|-------------------------|---------------------|--------------------|---------------------|

| | | (5 баллов) | (4 балла) | (3 балла) |
|--------------------------------------|---|------------|-----------|-----------|
| Силовая выносливость | Отжимание отягощения весом 1 кг в положении лежа на спине (кол-во раз) | 17 | 16 | 15 |
| | Сгибание- разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) | 9 | 8 | 7 |
| Скоростно- силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) | 75 | 70 | 65 |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (итоговая диагностика)**

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|---|--|------------------------|-------------------------|-----------|
| | | Отжимание отягощения весом 1 кг в положении лежа на спине | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Прыжок в длину с места | | |
| | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

15 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

12 - 14– допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

9 - 11 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|------------------------------|---|--|---|---|
| Техническая программа | 400м комплексное плавание в полной координации | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 400м вольный стиль | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | Проплывание дистанции: 100м – любым способом плавания | проплывает дистанцию, правильно без ошибок | проплывает дистанцию, отмечаются небольшие ошибки, хорошее продвижение вперед | выполняет упражнение, отмечаются грубые ошибки, плохое продвижение вперед |

Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году группа ____ года обучения (итоговая диагностика)

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|--|-----------------------|---|----------------------------|-----------|
| | | 400м комплексное плавание в полной координации | 400м вольный стиль | Проплывание дистанции: 100м – любым способом плавания | | |
| | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

15 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

12 - 14– допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

9 - 11 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа _____ года обучения (итоговая диагностика)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 38-40 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 29-37 балла (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 18-28 балла (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
итоговой диагностики учащихся 4 года обучения(май)**

Лица с интеллектуальными нарушениями

Теория

Тест №8

(Ф.И. учащегося)

1. Как называется наивысшее достижение (результат), показанный в отдельном виде соревнований?

- а) рекорд
- б) успех

2. Какой судья отвечает за вручение наград и призов, установленных положением о соревнованиях?

- а) судья по награждению
- б) судья-информатор

3. Какой документ, определяет порядок выступления спортсменов на соревнованиях?

- а) стартовый протокол
- б) итоговый протокол

4. Как называется протокол соревнований, в котором определены места, занятыми участниками, и зафиксированы их спортивные результаты?

- а) стартовый
- б) итоговый

5. Судья, который собирает пловцов перед каждым заплывом?

- а) судья при участниках
- б) стартер

6. Судья, который следит, чтобы соблюдались правила по технике плавания, установленные для тех способов, по которым проводится заплыв?

- а) судья по технике
- б) судья по награждению

7. Какой судья, отвечает за всю спортивно-техническую сторону организации и проведения соревнований?

- а) судья-хронометрист
б) главный судья
8. На какие дорожки производится назначение сильнейших пловцов или команды?
а) на центральные
б) на крайние
9. Какой пловец вошел в историю как единственный за все время существования Олимпийских игр 23-кратный чемпион и абсолютный рекордсмен по количеству наград?
а) Ян Торп
б) Майкл Фелпс
10. Как зовут российскую пловчиху, трёхкратный призёр Олимпийских игр 2012 и 2016 годов, которая специализируется в плавании брассом?
а) Юлия Ефимова
б) Анастасия Фесикова

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ;

0 балл – не правильный ответ.

Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году группа ____ года обучения (итоговая диагностика)

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | Вопрос 6 | Вопрос 7 | Вопрос 8 | Вопрос 9 | Вопрос 10 | | |
| | | | | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

10 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

5-9 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

4 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| Физическое качество | Наименование упражнений | оптимальный уровень | допустимый уровень | критический уровень |
|---------------------|-------------------------|---------------------|--------------------|---------------------|
|---------------------|-------------------------|---------------------|--------------------|---------------------|

| | | (5 баллов) | (4 балла) | (3 балла) |
|-------------------------------|---|------------|-----------|-----------|
| Координация | Прыжок в длину с места (см) | | | |
| | мальчики | 80 | 75 | 70 |
| | девочки | 70 | 65 | 60 |
| Скоростно-силовые способности | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) | | | |
| | мальчики | 18 | 17 | 16 |
| | девочки | 13 | 12 | 11 |
| | Многоскок 5 прыжков (м) | | | |
| | мальчики | 3,10 | 3 | 2,90 |
| | девочки | 2,70 | 2,60 | 2,50 |
| | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) | | | |
| | мальчики | 9 | 8 | 7 |
| | девочки | 7 | 6 | 5 |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа__ года обучения (итоговая диагностика)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------|------------------------|---|-------------------------|--|-------------------------|------------|
| | | Прыжок в длину с места | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Многоскок 5 прыжков (м) | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | | |
| | | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

20 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

16 - 19 – допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

12 - 15 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|------------------------------|--|--|---|---|
| Техническая программа | 400м вольный стиль | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | Проплавание дистанции: 50 или 100м – любым способом плавания | проплывает дистанцию, правильно без ошибок | проплывает дистанцию, отмечаются небольшие ошибки, хорошее продвижение вперед | выполняет упражнение, отмечаются грубые ошибки, плохое продвижение вперед |

Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году группа ____ года обучения (итоговая диагностика)

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | Общее количество баллов | Результат |
|-------|-----------------------|-------------------------|--|-------------------------|-----------|
| | | 400м вольный стиль | Проплавание дистанции: 50 или 100м – любым способом плавания | | |
| | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

10 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

8-9 – допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

6-7 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа _____ года обучения (итоговая диагностика)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 38-40 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 29-37 балла (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 18-28 балла (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
итоговой диагностики учащихся 4 года обучения (май)**

**Лица с нарушением зрения
I – функциональная группа**

Теория

Тест №8

(Ф.И. учащегося)

1. Как называется наивысшее достижение (результат), показанный в отдельном виде соревнований?
 - а) рекорд
 - б) успех
2. Какой судья отвечает за вручение наград и призов, установленных положением о соревнованиях?
 - а) судья по награждению
 - б) судья-информатор
3. Какой документ, определяет порядок выступления спортсменов на соревнованиях?
 - а) стартовый протокол
 - б) итоговый протокол
4. Как называется протокол соревнований, в котором определены места, занятыми участниками, и зафиксированы их спортивные результаты?
 - а) стартовый
 - б) итоговый
5. Судья, который собирает пловцов перед каждым заплывом?
 - а) судья при участниках
 - б) стартер
6. Судья, который следит, чтобы соблюдались правила по технике плавания, установленные для тех способов, по которым проводится заплыв?
 - а) судья по технике
 - б) судья по награждению
7. Какой судья, отвечает за всю спортивно-техническую сторону организации и проведения соревнований?

- а) судья-хронометрист
б) главный судья
8. На какие дорожки производится назначение сильнейших пловцов или команды?
а) на центральные
б) на крайние
9. Какой пловец вошел в историю как единственный за все время существования Олимпийских игр 23-кратный чемпион и абсолютный рекордсмен по количеству наград?
а) Ян Торп
б) Майкл Фелпс
10. Как зовут российскую пловчиху, трёхкратный призёр Олимпийских игр 2012 и 2016 годов, которая специализируется в плавании брассом?
а) Юлия Ефимова
б) Анастасия Фесикова

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ;

0 балл – не правильный ответ.

Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году группа ____ года обучения (итоговая диагностика)

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | Вопрос 6 | Вопрос 7 | Вопрос 8 | Вопрос 9 | Вопрос 10 | | |
| | | | | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

10 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

5-9 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

4 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень</i> | <i>допустимый уровень</i> | <i>критический уровень</i> |
|----------------------------|--------------------------------|----------------------------|---------------------------|----------------------------|
|----------------------------|--------------------------------|----------------------------|---------------------------|----------------------------|

| | | (5 баллов) | (4 балла) | (3 балла) |
|-------------------------------|--|------------|-----------|-----------|
| Силовая выносливость | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) мальчики девочки | 8 6 | 7 5 | 6 4 |
| | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) мальчики девочки | 13 10 | 12 9 | 11 8 |
| Скоростно-силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) мальчики девочки | 70 65 | 65 60 | 60 55 |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа__ года обучения (итоговая диагностика)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------|--|---|------------------------|-------------------------|------------|
| | | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Прыжок в длину с места | | |
| | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

15– оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

12 - 14 – допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

9-11– критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|------------------------------|--|--|---|---|
| Техническая программа | 200м вольный стиль | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | Проплавание дистанции: 50 или 100м – любым способом плавания | проплывает дистанцию, правильно без ошибок | проплывает дистанцию, отмечаются небольшие ошибки, хорошее продвижение вперед | выполняет упражнение, отмечаются грубые ошибки, плохое продвижение вперед |

Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году группа ____ года обучения (итоговая диагностика)

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | Общее количество баллов | Результат |
|----------|--------------------------|-------------------------|--|----------------------------|-----------|
| | | 200м вольный стиль | Проплавание дистанции: 50 или 100м – любым способом плавания | | |
| | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

10 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

8-9– допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

6-7 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (итоговая диагностика)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 33-35 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 25-32 баллов (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 15-24 баллов (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
итоговой диагностики учащихся 4 года обучения (май)**

**Лица с нарушением зрения
II и III – функциональная группа**

Теория

Тест №8

(Ф.И. учащегося)

1. Как называется наивысшее достижение (результат), показанный в отдельном виде соревнований?
 - а) рекорд
 - б) успех
2. Какой судья отвечает за вручение наград и призов, установленных положением о соревнованиях?
 - а) судья по награждению
 - б) судья-информатор
3. Какой документ, определяет порядок выступления спортсменов на соревнованиях?
 - а) стартовый протокол
 - б) итоговый протокол
4. Как называется протокол соревнований, в котором определены места, занятыми участниками, и зафиксированы их спортивные результаты?
 - а) стартовый
 - б) итоговый
5. Судья, который собирает пловцов перед каждым заплывом?
 - а) судья при участниках
 - б) стартер
6. Судья, который следит, чтобы соблюдались правила по технике плавания, установленные для тех способов, по которым проводится заплыв?
 - а) судья по технике
 - б) судья по награждению
7. Какой судья, отвечает за всю спортивно-техническую сторону организации и проведения соревнований?

- а) судья-хронометрист
б) главный судья
8. На какие дорожки производится назначение сильнейших пловцов или команды?
а) на центральные
б) на крайние
9. Какой пловец вошел в историю как единственный за все время существования Олимпийских игр 23-кратный чемпион и абсолютный рекордсмен по количеству наград?
а) Ян Торп
б) Майкл Фелпс
10. Как зовут российскую пловчиху, трёхкратный призёр Олимпийских игр 2012 и 2016 годов, которая специализируется в плавании брассом?
а) Юлия Ефимова
б) Анастасия Фесикова

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ;

0 балл – не правильный ответ.

Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году группа ____ года обучения (итоговая диагностика)

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | Вопрос 6 | Вопрос 7 | Вопрос 8 | Вопрос 9 | Вопрос 10 | | |
| | | | | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

10 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

5-9 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

4 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень</i> | <i>допустимый уровень</i> | <i>критический уровень</i> |
|----------------------------|--------------------------------|----------------------------|---------------------------|----------------------------|
|----------------------------|--------------------------------|----------------------------|---------------------------|----------------------------|

| | | (5 баллов) | (4 балла) | (3 балла) |
|--------------------------------------|---|------------|-----------|-----------|
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) | | | |
| | мальчики | 17 | 16 | 15 |
| | девочки | 13 | 12 | 11 |
| | Сгибание- разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) | | | |
| | мальчики | 9 | 8 | 7 |
| | девочки | 7 | 6 | 5 |
| Скоростно- силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) | | | |
| | мальчики | 80 | 75 | 70 |
| | девочки | 70 | 65 | 60 |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа__ года обучения (итоговая диагностика)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------------|---|--|------------------------|-------------------------|------------|
| | | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Прыжок в длину с места | | |
| | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

15 – оптимальный уровень (О)физической подготовленности учащегося.

12 - 14 – допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

9 - 11 – критический уровень (К)физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|------------------------------|--|--|---|---|
| Техническая программа | 250м кроль на груди в полной координации | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | Проплыwanie дистанции: 50 или 100м – любым способом плавания | проплывает дистанцию, правильно без ошибок | проплывает дистанцию, отмечаются небольшие ошибки, хорошее продвижение вперед | выполняет упражнение, отмечаются грубые ошибки, плохое продвижение вперед |

Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году группа ____ года обучения (итоговая диагностика)

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | Общее количество баллов | Результат |
|-------|-----------------------|-------------------------|--|-------------------------|-----------|
| | | 250м вольный стиль | Проплыwanie дистанции: 50 или 100м – любым способом плавания | | |
| | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

10 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

8-9– допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

6-7 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (итоговая диагностика)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 33-35 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 25-32 баллов (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 15-24 баллов (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
итоговой диагностики учащихся 4 года обучения (май)**

**Лица с поражением опорно-двигательного аппарата
I – функциональная группа**

Теория

Тест №8

(Ф.И. учащегося)

1. Как называется наивысшее достижение (результат), показанный в отдельном виде соревнований?
 - а) рекорд
 - б) успех
2. Какой судья отвечает за вручение наград и призов, установленных положением о соревнованиях?
 - а) судья по награждению
 - б) судья-информатор
3. Какой документ, определяет порядок выступления спортсменов на соревнованиях?
 - а) стартовый протокол
 - б) итоговый протокол
4. Как называется протокол соревнований, в котором определены места, занятыми участниками, и зафиксированы их спортивные результаты?
 - а) стартовый
 - б) итоговый
5. Судья, который собирает пловцов перед каждым заплывом?
 - а) судья при участниках
 - б) стартер
6. Судья, который следит, чтобы соблюдались правила по технике плавания, установленные для тех способов, по которым проводится заплыв?
 - а) судья по технике
 - б) судья по награждению
7. Какой судья, отвечает за всю спортивно-техническую сторону организации и проведения соревнований?

а) судья-хронометрист

б) главный судья

8. На какие дорожки производится назначение сильнейших пловцов или команды?

а) на центральные

б) на крайние

9. Какой пловец вошел в историю как единственный за все время существования Олимпийских игр 23-кратный чемпион и абсолютный рекордсмен по количеству наград?

а) Ян Торп

б) Майкл Фелпс

10. Как зовут российскую пловчиху, трёхкратный призёр Олимпийских игр 2012 и 2016 годов, которая специализируется в плавании брассом?

а) Юлия Ефимова

б) Анастасия Фесикова

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ;

0 балл – не правильный ответ.

Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году группа ____ года обучения (итоговая диагностика)

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | Вопрос 6 | Вопрос 7 | Вопрос 8 | Вопрос 9 | Вопрос 10 | | |
| | | | | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

10 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

5-9 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

4 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| Физическое качество | Наименование упражнений | оптимальный уровень | допустимый уровень | критический уровень |
|---------------------|-------------------------|---------------------|--------------------|---------------------|
|---------------------|-------------------------|---------------------|--------------------|---------------------|

| | | (5 баллов) | (4 балла) | (3 балла) |
|---------------------------|--|------------|-----------|-----------|
| Выносливость, координация | Имитация плавательных движений рук на суше в положении лежа на спине (с) мальчики девочки | 60 55 | 55 50 | 50 45 |
| Силовая выносливость | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) мальчики девочки | 10 8 | 9 7 | 8 6 |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (итоговой контроль)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------|--|---|-------------------------|------------|
| | | Имитация плавательных движений рук на суше в положении лежа на спине | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | | |
| | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

10– оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

8 - 9 – допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

6-7 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|------------------------------|--|--|---|---|
| Техническая программа | 100м комплексное плавание в полной координации | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 100м вольный стиль | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | Проплыwanie дистанции: 50м – любым способом плавания | проплывает дистанцию, правильно без ошибок | проплывает дистанцию, отмечаются небольшие ошибки, хорошее продвижение вперед | выполняет упражнение, отмечаются грубые ошибки, плохое продвижение вперед |

Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году группа ____ года обучения (итоговой контроль)

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------|--|--------------------|--|-------------------------|------------|
| | | 100м комплексное плавание в полной координации | 100м вольный стиль | Проплывание дистанции: 50м – любым способом плавания | | |
| | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

15 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

12-14– допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

9-11– критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (итоговая диагностика)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 33-35 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 25-32 балла (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 15-24 баллов (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
итоговой диагностики учащихся 4 года обучения (май)**

**Лица с поражением опорно-двигательного аппарата
II – функциональная группа**

Теория

Тест №8

(Ф.И. учащегося)

1. Как называется наивысшее достижение (результат), показанный в отдельном виде соревнований?
 - а) рекорд
 - б) успех
2. Какой судья отвечает за вручение наград и призов, установленных положением о соревнованиях?
 - а) судья по награждению
 - б) судья-информатор
3. Какой документ, определяет порядок выступления спортсменов на соревнованиях?
 - а) стартовый протокол
 - б) итоговый протокол
4. Как называется протокол соревнований, в котором определены места, занятыми участниками, и зафиксированы их спортивные результаты?
 - а) стартовый
 - б) итоговый
5. Судья, который собирает пловцов перед каждым заплывом?
 - а) судья при участниках
 - б) стартер
6. Судья, который следит, чтобы соблюдались правила по технике плавания, установленные для тех способов, по которым проводится заплыв?
 - а) судья по технике
 - б) судья по награждению
7. Какой судья, отвечает за всю спортивно-техническую сторону организации и проведения соревнований?

- а) судья-хронометрист
б) главный судья
8. На какие дорожки производится назначение сильнейших пловцов или команды?
а) на центральные
б) на крайние
9. Какой пловец вошел в историю как единственный за все время существования Олимпийских игр 23-кратный чемпион и абсолютный рекордсмен по количеству наград?
а) Ян Торп
б) Майкл Фелпс
10. Как зовут российскую пловчиху, трёхкратный призёр Олимпийских игр 2012 и 2016 годов, которая специализируется в плавании брассом?
а) Юлия Ефимова
б) Анастасия Фесикова

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ;

0 балл – не правильный ответ.

Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году группа ____ года обучения (итоговая диагностика)

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | Вопрос 6 | Вопрос 7 | Вопрос 8 | Вопрос 9 | Вопрос 10 | | |
| | | | | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

10 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

5-9 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

4 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень</i> | <i>допустимый уровень</i> | <i>критический уровень</i> |
|----------------------------|--------------------------------|----------------------------|---------------------------|----------------------------|
|----------------------------|--------------------------------|----------------------------|---------------------------|----------------------------|

| | | (5 баллов) | (4 балла) | (3 балла) |
|-------------------------------|--|--------------|--------------|--------------|
| Силовая выносливость | Многобег 5 прыжков (м) мальчики девочки | 2,50 2,20 | 2,45 2,15 | 2,40 2,10 |
| | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) мальчики девочки | 7 5 | 6 4 | 5 3 |
| | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) мальчики девочки | 14 10 | 13 9 | 12 8 |
| Скоростно-силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) мальчики девочки | 70 65 | 65 60 | 60 55 |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа__ года обучения (итоговая диагностика)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------|------------------------|--|---|------------------------|-------------------------|------------|
| | | Многобег 5 прыжков (м) | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Прыжок в длину с места | | |
| | | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

20 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

16 - 19– допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

12 - 15 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|-----------------------|--|--|---|---|
| Техническая программа | 200м комплексное плавание в полной координации | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | 200м вольный стиль | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | Проплывание дистанции: 50м – любым способом плавания | проплывает дистанцию, правильно без ошибок | проплывает дистанцию, отмечаются небольшие ошибки, хорошее продвижение вперед | выполняет упражнение, отмечаются грубые ошибки, плохое продвижение вперед |

Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году группа ____ года обучения (итоговая диагностика)

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------|--|--------------------|--|-------------------------|------------|
| | | 200м комплексное плавание в полной координации | 200м вольный стиль | Проплывание дистанции: 50м – любым способом плавания | | |
| | | | | | | |

Критерии оценки плавательной подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога

Общее количество баллов:

15 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

12-14– допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.

