

Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка  
Факультет фізичної культури  
Кафедра спорту і спортивних ігор

ЗАТВЕРДЖУЮ  
Завідувач кафедри спорту і спортивних ігор

 М. В. Прозар  
підпис  
27 серпень 2020 р.  
число місяць

**РОБОЧА ПРОГРАМА  
НАВЧАЛЬНОЇ ПРАКТИКИ З ПЛАВАННЯ**

підготовки фахівців першого (бакалаврського) рівня вищої освіти

за освітньо-професійною програмою Тренер з видів спорту

спеціальності 017 Фізична культура і спорт

галузі знань 01 Освіта / Педагогіка

мова навчання українська

2020-2021 навчальний рік

Розробники програми: М. В. Прозар, завідувач кафедри спорту і спортивних ігор, кандидат наук з фізичного виховання та спорту

Ухвалено на засіданні кафедри спорту і спортивних ігор

Протокол № 9 від 27 серпня 2020 року

ПОГОДЖЕНО

Керівник  
групи забезпечення освітньої програми



Handwritten signature in blue ink, appearing to read 'I. I. Stasiuk', with the word 'підпис' (signature) written below it.

I. I. Стасюк

## ВСТУП

Практика студентів вищих навчальних закладів України є невід'ємною складовою освітньо-професійної програми підготовки фахівців. Вона спрямована на закріплення теоретичних знань, отриманих студентами за час навчання, набуття й удосконалення практичних навичок та умінь за відповідним напрямом чи спеціальністю.

Метою навчальних і виробничих практик, що передбачені навчальним планом підготовки фахівців першого (бакалаврського) рівня спеціальності 017 Фізична культура і спорт, є закріплення теоретико-методичних знань, вмінь і навичок здобувачів вищої освіти з наступних навчальних дисциплін: легкої атлетики, плавання й організації та проведення туристичних походів, гімнастики, спортивних ігор, зимових видів спорту, що були отримані в процесі навчання на факультеті фізичної культури, формування та розвиток професійного вміння приймати самостійні рішення в умовах дитячо-юнацької спортивної школи в групах початкової, попередньої та спеціалізованої базової підготовки, оволодіння студентами сучасними методами, формами організації фізичного виховання різних вікових категорій, знаряддями праці їх майбутньої професійної діяльності.

Практика студентів факультету фізичної культури проводиться на основі Положення про проведення практики студентів вищих навчальних закладів України, затвердженого наказом МО України від 08.04.1993 р. за № 93, листів Міністерства освіти і науки України від 05.12.2003 р. за №14/18.2-2097 «Про фахову (переддипломну) практику студентів вищих педагогічних закладів за місцем майбутнього працевлаштування» та від 07.02.2009 р. за №1/9-93 «Про практичну підготовку студентів», Закону України «Про вищу освіту», державного стандарту вищої освіти зазначеної спеціальності, освітньо-професійної програми, навчальних планів та Положення про організацію освітнього процесу в Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка.

## **МЕТА ТА ЗАВДАННЯ ПРАКТИК, КОМПЕТЕНТНОСТІ, ЯКІ ПОВИННІ БУТИ СФОРМОВАНІ У ЗДОБУВАЧА ВИЩОЇ ОСВІТИ ПІД ЧАС ПРОХОДЖЕННЯ ПРАКТИКИ**

**Цілі практики** полягають у здійсненні якісної підготовки студентів до самостійного і творчого виконання основних професійно-тренерських функцій у реальному навчально-виховному процесі шкіл спортивного спрямування, зокрема, удосконалення практичних навичок з плавання.

### **Завдання практики:**

- сформувані у здобувачів вищої освіти знання, сприяти вихованню професійно-педагогічних навичок і вмінь для здійснення наступних видів діяльності:

- організація та проведення навчання школярів плаванню;
- підготовка та організація проведення змагань з плавання;
- проведення занять по оздоровчому та прикладному плаванню;
- пропаганда плавання як життєво важливої корисної фізичної справи і масового виду спорту;
- застосування занять з плавання як діючого засобу, що сприяє всебічному гармонійному розвитку особистості, формуванню активної життєвої позиції.

