

АНОТАЦІЯ НАВЧАЛЬНОЇ ПРАКТИКИ З ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ, ПЛАВАННЯ Й ОРГАНІЗАЦІЇ ТА ПРОВЕДЕННЯ ТУРИСТИЧНИХ ПОХОДІВ

1. Метою проходження навчальної практики з легкої атлетики, плавання й організації та проведення туристичних походів є поглиблення і закріплення теоретичних знань практичних умінь та навичок тренера з видів спорту з навчальних дисциплін професійної підготовки «Теорія і методика легкої атлетики», «Теорія і методика плавання», «Теорія і методика рухливих ігор і забав», «Організація проведення туристичних походів».

2. Перелік компетентностей, здобуття яких гарантуватиме вивчення навчальної дисципліни.

Відповідно до освітньо-професійної програми (затверджена ухвалою вченої ради К-ПНУ імені Івана Огієнка від 30 травня 2017 року, протокол за № 6) у здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня формуються наступні *загальні компетентності*:

Загальні компетентності:

- Здатність застосовувати знання у практичній ситуації.

Студенти-практиканти під час проходження навчальних і виробничих практик використовують набуті під час вивчення теоретичних дисциплін знання, опановані вміння та навички, які розвивають їх професійні якості та спрямовують на правильну організацію та проведення усіх видів робіт, що заплановані для досягнення цілей вищезазначених практик.

- Здатність працювати в команді.

Знаходять спільну мову з колективом бази практики, з учнями та іншими особами, які тим чи іншим чином мають безпосередній зв'язок з тренерською діяльністю. Під час організації спортивно-масових заходів, змагань проявляють

ініціативність, відповідальність, уміння вчитися у старших колег. Використовують досвід провідних тренерів для налагодження тісного взаємозв'язку з дітьми, підлітками. Виробляють уміння створювати командний дух у закріплених групах.

Фахові компетентності:

- Вдосконалення практичних умінь і навичок у процесі проведення навчальних практик: з легкої атлетики, плавання й організації та проведення туристичних походів, з гімнастики, зі спортивних ігор, із зимових видів спорту.

Спеціалізовані навчальні дисципліни освітнього ступеня «бакалавр» у найбільшій мірі готують майбутнього тренера з виду спорту до трудової діяльності. У ході навчальних практик здобувачі вищої освіти використовують теоретичні знання, практичні вміння та навички під час навчально-тренувального процесу, у ході змагань, під час проведення індивідуальних бесід з дітьми, підлітками, під час проведення виховних заходів тощо.

- Використання професійно-прикладних практичних навичок із виробничих практик в ДЮСШ в групах початкової, попередньої і спеціалізованої базової підготовки для виконавської діяльності.

У залежності від виду спорту кожен студент під час проходження виробничої педагогічної практики в ДЮСШ закріплюється за викладачем-тренером з обраного виду спорту. Усі набутті знання під час тренувальних занять у виші зі спортивно-педагогічного вдосконалення студент-практикант випробовує на практиці, впроваджує їх у тренувальний процес.

- Застосування знань в організації спортивно-масової роботи, визначенні ступеня та глибини засвоєння дітьми різного віку та фізичної підготовленості програмового матеріалу, у використанні різноманітних методів, засобів і форм тренування, прогресивних прийомів керівництва спортивною діяльністю.

Кожен вид спорту, який культивується у дитячо-юнацьких спортивних школах забезпечений програмовим матеріалом. Студенти-практиканти не лише

повинні ознайомитися з програмою свого виду спорту, але й детально її вивчити, вміти виділити головне, порівняти дану програму з програмами з інших видів спорту.

Використання новітніх методик у навчально-тренувальному процесі учнів повинно відбуватися під контролем тренера-викладача, студент-практикант готує відповідний матеріал й разом із досвідченим колегою впроваджує у процес тренування.

- Формування готовності забезпечувати високий практичний і методичний рівень викладання дисциплін у повному обсязі освітньої програми відповідної спеціальності.