9-11– критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (итоговая диагностика)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 43-45 балла (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 33-42 балл (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 20-27 балла (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы для проведения
итоговой диагностики учащихся 4 года обучения (май)**

**Лица с поражением опорно-двигательного аппарата
III – функциональная группа**

Теория

Тест №8

(Ф.И. учащегося)

1. Как называется наивысшее достижение (результат), показанный в отдельном виде соревнований?
 - а) рекорд
 - б) успех
2. Какой судья отвечает за вручение наград и призов, установленных положением о соревнованиях?
 - а) судья по награждению
 - б) судья-информатор
3. Какой документ, определяет порядок выступления спортсменов на соревнованиях?
 - а) стартовый протокол
 - б) итоговый протокол
4. Как называется протокол соревнований, в котором определены места, занятыми участниками, и зафиксированы их спортивные результаты?
 - а) стартовый
 - б) итоговый
5. Судья, который собирает пловцов перед каждым заплывом?
 - а) судья при участниках
 - б) стартер
6. Судья, который следит, чтобы соблюдались правила по технике плавания, установленные для тех способов, по которым проводится заплыв?
 - а) судья по технике
 - б) судья по награждению
7. Какой судья, отвечает за всю спортивно-техническую сторону организации и проведения соревнований?

а) судья-хронометрист

б) главный судья

8. На какие дорожки производится назначение сильнейших пловцов или команды?

а) на центральные

б) на крайние

9. Какой пловец вошел в историю как единственный за все время существования Олимпийских игр 23-кратный чемпион и абсолютный рекордсмен по количеству наград?

а) Ян Торп

б) Майкл Фелпс

10. Как зовут российскую пловчиху, трёхкратный призёр Олимпийских игр 2012 и 2016 годов, которая специализируется в плавании брассом?

а) Юлия Ефимова

б) Анастасия Фесикова

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ;

0 балл – не правильный ответ.

Диагностическая карта определения уровня теоретических знаний объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году группа ____ года обучения (итоговая диагностика)

| № | Фамилия, имя учащихся | Баллы | | | | | | | | | | Общее количество баллов | Результат |
|---|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-----------|-------------------------|-----------|
| | | Вопрос 1 | Вопрос 2 | Вопрос 3 | Вопрос 4 | Вопрос 5 | Вопрос 6 | Вопрос 7 | Вопрос 8 | Вопрос 9 | Вопрос 10 | | |
| | | | | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

10 баллов – оптимальный уровень (О) знаний учащихся о виде спорта плавание.

5-9 балла – допустимый уровень (Д) знаний учащихся о виде спорта плавание.

4 и менее баллов – критический уровень (К) знаний учащихся о виде спорта плавание.

Физическая подготовка

| <i>Физическое качество</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень</i> | <i>допустимый уровень</i> | <i>критический уровень</i> |
|----------------------------|--------------------------------|----------------------------|---------------------------|----------------------------|
|----------------------------|--------------------------------|----------------------------|---------------------------|----------------------------|

| | | (5 баллов) | (4 балла) | (3 балла) |
|-------------------------------|--|------------|--------------|--------------|
| Силовая выносливость | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи (кол-во раз) мальчики девочки | 9 7 | 8 6 | 7 5 |
| | Многоскок 5 прыжков (м) мальчики девочки | 3 2,60 | 2,95 2,55 | 2,90 2,50 |
| | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг (кол-во раз) мальчики девочки | 18 13 | 17 12 | 16 11 |
| Скоростно-силовые возможности | Прыжок в длину с места (см) мальчики девочки | 73 63 | 70 60 | 65 55 |

**Диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа__ года обучения (итоговая диагностика)**

| № | Фамилия, имя учащихся | Физическая подготовка | | | | Общее количество баллов | Результата |
|---|-----------------------|--|-------------------------|---|------------------------|-------------------------|------------|
| | | Сгибание-разгибание рук в упоре от гимнастической скамьи | Многоскок 5 прыжков (м) | Жим гантелей в положении лежа на спине весом 1 кг | Прыжок в длину с места | | |
| | | | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

20 – оптимальный уровень (О) физической подготовленности учащегося.

16 - 19 – допустимый уровень (Д) физической подготовленности учащегося.

12 - 15 – критический уровень (К) физической подготовленности учащегося.

Плавательная подготовка

| <i>Вид подготовки</i> | <i>Наименование упражнений</i> | <i>оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>критический уровень (3 балла)</i> |
|------------------------------|---|--|---|---|
| Техническая программа | 400м вольный стиль | легко выполняет упражнение, правильно без ошибок | выполняет упражнение, отмечаются небольшие ошибки | Не проплывает до конца контрольный отрезок |
| | Проплавание дистанции: 50м или 100м – любым способом плавания | проплывает дистанцию, правильно без ошибок | проплывает дистанцию, отмечаются небольшие ошибки, хорошее продвижение вперед | выполняет упражнение, отмечаются грубые ошибки, плохое продвижение вперед |

Диагностическая карта определения уровня предметных результатов объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году группа ____ года обучения (итоговая диагностика)

| № п/п | Фамилия, имя учащихся | Плавательная подготовка | | Общее количество баллов | Результат |
|-------|-----------------------|-------------------------|---|-------------------------|-----------|
| | | 400м вольный стиль | Проплавание дистанции: 50м или 100м – любым способом плавания | | |
| | | | | | |

Критерии оценки физической подготовленности:

5 баллов –высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение практического материала.

4 балла–средний темп учебной деятельности, неустойчивый интерес, усвоение практического материала с частичной помощью педагога.

3 балла –низкий темп учебной деятельности, частичное усвоение практического материала, с помощью и через показ педагога.

Общее количество баллов:

10 – оптимальный уровень (О) плавательной подготовленности учащегося.

8-9– допустимый уровень (Д) плавательной подготовленности учащегося.
6-7 – критический уровень (К) плавательной подготовленности учащегося.

**Сводная диагностическая карта определения уровня предметных результатов
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа ____ года обучения (итоговая диагностика)**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания | | | Средняя оценка (сумма параметров: количество параметров) | Уровень подготовлен ности (О, Д, К) |
|---|-------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--|--|
| | | Теоретические знания | Физическ ая подготовк а | Плаватель ная подготовк а | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии определения уровня знаний:

Оптимальный уровень: 38-40 баллов (полное и глубокое понимание вопроса; владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой).

Допустимый уровень: 29-37 балла (полное понимание вопроса; частичное владение основными теоретическими понятиями, физической и плавательной подготовкой с частичной помощью педагога).

Критический уровень: 18-28 балла (свидетельствует о том, что у учащегося теоретические понятия, физическая и плавательная подготовкой на низком уровне в основном через показ педагога).

**Контрольно-измерительные материалы
для определения метапредметных результатов**

| <i>Метапредметные результаты</i> | <i>Оптимальный уровень (5 баллов)</i> | <i>Допустимый уровень (4 балла)</i> | <i>Критический уровень (3 балла)</i> |
|--|---|--|--|
| Мотивация, контроль и самооценка | | | |
| Планировать свою деятельность в соответствии с поставленной задачей в ходе занятий | Самостоятельно планирует свою деятельность в ходе занятий | Затрудняется планировать свою деятельность в ходе занятий | Педагог планирует деятельность за учащегося в ходе занятий |
| Соотносить результат своей деятельности с целью или с образцом, предложенным педагогом | Точно соотносит результат своей деятельности с целью или с образцом, предложенным педагогом | Не всегда или с ошибками соотносит результат своей деятельности с целью или с образцом, предложенным педагогом | Не соотносит результат своей деятельности с целью или с образцом, предложенным педагогом |
| Оценивать результаты своей деятельности | Объективно оценивает результаты своей деятельности | Не всегда объективно оценивает результаты своей деятельности | Необъективно оценивает результаты своей деятельности |
| Коммуникативные способности | | | |
| Участвовать в диалоге с другими учащимися, педагогом | Свободно участвует в диалоге с педагогом и другими участниками образовательного процесса | Испытывает некоторые затруднения в диалоге с другими учащимися и педагогом | Испытывает значительные затруднения в диалоге с другими учащимися и педагогом |
| Оформлять свои мысли и высказывать их в доступной для всех форме | Легко оформляет свои мысли и высказывает их в доступной для всех форме | Испытывает незначительные затруднения при формулировке своих высказываний | Испытывает значительные затруднения при формулировке своих высказываний |
| Отвечать на вопросы по теме в выбранном виде деятельности | Свободно отвечает на вопросы по теме в выбранном виде деятельности | Испытывает незначительные затруднения, при ответах на вопросы по теме в выбранном | Испытывает значительные затруднения, при ответах на вопросы по теме в выбранном |

| | | | |
|--|---|--|--|
| | | виде деятельности | виде деятельности |
| Слушать и понимать педагога и других учащихся | Всегда слушает и понимает педагога и других учащихся | Не всегда слушает и понимает педагога и других учащихся | Редко слушает и понимает педагога и других учащихся |
| Высказывать аргументированное мнение | Систематически высказывает аргументированное мнение | Периодически высказывает аргументированное мнение | Затрудняется высказывать аргументированное мнение |
| Познавательные способности | | | |
| Самостоятельно анализировать, сравнивать, группировать информацию | Самостоятельно анализирует, сравнивает и группирует полученную информацию | Анализирует, сравнивает и группирует полученную информацию с помощью педагога или других учащихся | Затрудняется анализировать, сравнивать, группировать информацию |
| Находить ответы на вопросы, решать проблемы, возникающие в процессе учебного занятия | Самостоятельно находит ответы на поставленные педагогом вопросы, решает проблемы, возникающие в процессе учебного занятия | Затрудняется самостоятельно находить ответы на поставленные педагогом вопросы и решать проблемы, возникающие в процессе учебного занятия | Не находит ответов на поставленные педагогом вопросы, не может самостоятельно решить проблемы, возникающие в процессе учебного занятия |
| Передавать содержание полученной информации в сжатом или развернутом виде | Достоверно и в полном объеме передает содержание полученной информации в сжатом или развернутом виде | Передает не в полном объеме содержание полученной информации в сжатом или развернутом виде | Искажает содержание полученной информации, либо затрудняется ее передать |
| Планировать свою работу по овладению новыми двигательными навыками | Самостоятельно планирует свою работу по овладению новыми двигательными навыками | Планирует с помощью педагога свою работу по овладению новыми двигательными навыками | Не планирует свою работу по овладению новыми двигательными навыками |

**Сводная диагностическая карта промежуточной аттестации и итоговой диагностики
метапредметных результатов учащихся
объединения "плавание" в 20__-20__ учебном году
группа__ года обучения**

| № п/п | Ф.И. учащегося | Способности | | | Общее кол-во баллов | Результат |
|----------|----------------|--|-----------------|----------------|---------------------------|-----------|
| | | Мотивация, контроль и самооценка | Коммуникативные | Познавательные | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Критерии оценки метапредметных результатов:

5 баллов – умение проявляется во всех видах деятельности.

4 балла - умение проявляется частично.

3 балла – умение не проявляется.

Общее количество баллов:

55-60 – оптимальный уровень (О) учебно-организационных умений и навыков учащегося.

48-54 – допустимый уровень (Д) учебно-организационных умений и навыков учащегося.

36-47 – критический уровень (К) учебно-организационных умений и навыков учащегося.

Технологическая карта занятия

| |
|--|
| Педагог: Бочкарева Ольга Викторовна |
| Должность: педагог дополнительного образования |
| Программа: Адаптивное плавание |
| Группа занимающихся: НП – 4 г.о. |
| Раздел: Плавательная и физическая подготовка |
| Тема занятия: Совершенствование техники плавания кролем на спине |
| Продолжительность занятия: 2 ч |
| Цель: обобщение знаний о технике плавания кролем на груди. |
| Задачи: 1. Образовательные: совершенствовать рациональное сочетание движений при плавании кролем на груди. 2. Оздоровительные: повысить функциональные возможности дыхательной и сердечно-сосудистой систем. 3. Воспитательные: воспитать потребность в систематических занятиях плаванием. |
| Тип занятия: учебно-тренировочное занятие |
| Методы и приемы: словесный, наглядный, практический, игровой прием. |
| Технология: личностно-ориентированная |
| Место проведения: зал сухого плавания, бассейн |
| Инвентарь: плавательная доска |
| Обогащения словарного запаса: кроль на груди, кроль на спине, выдох в воду, плавательная доска, скольжение. |

Разрядные требования по плаванию

Мужчины (бассейн, 25 м)

| Спортивная дисциплина | Спортивные разряды | | | Юношеские спортивные разряды | | |
|---------------------------------|--------------------|----------|----------|------------------------------|----------|----------|
| | 1 | 2 | 3 | 1 юн | 2 юн | 3 юн |
| Плавание - вольный стиль 50 м | 24,65 | 27,05 | 29,25 | 35,25 | 45,25 | 55,25 |
| Плавание - вольный стиль 100 м | 57,10 | 1:03,50 | 1:11,00 | 1:23,50 | 1:43,50 | 2:03,50 |
| Плавание - вольный стиль 200 м | 2:06,50 | 2:20,00 | 2:39,50 | 3:05,00 | 3:15,00 | 4:25,00 |
| Плавание - вольный стиль 400 м | 4:28,00 | 5:03,00 | 5:44,00 | 6:40,00 | 7:36,00 | 8:32,00 |
| Плавание - вольный стиль 800 м | 9:28,00 | 11:06,00 | 12:28,00 | 14:30,00 | 16:30,00 | 18:30,00 |
| Плавание - вольный стиль 1500 м | 18:15,00 | 20:37,50 | 23:37,50 | 27:40,00 | 31:40,00 | 35:40,00 |
| Плавание - брасс 50 м | 29,35 | 32,25 | 35,75 | 41,75 | 51,75 | 1:01,75 |
| Плавание - брасс 100 м | 1:04,80 | 1:13,00 | 1:20,50 | 1:34,00 | 1:56,50 | 2:16,50 |
| Плавание - брасс 200 м | 2:20,00 | 2:37,00 | 2:57,00 | 3:25,00 | 4:11,00 | 4:51,00 |
| Плавание - баттерфляй 50 м | 31,85 | 35,25 | 38,75 | 45,25 | 55,25 | 1:05,25 |
| Плавание - баттерфляй 100 м | 1:11,80 | 1:20,50 | 1:28,50 | 1:44,50 | 2:03,50 | 2:23,50 |
| Плавание - баттерфляй 200 м | 2:37,25 | 2:56,50 | 3:19,50 | 3:52,00 | 4:25,00 | 5:05,00 |
| Плавание - на спине 50 м | 27,15 | 30,25 | 33,25 | 38,25 | 48,25 | 58,25 |
| Плавание - на спине 100 м | 1:01,90 | 1:10,50 | 1:20,50 | 1:30,50 | 1:49,50 | 2:09,50 |
| Плавание - на спине 200 м | 2:18,75 | 2:37,50 | 2:58,00 | 3:22,00 | 3:57,00 | 4:37,00 |
| Плавание - комплексное 100 м | 1:05,90 | 1:14,00 | 1:24,00 | 1:35,00 | 1:54,00 | 2:14,00 |
| Плавание - комплексное 200 м | 2:22,75 | 2:41,00 | 3:05,00 | 3:30,00 | 4:05,00 | 4:45,00 |
| Плавание - комплексное 400 м | 5:05,00 | 5:46,00 | 6:34,00 | 7:29,00 | 8:25,00 | 9:20,00 |

Женщины (бассейн, 25 м)

| Спортивная дисциплина | Спортивные разряды | | | Юношеские спортивные разряды | | |
|---------------------------------|--------------------|----------|----------|------------------------------|----------|----------|
| | 1 | 2 | 3 | 1 юн | 2 юн | 3 юн |
| Плавание - вольный стиль 50 м | 28,05 | 30,75 | 32,75 | 39,75 | 49,75 | 59,25 |
| Плавание - вольный стиль 100 м | 1:04,24 | 1:11,80 | 1:19,50 | 1:33,50 | 1:53,50 | 2:12,50 |
| Плавание - вольный стиль 200 м | 2:20,25 | 2:37,00 | 2:55,00 | 3:26,00 | 4:06,00 | 4:44,00 |
| Плавание - вольный стиль 400 м | 4:56,00 | 5:37,00 | 6:20,00 | 7:32,00 | 8:43,00 | 9:54,00 |
| Плавание - вольный стиль 800 м | 10:15,00 | 11:46,00 | 13:19,00 | 16:04,00 | 18:34,00 | 20:04,00 |
| Плавание - вольный стиль 1500 м | 20:14,50 | 22:44,50 | 26:07,50 | 30:15,00 | 34:20,00 | 38:30,00 |
| Плавание - брасс 50 м | 31,75 | 36,75 | 40,75 | 47,25 | 57,25 | 1:07,25 |
| Плавание - брасс 100 м | 1:13,40 | 1:20,50 | 1:31,50 | 1:45,50 | 2:08,50 | 2:28,50 |
| Плавание - брасс 200 м | 2:35,75 | 2:55,00 | 3:17,00 | 3:51,00 | 4:36,00 | 5:16,00 |
| Плавание - баттерфляй 50 м | 36,15 | 40,25 | 44,25 | 51,75 | 1:01,75 | 1:11,75 |
| Плавание - баттерфляй 100 м | 1:20,40 | 1:30,00 | 1:42,00 | 2:06,50 | 2:16,50 | 2:37,50 |
| Плавание - баттерфляй 200 м | 2:54,75 | 3:15,00 | 3:40,00 | 4:17,00 | 4:52,00 | 5:34,00 |
| Плавание - на спине 50 м | 31,15 | 33,75 | 36,75 | 43,75 | 53,75 | 1:03,75 |
| Плавание - на спине 100 м | 1:09,90 | 1:19,50 | 1:30,50 | 1:42,50 | 2:01,50 | 2:20,50 |
| Плавание - на спине 200 м | 2:35,25 | 2:56,00 | 3:19,00 | 3:46,00 | 4:22,00 | 5:02,00 |
| Плавание - комплексное 100 м | 1:14,90 | 1:24,00 | 1:35,00 | 1:47,00 | 2:06,00 | 2:46,00 |
| Плавание - комплексное 200 м | 2:39,75 | 3:00,00 | 3:26,00 | 3:55,00 | 4:31,00 | 5:11,00 |
| Плавание - комплексное 400 м | 5:40,00 | 6:24,00 | 7:17,00 | 8:18,00 | 9:29,00 | 10:40,00 |