**Керівництво практикою:** кафедра спорту і спортивних ігор.

### **Формування загальних та спеціальних (фахових компетентностей).**

Відповідно до освітньо-професійної програми «Тренер з видів спорту» ОС «бакалавр», затвердженої 25 квітня 2019 року вченою радою університету (протокол № 4), проходження усіх видів навчальних та виробничих практик здобувачами вищої освіти зумовлює набуття наступних компетентностей:

#### *загальні компетентності:*

- здатність працювати в команді (здобувачі вищої освіти знаходять спільну мову з колективами баз практик, 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);

- здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях (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 роботи, що заплановані для досягнення цілей вищезазначених практик);

#### *фахові компетентності:*

- здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях (під час навчальних практик здобувачі вищої освіти формують вміння організовувати та проводити навчально-тренувальних процес та змагальну діяльність, зокрема уміють вести супровідну документацію, підбирати тренерську методику, виявляти помилки та працювати над ними,

знають структурно-логічні схеми тренувального процесу та шляхи досягнення й реалізації цілей. Упродовж виробничих практик студенти усі ці знання й уміння застосовують уже під час реального проведення тренувальних занять в якості тренера, крім того, одним із завдань під час практик є організація і проведення змагань з певного виду спорту, що дає можливість здобувачам вищої освіти набути досвід не лише з організаційних питань, але й з психологічного супроводу своєї команди, їх підтримки й аналізу досягнутих результатів);

- здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя (основним завданням будь-якої практики є зміцнення фізичного стану населення різних вікових груп, тому здобувачі вищої освіти повинні працювати над цим не лише у період тренувань, але і стимулювати дітей до самостійного заняття фізичними вправами та руховою активністю у вільний час, студенти-практиканти повинні уже свідомо пропагувати ведення здорового способу життя засобами фізичного виховання та спорту);

- здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми (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. 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).

Однією з найбільш обговорюваних тем в менеджменті та сфері працевлаштування стали моделі і програми, що стосуються зацікавлених сторін. Такий інтерес до цієї тематики пов'язаний з тим, що кращі результати діяльності показують заклади вищої освіти, які в процесі своєї роботи створюють цінність зацікавлених в їх діяльності осіб. Тобто, освітні програми тієї чи іншої спеціальності, які є основою – проектом, що показує теоретичні результати навчання, допомагають уявити уже сформованого тренера з усіма професійними якостями та засвоєними компетентностями.

Для зацікавлення стейкхолдерів розробники освітньої програми основну увагу звертають на введення в навчальний процес вивчення таких компонентів, які акцентують увагу на розвитку сфери фізичної культури і спорту, на покращенні рухової активності населення, на створенні та реалізації ефективних проектів з метою популяризації здорового способу життя, на зміні орієнтованості навчально-тренувального процесу, де тренер зважає на психічні якості майбутніх спортсменів, соціальні процеси та стани, фізіологічні

особливості людини тощо. І такими компонентами є навчальні та виробничі практики. Модель тренера за освітньо-професійною програмою – це поєднання обізнаної особистості з широким світоглядом та вмінням проявляти лідерські та управлінські якості у поєднанні з усіма якостями сучасного тренера, який володіє як вітчизняною, так і зарубіжною методикою підготовки спортсменів. Відкриття спортивних клубів, фітнес-клубів, спортивних та туристичних баз, шкіл спортивного профілю та їх запити на робочий контингент – це все створює потребу у підготовці професіоналів, які зможуть задовольнити вимоги сучасних роботодавців.

Широкий спектр універсальних і спеціальних знань, які формуються під час проходження практик, дозволяє випускникам спеціальності успішно знайти роботу у сфері фізичної культури і спорту:

- діяльність професійних спортсменів і суддів, хронометристів, інструкторів, тренерів, спортивних викладачів та інших знавців, що приймають участь у підготовці спортсменів;
- участь в організації фізкультурно-оздоровчих заходів;
- діяльність навчально-тренувальних центрів та баз, спортивних таборів з підготовки спортсменів до змагань з різних видів спорту;
- діяльність у ДЮСШ, ДЮСШОР, ШВСМ, спортивних клубах, фітнес-зкладах;
- діяльність дошкільних і шкільних навчально-виховних закладів;
- надання послуг, пов'язаних зі спортом та ін.

## ТЕРМІНИ ПРОХОДЖЕННЯ ПРАКТИКИ

<b>Види практик</b>	<b>Семестр</b>	<b>Терміни проведення за графіком навчального процесу</b>	<b>Форма підсумкового контролю</b>
<b>Денна форма навчання</b>			
Навчальна практика з плавання	3	30.11.20- 04.12.20 (14 тиждень)	Залік
<b>Заочна форма навчання</b>			
Навчальна практика з плавання	3	02.11.20- 06.11.20 (9 тиждень)	Залік



## БАЗИ ПРАКТИКИ

Для здобувачів вищої освіти денної форми навчання: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка факультет фізичної культури кафедра спорту і спортивних ігор; для здобувачів вищої освіти заочної форми навчання: школи спортивного профілю, спортивні бази, ДЮСШ, спортивні клуби, шкільні секції.

Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка (факультет фізичної культури) щорічно укладає угоди із базами практики про проходження практики студентами.

