

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

1. Загальна інформація про курс

Назва курсу, мова викладання	Теорія і методика викладання плавання українська
Викладачі	Зубаль Майя Вікторівна, кафедра спорту і спортивних ігор, доцент; Райтаровська Ірина Валентинівна, кафедра спорту і спортивних ігор, старший викладач
Профайл викладачів	http://sportkaf.kpnu.edu.ua
E-mail:	zubal@kpnu.edu.ua raitarovska@kpnu.edu.ua
Сторінка курсу в MOODLE	
Консультації	Понеділок: 14.20 – 16.00 Четвер: 14.10 – 16.00

2. Анотація до курсу

Дисципліна вільного вибору студента «Теорія і методика викладання плавання» для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура), у першу чергу спрямована на загальну та професійну підготовку конкурентоздатного фахівця, який володіє сучасними технологіями у сфері фізичної культури і спорту, в змозі здійснювати оцінювання рівня підготовленості школярів. Навчальна дисципліна передбачає вивчення 17 тем, які розглядатимуться на лекційних заняттях та практичних заняттях: «Основи побудови техніки плавання», «Формування рухових навичок під час навчання плаванню», «Методика навчання техніці спортивного плавання», «Основи методики прикладного плавання», «Спортивні споруди для занять плаванням. Оздоровче та лікувальне плавання», «Організація та проведення свят і змагань з плавання».

Опанування на відповідному рівні вибірковою дисципліною «Теорія і методика викладання плавання» дасть можливість здобувачам вищої освіти першого бакалаврського рівня кваліфіковано використовувати набуті теоретичні знання, практичні вміння та навички у подальшій професійній діяльності, а це у свою чергу стане їм в нагоді під час написання кваліфікаційної роботи бакалавра.

3. Мета курсу

1. Мета вивчення вибіркового компоненту дисципліни вільного вибору студентів «Теорія і методика викладання плавання» полягає у формуванні загальних та фахових компетентностей, програмних результатів навчання у майбутніх учителів фізичної культури; забезпечення їх теоретичної, методичної та практичної підготовки до майбутньої професійної діяльності; надання для здобувачів вищої освіти знання змісту навчального матеріалу та його планування відповідно до навчальної програми з фізичної культури для закладів загальної середньої освіти.

2. Завдання курсу:

1. Сформувати у здобувачів вищої освіти спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) спеціальні (фахові, предметні) компетентності, які визначені освітньо-професійною програмою «Середня освіта (Фізична культура)».

2. Опанувати навчальний матеріалом вибіркової дисципліни на відповідному рівні.

4. Результати навчання

За результатами вивчення вибіркового освітнього компоненту професійної підготовки «Теорія і методика викладання плавання» у здобувачів вищої освіти мають сформуватися такі програмні результати навчання:

- знати, як застосовувати на практиці основні вчення в галузі фізичної культури;
- володіти актуальними технологіями педагогічного контролю і корекції, засобами і методами управління станом людини;
- знає закони і принципи розучування рухових умінь і навичок, володіти теорією і методикою розвитку рухових умінь і навичок в базових видах рухової активності;
- знати вимоги до оформлення документації та основні закономірності побудови документів для здійснення навчального процесу в галузі фізичного виховання і спорту;
- знати правила профілактики травматизму та надання першої допомоги; володіти основними методами захисту персоналу та населення від можливих наслідків аварій, катастроф, стихійних лих;
- знати закономірності розвитку фізичних (рухових) якостей в різних видах рухової діяльності;

- вміти розробляти перспективні та оперативні плани і програми конкретних занять в сфері дитячо-юнацького спорту та зі спортсменами масових розрядів.

За наслідками вивчення курсу здобувачів вищої освіти повинні **знати**:

- предмет і завдання вибіркового компонента «Теорія і методика викладання плавання»;
- особливості вивчення змістової лінії «Рухова діяльність» (по Савченко О. Я.)/(«Базова рухова активність» (по Шияну Р. Б.) (1-4 класи НУШ), модуля «Плавання» у закладах загальної середньої освіти;
- гігієнічні вимоги до занять з плавання;
- профілактику травматизму на заняттях з фізичної культури з плавання;
- класифікацію, систематику і термінологію з плавання;
- зміст, форми організації і методику проведення занять з плавання в закладах ЗСО;
- особливості методики проведення занять з плавання з учнями молодших та середніх класів;
- підготовку місць для занять з плавання (в басейні, на водоймищах тощо);
- організацію змагань і методику суддівства змагань з плавання.

Вміти:

- володіти знаннями, практичними вміннями і навичками спортивних стилів плавання;
- знаходити помилки у виконанні рухових дій та шляхи їх виправлення;
- здійснювати контроль за спеціально-підготовчими вправами, направленістю фізичного навантаження, величиною навантаження;
- підбирати вправи для вирішення найрізноманітніших завдань початкового процесу навчання рухових дій;
- організувати окреме заняття з оздоровчого та лікувального плавання;
- провести змагання з плавання у закладі ЗСО;
- надавати долікарську допомогу на заняттях з плавання.