**Разрядные требования по плаванию для лиц с поражением
опорно-двигательного аппарата (2022-2025 гг.)**

Мужчины (бассейн, 25 м)

| Спортивная дисциплина | Функциональный класс | Спортивные разряды | | | Юношеские спортивные разряды | | |
|------------------------|----------------------|--------------------|--------|--------|------------------------------|---------|---------|
| | | I | II | III | I | II | III |
| Вольный стиль 50 м | S-1 | 2:34,0 | 2:52,0 | 3:19,0 | 3:45,0 | 4:24,0 | 5:04,0 |
| | S-2 | 1:44,5 | 1:57,0 | 2:15,0 | 2:33,0 | 2:59,0 | 3:26,0 |
| | S-3 | 1:15,0 | 1:23,5 | 1:36,5 | 1:49,5 | 2:07,0 | 2:26,0 |
| | S-4 | 1:08,0 | 1:16,0 | 1:27,5 | 1:39,0 | 1:56,5 | 2:14,0 |
| | S-5 | 0:54,7 | 1:01,5 | 1:10,5 | 1:20,0 | 1:34,0 | 1:48,0 |
| | S-6 | 0:49,3 | 0:55,2 | 1:03,5 | 1:12,0 | 1:24,5 | 1:37,5 |
| | S-7 | 0:47,0 | 0:52,7 | 1:01,0 | 1:09,0 | 1:21,0 | 1:33,0 |
| | S-8 | 0:42,8 | 0:48,0 | 0:55,3 | 1:02,5 | 1:14,0 | 1:25,0 |
| | S-9 | 0:39,2 | 0:43,9 | 0:50,7 | 0:57,6 | 1:07,5 | 1:18,0 |
| | S-10 | 0:38,0 | 0:42,6 | 0:49,2 | 0:55,9 | 1:05,5 | 1:15,5 |
| Вольный стиль 100 м | S-1 | 4:36,0 | 5:08,0 | 5:56,0 | 6:43,0 | 7:54,0 | 9:05,0 |
| | S-2 | 2:57,0 | 3:18,0 | 3:49,0 | 4:19,0 | 5:04,0 | 5:49,0 |
| | S-3 | 2:28,0 | 2:46,0 | 3:11,0 | 3:36,0 | 4:14,0 | 4:52,0 |
| | S-4 | 1:59,5 | 2:14,0 | 2:25,0 | 2:55,0 | 3:25,0 | 3:56,0 |
| | S-5 | 1:38,0 | 1:50,0 | 2:07,0 | 2:24,0 | 2:49,0 | 3:14,0 |
| | S-6 | 1:30,0 | 1:40,5 | 1:56,0 | 2:12,,0 | 2:35,0 | 2:58,0 |
| | S-7 | 1:24,0 | 1:34,0 | 1:48,5 | 2:03,0 | 2:25,0 | 2:47,0 |
| | S-8 | 1:18,0 | 1:27,5 | 1:41,0 | 1:54,5 | 2:15,0 | 2:36,0 |
| | S-9 | 1:15,0 | 1:24,0 | 1:37,0 | 1:50,0 | 2:10,0 | 2:29,0 |
| | S-10 | 1:10,0 | 1:18,5 | 1:30,5 | 1:43,0 | 2:02,0 | 2:20,0 |
| Вольный стиль 200 м | S-1 | 6:19,0 | 7:04,0 | 8:09,0 | 9:14,0 | 10:52,0 | 12:29,0 |
| | S-2 | 5:14,0 | 5:52,0 | 6:45,0 | 7:39,0 | 9:00,0 | 10:20,0 |
| | S-3 | 4:11,0 | 4:41,0 | 5:24,0 | 6:07,0 | 7:11,0 | 8:16,0 |
| | S-4 | 3:31,0 | 3:57,0 | 4:33,0 | 5:09,0 | 6:04,0 | 6:58,0 |
| | S-5 | 6:57,0 | 7:48,0 | 9:00,0 | 10:11,0 | 11:59,0 | 13:47,0 |
| Вольный стиль 400 м | S-6 | 6:41,0 | 7:30,0 | 8:39,0 | 9:49,0 | 11:33,0 | 13:17,0 |
| | S-7 | 6:08,0 | 6:53,0 | 7:56,0 | 9:00,0 | 10:35,0 | 12:11,0 |
| | S-8 | 5:56,0 | 6:39,0 | 7:40,0 | 8:42,0 | 10:14,0 | 11:47,0 |

| | | | | | | | |
|------------------------------|------|--------|--------|--------|--------|---------|---------|
| | S-9 | 5:37,0 | 6:18,0 | 7:16,0 | 8:15,0 | 9:42,0 | 11:10,0 |
| | S-10 | 2:08,0 | 2:24,0 | 2:46,0 | 3:07,0 | 3:40,0 | 4:13,0 |
| На спине 50 м | S-1 | 1:21,0 | 1:30,5 | 1:44,0 | 1:57,5 | 2:18,0 | 2:38,0 |
| | S-2 | 1:05,5 | 1:13,0 | 1:24,5 | 1:35,5 | 1:52,5 | 2:08,0 |
| | S-3 | 1:01,0 | 1:08,5 | 1:19,0 | 1:29,5 | 1:45,5 | 2:01,0 |
| | S-4 | 0:50,0 | 0:56,0 | 1:04,5 | 1:13,5 | 1:26,0 | 1:39,0 |
| | S-5 | 1:44,0 | 1:56,5 | 2:15,0 | 2:33,0 | 3:00,0 | 3:27,0 |
| На спине 100 м | S-1 | 1:37,5 | 1:49,5 | 2:07,0 | 2:24,0 | 2:49,0 | 3:14,0 |
| | S-2 | 1:31,5 | 1:42,5 | 1:58,5 | 2:14,0 | 2:38,0 | 3:02,0 |
| | S-6 | 1:25,5 | 1:36,0 | 1:51,0 | 2:06,0 | 2:28,0 | 2:51,0 |
| | S-7 | 1:21,5 | 1:31,5 | 1:46,0 | 2:00,0 | 2:22,0 | 2:43,0 |
| | S-8 | 2:29,0 | 2:46,0 | 3:12,0 | 3:37,0 | 4:15,0 | 4:53,0 |
| | S-9 | 1:18,5 | 1:28,0 | 1:41,5 | 1:54,5 | 2:15,0 | 2:35,0 |
| | S-10 | 1:10,0 | 1:18,0 | 1:30,0 | 1:41,5 | 1:59,5 | 2:18,0 |
| Брасс 50 м | SB-1 | 2:15,0 | 2:31,0 | 2:55,0 | 3:18,0 | 3:53,0 | 4:28,0 |
| | SB-2 | 2:07,0 | 2:22,0 | 2:44,0 | 3:06,0 | 3:39,0 | 4:12,0 |
| | SB-3 | 2:02,0 | 2:17,0 | 2:38,0 | 2:59,0 | 3:30,0 | 4:02,0 |
| Брасс 100 м | SB-4 | 1:49,5 | 2:03,0 | 2:22,0 | 2:41,0 | 3:10,0 | 3:38,0 |
| | SB-5 | 1:36,0 | 1:48,0 | 2:05,0 | 2:21,0 | 2:46,0 | 3:12,0 |
| | SB-6 | 1:29,5 | 1:40,5 | 1:58,0 | 2:11,0 | 2:35,0 | 2:58,0 |
| | SB-7 | 1:26,0 | 1:36,5 | 1:51,0 | 2:06,0 | 2:28,0 | 2:50,0 |
| | SB-8 | 1:01,0 | 1:08,0 | 1:18,5 | 1:29,0 | 1:44,5 | 2:00,0 |
| | SB-9 | 0:50,1 | 0:56,0 | 1:04,5 | 1:13,0 | 1:25,5 | 1:38,5 |
| Баттерфляй 50 м | S-3 | 0:44,3 | 0:49,6 | 0:57,2 | 1:05,0 | 1:16,0 | 1:27,5 |
| | S-4 | 0:42,9 | 0:48,0 | 0:55,4 | 1:03,0 | 1:14,0 | 1:25,0 |
| | S-5 | 1:25,5 | 1:36,0 | 1:51,0 | 2:06,0 | 2:29,0 | 2:51,0 |
| | S-6 | 1:23,0 | 1:33,0 | 1:47,5 | 2:02,0 | 2:24,0 | 2:45,0 |
| | S-7 | 1:18,0 | 1:27,5 | 1:40,5 | 1:54,5 | 2:15,0 | 2:35,0 |
| Баттерфляй 100 м | S-8 | 6:11,0 | 6:56,0 | 7:59,0 | 9:02,0 | 10:38,0 | 12:13,0 |
| | S-9 | 4:13,0 | 4:44,0 | 5:27,0 | 6:10,0 | 7:15,0 | 8:19,0 |
| | S-10 | 3:38,0 | 4:04,0 | 4:41,0 | 5:20,0 | 6:14,0 | 7:09,0 |
| Комплексное плавание - 150 м | SM-3 | 4:27,0 | 4:58,0 | 5:43,0 | 6:29,0 | 7:37,0 | 8:46,0 |
| | SM-4 | 3:58,0 | 4:27,0 | 5:07,0 | 5:48,0 | 6:49,0 | 7:50,0 |
| Комплексное плавание - 200 м | SM-5 | 3:41,0 | 4:07,0 | 4:48,0 | 5:24,0 | 6:21,0 | 7:18,0 |
| | SM-6 | 3:18,0 | 3:42,0 | 4:17,0 | 4:51,0 | 5:43,0 | 6:35,0 |
| | SM-7 | 3:07,0 | 3:29,0 | 4:02,0 | 4:35,0 | 5:23,0 | 6:12,0 |
| | SM-8 | 2:56,0 | 3:18,0 | 3:48,0 | 4:19,0 | 5:05,0 | 5:51,0 |

| | | | | | | | |
|--|-------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| | SM-9 | 4:36,0 | 5:08,0 | 5:56,0 | 6:43,0 | 7:54,0 | 9:05,0 |
| | SM-10 | 2:57,0 | 3:18,0 | 3:49,0 | 4:19,0 | 5:04,0 | 5:49,0 |

Женщины (бассейн, 25 м)

| Спортивная дисциплина | Функциональный класс | Спортивные разряды | | | Юношеские спортивные разряды | | |
|------------------------|----------------------|--------------------|---------|---------|------------------------------|---------|---------|
| | | I | II | III | I | II | III |
| Вольный стиль 50 м | S-1 | 2:33,0 | 2:52,0 | 3:18,0 | 3:44,0 | 4:24,0 | 5:04,0 |
| | S-2 | 1:44,5 | 1:57,0 | 2:15,0 | 2:33,0 | 3:00,0 | 3:27,0 |
| | S-3 | 1:17,0 | 1:26,0 | 1:39,5 | 1:52,5 | 2:13,0 | 2:33,0 |
| | S-4 | 1:08,0 | 1:16,5 | 1:28,0 | 1:40,0 | 1:57,5 | 2:15,0 |
| | S-5 | 0:57,0 | 1:04,0 | 1:13,5 | 1:23,5 | 1:38,0 | 1:53,0 |
| | S-6 | 0:52,9 | 0:59,3 | 1:08,5 | 1:17,5 | 1:31,0 | 1:45,0 |
| | S-7 | 0:47,7 | 0:53,4 | 1:01,5 | 1:10,0 | 1:22,0 | 1:36,5 |
| | S-8 | 0:43,5 | 0:48,7 | 0:56,2 | 1:03,5 | 1:15,0 | 1:26,0 |
| | S-9 | 0:40,2 | 0:45,1 | 0:52,0 | 0:58,9 | 1:09,4 | 1:20,0 |
| | S-10 | 0:39,1 | 0:43,8 | 0:50,5 | 0:57,2 | 1:04,5 | 1:17,5 |
| Вольный стиль 100 м | S-1 | 5:42,0 | 6:24,0 | 7:23,0 | 8:22,0 | 9:50,0 | 11:19,0 |
| | S-2 | 3:42,0 | 4:08,0 | 4:47,0 | 5:25,0 | 6:22,0 | 6:59,0 |
| | S-3 | 2:42,0 | 3:02,0 | 3:29,0 | 3:57,0 | 4:39,0 | 5:22,0 |
| | S-4 | 2:30,0 | 2:48,0 | 3:03,0 | 3:39,0 | 4:18,0 | 5:00,0 |
| | S-5 | 2:06,0 | 2:20,0 | 2:42,0 | 3:04,0 | 3:36,0 | 4:08,0 |
| | S-6 | 1:51,5 | 2:05,0 | 2:24,0 | 2:43,0 | 3:02,0 | 3:41,0 |
| | S-7 | 1:43,5 | 1:56,0 | 2:14,0 | 2:32,0 | 2:59,0 | 3:26,0 |
| | S-8 | 1:36,0 | 1:47,0 | 2:04,0 | 2:20,0 | 2:45,0 | 3:10,0 |
| | S-9 | 1:28,5 | 1:39,0 | 1:54,5 | 2:10,0 | 2:33,0 | 2:56,0 |
| | S-10 | 1:26,0 | 1:36,0 | 1:51,0 | 2:06,0 | 2:28,0 | 2:50,0 |
| Вольный стиль 200 м | S-1 | 12:08,0 | 13:36,0 | 15:42,0 | 17:48,0 | 20:56,0 | 24:04,0 |
| | S-2 | 8:16,0 | 9:16,0 | 10:42,0 | 12:08,0 | 14:16,0 | 16:24,0 |
| | S-3 | 6:10,0 | 6:55,0 | 7:58,0 | 9:02,0 | 10:38,0 | 12:04,0 |
| | S-4 | 5:09,0 | 5:46,0 | 6:40,0 | 7:33,0 | 8:52,0 | 10:12,0 |
| | S-5 | 4:30,0 | 5:02,0 | 5:49,0 | 6:35,0 | 7:44,0 | 8:54,0 |
| Вольный стиль 400 м | S-6 | 8:18,0 | 9:18,0 | 10:43,0 | 12:09,0 | 14:18,0 | 16:27,0 |
| | S-7 | 7:24,0 | 8:41,0 | 10:01,0 | 11:20,0 | 13:20,0 | 15:20,0 |
| | S-8 | 7:03,0 | 8:16,0 | 9:32,0 | 10:49,0 | 12:42,0 | 14:36,0 |

| | | | | | | | |
|------------------------------|------|--------|--------|--------|---------|---------|---------|
| | S-9 | 6:51,0 | 7:20,0 | 8:52,0 | 10:03,0 | 11:50,0 | 13:37,0 |
| | S-10 | 6:31,0 | 7:18,0 | 8:26,0 | 9:33,0 | 11:14,0 | 12:55,0 |
| На спине 50 м | S-1 | 2:37,0 | 2:56,0 | 3:23,0 | 3:50,0 | 4:30,0 | 5:11,0 |
| | S-2 | 1:50,0 | 2:04,0 | 2:23,0 | 2:42,0 | 3:10,0 | 3:39,0 |
| | S-3 | 1:30,0 | 1:41,0 | 1:56,0 | 2:12,0 | 2:35,0 | 3:20,0 |
| | S-4 | 1:20,5 | 1:31,0 | 1:45,0 | 1:59,0 | 2:20,0 | 2:41,0 |
| | S-5 | 1:04,5 | 1:12,0 | 1:23,5 | 1:34,5 | 1:51,0 | 2:08,0 |
| На спине 100 м | S-1 | 5:54,0 | 6:37,0 | 7:38,0 | 8:39,0 | 10:10,0 | 11:42,0 |
| | S-2 | 3:59,0 | 4:28,0 | 5:09,0 | 5:50,0 | 6:52,0 | 7:54,0 |
| | S-6 | 2:08,0 | 2:23,0 | 2:45,0 | 3:07,0 | 3:40,0 | 4:13,0 |
| | S-7 | 2:04,0 | 2:19,0 | 2:41,0 | 3:02,0 | 3:34,0 | 4:06,0 |
| | S-8 | 1:51,0 | 2:04,0 | 2:23,0 | 2:42,0 | 3:11,0 | 3:40,0 |
| | S-9 | 1:40,5 | 1:53,0 | 2:10,0 | 2:28,0 | 2:54,0 | 3:20,0 |
| | S-10 | 1:33,0 | 1:44,0 | 2:00,0 | 2:16,0 | 2:40,0 | 3:04,0 |
| Брасс 50 м | SB-1 | 4:02,0 | 4:31,0 | 5:13,0 | 5:55,0 | 6:58,0 | 8:01,0 |
| | SB-2 | 2:06,0 | 2:20,0 | 2:42,0 | 3:04,0 | 3:37,0 | 4:08,0 |
| | SB-3 | 1:32,5 | 1:43,5 | 1:59,5 | 2:15,0 | 2:39,0 | 3:03,0 |
| Брасс 100 м | SB-4 | 2:52,0 | 3:12,0 | 3:42,0 | 4:11,0 | 4:56,0 | 5:40,0 |
| | SB-5 | 2:40,0 | 2:59,0 | 3:27,0 | 3:54,0 | 4:35,0 | 5:17,0 |
| | SB-6 | 2:24,0 | 2:42,0 | 3:06,0 | 3:31,0 | 4:09,0 | 4:45,0 |
| | SB-7 | 2:18,0 | 2:34,0 | 2:58,0 | 3:22,0 | 3:57,0 | 4:33,0 |
| | SB-8 | 1:55,0 | 2:09,0 | 2:29,0 | 2:48,0 | 3:18,0 | 3:48,0 |
| | SB-9 | 1:48,0 | 2:01,0 | 2:18,0 | 2:38,0 | 3:06,0 | 3:24,0 |
| Баттерфляй 50 м | S-3 | 1:51,5 | 2:05,0 | 2:24,0 | 2:43,0 | 3:12,0 | 3:41,0 |
| | S-4 | 1:49,0 | 2:02,0 | 2:20,0 | 2:40,0 | 3:08,0 | 3:36,0 |
| | S-5 | 1:07,0 | 1:15,0 | 1:27,0 | 1:38,5 | 1:55,5 | 2:12,0 |
| | S-6 | 0:57,9 | 1:05,0 | 1:15,0 | 1:25,0 | 1:40,0 | 1:55,0 |
| | S-7 | 0:53,4 | 0:59,8 | 1:09,0 | 1:18,0 | 1:32,0 | 1:46,0 |
| Баттерфляй 100 м | S-8 | 1:43,5 | 1:56,0 | 2:14,0 | 2:32,0 | 2:58,0 | 3:25,0 |
| | S-9 | 1:38,0 | 1:50,0 | 2:07,0 | 2:23,0 | 2:49,0 | 3:14,0 |
| | S-10 | 1:32,0 | 1:43,5 | 1:59,5 | 2:15,0 | 2:39,0 | 3:03,0 |
| Комплексное плавание - 150 м | SM-3 | 5:27,0 | 6:06,0 | 7:03,0 | 7:59,0 | 9:24,0 | 10:49,0 |
| | SM-4 | 4:26,0 | 4:58,0 | 5:44,0 | 6:19,0 | 7:38,0 | 8:47,0 |
| Комплексное плавание - 200 м | SM-5 | 5:12,0 | 5:50,0 | 6:44,0 | 7:37,0 | 8:58,0 | 10:19,0 |
| | SM-6 | 4:44,0 | 5:18,0 | 6:07,0 | 6:57,0 | 8:10,0 | 9:14,0 |

| | | | | | | | |
|--|-------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| | SM-7 | 4:26,0 | 4:58,0 | 5:44,0 | 6:29,0 | 7:38,0 | 8:47,0 |
| | SM-8 | 3:54,0 | 4:22,0 | 5:02,0 | 5:43,0 | 6:44,0 | 7:45,0 |
| | SM-9 | 3:41,0 | 4:07,0 | 4:45,0 | 5:23,0 | 6:20,0 | 7:17,0 |
| | SM-10 | 3:32,0 | 3:57,0 | 4:34,0 | 5:09,0 | 6:04,0 | 6:59,0 |