Базами практики можуть бути визначені заклади, що знаходяться у м. Кам'янець-Подільський та населених пунктах Хмельницької й інших областей України, незалежно від їх організаційно-правових форм власності, при умові їх належного кадрового, навчально-методичного та матеріально-технічного забезпечення.

Студенти факультету фізичної культури можуть самостійно обирати для себе базу практики і пропонувати її для використання лише при умові погодження всіх питань з керівництвом факультету й університету та керівництвом бази практики.



## ОРГАНІЗАЦІЯ ПРОВЕДЕННЯ ПРАКТИКИ

Відповідальність за організацію і проведення практик на факультеті фізичної культури покладається на керівництво університету, керівництво факультету фізичної культури, керівників практик від кафедр факультету фізичної культури та університету. Загальну організацію практики та контроль за її проведенням здійснює перший проректор університету та керівник практики університету. Загальне керівництво практикою здійснює навчальний відділ університету. Безпосереднє організаційне та навчально-методичне керівництво практиками і виконання програм забезпечує кафедри факультету фізичної культури, кафедра педагогіки та управління навчальним закладом, кафедра психології освіти.

Організаційними заходами, що забезпечують підготовку та порядок проведення практик на факультеті фізичної культури є:

- організація роботи згідно змісту Положення про проведення практики студентів вищих навчальних закладів України;
- розробка робочих програм практик студентів, підготовка яких здійснюється за різними напрямками та спеціальностями (додатковими спеціалізаціями);
- визначення та моніторинг баз практики;
- розподіл студентів за базами практики;
- укладання договорів про проведення практики між університетом та базою практики згідно вимог;
- при потребі, складання кошторису-калькуляції щодо витрат на проведення практики студентів;
- призначення керівників практики від кафедр факультету фізичної культури та кафедр університету;
- укладання угоди між університетом та базою практики;
- складання тематики індивідуальних завдань на практику;
- визначення, розробка та підготовка форм звітної документації за результатами проведення практики.

Основним організаційно-методичним документом, що регламентує діяльність студентів і керівників практики є Наскрізна програма практики.

На початку практики студенти проходять інструктаж з охорони праці в галузі, ознайомлюються з правилами внутрішнього розпорядку бази практики, порядком отримання документації та матеріалів. При зарахуванні студентів на штатні посади на час проходження практики на них розповсюджуються законодавство про працю та правила внутрішнього трудового розпорядку підприємства. На студентів, не зарахованих на штатні посади, також розповсюджуються правила внутрішнього розпорядку підприємства.

Тривалість робочого часу студентів під час проходження практики регламентується Кодексом законів про працю України, який визначає засади і гарантії здійснення студентами права розпоряджатися своїми здібностями до праці. КЗпП регулює трудові відносини всіх працівників з метою зростання якості роботи, продуктивності праці, підвищення ефективності виробництва, зміцненню трудової дисципліни і визначає високий рівень умов праці та

всесторонню охорону трудових прав студента-практиканта.

Наказом ректора університету про проведення практики студентів визначається: місце та терміни проведення практики; склад студентських груп; склад керівників практики від кафедр факультету та кафедр університету, відповідальний керівник за організацію практики та оформлення підсумкового звіту за її результатами; посадова особа, на яку покладено загальну організацію практики та контроль за її проведенням (перший проректор, керівник практики університету, декан факультету).

Навчальний відділ університету, завідувач практики університету проводить таку роботу щодо організації і проведення практик на факультеті фізичної культури:

- укладає договори з підприємствами (організаціями, установами) за вибором студентів;

- затверджує вид і терміни проведення практики, кількість студентів-практикантів, обов'язки ВНЗ і бази практики щодо організації і проведення практики;

- готує проекти наказів і рішень з питань практики;

- уточнює з базами практики умови проведення практики;

- надає кафедрам факультету фізичної культури та університету інформацію щодо наявності місць практики згідно з укладеними договорами;

- здійснює контроль за проведенням практики, аналізує та узагальнює її результати;

- здійснює через бухгалтерію університету розрахунок з базами практики за рахунками згідно з укладеними договорами;

- забезпечує кафедри необхідною документацією з питань практики;

- здійснює контроль за розробкою робочих програм практики;

- аналізує звіти кафедр за результатами практики та готує підсумкову довідку про її проведення.

## ЗМІСТ ПРАКТИКИ

**Очікувані результати навчальної практики:** здобувачі вищої освіти після проходження практики мають знати:

- класифікацію, систематику і термінологію з плавання;
- організацію і проведення занять з плавання;
- гігієнічні вимоги до занять з плавання;
- зміст, форми організації і методику проведення занять з плавання; профілактику травматизму на заняттях з плавання;
- лікарський контроль, самоконтроль, перша допомога;
- особливості методики проведення занять плавання з дорослими;
- підготовку місць занять з плавання (в басейні, на водоймищах тощо); організацію змагань і методику суддівства з плавання.