У процесі теоретичного навчання здобувачі вищої освіти отримують повний і широкий обсяг усієї необхідної інформації з фахових дисциплін, які завершуються навчальними та виробничими практиками. Саме упродовж практики студенти повною мірою удосконалюють усі раніше набуті професійні якості та розвивають навички досконалої організації навчально-тренувального процесу у найрізноманітніших умовах та сферах життєдіяльності.

Сфера реалізації здобутих компетентностей під час працевлаштування.

Загальні компетенції:

1. - Здатність застосовувати набуті знання в практичних ситуаціях.

Майбутній вчитель фізичної культури здатний виконувати спеціалізовані завдання, знаходити або приймати рішення щодо специфічних проблем у сфері професійної діяльності або навчання; планувати власну, контроль, оцінювання та коригування роботи інших, всебічний аналіз стану практики та співставлення даних з вимогами концептуальних документів. Наслідком роботи повинна стати об'єктивна діагностична інформація, яка дозволяє визначити, що необхідно переробити для реалізації завдань.

2. Здатність здійснювати профілактику травматизму, забезпечувати охорону життя і здоров'я дітей.

В майбутньому вчитель усвідомлює роль профілактики та необхідності виконання усіх правил безпеки на заняттях фізичної культури. Володіє знаннями щодо надання першої долікарської допомоги, виконання штучного масажу серця, транспортування потерпілого, визволення від захватів у воді, техніки безпеки правил протипожежної безпеки під час запалювання вогнищ, виконанні навісних переправ, подоланні водних перепон.

Спеціальні (фахові) компетентності:

1. Використання професійно-профільних знань і практичних навичок з теорії і методики фізичного виховання та педагогічної практики для виробничої діяльності

Під час проходження практики здобувачі вищої освіти першого (бакалаврського) рівня вчаться використовувати набуті знання на практиці при проведенні теоретичних та практичних уроків з фізичної культури.

2. Використання нормативних документів у навчально-педагогічній, фізкультурно-оздоровчій і спортивно-масовій та науково-дослідницькій роботі.

Особливістю галузі фізичного виховання і спорту в школі порівняно з іншими педагогічними галузями є те, що вона зумовлюється і спрямовується цілим рядом вагомих державних положень, нормативних актів, законів. Їх зміст у комплексному аналізі становить “соціальне замовлення” держави щодо результатів праці, визначає концептуальні напрямки (стратегія, тактика) досягнення в їх змістовому спрямуванні, програмно-організаційному, матеріально-технічному, юридично-правовому забезпеченні. Тобто інтеграція змістових основ цих документів прямо-таки відображає “загальнодержавну концепцію фізичного виховання школярів України” у відповідності до запитів і потреб сьогодення.

Учитель фізичної культури не може здійснити оптимізацію процесу фізичного виховання школярів, професійно не володіючи концептуальною інформацією стосовно сутності існуючого на даний період державного

"соціального замовлення", досягнення якого очікується в результаті його фахової діяльності.

3. Зміст навчальної практики за модулями та темами

Змістовий модуль 1

Удосконалення техніки та методика проведення навчально-тренувальних занять з легкої атлетики

Тема 1. Особливості формування рухового вміння та навички, загальна характеристика етапів навчання у легкій атлетиці.

Тема 2. Удосконалення техніки та методика проведення навчально-тренувальних занять з спортивної ходьби.

Тема 3. Удосконалення техніки та методика проведення навчально-тренувальних занять з бігу (короткі, середні, довгі дистанції, естафетний).

Тема 4. Удосконалення техніки та методика проведення навчально-тренування занять з легкоатлетичних метань (штовхання ядра, метання диска, метання списа).

Тема 5. Удосконалення техніки та методика проведення навчально-тренування занять з бігу (бар'єрний, з перешкодами, кросовий).

Тема 6. Удосконалення техніки та методика проведення навчально-тренувальних занять з легкоатлетичних стрибків (висоту, довжину, потрійним).

Тема 7. Організація, суддівство та правила проведення змагань з легкої атлетики.

Змістовий модуль 2.