**Разрядные требования по плаванию для лиц с нарушением слуха
(2022-2025 гг.)**

Мужчины (бассейн, 25 м)

| Спортивная дисциплина | Спортивные разряды | | | Юношеские спортивные разряды | | |
|---------------------------------|--------------------|----------|----------|------------------------------|----------|----------|
| | 1 | 2 | 3 | 1 юн | 2 юн | 3 юн |
| Плавание - вольный стиль 50 м | 27,90 | 30,10 | 35,00 | 39,50 | 45,25 | 55,25 |
| Плавание - вольный стиль 100 м | 1:01,50 | 1:12,50 | 1:21,00 | 1:30,50 | 1:43,50 | 2:03,50 |
| Плавание - вольный стиль 200 м | 2:25,00 | 2:44,00 | 3:07,00 | 3:21,00 | 3:39,00 | 4:25,00 |
| Плавание - вольный стиль 400 м | 5:09,00 | 5:50,00 | 6:39,00 | 7:07,00 | 7:59,00 | 8:44,00 |
| Плавание - вольный стиль 800 м | 10:30,40 | 11:50,20 | 13:30,00 | 14:25,00 | 16:00,00 | 17:38,00 |
| Плавание - вольный стиль 1500 м | 21:14,00 | 24:15,00 | 27:56,00 | 28:36,50 | 31:40,50 | 35:40,00 |
| Плавание - брасс 50 м | 37,00 | 41,10 | 46,10 | 48,20 | 55,25 | 1:06,25 |
| Плавание - брасс 100 м | 1:23,00 | 1:34,00 | 1:46,00 | 1:49,00 | 2:03,50 | 2:23,50 |
| Плавание - брасс 200 м | 3:01,00 | 3:25,00 | 3:54,00 | 3:59,00 | 4:25,00 | 5:05,00 |
| Плавание - баттерфляй 50 м | 31,40 | 34,90 | 39,10 | 43,50 | 48,50 | 58,25 |
| Плавание - баттерфляй 100 м | 1:12,00 | 1:21,50 | 1:32,00 | 1:39,00 | 1:50,00 | 2:09,50 |
| Плавание - баттерфляй 200 м | 2:38,00 | 2:59,00 | 3:24,00 | 3:41,00 | 4:03,00 | 4:37,00 |
| Плавание - на спине 50 м | 33,90 | 37,70 | 42,30 | 45,00 | 51,75 | 1:01,75 |
| Плавание - на спине 100 м | 1:14,50 | 1:24,30 | 1:35,40 | 1:42,00 | 1:56,50 | 2:16,50 |
| Плавание - на спине 200 м | 2:40,00 | 3:01,00 | 3:27,00 | 3:43,50 | 4:11,00 | 4:51,00 |
| Плавание - комплексное 100 м | 1:13,00 | 1:17,00 | 1:28,00 | 1:35,00 | 1:54,00 | 2:14,00 |

| | | | | | | |
|------------------------------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
| Плавание - комплексное 200 м | 2:44,00 | 3:06,00 | 3:32,00 | 3:43,50 | 4:08,00 | 4:45,00 |
| Плавание - комплексное 400 м | 27,90 | 30,10 | 35,00 | 39,50 | 45,25 | 55,25 |

Женщины (бассейн, 25 м)

| Спортивная дисциплина | Спортивные разряды | | | Юношеские спортивные разряды | | |
|---------------------------------|--------------------|----------|----------|------------------------------|----------|----------|
| | 1 | 2 | 3 | 1 юн | 2 юн | 3 юн |
| Плавание - вольный стиль 50 м | 31,70 | 34,30 | 39,70 | 45,70 | 50,70 | 59,25 |
| Плавание - вольный стиль 100 м | 1:14,00 | 1:24,00 | 1:35,00 | 1:45,00 | 1:55,00 | 2:12,50 |
| Плавание - вольный стиль 200 м | 2:41,00 | 3:02,00 | 3:26,00 | 3:48,00 | 4:08,00 | 4:44,00 |
| Плавание - вольный стиль 400 м | 5:38,00 | 6:23,00 | 7:17,00 | 8:04,00 | 8:49,00 | 9:54,00 |
| Плавание - вольный стиль 800 м | 11:56,00 | 13:38,00 | 15:42,00 | 17:43,00 | 19:23,00 | 21:04,00 |
| Плавание - вольный стиль 1500 м | 22:30,40 | 25:30,70 | 29:00,00 | 29:40,50 | 32:40,60 | 36:40,00 |
| Плавание - брасс 50 м | 42,10 | 46,80 | 52,40 | 55,90 | 1:01,75 | 1:11,75 |
| Плавание - брасс 100 м | 1:34,00 | 1:46,00 | 1:56,00 | 2:07,00 | 2:18,50 | 2:37,50 |
| Плавание - брасс 200 м | 3:21,00 | 3:47,00 | 4:19,00 | 4:34,00 | 4:54,00 | 5:34,00 |
| Плавание - баттерфляй 50 м | 35,50 | 39,50 | 44,30 | 49,10 | 53,75 | 1:05,75 |
| Плавание - баттерфляй 100 м | 1:21,00 | 1:32,00 | 1:44,00 | 1:50,00 | 2:01,50 | 2:21,50 |
| Плавание - баттерфляй 200 м | 2:57,00 | 3:20,00 | 3:48,00 | 4:13,50 | 4:37,00 | 5:02,00 |
| Плавание - на спине 50 м | 38,70 | 43,00 | 48,20 | 50,70 | 57,25 | 1:07,25 |
| Плавание - на спине 100 м | 1:24,00 | 1:35,00 | 1:42,50 | 1:55,00 | 2:08,50 | 2:28,50 |
| Плавание - на спине 200 м | 3:00,00 | 3:24,00 | 3:53,00 | 4:12,00 | 4:36,00 | 5:16,00 |

| | | | | | | |
|------------------------------------|---------|---------|---------|---------|---------|----------|
| Плавание - комплексное 100 м | 1:21,00 | 1:26,00 | 1:38,00 | 1:47,00 | 2:06,00 | 2:46,00 |
| Плавание - комплексное 200 м | 3:03,00 | 3:27,00 | 3:47,00 | 3:58,00 | 4:31,00 | 5:11,00 |
| Плавание - комплексное 400 м | 6:27,00 | 7:18,00 | 7:34,00 | 8:18,00 | 9:29,00 | 10:40,00 |

**Разрядные требования по плаванию для лиц с нарушением зрения
(2022-2025 гг.)**

Мужчины (бассейн, 25 м)

Функциональный класс В1

| Стиль | Дистанция | Спортивные разряды | | | Юношеские спортивные разряды | | |
|--------------------------|-----------|--------------------|---------|---------|------------------------------|---------|---------|
| | | I | II | III | I | II | III |
| Плавание - вольный стиль | 50 м | 0:32,3 | 0:35,5 | 0:40,5 | 0:45,0 | 0:51,5 | 1:05,0 |
| | 100 м | 1:10,4 | 1:17,5 | 1:29,0 | 1:38,0 | 1:52,5 | 2:22,0 |
| | 200 м | 2:35,0 | 2:51,0 | 3:16,0 | 3:35,5 | 4:07,0 | 5:12,0 |
| | 400 м | 5:24,6 | 5:57,5 | 6:50,0 | 7:31,5 | 8:37,5 | 10:53,5 |
| | 800 м | 12:52,0 | 14:10,5 | 16:14,5 | 17:53,5 | 20:30,0 | 25:52,0 |
| | 1500 м | 24:45,8 | 27:17,0 | 31:16,0 | 34:26,0 | 39:27,0 | 49:46,5 |
| Плавание - на спине | 50 м | 0:40,3 | 0:44,5 | 0:51,0 | 0:56,0 | 1:04,0 | 1:20,0 |
| | 100 м | 1:26,2 | 1:35,0 | 1:49,0 | 2:00,0 | 2:17,5 | 2:53,5 |
| | 200 м | 3:11,2 | 3:31,0 | 4:01,5 | 4:26,0 | 5:05,0 | 6:24,5 |
| Плавание - брасс | 50 м | 0:43,3 | 0:47,5 | 0:54,5 | 1:00,0 | 1:09,0 | 1:27,0 |
| | 100 м | 1:27,8 | 1:37,0 | 1:51,0 | 2:02,0 | 2:20,0 | 2:56,5 |
| | 200 м | 3:25,8 | 3:46,5 | 4:20,0 | 4:46,0 | 5:28,0 | 6:53,5 |
| Плавание - баттерфляй | 50 м | 0:38,7 | 0:42,5 | 0:49,0 | 0:54,0 | 1:02,0 | 1:18,0 |
| | 100 м | 1:19,0 | 1:27,0 | 1:40,0 | 1:50,0 | 2:06,0 | 2:39,0 |
| Плавание - комплексное | 200 м | 3:00,6 | 3:19,0 | 3:48,0 | 4:11,0 | 4:48,0 | 6:03,0 |
| | 200 м | 2:58,2 | 3:16,5 | 3:45,0 | 4:08,0 | 4:44,0 | 5:58,5 |
| | 400 м | 6:19,4 | 6:58,0 | 7:59,0 | 8:47,5 | 10:04,5 | 12:43,0 |

Женщины (бассейн, 25 м)

Функциональный класс В1

| Стиль | Дистанция | Спортивные разряды | | | Юношеские спортивные разряды | | |
|--------------------------|-----------|--------------------|---------|---------|------------------------------|---------|---------|
| | | I | II | III | I | II | III |
| Плавание - вольный стиль | 50 м | 0:40,3 | 0:44,5 | 0:51,0 | 0:56,0 | 1:04,0 | 1:21,0 |
| | 100 м | 1:29,2 | 1:38,0 | 1:52,5 | 2:04,0 | 2:22,0 | 2:59,0 |
| | 200 м | 3:19,0 | 3:39,5 | 4:11,5 | 4:37,0 | 5:17,0 | 6:40,0 |
| | 400 м | 6:44,2 | 7:25,5 | 8:30,5 | 9:22,0 | 10:44,0 | 13:32,5 |
| | 800 м | 14:57,8 | 16:29,0 | 18:53,0 | 20:48,0 | 23:49,5 | 30:03,5 |
| | 1500 м | 34:36,8 | 38:07,5 | 43:40,5 | 48:05,5 | 55:05,5 | 9:28,5 |
| Плавание - на спине | 50 м | 0:47,9 | 0:53,0 | 1:00,5 | 1:06,5 | 1:16,5 | 1:36,5 |
| | 100 м | 1:42,8 | 1:53,0 | 2:09,5 | 2:23,0 | 2:43,5 | 3:26,5 |

| | | | | | | | |
|---------------------------|-------|--------|--------|---------|---------|---------|---------|
| | 200 м | 3:44,4 | 4:07,0 | 4:43,5 | 5:12,0 | 5:57,5 | 7:31,0 |
| Плавание - брасс | 50 м | 0:51,9 | 0:57,0 | 1:05,5 | 1:12,0 | 1:22,5 | 1:44,5 |
| | 100 м | 1:51,8 | 2:03,0 | 2:20,0 | 2:35,5 | 2:58,0 | 3:44,5 |
| | 200 м | 3:58,8 | 4:23,0 | 5:01,5 | 5:32,0 | 6:20,5 | 7:59,5 |
| Плавание - баттерфляй | 50 м | 0:45,3 | 0:50,0 | 0:57,0 | 1:03,0 | 1:12,0 | 1:31,0 |
| | 100 м | 1:39,8 | 1:50,0 | 2:06,0 | 2:18,5 | 2:39,0 | 3:20,5 |
| Плавание - комплексное | 200 м | 3:46,2 | 4:09,0 | 4:45,5 | 5:14,5 | 6:00,0 | 7:34,5 |
| | 200 м | 3:42,2 | 4:04,5 | 4:40,5 | 5:09,0 | 5:54,0 | 7:26,5 |
| | 400 м | 7:55,6 | 8:44,0 | 10:00,5 | 11:01,0 | 12:37,5 | 15:55,5 |

Функциональный класс В2

Мужчины (бассейн, 25 м)

| Стиль | Дистанция | Спортивные разряды | | | Юношеские спортивные разряды | | |
|-----------------------------|-----------|--------------------|---------|---------|------------------------------|---------|---------|
| | | I | II | III | I | II | III |
| Плавание - вольный стиль | 50 м | 0:30,7 | 0:34,0 | 0:39,0 | 0:43,0 | 0:49,0 | 1:02,0 |
| | 100 м | 1:07,6 | 1:14,5 | 1:25,5 | 1:34,0 | 1:48,0 | 2:16,5 |
| | 200 м | 2:28,4 | 2:43,5 | 3:07,5 | 3:26,5 | 3:57,0 | 4:59,0 |
| | 400 м | 5:13,0 | 5:45,0 | 6:35,5 | 7:15,5 | 8:19,0 | 10:30,0 |
| | 800 м | 11:10,4 | 12:18,5 | 14:06,5 | 15:33,0 | 17:49,0 | 22:29,0 |
| | 1500 м | 23:37,6 | 26:02,0 | 29:50,0 | 32:51,5 | 37:39,0 | 47:30,5 |
| Плавание - на спине | 50 м | 0:37,7 | 0:41,5 | 0:47,5 | 0:52,5 | 1:00,0 | 1:15,5 |
| | 100 м | 1:17,6 | 1:25,5 | 1:38,0 | 1:48,0 | 2:04,0 | 2:36,0 |
| | 200 м | 2:52,0 | 3:09,5 | 3:37,0 | 3:59,5 | 4:34,0 | 5:46,0 |
| Плавание - брасс | 50 м | 0:41,1 | 0:45,0 | 0:52,0 | 0:57,0 | 1:05,5 | 1:22,5 |
| | 100 м | 1:27,2 | 1:36,0 | 1:50,0 | 2:01,5 | 2:19,0 | 2:55,5 |
| | 200 м | 3:12,2 | 3:31,5 | 4:02,5 | 4:27,0 | 5:06,0 | 6:26,5 |
| Плавание - баттерфляй | 50 м | 0:34,5 | 0:38,0 | 0:43,5 | 0:48,0 | 0:55,0 | 1:09,5 |
| | 100 м | 1:12,8 | 1:20,5 | 1:32,0 | 1:41,5 | 1:56,5 | 2:26,5 |
| Плавание - комплексное | 200 м | 2:57,6 | 3:15,5 | 3:44,5 | 4:07,0 | 4:43,0 | 5:57,0 |
| | 200 м | 2:47,4 | 3:04,5 | 3:31,5 | 3:53,0 | 4:27,0 | 5:36,5 |
| | 400 м | 6:11,6 | 6:49,5 | 7:49,0 | 8:37,0 | 9:52,0 | 12:27,0 |

Женщины (бассейн, 25м)

| Стиль | Дистанция | Спортивные разряды | | | Юношеские спортивные разряды | | |
|--------------------------|-----------|--------------------|---------|---------|------------------------------|---------|---------|
| | | I | II | III | I | II | III |
| Плавание - вольный стиль | 50 м | 0:34,9 | 0:38,5 | 0:44,0 | 0:48,5 | 0:55,5 | 1:10,0 |
| | 100 м | 1:14,6 | 1:22,0 | 1:34,5 | 1:44,0 | 1:59,0 | 2:30,0 |
| | 200 м | 2:53,4 | 3:11,0 | 3:39,0 | 4:01,5 | 4:36,5 | 5:49,0 |
| | 400 м | 6:02,8 | 6:40,0 | 7:38,5 | 8:25,0 | 9:38,5 | 12:10,0 |
| | 800 м | 12:43,0 | 14:00,5 | 16:03,5 | 17:41,0 | 20:16,0 | 25:34,0 |
| | 1500 м | 24:43,0 | 27:13,5 | 31:12,5 | 34:22,5 | 39:23,0 | 49:41,0 |
| Плавание - на спине | 50 м | 0:41,9 | 0:46,0 | 0:53,0 | 0:58,0 | 1:06,5 | 1:24,0 |
| | 100 м | 1:25,8 | 1:34,5 | 1:48,5 | 1:59,5 | 2:17,0 | 2:52,5 |
| | 200 м | 3:08,4 | 3:27,5 | 3:58,0 | 4:22,0 | 5:00,5 | 6:19,0 |
| Плавание - брасс | 50 м | 0:49,1 | 0:54,0 | 1:02,0 | 1:08,0 | 1:18,0 | 1:38,5 |
| | 100 м | 1:41,6 | 1:52,0 | 2:08,0 | 2:20,0 | 2:42,0 | 3:24,0 |
| | 200 м | 3:41,0 | 4:03,5 | 4:39,0 | 5:07,0 | 5:52,0 | 7:24,0 |
| Плавание - баттерфляй | 50 м | 0:37,3 | 0:41,0 | 0:47,0 | 0:52,0 | 0:59,5 | 1:15,5 |
| | 100 м | 1:20,2 | 1:28,5 | 1:41,5 | 1:51,5 | 2:08,0 | 2:41,5 |
| Плавание - комплексное | 200 м | 3:17,8 | 3:38,0 | 4:09,5 | 4:35,0 | 5:15,0 | 6:37,5 |
| | 200 м | 3:07,2 | 3:26,0 | 3:56,5 | 4:20,0 | 4:58,0 | 6:16,0 |
| | 400 м | 6:51,2 | 7:33,0 | 8:39,0 | 9:32,0 | 10:55,0 | 13:46,5 |