### **Уміти:**

- знаходити правильний вибір місця для проведення вправ і контролю;
- підбирати підготовчі та спеціальні вправи, ігри, естафети, що сприяють оволодінню технікою і тактикою в плаванні;
- володіти голосом під час подачі команд; виконувати завдання викладача щодо складання і проведення окремих частин тренувань з наступним його аналізом;
- показати різновиди стилів у плаванні, послідовність вивчення та проаналізувати їх; знаходити помилки у виконанні та шляхи їх виправлення;
- обладнати місце для проведення уроків з плавання;
- оформляти відповідну документацію.

**Засоби діагностики результатів навчання:** проведення фрагментів навчально-тренувальних занять для груп початкової та попередньої базової підготовки дитячо-юнацьких спортивних шкіл, оформлення звітної документації.

**Послідовність видів робіт під час проходження навчальної практики з плавання здобувачами вищої освіти:**

### **1-й день**

1. Ознайомлення зі структурою, змістом та методами роботи під час навчальної практики з плавання.
2. Проведення теоретично-організаційної підготовки (Тема 1).

### **2-й день**

1. Особливості техніки та методика навчання техніки плавання «кріль на грудях».
2. Детальний підбір імітаційних, підвідних та підготовчих вправ для вивчення техніки, стартів та поворотів:
  - Вправи для розучування рухів ногами;
  - Вправи для розучування рухів руками;
  - Вправи на дихання;
  - Узгодження рухів ніг, рук та дихання;
  - Рухливі ігри для засвоєння техніки: “Ковзання”, “Тропливи через тунель”, “Гвинт”.

3. Підготовка плану-конспекту та проведення навчально-тренувального заняття з плавання (групи початкової та попередньої базової підготовки в дитячо-юнацьких спортивних школах).

4. Описати правила поведінки у воді; підібрати 5-6 спеціально-підвідних вправ для розучування техніки плавання «кріль на спині»; підібрати 2-3 гри на воді для дорослих.

### 3-й день

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

2. Детальний підбір імітаційних, підвідних та підготовчих вправ для вивчення техніки, стартів та поворотів:

Вправи для розучування рухів ногами;

Вправи для розучування рухів руками;

Узгодження рухів ніг, рук та дихання;

Рухливі ігри для засвоєння техніки: “З м’ячем плавом”, “Хто швидше”, “Естафета”.

3. Описати олімпійську програму змагань з плавання; підібрати 5-6 спеціально-підвідних вправ для розучування техніки плавання «брас»; підібрати 2-3 рухливих гри на закріплення техніки.

### 4-й день

1. Особливості техніки та методика навчання техніки плавання «брас», «батерфляй».

2. Детальний підбір імітаційних, підвідних та підготовчих вправ для вивчення техніки, стартів та поворотів:

Вправи для розучування рухів ногами;

Вправи для розучування рухів руками;

Вправи на дихання;

Узгодження рухів ніг, рук та дихання.

3. Описати види кондиційних тренувань.

### 5-й день

1. Методичні особливості проведення кондиційного тренування з для різних груп населення.

2. Скласти план-конспект кондиційного тренування з елементами плавальних рухів для осіб різної фізичної підготовленості, статі та віку.

## ІНДИВІДУАЛЬНІ ЗАВДАННЯ

### Перелік індивідуальних завдань здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня для написання та проведення фрагменту навчально-тренувальних занять з плавання

1. Вивчення техніки дихання при плаванні способом “Кріль на грудях”. Гра, що сприяє освоєнню з водним середовищем.
2. Розучування рухів ногами при плаванні способом “Кріль на грудях”. Рухлива гра, що сприяє засвоєнню рухів ногами.
3. Розучування рухів руками при плаванні способом “Кріль на грудях”. Рухлива гра.
4. Розучування техніки плавання способом “Кріль на грудях”. Узгодженість рухів ніг, рук та дихання. Гра, що сприяє засвоєнню техніки.
5. Розучування техніки плавання способом “Кріль на спині”. Гра, що сприяє освоєнню з водним середовищем.
6. Розучування техніки плавання способом “Кріль на спині”. Робота рук.
7. Розучування техніки роботи ніг при оволодінні стилем “Кріль на спині”.
8. Розучування техніки плавання стилем “Кріль на спині”. Узгодженість роботи ніг, рук, дихання. Гра, що сприяє засвоєнню техніки.
9. Закріплення розучуваної техніки плавання стилем “Кріль на спині”. Гра, що сприяє закріпленню техніки.
10. Розучування техніки дихання при плаванні стилем “Брас”. Гра, що сприяє освоєнню дітей з водою.
11. Розучування роботи рук при плаванні стилем “Брас”.
12. Розучування роботи ніг при плаванні стилем “Брас”.
13. Розучування техніки плавання стилем “Брас”. Узгодженість роботи ніг, рук, дихання. Гра, що сприяє засвоєнню техніки.
14. Закріплення техніки плавання стилем “Брас”. Гра, що сприяє засвоєнню техніки.
15. Розучування техніки дихання при плаванні стилем “Батерфляй”. Гра, що сприяє освоєнню з водним середовищем.
16. Розучування техніки рухів ногами і тулубом при плаванні стилем “Батерфляй”.
17. Розучування техніки рухів руками при плаванні стилем “Батерфляй”.
18. Розучування техніки плавання способом “Батерфляй”. Узгодженість рухів руками, ногами, тулубом. Гра, що сприяє засвоєнню техніки.
19. Закріплення (вдосконалення) техніки плавання способом “Батерфляй”. Гра, що сприяє засвоєнню техніки.
20. Розучування техніки старту з тумбочки.
21. Розучування техніки старту з води.
22. Розучування “закритому” повороту.
23. Розучування “відкритому” повороту.