Удосконалення техніки та методика проведення навчально-тренувальних занять з плавання

Тема 1. Загальні основи методики навчання і тренування

Тема 2. Особливості техніки та методика навчання техніки плавання «кріль на грудях».

Тема 3. Особливості техніки та методика навчання техніки плавання «кріль на спині»

Тема 4. Особливості техніки та методика навчання техніки плавання «брас».

Тема 5. Особливості техніки та методика навчання техніки плавання «батерфляй»

Тема 6. Методичні особливості проведення кондиційного тренування з для різних груп населення.

Змістовий модуль 3. Організація та проведення туристичних походів

Тема 1. Класифікація видів туризму

Тема 2. Форми туризму.

Тема 3. Вибір району подорожі і розробка маршруту

Тема 4. Документація походу

Тема 5. Спорядження походу

Тема 6. Бівачніроботи

Тема 7. Забезпеченнябезпеки

4. Обсяг вивчення навчальної дисципліни:

- кількість кредитів ЄКТС – 6;

- кількість годин – 180;

- кількість аудиторних годин – 180, 180 годин практичних занять.

5. Форма семестрового контролю – залік.

6. Інформація про науково-педагогічних працівників, які забезпечують викладання дисципліни:

Гоншовський В. М., кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент;
Райтаровська І. В., старший викладач; Мазур В. Й., викладач

7. Перелік основної літератури:

Плавання

1. Ванджура В. Я. Рекомендації та план-конспекти навчання дітей плаванню. Тернопіль: видавництво «Горлиця», 2009. 22 с. з іл.
2. Викулов А. Д. Плавание . Москва: 2001. 150 с.
3. Глазирін І.Д. Плавання: Навчальний посібник. К.: Кондор, 2006. 502 с.
4. Платонов В. Н. Плавание. Київ: Олімпійська література, 2000. 495 с.
5. Райтаровська І. В., Шишкін О. П. Теорія і методика викладання плавання / методичні рекомендації. Київ КНТ, 2017. 50 с.
6. Шишкін О. П., Райтаровська І. В. Плавання. Навчально-методичний посібник. Кам'янець-Подільський: ПП Буйницький О. А., 2007. 156 с.

Організація красназнавчо-туристичної діяльності

1. Власов В. А., Нагорный А. Туризм: Учеб.-метод. пособие.М.:Высшая шк; 1977.95 с.
2. Грабовський Ю. А., Скалій О. В., Скалій Т. В. Спортивний туризм: навчальний посібник. Тернопіль: Навчальна книга. Богдан, 2009.304 с.
3. Гуска М. Б., Стринадко В. С., Гуска М. В., Зубаль М. В., Стасюк І. І. Перша долікарська допомога та критичні ситуації під час подорожей: навч.-метод.посібник. Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2017. 264 с.
4. Гуска М. Б., Зубаль М. В., Мазур В. Й., Гуска М. В. Теорія і методика викладання рухливих ігор та забав. Навчально-методичний посібник. Навчально-методичний посібник. Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2011. 360 с.
5. Дмитрук О. Ю., Щур Ю. В. Спортивно-оздоровчий туризм: навчальний посібник. К.: Альтерпрес, 2008. 280 с., іл.

6. Зубаль М. В., Райтаровська І. В. Організація краєзнавчо-оздоровчої туристичної діяльності: методичні рекомендації. 2-е видання перероб і доповн. Кам'янець-Подільський: ТОВ «Друкарня Рута», 2016. 44с.

7. Козинець В. М. Безпека життєдіяльності у сфері туризму: навчальний посібник. К.: Кондор, 2006. 576с.

8. Курилов В. Т. Туризм: Учеб.пособие для студентов пединститутов. М.: Просвещение. 1988. 224 с., ил.

9. Моргунов Б. П. Туризм: Учеб.-метод. пособие для студ. пед.ин-тов. М., Просвещение, 1998. 168 с., ил.

10. Пангелов Б. П. Організація і проведення туристсько-краєзнавчих подорожей: навчальний посібник. К.: Академвидав, 2010. 248 с. (Серія «Альма-матер»).