Функциональный класс В3

Мужчины (бассейн, 25 м)

| Стиль | Дистанция | Спортивные разряды | | | Юношеские спортивные разряды | | |
|--------------------------|-----------|--------------------|---------|---------|------------------------------|---------|---------|
| | | I | II | III | I | II | III |
| Плавание - вольный стиль | 50 м | 0:30,5 | 0:33,5 | 0:38,5 | 0:42,5 | 0:49,0 | 1:01,5 |
| | 100 м | 1:07,6 | 1:14,5 | 1:25,5 | 1:34,0 | 1:48,0 | 2:16,5 |
| | 200 м | 2:32,0 | 2:47,5 | 3:12,0 | 3:31,5 | 4:02,5 | 5:06,0 |
| | 400 м | 5:18,8 | 5:51,5 | 6:42,5 | 7:23,5 | 8:28,5 | 10:41,5 |
| | 800 м | 12:15,4 | 13:30,0 | 15:28,5 | 17:03,0 | 19:32,0 | 24:38,5 |
| | 1500 м | 23:27,0 | 25:50,0 | 29:36,5 | 32:37,0 | 37:22,0 | 47:09,0 |
| | 50 м | 0:36,3 | 0:40,0 | 0:46,0 | 0:50,5 | 0:58,0 | 1:13,0 |

| | | | | | | | |
|------------------------|-------|--------|--------|--------|--------|---------|---------|
| Плавание - на спине | 100 м | 1:16,8 | 1:24,5 | 1:37,0 | 1:47,0 | 2:02,5 | 2:35,0 |
| | 200 м | 2:56,2 | 3:14,0 | 3:42,5 | 4:05,0 | 4:41,0 | 5:54,5 |
| Плавание - брасс | 50 м | 0:39,5 | 0:43,5 | 0:50,0 | 0:55,0 | 1:03,0 | 1:19,5 |
| | 100 м | 1:24,8 | 1:33,5 | 1:47,0 | 1:58,0 | 2:15,0 | 2:50,5 |
| | 200 м | 3:11,8 | 3:31,5 | 4:02,0 | 4:26,5 | 5:05,5 | 6:25,5 |
| Плавание - баттерфляй | 50 м | 0:33,9 | 0:37,5 | 0:43,0 | 0:47,5 | 0:54,0 | 1:08,5 |
| | 100 м | 1:15,2 | 1:23,0 | 1:35,0 | 1:44,5 | 2:00,0 | 2:31,5 |
| Плавание - комплексное | 200 м | 2:52,6 | 3:10,0 | 3:38,0 | 4:00,0 | 4:35,0 | 5:47,0 |
| | 200 м | 2:54,0 | 3:11,5 | 3:39,5 | 4:02,0 | 4:37,5 | 5:50,0 |
| | 400 м | 6:20,4 | 6:59,0 | 8:00,5 | 8:49,0 | 10:06,5 | 12:45,0 |

Женщины (бассейн, 25 м)

| Стиль | Дистанция | Спортивные разряды | | | Юношеские спортивные разряды | | |
|--------------------------|-----------|--------------------|---------|---------|------------------------------|---------|---------|
| | | I | II | III | I | II | III |
| Плавание - вольный стиль | 50 м | 0:33,9 | 0:37,5 | 0:43,0 | 0:47,5 | 0:54,5 | 1:08,5 |
| | 100 м | 1:14,4 | 1:22,0 | 1:34,0 | 1:43,5 | 1:59,0 | 2:30,0 |
| | 200 м | 2:47,8 | 3:05,0 | 3:32,0 | 3:53,5 | 4:27,5 | 5:37,5 |
| | 400 м | 5:45,8 | 6:20,0 | 7:16,5 | 8:01,0 | 9:11,0 | 11:35,5 |
| | 800 м | 12:34,2 | 13:51,0 | 15:52,5 | 17:29,0 | 20:02,0 | 25:16,5 |
| | 1500 м | 24:34,2 | 27:04,0 | 31:01,0 | 34:10,0 | 39:09,0 | 49:23,5 |
| Плавание - на спине | 50 м | 0:42,9 | 0:47,0 | 0:54,0 | 0:59,5 | 1:08,5 | 1:26,0 |
| | 100 м | 1:26,2 | 1:35,0 | 1:49,0 | 2:00,0 | 2:17,5 | 2:53,5 |
| | 200 м | 3:15,4 | 3:35,0 | 4:06,5 | 4:31,5 | 5:11,0 | 6:32,5 |
| Плавание - брасс | 50 м | 0:45,3 | 0:50,0 | 0:57,5 | 1:03,0 | 1:12,5 | 1:31,5 |
| | 100 м | 1:36,2 | 1:46,0 | 2:01,5 | 2:13,5 | 2:33,0 | 3:13,5 |
| | 200 м | 3:34,0 | 3:56,0 | 4:30,0 | 4:57,5 | 5:41,0 | 7:10,0 |
| Плавание - баттерфляй | 50 м | 0:39,1 | 0:43,0 | 0:49,5 | 0:54,5 | 1:02,5 | 1:18,5 |
| | 100 м | 1:22,0 | 1:30,5 | 1:43,5 | 1:54,0 | 2:11,0 | 2:45,0 |
| Плавание - комплексное | 200 м | 3:09,4 | 3:28,5 | 3:59,0 | 4:23,5 | 5:02,0 | 6:20,5 |
| | 200 м | 3:06,0 | 3:25,0 | 3:55,0 | 4:18,5 | 4:56,5 | 6:14,0 |
| | 400 м | 7:08,8 | 7:52,5 | 9:01,0 | 9:56,0 | 11:23,0 | 14:20,5 |

Разрядные требования по плаванию для лиц с интеллектуальными нарушениями (2022-2025 гг.)

Мужчины (бассейн, 25 м)

| Спортивная дисциплина | Спортивные разряды | | | Юношеские спортивные разряды | | |
|---------------------------------|--------------------|----------|----------|------------------------------|---------|---------|
| | 1 | 2 | 3 | 1 юн | 2 юн | 3 юн |
| Плавание - вольный стиль 50 м | 30,32 | 33,12 | 36,77 | 42,12 | 54,10 | 1.06,00 |
| Плавание - вольный стиль 100 м | 1:08,72 | 1:17,42 | 1:27,23 | 1:39,38 | 1:59,38 | 2:19,38 |
| Плавание - вольный стиль 200 м | 2:32,64 | 2:51,23 | 3:13,26 | 3:40,49 | 3:55,49 | 4:55,00 |
| Плавание - вольный стиль 400 м | 5:25,03 | 6:04,38 | 6:53,19 | 7:49,19 | 8:45,00 | 9:41,00 |
| Плавание - вольный стиль 800 м | 11:49,00 | 13:36,16 | 15:05,11 | | | |
| Плавание - вольный стиль 1500 м | 20:55,41 | 24:52,81 | 28:26,51 | | | |
| Плавание - брасс 50 м | 38,06 | 41,88 | 46,96 | 53,00 | 1:05,00 | 1:17,42 |
| Плавание - брасс 100 м | 1:20,34 | 1:29,86 | 1:41,80 | 1:54,85 | 2:17,35 | 2:37,50 |
| Плавание - брасс 200 м | 3:03,15 | 3:27,31 | 3:53,36 | 4:29,52 | | |
| Плавание - баттерфляй 50 м | 37,66 | 42,01 | 46,55 | 52,79 | 1:05,34 | 1:16,52 |
| Плавание - баттерфляй 100 м | 1:24,61 | 1:34,77 | 1:47,25 | 1:59,83 | 2:17,83 | 2:37,00 |
| Плавание - баттерфляй 200 м | 3:06,32 | 3:30,45 | 3:58,69 | 4:33,88 | | |
| Плавание - на спине 50 м | 34,17 | 38,02 | 42,00 | 47,59 | 59,00 | 1:11,62 |
| Плавание - на спине 100 м | 1:16,41 | 1:25,84 | 1:39,59 | 1:49,34 | 2:07,34 | 2:27,34 |
| Плавание - на спине 200 м | 2:55,24 | 3:15,87 | 3:55,54 | 4:11,93 | | |
| Плавание - комплексное 100 м | 1:18,00 | 1:26,50 | 1:36,50 | 1:48,00 | | |
| Плавание - комплексное 200 м | 2:52,24 | 3:12,50 | 3:39,82 | 4:11,06 | | |
| Плавание - комплексное 400 м | 6:26,55 | 7:16,30 | 8:14,07 | 9:24,57 | | |

Женщины (бассейн, 25 м)

| Спортивная дисциплина | Спортивные разряды | | | Юношеские спортивные разряды | | |
|---------------------------------|--------------------|----------|----------|------------------------------|---------|----------|
| | 1 | 2 | 3 | 1 юн | 2 юн | 3 юн |
| Плавание - вольный стиль 50 м | 34,60 | 37,90 | 41,71 | 47,41 | 59,50 | 1:11,10 |
| Плавание - вольный стиль 100 м | 1:14,03 | 1:22,71 | 1:34,87 | 1:48,75 | 2:08,75 | 2:27,75 |
| Плавание - вольный стиль 200 м | 2:46,39 | 3:07,50 | 3:32,12 | 4:02,48 | 4:42,00 | 5:20,00 |
| Плавание - вольный стиль 400 м | 6:01,66 | 6:46,51 | 7:43,83 | 8:54,00 | 9:54,00 | 11:05,00 |
| Плавание - вольный стиль 800 м | 12:57,90 | 14:34,63 | 16:37,38 | | | |
| Плавание - вольный стиль 1500 м | | | | | | |
| Плавание - брасс 50 м | 41,00 | 45,36 | 50,00 | 57,00 | 1:08,00 | 1:20,00 |
| Плавание - брасс 100 м | 1:25,83 | 1:35,14 | 1:48,42 | 2:02,01 | 2:25,01 | 2:45,00 |
| Плавание - брасс 200 м | 3:08,15 | 3:31,95 | 4:01,20 | 4:37,06 | | |
| Плавание - баттерфляй 50 м | 45,34 | 50,09 | 56,07 | 1:03,20 | 1:18,22 | 1:30,20 |
| Плавание - баттерфляй 100 м | 1:40,75 | 1:52,66 | 2:06,95 | 2:33,77 | 2:43,77 | 3:04,00 |
| Плавание - баттерфляй 200 м | 3:35,80 | 4:03,29 | 4:35,06 | 5:15,55 | | |
| Плавание - на спине 50 м | 39,06 | 43,00 | 48,00 | 54,82 | 1:06,95 | 1:19,00 |
| Плавание - на спине 100 м | 1:27,68 | 1:36,98 | 1:53,35 | 2:09,08 | 2:28,08 | 2:48,00 |
| Плавание - на спине 200 м | 3:23,77 | 3:41,52 | 4:19,96 | 4:56,58 | | |
| Плавание - комплексное 100 м | 1:34,50 | 1:44,00 | 1:47,50 | 2:00,00 | | |
| Плавание - комплексное 200 м | 3:13,05 | 3:36,41 | 4:05,65 | 4:40,17 | | |
| Плавание - комплексное 400 м | 7:03,59 | 7:55,49 | 8:58,68 | 10:15,40 | | |

Анкета для родителей

Уважаемые родители! Просим Вас принять участие в оценке качества дополнительного образования детей в МУДО «ДТДиМ» г. Воркуты

Оцените, пожалуйста, степень своей удовлетворенности различными сторонами деятельности учреждения дополнительного образования, которое посещает Ваш ребенок. Для этого в каждой строке приведенных ниже таблиц обведите кружком одну оценку, которая соответствует Вашему мнению по следующему критерию:

- 5—это меня вполне удовлетворяет;
 4—это меня удовлетворяет не в полной мере;
 3—это меня скорее не удовлетворяет;
 2—это меня совершенно не удовлетворяет;
 0—затрудняюсь ответить.

1. Обеспечение доступности качественного дополнительного образования:

| | | | | | | |
|----|--|---|---|---|---|---|
| 1. | Возможность выбора, подходящего для ребенка детского объединения | 5 | 4 | 3 | 2 | 0 |
| 2. | Условия поступления в учреждение дополнительного образования | 5 | 4 | 3 | 2 | 0 |

2. Достижения Вашего ребенка по результатам обучения в учреждении:

| | | | | | | |
|----|--|---|---|---|---|---|
| 1. | Уровень дополнительных знаний | 5 | 4 | 3 | 2 | 0 |
| 2. | Уровень овладения дополнительными практическими | 5 | 4 | 3 | 2 | 0 |
| 3. | Участие в муниципальных, региональных, федеральных и международных фестивалях, конкурсах, олимпиадах | 5 | 4 | 3 | 2 | 0 |

3. Организация учебно-воспитательного процесса в учреждении:

| | | | | | | |
|----|---|---|---|---|---|---|
| 1. | Современность дополнительных образовательных | 5 | 4 | 3 | 2 | 0 |
| 2. | Режим работы групп, кружков, секций, студий | 5 | 4 | 3 | 2 | 0 |
| 3. | Организация мероприятий (досуговых, спортивных, общественно-полезных, экскурсионных и т.д.) | 5 | 4 | 3 | 2 | 0 |

4. Информирование о деятельности учреждения:

| | | | | | | |
|----|--|---|---|---|---|---|
| 1. | Информирование о деятельности учреждения дополнительного образования на родительских собраниях | 5 | 4 | 3 | 2 | 0 |
| 2. | Оформление сайта учреждения в Интернете | 5 | 4 | 3 | 2 | 0 |
| 3. | Информирование родителей о работе групп, кружков, | 5 | 4 | 3 | 2 | 0 |

Далее отметьте выбранный вариант ответа любым знаком, например √.

5. Выдали оценку деятельности учреждения дополнительного образования, которое посещает Ваш ребенок. А как Вы полагаете, доволен ли этим учреждением Ваш ребенок?

- ☐ 1. Вполне.
☐ 2. Скорее доволен, чем нет.
☐ 3. Скорее недоволен.
☐ 4. Совершенно недоволен.
☐ 5. Затрудняюсь ответить

6. Ваши предложения и пожелания:

Благодарим за участие в опросе!

АНКЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

на тему: «Открытое занятие по плаванию»

Уважаемые родители! Вы сегодня присутствовали на открытом занятии в объединении «плавание». Огромная просьба ответить на несколько вопросов анкеты. Ваше мнение для педагога очень важно, оно поможет мне проанализировать занятие и скорректировать свою работу на будущее.

1. Интересна ли Вам данная форма взаимодействия как открытое занятие?

- интересна;
- неинтересна;
- безразлична.

2. Как Вы считаете, уровень доступности учебного материала конкретного занятия

соответствует возрастным особенностям Вашего ребенка?

- соответствует;
- не соответствует;
- частично.

3. Удовлетворены ли Вы психологическим климатом на занятии?

- удовлетворены;
- не удовлетворены;
- частично.

4. Удовлетворены ли Вы индивидуальным подходом педагога к Вашему ребенку?

- удовлетворены;
- не удовлетворены;
- частично.

5. Насколько Вас удовлетворяет грамотность и тактичность речи педагога?

- полностью удовлетворяет;
- не удовлетворяет;
- частично удовлетворяет.

6. Насколько Вас удовлетворяет материально-техническое оснащение открытого занятия?

- полностью удовлетворяет;
- не удовлетворяет;
- частично удовлетворяет.

7. Насколько Вас удовлетворяет воспитательная функция на занятии?

- полностью удовлетворяет;
- не удовлетворяет;
- частично удовлетворяет.

8. Оцените уровень интереса вашего ребенка на занятии по 3-бальной шкале, где **3**- высокий уровень, **2** –средний, **1** -низкий.

9. Оцените уровень активности вашего ребенка на занятии по 3-бальной шкале, где **3**- высокий уровень, **2** –средний, **1** -низкий.

10. Что бы Вы хотели пожелать педагогу для повышения качества учебного занятия _____

Спасибо за участие!

**ИЗУЧЕНИЕ УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ РОДИТЕЛЕЙ РАБОТОЙ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
(методика Е. Н. Степанова)**

Цель: выявить уровень удовлетворенности родителей учащихся 1 года обучения работой образовательного учреждения и его педагогического коллектива.

Ход тестирования

На родительском собрании предлагается родителям внимательно прочитать перечисленные ниже утверждения и оценить степень согласия с ними. Для этого родителю необходимо обвести ниже каждого выражения одну цифру, которая означает ответ, соответствующий его точке зрения.

Цифры означают следующие ответы:

- 4 – совершенно согласен;
- 3 – согласен;
- 2 – трудно сказать;
- 1 – не согласен;
- 0 – совершенно не согласен.

1. Коллектив, в котором учится наш ребенок, можно назвать дружным.

4 3 2 1 0

2. В среде детей занимающихся с ним в одном учреждении наш ребенок чувствует себя комфортно.

4 3 2 1 0

3. Педагоги проявляют доброжелательное отношение к нашему ребенку.

4 3 2 1 0

4. Мы испытываем чувство взаимопонимания в контактах с администрацией и педагогами нашего ребенка.

4 3 2 1 0

5. В творческом объединении, где занимается наш ребенок, хороший педагог.

4 3 2 1 0

6. Наш ребенок не перегружен учебными занятиями и домашними заданиями.

4 3 2 1 0

7. Педагоги учитывают индивидуальные особенности нашего ребенка.

4 3 2 1 0

8. Во Дворце проводятся мероприятия, которые полезны и интересны нашему ребенку.

4 3 2 1 0

9. Педагоги дают нашему ребенку глубокие и прочные знания.

4 3 2 1 0

10. Во Дворце заботятся о физическом развитии и здоровье нашего ребенка.

4 3 2 1 0

11. Учреждение способствует формированию достойного поведения нашего ребенка.

4 3 2 1 0

12. Администрация и педагоги создают условия для проявления и развития способностей нашего ребенка.

4 3 2 1 0

13. Учреждение по-настоящему готовит нашего ребенка к самостоятельной жизни.

4 3 2 1 0

ОБРАБОТКА РЕЗУЛЬТАТОВ ТЕСТА

Удовлетворенность родителей работой учебного заведения (У) определяется как частное, полученное от деления общей суммы баллов всех ответов родителей на общее количество ответов.

Если коэффициент У равен 3 или больше этого числа, это свидетельствует о высоком уровне удовлетворенности; если он равен или больше 2, но не меньше 2, то можно констатировать средний уровень удовлетворенности; если же коэффициент У меньше 2, это является показателем низкого уровня удовлетворенности родителей деятельностью образовательного учреждения.

Анкета для учащихся

Внимательно прочитай вопрос и предлагаемые варианты ответов, подумай, выбери один из ответов и обведи кружком букву рядом с твоим ответом. Если тебе не понятен вопрос, попроси помощи у педагога.

1. Насколько интересно тебе было на сегодняшнем занятии?

- а) Очень интересно
- б) Интересно частично
- в) Большею частью интересно
- г) Неинтересно вообще

2. Как ты считаешь, то, что ты сегодня узнал (а), понял(а), чему научился (лась), пригодится тебе на занятиях в школе, в жизни?

- а) Пригодится полностью
- б) Возможно, пригодится, точно не знаю
- в) Большею частью не пригодится
- г) Не пригодится вообще

3. Насколько понятно и доступно педагог объяснил сегодня то новое, что ты узнал(а)?

- а) Полностью понятно и доступно
- б) Не всегда понятно и доступно
- в) Почти совсем непонятно и недоступно
- г) Совсем непонятно и недоступно

4. Когда тебе было особенно интересно?

- а) Вначале занятия (когда педагог знакомил с темой занятия, проверял нашу готовность к занятию)
- б) В середине занятия (изучение нового, практическая работа)
- в) В конце занятия (подведение итогов занятия)

5. Легко ли тебе было общаться с педагогом и другими учащимися на данном занятии?

- а) Легче, чем обычно
- б) Легко, впрочем, как всегда
- в) Труднее, чем всегда
- г) Очень трудно

6. Что тебе хотелось бы сказать о сегодняшнем занятии, что добавить, изменить?