## **ПЕРЕЛІК ДОКУМЕНТІВ, ЯКІ ВЕДЕ ЗДОБУВАЧ ВИЩОЇ ОСВІТИ ПІД ЧАС ПРАКТИКИ І ПОДАЄ НА КАФЕДРУ ПІСЛЯ ЗАВЕРШЕННЯ**

### Підготувати:

- щоденник про проходження практики;
- звіт про проходження практики;
- 5 планів-конспектів навчально-тренувальних занять з плавання;
- підготовка двох рецензій на навчально-тренувальні заняття, які проводитимуть колеги.



## ОБОВ'ЯЗКИ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ НА ПРАКТИЦІ

Студенти факультету фізичної культури при проходженні практики зобов'язані:

- до початку практики отримати від керівника практики факультету фізичної культури підписану ректором угоду, направлення, методичні матеріали (методичні вказівки, програму, щоденник, індивідуальне завдання) та консультації щодо оформлення всіх необхідних документів;

- своєчасно прибути на базу практики;

- у повному обсязі виконувати всі завдання, передбачені програмою практики та вказівками її керівників;

- суворо дотримуватись правил охорони праці, техніки безпеки і виробничої санітарії та внутрішнього розпорядку;

- нести відповідальність за виконану роботу;

- своєчасно оформити звітну документацію та скласти залік з практики.

Для студентів, які навчаються на заочній формі навчання, передбачається проведення практик, як і студентами денної форми, незалежно від їх можливої фахової професійної діяльності.



## ОБОВ'ЯЗКИ КЕРІВНИКІВ ПРАКТИКИ ВІД КАФЕДРИ І ВІД БАЗ ПРАКТИКИ

Безпосереднє організаційне та навчально-методичне керівництво практикою студентів факультету фізичної культури забезпечують **кафедри факультету**, які здійснюють наступні заходи:

- розробляють робочі програми практик і при необхідності доопрацьовують їх, але не рідше, ніж один раз на чотири роки;
- визначають бази практик, узгоджують з ними кількість студентів, що приймаються на практику, готують відповідні матеріали, які подають до навчально-методичного відділу, керівнику практики університету для укладання договорів;
- складають графіки розподілу студентів за базами практики, які до початку практики подаються до навчально-методичного відділу, керівнику практики університету;
- призначають керівників практики та організують їх для перевірки готовності до прийому студентів та ознайомлення керівників баз з програмами практики;
- розробляють тематику індивідуальних завдань на період проведення практики;
- організують проведення зборів студентів з питань практики за участю керівників практики;
- здійснюють керівництво і контроль за проведенням практики;
- повідомляють студентів про систему звітності з практики, яка затверджена кафедрою, наприклад: подання письмового звіту, виконання кваліфікаційної роботи, вигляду оформлення виконаного індивідуального завдання, підготовка доповіді, повідомлення, виступу тощо;
- обговорюють підсумки та аналізують виконання програм практики на засіданнях кафедр і ради факультету;
- подають до деканату, навчально-методичного відділу, керівнику практики університету звіти про проведення практики з пропозиціями щодо удосконалення її організації.

