*Задания*

*контрольных работ по дисциплине*

«ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ БАЗОВЫМ ВИДАМ СПОРТА: ПЛАВАНИЕ»

направления 49.03.01– «Физическая культура»,

профиль «Спортивная тренировка»

*Вариант контрольной работы* выбирается из приведенной таблицы. Объем контрольной работы, должен составлять не менее 15 печатных страниц, шрифт Times New Roman, размер 14, интервал 1,5. Поля: верхнее, нижнее – 2,5; левое - 3,5; правое - 1,5.

Образец титульного листа прилагается (адресная наклейка).

Контрольную работу студент обязан выполнить и сдать в деканат факультета до начала сессии.

***Структура контрольной работы:***

1. Титульный лист с названием темы, фамилии, имени, отчества студента, учебной группы. Год. (Адресная наклейка).

2. Содержание.

3. Введение.

4. Изложение содержания (Глава 1; 2; 3)

5. Выводы.

6.Список литературы и других информационных ресурсов.

Таблица 1.

**Варианты выбора тем на контрольную работу**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Пред***  ***последняя цифра зачетной книжки*** | ***Последняя цифра зачетной книжки*** | | | | | | | | | |
| ***0*** | ***1*** | ***2*** | ***3*** | ***4*** | ***5*** | ***6*** | ***7*** | ***8*** | ***9*** |
| **Н о м е р а в о п р о с о в** | | | | | | | | | |
| ***0*** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| ***1*** | 11 | 12 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| ***2*** | 9 | 10 | 11 | 12 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| ***3*** | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| ***4*** | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 1 | 2 |
| ***5*** | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| ***6*** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| ***7*** | 11 | 12 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| ***8*** | 9 | 10 | 11 | 12 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| ***9*** | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 1 | 2 | 3 | 4 |

1. Оздоровительная роль плавания.
2. Влияние плавания на организм занимающегося.
3. Влияние температуры воды на системы организма.
4. Использование методов оздоровительного плавания при работе с различным контингентом.
5. Противопоказания при занятиях плаваниям.
6. История возникновения плавания в древние века.
7. История становления плавания как вида спорта.
8. Методика обучения спортивным способам плавания.

9. Средства и методы тренировки в плавании и их использование в ИВС.

1. Требования к организации и проведению соревнований по плаванию.
2. Документация при проведении соревнований по плаванию.
3. Состав судейской коллегии на соревнованиях по плаванию.