АНКЕТА

**для определения удовлетворенности образовательной средой
в объединении по интересам «Плавание»**

1. Тебе нравится в объединении «плавание» или не очень?
 - нравится (1)
 - не очень (2)
 - не нравится (3)

2. Ты с радостью идешь на занятия или тебе часто хочется остаться дома?
 - чаще хочется остаться дома (1)
 - бывает по-разному (2)
 - иду с радостью (3)

3. Если бы педагог сказал, что завтра не обязательно всем приходить на занятия, желающим можно остаться дома, ты пошел бы на занятие или остался бы дома?
 - не знаю (2)
 - остался бы дома (1)
 - пошел бы на занятие (3)

4. Тебе нравится, когда отменяют занятия?
 - не нравится (3)
 - бывает по-разному (2)
 - нравится (1)

5. Ты хотел бы, чтобы тебе не задавали домашних заданий?
 - хотел бы (1)
 - не хотел бы (3)
 - не знаю (1)

6. Ты хотел бы, чтобы в кружке (объединении) не было бы никакой учебы, а можно было бы просто пообщаться?
 - не знаю (1)
 - не хотел бы (3)
 - хотел бы (2)

7. Ты часто разговариваешь о занятиях в кружке (объединении) с родителями?
 - часто (3)
 - редко (2)
 - не разговариваю (1)

8. Ты хотел бы, чтобы у тебя был менее строгий педагог?
 - точно не знаю (2)
 - хотел бы (3)
 - не хотел бы (1)

9. У тебя в группе (коллективе) много друзей?

- мало (2)
- много (3)
- нет друзей (1)

10. Тебе нравятся ребята, учащиеся вместе с тобой?

- нравятся (3)
- не очень (2)
- не нравятся (1)

ОБРАБОТКА РЕЗУЛЬТАТОВ ТЕСТА

Результат высчитывается по сумме всех баллов.

25 - 30 баллов, характеризуются высоким уровнем адаптации.

20 - 24 балла характерны для средней нормы.

15 - 19 баллов указывают на внешнюю мотивацию.

10 - 14 баллов свидетельствуют о низкой мотивации.

Словарь терминов

Бассейн – естественный или искусственный водоем для занятий и соревнований по плаванию, прыжкам в воду, игре в водное поло.

Плавание – это способность человека удерживаться и передвигаться на поверхности воды, гребковыми движениями конечностей.

Техника плавания - это рациональная система движений, позволяющая пловцу наилучшим образом реализовать свои двигательные возможности в высокий результат на соревнованиях. Это понятие включает форму, характер движений, их внутреннюю структуру (закономерную взаимосвязь движений). В него входит, и умение пловца хорошо ощущать, осознавать и использовать для продвижения вперед все внутренние и внешние силы, действующие на тело.

Брасс – способ плавания.

Баттерфляй (дельфин) – способ плавания.

Вольный стиль – дисциплина плавания, в которой пловцу разрешается плыть любым способом. В настоящее время все пловцы используют кроль на груди.

Кроль на груди – самый быстрый и наиболее популярный способ плавания.

Кроль на спине – способ плавания.

Комплексное плавание – индивидуальная плавательная дисциплина, в ходе которой спортсмены поочередно плывут четырьмя разными способами, меняя их после прохождения каждой четверти дистанции в следующем порядке: баттерфляй, на спине, брасс и вольный стиль.

Комбинированная эстафета – проплывание эстафетной дистанции четырьмя способами в следующем порядке: на спине, брасс, баттерфляй и вольный стиль.

Гребок в плавании – движение конечностей пловца, которыми он опирается о воду во время плавания.

Поворот – сложное двигательное действие, суть в котором заключается в быстром и экономичном изменении направлении движения пловца.

Старт – прыжок со стартовой тумбочки по стартовому сигналу.

«Поплавок» в плавании – упражнение, применяемое при начальном обучении плаванию. Занимающиеся, сделав вдох, погружаются в воду и, обхватив руками голени, подтягивают колени к лицу, занимая положение в группировке. При этом тело «поплавок» всплывает на поверхность воды.

Ласты – резиновые изделия специальной формы, надеваемые на ступни ног.

Колобашка для плавания – специальное приспособление, изготавливаемое из легкого плавучего материала, используемое пловцами для отработки техники плавания. Колобашка представляет из себя подвижную опору - поплавок.

Колобашку зажимают между ног и используют для тренировки мышц верхней части тела и отработки техники гребков руками.

Лопатки для плавания – надеваемое на ладонь пловца приспособление, служащее для отработки правильной техники плавания, а также для развития силы и скорости.

Доска для плавания – поддерживающее приспособление, сделанное из пенопласта.

Гибкость – комплекс морфофункциональных свойств организма спортсмена, определяющий амплитуду различных движений.

Гибкость активная – способность выполнять движение с большой амплитудой за счет активности мышц.

Гибкость пассивная – способность к достижению наивысшей подвижности в суставах в результате действия внешних сил.

Координационные способности – это возможности индивида, определяющие его готовность к оптимальному управлению и регулировке двигательного действия.

Выносливость - способность организма к продолжительному выполнению какой-либо работы без заметного снижения работоспособности, а также его восстановлению.

Скоростные способности - это комплекс морфо-функциональных свойств человека, обеспечивающих выполнение двигательных действий в минимальный для данных условий отрезок времени

Положение о соревновании - документ, составленный организацией, проводящей соревнования.

Правила соревнований по плаванию – официальный документ, регламентирующий условия и порядок проведения соревнований по плаванию, права и обязанности, как судей, так и участников.

Протокол стартовый – документ, определяющий порядок выступления спортсменов на соревнованиях.

Протокол итоговый – протокол, соревнований, в котором определены места, занятыми участниками, и зафиксированы их спортивные результаты.

Главный судья соревнований – является лицом, ответственным за всю спортивно-техническую сторону организации и проведения соревнований. В отсутствие рефери главный судья выполняет его обязанности и пользуется его правами.

Рефери- полностью контролирует работу всех судей и руководить ими, утверждать их назначение, расставлять по местам работы, при необходимости проводить ежедневную «ротацию» судей и инструктировать по всем специальным вопросам или особенностям правил, относящихся к соревнованиям.

Стартер – судья, подающий команду к началу заплыва, решающий все спорные вопросы на страте.

Судья при участниках - собирать пловцов перед каждым заплывом.

Судья на повороте - следит за тем, чтобы пловцы соблюдали соответствующие правила поворота.

Судья по технике - следит, чтобы соблюдались правила по технике плавания, установленные для тех способов, по которым проводится заплыв.

Судья-хронометрист - фиксирует время пловца на указанной ему дорожке.

Судья на финише – фиксирует очередность прихода спортсменов на финиш.

Судья-информатор - отвечает за обеспечение участников и зрителей необходимой информацией о составе соревнующихся, судейской коллегии, ходе и результатах состязаний.

Судья по награждению – отвечает за вручение наград и призов, установленных положением о соревнованиях.

Дисквалификация – лишение спортсмена или команда права участвовать в соревнованиях, аннулирование результата спортсмена или команды за серьезные нарушения правил соревнований.

Допуск к соревнованиям – официальное разрешение на право участия в соревнованиях.

Дистанция – расстояние от старта до финиша.

Заплыв – очередность стартования или группа пловцов, стартующая одновременно.

Лично-командные соревнования – спортивные соревнования, в которых результаты определяются по достижениям каждого отдельного участника и всей команды в целом.

Личные соревнования – спортивные соревнования, в которых определяются достижения только отдельных участников.

Рекорд – наивысшее достижение (результат), показанный в отдельном виде соревнований в стандартных условиях.

Чувство воды – способность пловца непрерывно получать информацию от различных анализаторов, что позволяет ему лучше ощущать давление воды на гребущие поверхности.

Функциональные группы лиц, проходящих спортивную подготовку по виду спорта плавание для лиц с поражением ОДА

| Функциональные группы | Степень ограничения функциональных возможностей | Поражения опорно-двигательного аппарата |
|-----------------------|---|---|
| Группа I | Функциональные возможности ограничены значительно, спортсмен нуждается в посторонней помощи во время тренировочных занятий или участия в спортивных соревнованиях | <p>1. Детский церебральный паралич.</p> <p>2. Спинальная травма.</p> <p>3. Ампутация или порок развития:</p> <ul style="list-style-type: none"> - двусторонняя ампутация бедер (передвигающиеся на протезах); - односторонняя ампутация бедра с вычленением (передвигающиеся на протезах); - односторонняя ампутация бедра в сочетании с ампутацией стопы или голени с другой стороны; - двусторонняя ампутация плеч; - ампутация четырех конечностей. <p>4. Прочие нарушения опорно-двигательного аппарата, ограничивающие функциональные возможности спортсменов в мере, сопоставимой с вышеперечисленными пунктами 1, 2, 3.</p> |
| Группа II | Функциональные возможности ограничиваются достаточно выраженными нарушениями | <p>1. Детский церебральный паралич.</p> <p>2. Спинальная травма.</p> <p>3. Ампутация или порок развития:</p> <ul style="list-style-type: none"> - одной верхней конечности выше локтевого сустава; - одной верхней конечности выше локтевого сустава и одной нижней конечности выше коленного сустава (с одной стороны или с противоположных сторон); - двусторонняя ампутация предплечий. <p>4. Прочие нарушения опорно-двигательного аппарата, ограничивающие функциональные возможности спортсменов в мере, сопоставимой с</p> |

| | | |
|------------|---|---|
| | | вышеперечисленными пунктами 1, 2, 3. |
| Группа III | Функциональные возможности ограничены незначительно | <p>1. Ахондроплазия (карлики).</p> <p>2. Детский церебральный паралич.</p> <p>3. Высокая ампутация двух нижних конечностей. 4. Ампутация или порок развития:</p> <ul style="list-style-type: none"> - одной нижней конечности ниже коленного сустава; - односторонняя ампутация стопы по Пирогову, в сочетании с ампутацией стопы на различном уровне с другой стороны; - одной верхней конечности ниже локтевого сустава; - одной верхней конечности ниже локтевого сустава и одной нижней конечности ниже коленного сустава (с одной стороны или с противоположных сторон). <p>5. Прочие нарушения опорно-двигательного аппарата, ограничивающие функциональные возможности спортсменов в мере, сопоставимой с вышеперечисленными пунктами 1, 2, 3, 4.</p> |

Функциональные группы лиц, проходящих спортивную подготовку по виду спорта плавание слепых

| Функциональные группы | Степень ограничения функциональных возможностей | Поражения опорно-двигательного аппарата |
|-----------------------|---|---|
| Группа I | Функциональные возможности ограничены значительно, спортсмен нуждается в посторонней помощи во время тренировочных занятий или участия в спортивных соревнованиях | Полная потеря зрения |
| Группа II | Функциональные возможности ограничиваются достаточно выраженными нарушениями | Выраженные нарушения зрения |
| Группа III | Функциональные возможности ограничены незначительно | Нарушение зрения легкой степени |

Требования к учащимся

Учащиеся должны выполнять все требования педагога, соблюдать дисциплину и порядок.

Нельзя опаздывать на занятия, так как учащиеся приступают к выполнению упражнений только после хорошей разминки и подготовки организма к нагрузкам; в противном случае возникает опасность получения травмы. Опоздавшие на занятие допускаются только после индивидуальной разминки.

При разучивании элементов техники плавания следует внимательно слушать и наблюдать объяснения педагога и их демонстрацию.

Во время занятий следует проявлять выдержку. Гнев, раздражение, грубость и неуважение к друг к другу, а также к педагогу и работникам учреждения недопустимы.

Требования перед началом занятий:

- Сделать перерыв между приемом пищи и занятием не менее 45-50 минут;
- Прийти в Учреждение за 15 мин до начала занятий;
- Сдать верхнюю одежду и мешок с обувью в гардероб;
- Присесть на скамейку и дождаться педагога;
- Проходить в помещения Учреждения только вместе с педагогом. Для старших учащихся допускается самостоятельный проход в помещения Учреждения;
- Пройти с педагогом (самостоятельно-старшими учащимся) в раздевалку.

Требования по охране жизни и здоровья в раздевалке:

- Занять свободный шкафчик;
- Если предстоит тренировка в «сухом зале» переодеться в спортивную форму (спортивные брюки или шорты, футболка) и обувь (кроссовки, кеды);
- Вещи убрать в шкафчик;
- Вместе с педагогом пройти в спортивный зал;
- Если предстоит тренировка «на воде» полностью раздеться, помыться в душе с мылом и мочалкой (душевые краны открывать сначала холодный, потом горячий, закрывать в обратном порядке);
- Надеть купальник (плавки), плавательную шапочку, тапочки для бассейна.

Требования во время занятий:

- Входить в зал (ванну бассейна) только с разрешения педагога;
- Внимательно слушать и выполнять все команды педагога;
- Запрещено бегать по бортику бассейна;
- Запрещено притапливать друг друга (в том числе в шуточной форме);
- Запрещено подавать ложные сигналы о помощи утопающему;
- Запрещено без разрешения педагога покидать ванну бассейна;
- Запрещено «затевать игры» в душе;
- Запрещено заниматься плаванием, имея серьги, браслеты, перстни;

- Недопустимо мешать другим занимающимся, выполнять упражнения, бегать по залу, толкать других участников учебно-тренировочного процесса;
- Недопустимо неуважительно относиться к учащимся и работникам учреждения.

Требования во время занятий плаванием на воде:

- Входить в воду только с разрешения педагога;
- Не прыгать в воду головой вниз при нахождении вблизи других пловцов;
- Не оставаться при нырянии долго под водой;
- При необходимости выйти из воды во время занятия, спросить разрешения педагога;
- По соответствующей команде педагога покинуть ванну бассейна;
- По окончании занятий убрать на место, использовавшийся инвентарь.

Специальные требования во время занятий плаванием на суше (тренажерный зал):

- Входить в тренажерный зал только с разрешения педагога;
- Заниматься с отягощениями в специально отведенной для этого части зала;
- Перед началом выполнения упражнения убедиться, что на полу нет посторонних предметов и в непосредственной близости других занимающихся;
- По окончании выполнения упражнения снаряд аккуратно поставить на пол;
- При необходимости выйти из зала во время занятия, спросить разрешения педагога;
- По окончании занятий убрать на место, использовавшийся инвентарь.

Специальные требования во время занятий плаванием на суше (спортивный зал):

- Входить в спортивный зал только с разрешения педагога;
- Выполнять все указания педагога;
- При выполнении упражнений в подвижных или спортивных играх не нарушать правила, не допускать грубых приемов;
- При необходимости выйти из зала во время занятия, спросить разрешения педагога;
- По окончании занятий убрать на место, использовавшийся инвентарь.

Требования по окончанию занятий:

- Выйдя из воды и пройти в раздевалку;
- Сполоснуться в душе;
- Вытереться насухо и сразу же одеться;
- Высушить волосы под феном (если фен не включается или издает посторонние звуки незамедлительно сообщить об этом педагогу);
- Собрать все свои вещи (проверить, не остались ли вещи в шкафчике) и пройти в гардероб;
- В течение 15 минут после окончания занятий покинуть здание учреждения.

Требования безопасности в чрезвычайных ситуациях:

- почувствовав озноб, сообщить об этом педагогу и быстро выйти из воды;
- при судорогах не теряться, стараться держаться на воде и позвать на помощь;
- при получении травмы сообщить об этом педагогу и быстро выйти из воды;
- при возникновении пожара четко следовать инструкциям и командам педагога.

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

Для ознакомления со свойствами воды:

1. «Цапли». По сигналу все дети быстро продвигаются на носках, высоко поднимая колени. Участник первым достигший установленной отметки, объявляется победителем.
2. «Поймай воду». Играющие становятся в шеренгу или круг. По сигналу ведущего «Поймай воду!» они опускают руки в воду, соединяют кисти и, зачерпнув воду, поднимают пригоршни над поверхностью. Ведущий смотрит, кто больше набрал воды, у кого она вытекает из рук и т.д.
3. «Умывание». Играющие становятся в шеренгу лицом к ведущему и по его сигналу «умываются» - зачерпнув в ладони воду брызгают ее себе в лицо.
4. «У кого больше пузырей?». По команде ведущего играющие погружаются с головой в воду и выполняют продолжительный выдох через рот.
5. «Математики». Дети в парах, поочередно погружаясь под воду, считают показываемые им пальцы на 1-й или 2-х руках.
6. «Кузнечики». Может быть командной или некомандной. Побеждает участник (команда), который от линии старта прыжками на обеих ногах (положение рук произвольное) быстрее достигнет установленного ориентира.
7. «Сядь на дно». На глубине по грудь играющие, приседая, садятся на дно, выпрямляя прямые ноги вперед; положение рук произвольное. Время пребывания под водой минимально – важно чтобы положение «Сиж на дне» было хотя бы обозначено.
8. «Плыви, игрушка!». Дети активно дуют на плавающие игрушки, продвигая их согласно заданию: игрушка должна плыть только прямо, зигзагом и т.д.; чья игрушка быстрее достигнет установленной отметки.
9. «Морская звездочка». Дети принимают положение «Звездочка» на груди или на спине и произвольно выполняют сведение и разведение рук и ног – как одновременно, так и попеременно фиксируя прямое положение туловища
10. «Футбол». Играющие располагаются в произвольном порядке (в шеренге, по кругу, взявшись за руки или опустив их на воду). По команде ведущего они выполняют «Замах» и «удар» по воображаемому мячу сначала одной, потом другой ногой.
11. «Полосканье белья». Играющие становятся к ведущему, наклонившись вперед (ноги на ширине плеч, прямые руки опущены). По команде ведущего они выполняют попеременные и поочередные движения обеими руками в разных направлениях: вправо-влево, вперед-назад, вниз-вверх.
12. «Скользящие стрелы». По сигналу играющие принимают исходное положение и выполняют скольжение на груди (несколько человек одновременно) Побеждает тот, кто дольше всех проскользит, в положении «стрела». Игра может быть командной или некомандной.

13. «Торпеды». Играющие становятся в шеренгу на линии страт и по команде ведущего выполняют скольжение с движениями ногами кролем – сначала на груди, затем на спине. Выигрывает тот, кто проплывет большее расстояние.

14. «Поплавок». Играющие, сделав глубокий вдох и задержав дыхание, приседают и, обхватив колени руками, всплывают на поверхность. В этом положении каждый «поплавок» старается задержаться на воде до счета «десять».

15. «Медуза». Играющие по команде ведущего, сделав глубокий вдох и задержав дыхание, приседают под воду и, наклонившись вперед, всплывают на поверхность. При этом тело согнуто в пояснице, руки и ноги полусогнуты и расслабленно свешиваются вниз. После всплытия на поверхность нужно считать в уме до десяти.

Для совершенствования отдельных упражнений и элементов техники спортивных способов плавания:

1. «Акробаты». Дети выполняют кувырки – сальто вперед или назад в группировке – «поплавок». Побеждает тот, кто выполнит большее число кувырки согласно заданию в установленное время.

2. «Кто дальше прыгнет?». Играющие становятся на бортик бассейна на расстоянии 1 м друг от друга, захватив пальцами ног его край. По команде ведущего они выполняют прыжок вниз ногами, отталкиваясь обеими ногами от бортика с одновременным махом руками. Выигрывает тот, кто дальше прыгнет.