Відповідальним за організацію і проведення практики на факультеті фізичної культури є **факультетський керівник** практики, який:

- здійснює керівництво організаційним та навчально-методичним забезпеченням практики на факультеті;
- інформує студентів про місце, терміни проведення практики та форми звітування;
- здійснює контроль за організацією та проведенням практики кафедрами факультету, виконанням робочої програми практики, своєчасним складанням заліків і звітної документації за підсумками практики;
- заслуховує звіти кафедр про проведення практики на раді факультету.
- контролює готовність баз практики та проводить, при необхідності, до прибуття студентів-практикантів підготовчі заходи;
- забезпечує проведення всіх організаційних заходів перед від'їздом

студентів на практику: інструктаж про порядок проходження практики, надання студентам-практикантам необхідних документів (направлення, повідомлення, угоди, щоденники, програми, календарний план, індивідуальні завдання, методичні рекомендації щодо оформлення звітної документації тощо), перелік яких встановлює вищий навчальний заклад;

- у тісному контакті з керівником практики від бази практики забезпечує високу якість її проходження згідно з робочою програмою;

- контролює забезпечення нормальних умов праці і побуту студентів та проведення з ними обов'язкових інструктажів з охорони праці і техніки безпеки;

- у складі комісії приймає заліки з практики;

- подає керівнику практики університету письмовий звіт про проведення практики із зауваженнями і пропозиціями щодо поліпшення практики студентів.

**Викладач-керівник** практики від кафедри факультету:

- розробляє тематику індивідуальних завдань, яка враховує передбачувані теми наукових робіт (проектів);

- узгоджує з керівником практики від бази практики індивідуальні завдання з урахуванням особливостей місця практики;

- бере участь у розподілі студентів за місцями практики;

- відслідковує своєчасне прибуття студентів до місць практики;

- здійснює контроль за виконанням програми практики та строками її проведення;

- надає методичну допомогу студентам під час виконання ними індивідуальних завдань і збору матеріалів до випускної роботи;

- бере участь у захисті звітів студентів про практику у складі комісії, на підставі чого оцінює результати практики студентів разом із керівниками практики від кафедр університету;

- забезпечує здачу студентом звітних матеріалів практики на кафедру спорту і спортивних ігор.

Обов'язки керівників практики, призначених базами практики, зазначені в окремих розділах угоди на проведення практики.

**Керівник практики від бази практики:**

- прийняти студентів університету на практику згідно з календарним планом:

з/п	Галузь знань, спеціальність	Курс, група	Вид практики	Кількість студентів	Строки проведення	
					Початок	Закінчення

- призначити наказом кваліфікованих спеціалістів для безпосереднього керівництва практикою;

- створити необхідні умови для виконання студентами програми практики, не допускати використання їх на посадах та роботах, що не відповідають

програмі практики та майбутній спеціальності;

- забезпечити студентам умови безпечної роботи на кожному робочому місці;

- проводити обов'язкові інструктажі з охорони праці: ввідний та на робочому місці. У разі потреби навчати студентів-практикантів безпечних методів та форм праці. Забезпечити спеодягом, запобіжними засобами, лікувально-профілактичним обслуговуванням за нормами, встановленими для штатних працівників;

- надати студентам-практикантам і керівникам практики від навчального закладу можливість користуватись лабораторіями, кабінетами, майстернями, бібліотеками, технічною та іншою документацією, необхідною для виконання програми практики;

- забезпечити облік виходу на роботу студентів-практикантів;

- після закінчення практики дати характеристику на кожного студента-практиканта, в якій відобразити рівень підготовленого ним звіту;

За наявності вакантних місць студенти можуть бути зараховані на штатні посади, якщо робота на них відповідає вимогам програми практики. При цьому не менше 50 % часу відводиться на загальнопрофесійну підготовку за програмою практики.

## **ВИМОГИ ДО ЗВІТУ ПРО ПРАКТИКУ**

Під час проходження практики студент відповідного курсу складає звіт, який здається на перевірку керівнику практики за 1-2 дні до її закінчення. Звіт повинен бути виконаний на листах формату А4, мати титульний аркуш із зазначенням назви університету, кафедри чи бази практики, назви практики, групи, прізвища, ім'я, по батькові студента.

Основні результати практики студент викладає у звіті, який повинен мати детальний опис результатів роботи зі всіх видів робіт, які передбачає робоча програма практики. Звіт повинен відобразити повну характеристику роботи практиканта. За змістом і структурою звіт повинен відповідати програмі практики. Звіт виконується державною мовою комп'ютерним набором на стандартних аркушах паперу, шрифтом гарнітурою Times New Roman через 1,5 міжрядкових інтервали 14 шрифтом; межі оформлення тексту: зліва, зверху, знизу – не менше 20 мм, справа – не менше 10 мм; розподіл тексту на розділи, підрозділи та пункти повинен відповідати структурі програми практики, наповненість сторінки має становити 75% від її загального обсягу. Назви розділів для зручності читання потрібно виділяти напівжирним шрифтом. Складений здобувачем вищої освіти звіт повинен мати наскрізну нумерацію сторінок. Аркуші звіту повинні бути зчеплені. Звіт перевіряється і затверджується керівниками практик від бази чи університету з їх підписами, а також підписується самим студентом.

### **Вимоги до щоденника**

Щоденник ведеться студентом протягом практики та є основним документом, який підтверджує та фіксує усі види робіт практиканта.

Керівник практики зобов'язаний систематично перевіряти правильність ведення щоденника.

На 1 сторінці щоденника вказується назва практики (наприклад, Навчальна практика з плавання), ПІБ студента в родовому відмінку, факультет фізичної культури, кафедра (спорту і спортивних ігор), освітній ступінь (бакалавр), спеціальність (017 Фізична культура і спорт), курс (2), група, рік навчання.

На 2 сторінці щоденника вказується ПІБ студента у називному відмінку, назва бази практики в графі ПРИБУВ/ВИБУВ (Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка або Кам'янець-Подільська ДЮСШ № 1), терміни проходження практики, підписи керівника та печатки, що ставляться на базі практики.

На 3-4 сторінках щоденника формується план щоденної роботи практиканта та ставляться відмітки про виконання. Підтверджується це все підписами керівників практики від університету і від бази практики, за якими закріплений студент.

На 5-8 сторінках ведуться робочі записи здобувача вищої освіти, де він детально описує види роботи, що заплановані програмою практики, наприклад, це теоретична підготовка, поточна робота та ін.

На 9-10 сторінках керівник від бази практики пише відгук про роботу студента, ставить рекомендовану оцінку, підпис, дату. Це все затверджується печаткою директора бази практики.

На 11 сторінці щоденника керівник практики ставить підсумкову оцінку.



## КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ПРАКТИКИ ТА ВИЗНАЧЕННЯ РІВНЯ СФОРМОВАНОСТІ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ

Рівень навчальних досягнень	Оцінка в балах ( за 12-бальною системою)	Критерії оцінювання
<b>Початковий (понятійний)</b>	1	Студент володіє навчальним матеріалом на рівні засвоєння окремих термінів, фактів без зв'язку між ними: відповідає на запитання, які потребують відповіді «Так» чи «Ні».
	2	Студент мало усвідомлює мету навчально-пізнавальної діяльності, робить спроби розповісти суть заданого, проте відповідає лише за допомогою викладача на рівні «Так» чи «Ні»; може самостійно в підручнику знайти відповідь.
	3	Студент намагається аналізувати на основі елементарних знань та навичок; робить спроби виконання дій репродуктивного характеру.
<b>Середній (репродуктивний)</b>	4	Студент володіє початковими знаннями, знає близько половини навчального матеріалу, здатний його відтворити; самостійне опрацювання навчального матеріалу викликає значні труднощі.
	5	Студент знає більше половини навчального матеріалу, може дати визначення поняттям категорій(з окремими помилками); вміє працювати з підручником, самостійно опрацьовувати частину навчального матеріалу.
	6	Студент розуміє основні положення навчального матеріалу, може поверхнево аналізувати події, ситуації, робить певні висновки; відповідь може бути правильною проте недостатньо осмисленою, самостійно осмислює більшу частину матеріалу.
<b>Достатній (алгоритмічно дієвий)</b>	7	Студент вірно і логічно відтворює навчальний матеріал, оперує базовими теоріями і фактами, встановлює причинно-наслідкові зв'язки між ними; вміє наводити приклади на підтвердження певних думок, застосовувати теоретичні знання у стандартних ситуаціях.
	8	Знання студента досить повні вільно використовує вивчений матеріал у стандартних ситуаціях, вміє аналізувати робити висновки; відповідь повна, логічна, обґрунтована, однак з окремими неточностями.
	9	Студент вільно володіє вивченим матеріалом, застосовує знання у дещо змінених ситуаціях вміє аналізувати і систематизувати інформацію, робить аналітичні висновки, використовує загальновідомі докази у власній аргументації, чітко тлумачить поняття, нормативні документи, виконує прості творчі завдання.
<b>Високий (творчо-професійний)</b>	10	Студент володіє глибокими і міцними знаннями та вміє їх використовувати в практичній діяльності; вміє робити аргументовані висновки; оцінювати тенденції,

		факти та явища; володіє матеріалом з суміжних дисциплін.
	11	Студент володіє узагальненими знаннями з навчальної дисципліни; вміє знаходити джерела інформації та аналізувати їх; спроможний самостійно вивчити матеріал; вміє оцінювати та характеризувати проблемні ситуації.
	12	Студент має системні, дієві знання, використовує широкий арсенал засобів для обґрунтування та доведення своєї думки; розв'язує складні проблемні завдання; вміє розв'язувати проблемні ситуації, самостійно здобувати і використовувати інформацію.



### Рейтингова оцінка з кредитного модуля

**Рейтингова оцінка з кредитного модуля (RD)** – сумарна підсумкова оцінка за багатобальною шкалою рівня засвоєння студентом певного кредитного модуля (навчальної дисципліни) упродовж його вивчення.