3. «Полет». Играющие выстраиваются на бортике бассейна (на расстоянии 1 м друг от друга). По команде ведущего они поочередно выполняют стартовый прыжок. Выигрывает участник, пролетевший в воздухе до погружения в воду как можно дольше.

Для воздействия на эмоциональную сферу занимающихся:

1. «Мяч по кругу». Играющие располагаются по кругу и ударами отбивают друг другу мяч, стараясь как можно дольше продержать его в воздухе.

2. «Водолазы». Ведущий опускает на дно несколько хорошо видимых под водой предметов. Игроки по очереди ныряют, доставая предметы со дна. Выигрывает тот ребенок, который достанет больше всех предметов за один раз.

3. «Летающий дельфин». Участники игры, стоя на дне, сгибают ноги в коленных суставах, отталкиваются ими и, выбросив руки вперед, выпрыгивают из воды вверх; быстро сгибаются и входят в воду, стараясь, чтобы ноги в этот момент были перпендикулярны поверхности воды; затем снова становятся на дно и повторяют прыжок.

Программа воспитания

1. Пояснительная записка

В современных российских условиях наблюдается заметное усиление внимания государственных органов к воспитанию детей и молодежи, о чем гласит указ президента о внесении изменений в Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" по вопросам воспитания обучающихся".

Президент Российской Федерации В.В. Путин отметил, что смысл предлагаемых поправок в том, чтобы «укрепить, акцентировать воспитательную составляющую отечественной образовательной системы». Он подчеркнул, что система образования не только учит, но и воспитывает, формирует личность, передает ценности и традиции, на которых основано общество.

«Воспитание – деятельность, направленная на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде». (Статья 2, пункт 2, ФЗ № 304).

Настоящая Программа воспитания объединения «Адаптивное плавание» разработана на основании Федерального закона "Об образовании в Российской Федерации».

Цель: воспитание высоконравственного, творческого, компетентного гражданина России, принимающего судьбу Отечества как свою личную, осознающего ответственность за настоящее и будущее своей страны, передающий духовные и культурные традиции многонационального народа Российской Федерации.

Задачи:

1. Формировать у учащихся трудовые универсальные качества, внутреннюю потребность и готовность к сознательному и самостоятельному профессиональному выбору.
2. Формировать у учащихся гражданскую идентичность, воспитывая чувство гордости и глубокого уважения к своей Родине, героям Отечества и их подвигам.
3. Формировать ценностно-смысловую сферу личности учащихся, их способности оценивать и сознательно выстраивать на основе традиционных моральных норм и нравственных идеалов отношение к себе, обществу, государству.
4. Формировать высоконравственные взгляды на семейные ценности.
5. Формировать внутреннюю потребность личности в здоровом образе жизни.
6. Способствовать формированию экологической культуры и экологического сознания учащихся.
7. Формировать правовую грамотность подрастающего поколения.

Модули

Модуль «Духовно-нравственное воспитание»

Модуль «Профориентация»

Модуль «Семейные ценности»

Модуль «Здоровый образ жизни»

Модуль «Экологическая культура»

Модуль «Гражданско – патриотическое воспитание»

Модуль «Правовое воспитание»

Документы, регламентирующие приоритетные цели и задачи, направления воспитательной деятельности.

1. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р). В этом документе подробно и четко написаны приоритетные цели и задачи, направления воспитательной деятельности.
2. Федеральный закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ (ред. от 31.07.2020) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.09.2020).
3. Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года».
4. Государственная программа РФ «Развитие образования» (2018 - 2025 годы). Утверждена постановлением Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 г. № 1642.
5. Национальный проект «Образование» (утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 г. N 16).
6. Концепция развития дополнительного образования детей в Российской Федерации, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 г. № 1726-р.

2. Календарный план воспитательной работы

| № п/п | Направление | Мероприятие | Планируемый результат | Участники мероприятия | Срок выполнения | Отчет о проделанной работе |
|-----------------|----------------------|--|---|--|--------------------|----------------------------------|
| Сентябрь | | | | | | |
| 1 | Духовно-нравственное | Международный день распространения грамотности. | Понимание о пользе знаний в жизни человека. | Бочкарева О.В. ПДО, учащиеся | 08.09.22 | |
| 2 | Здоровый образ жизни | Час общения: «Польза и вред современных гаджетов». | Формирование ответственного отношения к применению гаджетов в повседневной жизни. Приобщение к здоровому образу жизни. | Бочкарева О.В. ПДО, учащиеся | 12.09.22 | |
| 3 | Профориентация | Конкурс рисунков: «Моя будущая профессия». | Проявляют интерес к труду и к профессиям. | Исхакова Ю. М. ПО, Бочкарева О.В. ПДО, учащиеся, родители | 19.09.22 | |
| 4 | Семейные ценности | Конкурс рисунков: «Семейный портрет» | Проявляют положительное отношение к членам своей семьи. | Харьковская Л.А. ПО, Бочкарева О.В. ПДО, учащиеся, родители | 26.09.22 | |
| Октябрь | | | | | | |

| | | | | | | |
|----------------|---|---|--|------------------------------|----------|--|
| 1 | Духовно-нравственное воспитание | Беседа ко Дню пожилого человека - «Любимым бабушкам и дедушкам» | Уважительное отношение к людям старшего поколения. | Бочкарева О.В. ПДО, учащиеся | 01.10.22 | |
| 2 | Правовое воспитание | Беседа «Безопасность в интернете» | Владеют знаниями правил безопасного поведения в интернете. | Бочкарева О.В. ПДО, учащиеся | 17.10.22 | |
| 3 | Правовое воспитание | Беседа «Светоотражающие элементы» | Соблюдают правила безопасного поведения на улицах и дорогах города. | Бочкарева О.В. ПДО, учащиеся | 10.10.22 | |
| 4 | Экологическая культура | Беседа «День защиты животных» | Заботливое и бережное отношение к животным. | Бочкарева О.В. ПДО, учащиеся | 04.10.22 | |
| Ноябрь | | | | | | |
| 1 | Духовно-нравственное воспитание. Семейные традиции. | Час общения «День матери». | Сформировано чувство уважения и любви к матери, сформирована ценность бережного отношения к ней. | Бочкарева О.В. ПДО, учащиеся | 29.11.22 | |
| 2 | Гражданско-патриотическое воспитание | Беседа ко Дню народного единства. | Сформировано чувство гражданственности и патриотизма, любовь к Родине. | Бочкарева О.В. ПДО, учащиеся | 03.11.22 | |
| 3 | Гражданско-патриотическое воспитание. | Беседа «Место рождения - Воркута». | Проявляют чувство патриотизма, гордости за свой город, свою Родину. Интерес к истории своего родного города. Владеют знаниями о родном городе. | Бочкарева О.В. ПДО, учащиеся | 26.11.22 | |
| Декабрь | | | | | | |

| | | | | | | |
|---------------|---------------------------------------|--|--|---|----------|--|
| 1 | Правовое воспитание | Беседа об осторожном обращении с пиротехникой | Знают правила безопасного использования пиротехнических средств. | Бочкарева О.В. ПДО, учащиеся | 12.12.22 | |
| 1 | Гражданско-патриотическое воспитание. | День Героев Отечества. Экскурсия в музей МУДО «ДТДиМ» г. Воркуты | Знание и почитание подвигов героев своего Отечества. | Бочкарева О.В. ПДО, ПО Зиннатуллина С.А., учащиеся | 09.12.22 | |
| 2 | Экологическая культура | Конкурс поделок «Мастерская деда Мороза» | Развита творческая инициатива, эстетический вкус. | Зиннатуллина С.А. ПО, Бочкарева О.В., ПДО, учащиеся, родители | 27.12.22 | |
| 3 | Духовно-нравственное воспитание | Конкурс новогодних рисунков «Новогодние фантазии и чудеса» | Усвоили традиционные ценности многонационального российского общества. | Загоровская А.Б. ПО, Бочкарева О.В. ПДО, учащиеся, родители | 19.12.22 | |
| Январь | | | | | | |
| 1 | Духовно-нравственное воспитание | Международный день «спасибо» | Соблюдение правил вежливого общения детей со сверстниками и взрослыми. | Бочкарева О.В. ПДО, учащиеся | 11.01.23 | |
| 2 | Здоровый образ жизни | Беседа «Зимние травмы» | Знают правила безопасного поведения в зимний период. | Бочкарева О.В. ПДО, учащиеся | 16.01.23 | |
| 3 | Гражданско-патриотическое воспитание | День полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады | Сформировано чувство гордости за свою страну, за свой народ, побуждение интереса к истории своей страны. | Бочкарева О.В. ПДО, учащиеся | 27.01.23 | |

| | | | | | | |
|----------------|--------------------------------------|--|---|--|----------|--|
| 4. | Духовно-нравственное воспитание | Игровая программа «В зеркале дружбы и понимания» | Формирование добрых взаимоотношений среди сверстников. | Бочкарева О.В. ПДО, учащиеся, родители | 25.01.23 | |
| Февраль | | | | | | |
| 1 | Экологическое воспитание | Выставка рисунков международный день белого «полярного» медведя. | Проявляют сопереживание и доброжелательность к белым медведям, стремление защитить их и сохранить на планете. | Бочкарева О.В. ПДО, учащиеся | 27.02.23 | |
| 2 | Духовно-нравственное воспитание | Благотворительная акция «Миска добра» | Проявление милосердия к братьям меньшим. | Учащиеся, ПДО О.В. Бочкарева, педагог-организатор Харьковская Л.А. | 12.02.23 | |
| 3 | Гражданско-патриотическое воспитание | Выставка рисунков «Сильные духом» | Уважительное отношение к людям военных профессий. Гордость за защитников своей Родины. | Бочкарева О.В. ПДО, учащиеся | 20.02.23 | |
| Март | | | | | | |
| 1 | Профориентация | Интерактивная игра «Угадай профессию» | Знаний профессий из различных сфер деятельности. Самоопределение своих интересов. | Учащиеся, ПДО О.В. Бочкарева, педагог-организатор Исхакова Ю.М. | 03.03.23 | |

| | | | | | | |
|---------------|---------------------------------|---|---|---|----------|--|
| 2 | Духовно-нравственное воспитание | Всероссийская неделя детской и юношеской книги | Сформировано представление о роли книги в жизни человека. Сформированы навыки бережного отношения к книге. | Бочкарева О.В. ПДО, учащиеся | 23.03.23 | |
| 3 | Здоровый образ жизни | Проведение агитационной акции среди воспитанников, родителей и педагогов Дворца (прохождение тестирования по комплексу ГТО) | Демонстрируют физические качества, потребность в активном образе жизни, готовность трудиться на благо своей Родины и защищать ее. | Бахмутова Е.С. ПО, Бочкарева О.В. ПДО, учащиеся, родители | 17.03.23 | |
| 4 | Семейные ценности | Беседа «8 марта -женский день» | Проявляют уважительное отношение ко всем женщинам. | Бочкарева О.В. ПДО, учащиеся | 07.03.23 | |
| Апрель | | | | | | |
| 1 | Здоровый образ жизни | Час общения Всемирный день здоровья | Потребность в здоровом образе жизни, активном образе жизни. | Бочкарева О.В. ПДО, учащиеся | 07.04.23 | |
| 2 | Профориентация | День космонавтики Просмотр видеоролика «Первый человек в космосе». | Чувство гордости за свою страну, уважения к ее Героям, интерес к науке и технике. | Бочкарева О.В. ПДО, учащиеся | 12.04.23 | |
| 3 | Экологическая культура | Изготовление кормушек в рамках Международного дня птиц. | Осознанное бережное отношение к птицам. | Бочкарева О.В. ПДО, учащиеся, родители. | 01.04.23 | |
| Май | | | | | | |

| | | | | | | |
|----------|--------------------------------------|--|---|------------------------------|----------|--|
| 1 | Гражданско-патриотическое воспитание | Беседа «Письма Победы – письма судьбы, любви и надежды». | Владеют знаниями о военно-полевой почте во время войны. Проявляют патриотические чувства, интерес к истории своей страны. | Бочкарева О.В. ПДО, учащиеся | 03.05.23 | |
| 2 | Гражданско-патриотическое воспитание | Литературная гостиная «Слова и проза о войне» | Воспитание чувства патриотизма, гордости за героев своего отечества. | Бочкарева О.В. ПДО, учащиеся | 05.05.23 | |
| 3 | Духовно-нравственное воспитание | Беседа «Здравствуй, лето красное, лето безопасное!» | Знают и соблюдают правила безопасного поведения во время летнего периода. | Бочкарева О.В. ПДО, учащиеся | 15.05.23 | |

Контрольно-измерительные материалы по определению уровня воспитанности

Параметры мониторинга по модулю «Духовно-нравственное воспитание» методика Худенко Е.Д., Шпаловой Л.А., Маслий А.Г., Сенокос О.В.

| Показатели | Признаки и уровни, формирующихся качеств | | | | |
|-------------------|--|--|---|---|--|
| | 5 баллов | 4 балла | 3 балла | 2 балла | 1 балл |
| Отношение к труду | Понимает общественную ценность труда, проявляет интерес к нему, добросовестно относится к выполнению трудовых поручений, | Понимает общественную ценность труда, проявляет интерес к нему, добросовестно относится к выполнению трудовых поручений, | Участвует в трудовых операциях без особого желания; | Трудится при наличии соревнования или контроля со стороны педагогов | Не любит труд, стремится уклониться от него даже при наличии требований и контроля |

| | | | | | |
|----------------------------------|---|--|---|---|--|
| | побуждает к труду товарищей | но не побуждает к труду товарищей | | | |
| Отношение к своим проступкам | Чувствует ответственность за свои проступки, соблюдает общепринятые нормы поведения, побуждает к этому товарищей | Чувствует ответственность за свои проступки, но не требует этого от других | Чувствует ответственность за свои проступки лишь под давлением взрослых и только после специального разъяснения | Чувство ответственности за свои проступки не имеет, использует нецензурную лексику, часто неуважителен к окружающим, редко задумывается над необходимостью работы над собой | Не отвечает за свои поступки, неуравновешен, часто использует нецензурную лексику, неуважителен и несдержан в выборе средств самовыражения |
| Отношение к проступкам товарищей | Чувствует ответственность за поступки своих товарищей, разъясняет необходимость соблюдения норм поведения среди товарищей | Чувствует ответственность за поступки своих товарищей, но инициатором соблюдения общепринятых норм поведения сверстниками не выступает | Чувствует ответственность за поступки своих товарищей, только после специального разъяснения и по требованию взрослых | Часто равнодушен к поступкам своих товарищей | Не чувствует ответственности за проступки своих товарищей, сам нарушает общепринятые нормы поведения |
| Вежливость | Все поступки и слова свидетельствуют об уважении к другим людям | Почти всегда проявляет должное уважение к другим людям | Часто бывает невежлив и нетактичен | Часто недопустимо резок, груб. Нередко затевает ссоры | Всегда резок, несдержан как в общении с ровесниками, так и в общении со старшими, в ссоре оскорбляет других, грубит |
| Честность | Верен своему слову, правдив с педагогом, товарищами, признаётся в своих поступках, говорит | Верен своему слову, правдив с педагогом, товарищами, может признаться в своих поступках, но не | Выполняет данное обещание при наличии требований со стороны педагогов и товарищей | Часто говорит неправду ради собственной выгоды, не всегда выполняет обещания, не сразу | Почти всегда говорит неправду, если ему это выгодно, нечестен, |

| | | | | | |
|--|--|-------------------------|--|----------------------|--------------------|
| | правду и тогда, когда ему это невыгодно, требует честности от других | требует этого от других | | признаёт свои ошибки | обманывает старших |
|--|--|-------------------------|--|----------------------|--------------------|

Диагностическая карта определения уровня развития качеств по модулю «Духовно-нравственное воспитание»

объединение «Адаптивное плавание» в 20__-20__ учебном году, группа №__

| № | Ф.И. учащегося | Критерии | | | | | Общее кол-во | Результат |
|---|----------------|-------------------|------------------------|----------------------------------|------------|-----------|--------------|-----------|
| | | Отношение к труду | Отношение к проступкам | Отношение к проступкам товарищей | Вежливость | Честность | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

21-25 – оптимальный уровень (О) духовно-нравственного воспитания.

15-20 – допустимый уровень (Д) духовно-нравственного воспитания.

5-14 – критический уровень (К) духовно-нравственного воспитания.

Параметры мониторинга по модулю «Профориентация» методика Худенко Е.Д., Шпаловой Л.А., Маслий А.Г., Сенокос О.В.

| Показатели | Признаки и уровни, формирующихся качеств | | | | |
|----------------------------------|---|---|---|---|--|
| | 5 баллов | 4 балла | 3 балла | 2 балла | 1 балл |
| Знания о профессиях | Имеет разносторонние знания о профессиях и способен распространённо рассказать о них | Способен перечислить пять-шесть профессий и рассказать об их особенностях | Называет четыре профессии и может определить их характерные черты | Может назвать две-три профессии, но затрудняется о них рассказать | Не имеет представления о профессиях. |
| Понимание значения труда в жизни | Хорошо сформировано представление о значении труда в жизни человека, самостоятельно и | Имеет представление о значении труда в жизни человека, способен применить данные знания в | Имеет некоторые представления, но не всегда применяет данные знания в практической деятельности | Слабо владеет знаниями о значении труда в жизни человека, требует контроля со стороны педагогов | Не владеет знаниями о значении труда в жизни человека, не применяет данные знания, |

| | | | | | |
|------------------------------|---|---|---|--|---|
| | осознанно применяет данные знания в своей жизни | практической деятельности | | | даже под контролем педагога |
| Выполнение поручений старших | Выполняет поручения взрослых сознательно, добросовестно, проявляет творчество, делает любое дело своевременно, бескорыстно, добровольно | Всегда ответственно относится к выполнению поручений взрослых, выполняет поручение бескорыстно, своевременно, но проявляет творчество только тогда, когда интересно | Выполняет поручения, когда напомнят или после предъявления требований педагогов, делает всё кое-как | Выполняет поручения взрослых, когда это ему выгодно или обещана награда, не всегда ответственно относится к выполнению поручения, не доводит начатое дело до конца | Уклоняется от выполнения поручений, забывает, если берётся за дело, то делает кое-как, неряшливо, безответственно |

Диагностическая карта определения уровня развития качеств по модулю «Профориентация»

объединение «Адаптивное плавание» в 20__-20__ учебном году, группа №__

| № | Ф.И. учащегося | Критерии | | | Общее кол-во | Результат |
|---|----------------|---------------------|----------------------------------|------------------------------|--------------|-----------|
| | | Знание о профессиях | Понимание значения труда в жизни | Выполнение поручений старших | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Общее количество баллов:

13-15 – оптимальный уровень (О) понимания значимости трудовой деятельности в жизни человека.

7-12 – допустимый уровень (Д) понимания значимости трудовой деятельности в жизни человека.

3-6 – критический уровень (К) понимания значимости трудовой деятельности в жизни человека.

Параметры мониторинга по модулю «Семейные ценности» методика Павлов В.П.