Рейтингова оцінка з кредитного модуля	Оцінка за шкалою ECTS	Рекомендовані системою ECTS статистичні значення (у %)	Екзаменаційна оцінка за національною шкалою	Національна залікова оцінка
90-100 і більше	A (відмінно)	10	відмінно	зараховано
82-89	B (дуже добре)	25	добре	
75-81	C (добре)	30		
67-74	D (задовільно)	25	задовільно	
60-66	E (достатньо)	10		
35-59	FX (незадовільно з можливістю повторного складання)		незадовільно	незараховано
34 і менше	F (незадовільно з обов'язковим проведенням додаткової роботи щодо вивчення навчального матеріалу кредитного модуля)			

Перескладання рейтингових оцінок (від 60 і більше балів) з метою їх підвищення дозволяється лише у виняткових випадках за погодженням з деканом факультету та з дозволу ректора університету.

Рейтингова оцінка у балах знань, умінь і навичок студента на навчальних заняттях з навчального (змістового) модуля обчислюється після проведення цих занять та ліквідації студентом поточної заборгованості, пов'язаної з пропусками занять, невідповідністю або недостатньою підготовленістю до них.

## ПОРЯДОК ПІДБИТТЯ ПІДСУМКІВ ПРАКТИКИ

Після закінчення терміну практики студенти факультету звітують про виконання програми та індивідуального завдання. Форма звітності студента за практику – це подання письмового звіту, підписаного й оціненого безпосередньо керівником від бази практики та студентом. Письмовий звіт, разом з іншими документами практики, перелік яких встановлюється факультетом фізичної культури та університетом, подається методисту практики факультету фізичної культури на кафедрі спорту і спортивних ігор, який організовує їх перевірку керівниками практики від кафедр факультету фізичної культури та кафедр університету. Звіт має містити відомості про виконання студентом усіх розділів програми практики та індивідуального завдання, висновки і пропозиції, список використаної літератури тощо. Оформлюється звіт за вимогами, що визначені у робочій програмі практики.

Для захисту студентом звіту про результати практики на факультеті фізичної культури розпорядженням декана створюються комісії, до складу якої входять керівник практики від факультету, керівники практики від кафедр університету.

Комісія проводить попередній захист результатів практики студентів факультету фізичної культури на базах практики протягом останніх 3-х днів її проходження, а в Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка на факультеті фізичної культури проводиться захист протягом тижня після закінчення практики при умові проведення такого виду роботи на базі практики або під час проведення сесії на заочній формі навчання.

Результат захисту практики вносяться в заліково-екзаменаційну відомість та індивідуальний навчальний план студента за підписом голови комісії.

Студент факультету фізичної культури, що не виконав робочу програму практики без поважних причин або отримав незадовільну оцінку на підсумковому заліку, відраховується з університету. Якщо програма практики не виконана студентом з поважних причин, йому може надаватися можливість пройти практику з дозволу керівництва факультету у вільний від навчання час.

Підсумки кожної практики обговорюються на засіданні кафедр, а загальні підсумки практики підводяться на засіданні вченої ради факультету фізичної культури не менше одного разу протягом навчального року.

## РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

### Основна

1. Ванджура В. Я. Рекомендації та план-конспекти навчання дітей плаванню. Тернопіль: видавництво «Горлиця», 2009. 22 с.
2. Викулов А. Д. Плавание. Москва: 2001. 150 с.
3. Глазирін І.Д. Плавання: Навчальний посібник. Київ: 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.
7. Шишкін О. П., Райтаровська І. В. Можливості людини у водному середовищі в умовах надмірних навантажень. Навчально-методичний посібник. Кам'янець-Подільський: ТОВ «Друкарня «Рута», 2016. 132 с.

### Рекомендовані джерела інформації

<a href="http://usf.org.ua/">http://usf.org.ua/</a>	Федерація плавання України
<a href="http://www.swim-video.ru">http://www.swim-video.ru</a>	Відео про плавання
<a href="http://ukrswim.org/">http://ukrswim.org/</a>	Ліга плавання України
<a href="http://www.swimming.ru/">http://www.swimming.ru/</a>	Сайт шанувальників плавання
<a href="http://uk.wikipedia.org/wiki/Спортивне_плавання">uk.wikipedia.org/wiki/Спортивне_плавання</a>	Вікіпедія
<a href="http://ua-referat.com/Плавання">ua-referat.com/Плавання</a>	Реферати з плавання
<a href="http://vk.com/swimming_ru">http://vk.com/swimming_ru</a>	Клуб шанувальників плавання
<a href="http://swim7.narod.ru">swim7.narod.ru</a>	Все про плавання
<a href="http://lib.meta.ua">http://lib.meta.ua</a>	Бібліотека