Анкета «Я и моя семья»

Цель: предназначена для изучения уровня сформированности семейных ценностей и значимости семьи в жизни воспитанников.

Инструкции: предлагается ответить на 9 вопросов.

1. Тебе нравится твоя семья?

- а) нравится
- б) не очень нравится
- в) не нравится

2. Охотно ли ты выполняешь просьбы и поручения родителей?

- а) да
- б) бывает по-разному
- в) нет

3. Тебя часто наказывают за проступки?

- а) да
- б) бывает по-разному
- в) нет

4. Тебе нравится ухаживать или помогать младшим братьям или сёстрам?

- а) да
- б) бывает по-разному
- в) нет

5. Ты хотел бы, чтобы у тебя в будущем была семья похожая на ту, в которой ты сейчас живёшь.

- а) хотел бы
- б) не знаю точно
- в) не хотел бы

6. Тебе нравится делать уборку, мыть посуду, выносить мусор?

- а) да, делаю сам, без просьб
- б) не всегда
- в) нет

7. Часто ли ты слушаешь своих родителей?

- а) часто
- б) иногда

в) почти никогда

8. Если родители делают тебе замечание, ты обижаешься на них?

а) да

б) бывает по-разному

в) нет

9. Ты часто помогаешь бабушке и дедушке

а) всегда

б) иногда

в) почти никогда

Обработка результатов:

Ответ а) – 3 балла

Ответ б) – 2 балла

Ответ в) – 1 балл

Диагностическая карта определения уровня сформированности отношения к семье по модулю «Семейные ценности»

объединение «Адаптивное плавание» в 20__-20__ учебном году, группа №__

| № | Ф.И. учащегося | Вопросы | | | | | | | | | Общее кол-во | Результат |
|---|----------------|---------|---|---|---|---|---|---|---|---|--------------|-----------|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

22-27 – оптимальный уровень (О) сформированности семейных ценностей (у учащегося сформированы основы семейных ценностей, сформировано почитание родителей, уважение старших, забота о младших, без напоминания готовы помочь всем членам семьи, готовы передавать семейные ценности своим детям).

17-21 – допустимый уровень (Д) сформированности семейных ценностей (существует взаимопонимание и взаимопомощь в семье, но семейные ценности не принимаются полностью, есть моменты, которые не устраивают учащегося. Такие дети достаточно благополучно чувствуют себя в семье, однако бывают разногласия и непонимание с отстаиванием своих интересов. Ориентированы на деятельность по удовольствию).

9-16 – критический уровень (К) сформированности семейных ценностей (учащиеся в семье чувствуют себя не комфортно, не охотно участвуют в семейных делах. Испытывают серьёзные затруднения в установлении контактов между членами семьи. Традиции семьи не соблюдаются. Могут совершать побеги из дома. Нередко семья воспринимается ими как враждебная среда, пребывание в которой для них невыносимо. Часто у подобных учащихся наблюдается нарушения нервно-психического здоровья).

Параметры мониторинга по модулю «Здоровый образ жизни» методика Худенко Е.Д., Шпаловой Л.А., Маслий А.Г., Сенокос О.В.

| Показатели | Признаки и уровни, формирующихся качеств | | | | |
|------------------------------|---|---|---|---|---|
| | 5 баллов | 4 балла | 3 балла | 2 балла | 1 балл |
| Занятия спортом | Проявляет заинтересованность к занятиям спортом, активно участвует в спортивных мероприятиях, приобщает к этому других | С желанием занимается спортом, активно участвует в спортивных мероприятиях | Активность в занятиях спортом ситуативна, не всегда с желанием принимает участие в спортивных мероприятиях | Не проявляет активности к спортивным занятиям, часто уклоняется от участия в спортивных мероприятиях | Не принимает участия в спортивных мероприятиях |
| Знания о ЗОЖ и их выполнение | Прочно владеет знаниями о здоровом образе жизни, всегда сам ведёт здоровый образ жизни и приобщает к нему сверстников | Владеет знаниями о здоровом образе жизни, сам ведёт здоровый образ жизни, но не требует этого от других | Владеет знаниями о здоровом образе жизни, но сам не всегда ведёт здоровый образ жизни | Знаниями о здоровом образе жизни владеет недостаточно, часто ведёт нездоровый образ жизни | Знаниями о здоровом образе жизни не владеет |
| Навыки личной гигиены | Навыки личной гигиены привиты прочно, постоянно сам соблюдает правила личной гигиены и активизирует товарищей на их освоение | Навыки личной гигиены привиты, навыки личной гигиены привиты выборочно | Навыки личной гигиены привиты, соблюдает правила личной гигиены неохотно, требуется контроль со стороны педагогов | Навыки личной гигиены привиты недостаточно, правила личной гигиены соблюдает только под контролем педагогов | Навыки личной гигиены не привиты, правила личной гигиены не соблюдает |
| Двигательная активность | Двигательная активность всегда на высоком уровне, ребенок всегда подвижен, живой, постоянно выступает инициатором и организатором подвижных игр | Двигательная активность всегда на высоком уровне, но безынициативен, не старается проявлять организаторские способности без особой надобности | Двигательная активность снижена, не всегда принимает участие в коллективных подвижных играх | Двигательная активность снижена значительно, пассивен, безразлично относится к коллективным подвижным играм | Двигательная активность нарушена (в связи с недостатками в развитии и здоровье ребенка) |

Диагностическая карта определения уровня развития качеств по модулю «Здоровый образ жизни»

объединение «Адаптивное плавание» в 20__-20__ учебном году, группа №__

| № | Ф.И. учащегося | Критерии | | | | Общее кол-во | Результат |
|---|----------------|-----------------|------------------------------|-----------------------|-------------------------|--------------|-----------|
| | | Занятия спортом | Знания о ЗОЖ и их выполнение | Навыки личной гигиены | Двигательная активность | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |

Общее количество баллов:

15-20 – оптимальный уровень (О) развития навыков здорового образа жизни.

9-14 – допустимый уровень (Д) развития навыков здорового образа жизни.

4-8 – критический уровень (К) развития навыков здорового образа жизни.

Параметры мониторинга по модулю «Экологическая культура» методика Охрименко Ю.В.

Для изучения параметров нравственно-экологической позиции учащихся выбрана методика, включающая вопросы экологического содержания и 4 варианта ответов. Каждый вариант соответствует определенному типу позиции по отношению к природе: а - негативно-деструктивная позиция; б - равнодушно-созерцательная позиция; в - пассивно-сочувственная позиция; г - активно-добродетельная позиция. Преобладающий тип позиции определялся путем подсчета количества ответов (а, б, в, г).

Больше ответов «а» - *Негативно-деструктивная позиция* характеризуется проявлениями агрессии, жестокости по отношению к природным объектам, отсутствием интереса к познанию природы, отказом соблюдать необходимые экологические нормы и правила, участвовать в природоохранной деятельности. Общение с такими детьми в ходе экспериментальной работы показало, что они, в большинстве, требуют индивидуальной работы, участия психолога, так как имеют дополнительные проблемы: учебные, семейные или адаптационного характера.

Больше ответов «б» - *Равнодушно-созерцательная позиция* характеризуется несформированностью эмоциональных реакций, необходимых для взаимодействия с природой, неумением ребенка контактировать с растениями и животными. Для включения такого ученика в творческую, природоохранную деятельность требуются дополнительные стимулы (соревнование с одноклассниками, оценка в дневнике, похвала взрослых и т.п.), он не стремится контролировать свои поступки по отношению к природным объектам. Соблюдение экологических норм и правил воспринимается не более чем одно из требований взрослых.

Больше ответов «в» - *Пассивно-сочувственная позиция* школьников основана, как правило, на их бедном экологическом опыте, который недостаточно определяет эмоционально-поведенческие реакции во взаимодействии с окружающим. Эти учащиеся не проявляют желания взаимодействовать с природными объектами, создавая впечатление равнодушия и отчужденности от окружающего.

Пассивность позиции выражается в том, что нормой поведения учащиеся считают «не причинить вреда природе и людям», но не «оказать помощь», «встать на защиту природы» и т.п.

Больше ответов «г» - Активно-добровольческая позиция характеризуется наличием позитивного опыта природоохранной деятельности. Учащиеся, занимающие данную позицию, способны «дружить» с животными и растениями, самостоятельно находить объекты приложения сил, обладают элементарными умениями и навыками природоохранной деятельности, проявляют познавательный интерес к окружающему миру. Им свойственны элементарные эстетические чувства, потребность отразить свои впечатления об окружающем мире в доступных видах творчества. Кроме того, для них характерны попытки воздействия на других людей (родителей, близких, одноклассников) с целью вовлечения последних в экологическую деятельность либо предотвращения нежелательных поступков. При этом активность мотивирована заботой об окружающем, а не тем, чтобы заработать похвалу взрослых.

Инструкция: «Внимательно прочитай и подумай, как бы ты поступил в этом случае. Ты можешь выбрать только один вариант ответа».

Тест

1. Если я выхожу на улицу и вижу, что ребята ломают недавно посаженное деревце, то я:
 - а) помогу им ломать ветки;
 - б) пройду мимо - ничего особенного не происходит;
 - в) пожалею деревце, но вмешиваться не буду;
 - г) постараюсь защитить деревце, позову на помощь взрослых.
2. Если я вижу, что кто-то обижает бездомную кошку, то я:
 - а) ничего не сделаю - я сам так часто поступаю;
 - б) не обращаю на это внимания - мне все равно;
 - в) конечно, кошку жалко, но вмешиваться не буду - вдруг мне тоже достанется?;
 - г) постараюсь освободить животное, при необходимости позову взрослых.
3. Если я увижу, что в мой сад залезли ребята и обламывают куст цветущей сирени, то я:
 - а) посмотрю, где они живут, и обломаю сирень около их дома;
 - б) пусть ломают — мне все равно;
 - в) пожалею о сломанной сирени, но не буду вмешиваться;
 - г) попытаюсь защитить растение.
4. Если я увижу, что в речке, в которой мы купаемся, кто-то моет машину, то я:
 - а) предложу родителям помыть там и нашу машину;
 - б) пусть моют — мне все равно. Вся грязь уплывет вниз по течению;
 - в) жаль, что река станет грязной! И купаться будет неприятно. Но что тут поделаешь;
 - г) попробую сам или с помощью взрослых объяснить, что этого делать нельзя.
5. Если мы с ребятами увидим, что на опушке нашего леса кто-то устроил свалку, то я:
 - а) тоже буду приносить туда мусор;
 - б) не обращаю на это внимания - сейчас везде свалки;

- в) конечно, неприятно, такой красивый был лес! Но сделать я все равно ничего не смогу;
 г) попробую привлечь внимание взрослых - может, вместе мы сможем прекратить это безобразие?
6. *Если я увижу в лесу тлеющий костер, то я:*
 а) подброшу в него еще дров - жечь костры так интересно!;
 б) просто пройду мимо - сам погаснет;
 в) надо, чтобы кто-нибудь его погасил, а то начнется пожар;
 г) обязательно погашу костер.
7. *Если мы с ребятами увидим, что кто-то разоряет птичьи гнезда, то мы:*
 а) тоже присоединимся, чтобы достать яйца из гнезда. Это так весело!
 б) не обратим на это внимания - пускай развлекаются, как хотят;
 в) пожалеем птичек и пройдем мимо;
 г) постараемся сами спугнуть хулиганов или позвать взрослых.
8. *Если я увижу, что на рынке продают цветы, занесенные в Красную книгу, то я:*
 а) в следующий раз в лесу тоже обязательно нарву целый букет ландышей - все так делают;
 б) я цветы не рву. А что делают другие - мне все равно. Цветов много;
 в) жаль цветочки. Но их уже все равно сорвали. Ничего не поделаешь;
 г) обязательно скажу об этом взрослым. Если все будут молчать, скоро ни одного цветка в лесу не останется!
9. *Если в холодный зимний день синички стучат клювиками в стекло, то я:*
 а) какой удобный случай пострелять в них из рогатки;
 б) прогоню птиц;
 в) пожалею птичек, наверное, холодно на улице;
 г) повешу за окном кормушку и буду подкармливать птиц.
10. *Учитель объясняет, как правильно вести себя во время экскурсии в парк, чтобы не навредить природе. Мое отношение:*
 а) пусть говорит, что хочет - я ни за что никакие правила соблюдать не буду;
 б) в присутствии учителя буду придерживаться правил - чтобы плохую оценку не поставил. А вообще природа мне безразлична;
 в) постараюсь эти правила выполнять, хотя мало кто это делает;
 г) не только сам буду выполнять, но и прослежу, чтобы другие ребята их не нарушали.

Обработка результатов:

Преобладающий тип позиции определялся путем подсчета количества ответов (а, б, в, г).

Диагностическая карта определения уровня развития качеств по модулю «Экологическая культура»

объединение «Адаптивное плавание» в 20__-20__ учебном году, группа №__

| № | Ф.И. учащегося | Вопросы | | | | | | | | | | Общее кол-во | Результат |
|---|----------------|---------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--------------|-----------|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | | |

| | | | | |
|----------------------------------|--|--|--|--|
| | гражданина. Всегда добросовестен в делах, умеет преодолевать индивидуалистические устремления, регулировать свои потребности и соотносить их с возможностями общества и других людей | гражданина. Соблюдает правила поведения, но не всегда может регулировать свои потребности и соотносить их с возможностями других людей | гражданина. Соблюдает правила поведения, но не всегда может регулировать свои потребности и соотносить их с возможностями других людей | гражданина. Соблюдает правила поведения, но не всегда может регулировать свои потребности и соотносить их с возможностями других людей |
| Уважительное отношение к старшим | Уважает старших, не терпит неуважительного отношения к ним со стороны сверстников | Уважает старших | К старшим не всегда уважителен, нуждается в руководстве | Не уважает старших, допускает грубость. |

Диагностическая карта определения уровня развития качеств по модулю «Гражданско-патриотическое воспитание»

объединение «Адаптивное плавание» в 20__-20__ учебном году, группа №__

| № | Ф.И. учащегося | Критерии | | | | Общее кол-во | Результат |
|---|----------------|-------------------------|----------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------|-----------|
| | | Гордость за свою страну | Патриотизм и интернациональность | Гражданское самосознание | Гражданское самосознание | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |

Общее количество баллов:

17-20 – оптимальный уровень (О) гражданско-патриотического воспитания.

13-16 – допустимый уровень (Д) гражданско-патриотического воспитания.

8-12 – критический уровень (К) гражданско-патриотического воспитания.

Параметры мониторинга по модулю «Правовое воспитание» методика Худенко Е.Д., Шпаловой Л.А., Маслий А.Г., Сенокос О.В.

| Показатели | Признаки и уровни, формирующихся качеств |
|------------|--|
|------------|--|

| | 5 баллов | 4 балла | 3 балла | 2 балла | 1 балл |
|---|--|---|---|--|---|
| Отношение к правилам внутреннего распорядка | Самоорганизован, выполняет Правила внутреннего распорядка, проявляет постоянную готовность в оказании помощи другим (товарищам по группе, педагогам) в их соблюдении | Выполняет Правила внутреннего распорядка, готов оказать содействие в соблюдении Правил внутреннего распорядка другими по просьбе взрослых | Выполняет Правила внутреннего распорядка лишь по указанию педагогов | Не всегда выполняет Правила внутреннего распорядка | Почти всегда нарушает Правила внутреннего распорядка |
| Отношение к имуществу учреждения | Бережет имущество учреждения, всегда старается привести его в порядок, побуждает к этому других | Бережет имущество учреждения, помогает приводить в порядок имущество учреждения (инвентарь и т.п.) скорее по обязанности, не побуждает к этому других | Не портит имущество учреждения, равнодушен по отношению к тем, кто портит | Не бережет имущество учреждения, наблюдаются случаи порчи имущества учреждения | Не бережет имущество учреждения, при случае, не задумываясь портит его. |
| Отношение к личному имуществу | Бережлив, аккуратен, всегда содержит свои личные вещи в порядке, способствует развитию этих качеств в товарищах | Бережлив, аккуратен, содержит свои личные вещи в порядке, по просьбе педагога побуждает к этому других | Не всегда аккуратен, бережно относится к личному имуществу, если чувствует контроль со стороны педагога | Неаккуратен, небережлив, требует контроля со стороны педагога | Неаккуратен, небережлив, допускает порчу личного имущества |
| Дисциплинированность | Примерно ведет себя, самостоятельно соблюдает правила поведения в повседневной и | Хорошо ведет себя независимо от наличия или отсутствия контроля, но не требует | Соблюдает правила поведения при условии требовательности и контроля со стороны | Нарушает дисциплину, даже при наличии требований со стороны педагогов и | Нарушает дисциплину, даже при наличии требований со стороны |

| | | | | | |
|--|--|---|---|--|---|
| | учебной ситуации, требует этих качеств от других | хорошего поведения от других | взрослых или товарищей | товарищей, слабо реагирует на внешние воздействия | педагогов и товарищей, не реагирует на внешние воздействия |
| Знание и выполнение правил (дорожного движения, проезда на транспорте) | Прочно владеет знаниями и самостоятельно выполняет правила дорожного движения, проезда на транспорте, побуждает к этому других | Владеет знаниями и выполняет правила дорожного движения, правила проезда в транспорте | Знает правила дорожного движения, правила проезда в транспорте, но затрудняется применять данные знания на практике | Знает правила дорожного движения, правила проезда в транспорте, но часто не выполняет их, требует постоянного контроля со стороны взрослых | Не знает и не выполняет правила дорожного движения, правила проезда в транспорте, сам нарушает данные правила |

Диагностическая карта определения уровня развития качеств по модулю «Правовое воспитание»

объединение «Адаптивное плавание» в 20__-20__ учебном году, группа №__

| № | Ф.И. учащегося | Критерии | | | | | Общее кол-во | Результат |
|---|----------------|---|----------------------------------|-------------------------------|----------------------|--|--------------|-----------|
| | | Отношение к правилам внутреннего распорядка | Отношение к имуществу учреждения | Отношение к личному имуществу | Дисциплинированность | Знание и выполнение правил (дорожного движения, проезда на транспорте) | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

21-25 – оптимальный уровень (О) правового воспитания.

15-20 – допустимый уровень (Д) правового воспитания.

5-14 – критический уровень (К) правового воспитания.

Сводная диагностическая карта определения уровня воспитанности

**объединения "Адаптивное плавание" в 20__-20__ учебном году
группа №__**

| № | Ф.И. учащегося | Параметры оценивания (модули) | | | | | | | Обще кол-во баллов | Результат |
|---|-------------------|--|---------------------|----------------------|----------------------------|--------------------------------|--|-----------------------------|--------------------------|-----------|
| | | Духовно- нравственное воспитание | Профориен- тация | Семейные ценности | Здоровый образ жизни | Экологиче- ская культура | Гражданс- ко- патриотич- еское воспитани- е | Правовое воспитани- е | | |
| | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |

Общее количество баллов:

124-152 – оптимальный уровень (О) воспитанности учащегося.

85-123 – допустимый уровень (Д) воспитанности учащегося.

38-84 – критический уровень (К) воспитанности учащегося.