5. Формат курсу

Стандартний курс (очний, заочний). Організація навчання здійснюється відповідно до «Положення про організацію освітнього процесу в Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка» <https://drive.google.com/file/d/1ZbMN35h-7ZSJBBOVvL2bTCaLtRbcQA86/view> та «Положення про дистанційне навчання в Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка»

https://drive.google.com/file/d/1c--sYRfDI_iAT7L766LprKB-x9GGKaEy/view

Комплекс навчально-методичного забезпечення розміщено у зовнішньому орієнтованому динамічному середовищі Moodle. Також у цьому середовищі представлений «Електронний журнал».

6. Обсяг і ознаки курсу

Найменування показників	Характеристика навчального курсу	
	денна форма навчання	заочна форма навчання
Освітня програма, спеціальність	Середня освіта (Фізична культура) 014 Середня освіта. Фізична культура	Середня освіта (Фізична культура) 014 Середня освіта. Фізична культура
Рік навчання/ рік викладання	другий 2021-2022/ перший	другий 2021-2022/ перший; третій 2022- 2023/ другий
Семестр вивчення	4	4
нормативна/вибіркова	вибіркова	вибіркова
Кількість кредитів ЄКТС	4 кредити ЄКТС	4 кредити ЄКТС
Загальний обсяг годин	120 год.	120 год.
Кількість годин навчальних занять	40 год.	14 год.
Лекційні заняття	16 год.	6 год.
Практичні заняття	24 год.	8 год.
Семінарські заняття	0 год.	0 год.
Лабораторні заняття	0 год.	0 год.
Самостійна та індивідуальна робота	80 год.	106 год.
Форма підсумкового контролю	залік	залік

7. Пререквізити курсу

Для вивчення курсу «Теорія і методика викладання плавання» здобувачі вищої освіти освітнього ступеня «бакалавр» повинні володіти базовими знанням з дисциплін «Вступ до спеціальності», «Анатомія людини», «Фізіологія людини», «Теорія і методика викладання рухливих ігор і забав».

8. Технічне й програмне забезпечення /обладнання

Викладання освітнього компоненту «Теорія і методика викладання плавання» потребує: спортивний зал; плавальний басейн (плавальні дошки, окуляри для плавання, нудлси); ноутбуку як мінімум для викладача, мобільних пристроїв у здобувачів вищої освіти з підключенням до Інтернету, для комунікації у зовнішньому орієнтованому динамічному середовищі

Moodle: (виконання тестових завдань для поточного контролю; виконання завдань самостійної роботи; виконання домашніх завдань).

9. Політики курсу

Запізненні завдання (письмові роботи). Здобувачам вищої освіти, які вчасно не мають можливості здати завдання викладач надає можливість для їх повторного виконання і здачі у визначеним ним строк.

Академічна доброчесність. Очікується, що роботи студентів будуть їх оригінальними дослідженнями чи міркуваннями. Відсутність посилань на використані джерела, фабрикування джерел списування, втручання в роботу інших студентів становлять, але не обмежують приклади можливої академічної недоброчесності. Виявлення ознак академічної недоброчесності в письмовій роботі студента є підставою для її не зарахування викладачем, незалежно від масштабів плагиату чи обману.

Відвідання занять. Відповідно до пункту 9.2 «Правил внутрішнього розпорядку К-ПНУ імені Івана Огієнка» здобувачі вищої освіти зобов'язані: дотримуватися вимог законодавства, Статуту Університету та Правил; відвідувати усі види навчальних занять; вчасно інформувати деканат про неможливість відвідувати навчальні заняття, скласти (перескласти) екзамени, заліки тощо через поважні причини; подати підтверджувальні документи, що засвідчують поважну причину, яка унеможливила відвідування навчальних занять, складання (перескладання) екзаменів, заліків тощо; ліквідувати академічну заборгованість у встановлені терміни.

Література. Уся література, яку студенти не можуть знайти самостійно, буде надана викладачем виключно в освітніх цілях без права її передачі третім особам. Студенти заохочуються до використання також й іншої літератури та джерел, яких немає серед рекомендованих.

10. Схеми курсу

Дата / кількість акад. годин	Тема, план	Форма заняття	Матеріали	Література Інтернет-ресурси	Завдання, год.	Вага оцінки (балів)	Термін виконання
4/1*год	Тема 1.Класифікація видів плавання. Спортивні і неспортивні способи плавання: - спортивні способи; - неспортивні способи; - прикладне плавання. 1. Ігри, розваги у воді та фігурне плавання. 2. Стрибки у воду.	Лекція	Лекційний матеріал, презентація	4, с.12-100	Переглянути презентацію 1 години. Опрацювати основну літературу 2 години.	За результати поточного контролю змістовий модуль оцінюється в 100 балів.	Січень-лютий 2022 н.р./ червень 2022 н.р.*
4/1*год	Тема 2. Формування рухового вміння та загальні особливості навчання плаванню. 1. Організація навчання. Урок плавання. 2. Методика навчання спортивним способам плавання. а) навчання плаванню «кролем» (на суші і на	Лекція	Лекційний матеріал, презентація	5, с. 14-37	Переглянути презентацію 1 години. Опрацювати основну літературу 2 години.	За результати поточного контролю змістовий модуль оцінюється в 100 балів.	Січень-лютий 2022 н.р./ червень 2022 н.р.*

	воді); б) навчання плаванню «кролем» на спині; в) навчання плаванню способом «брас».						
2/1*год	Тема 3. Особливості методики навчання техніки спортивного плавання. 1. Основи методики початкового навчання плаванню. 2. Послідовність вивчення техніки спортивних способів плавання. 3. Старти і повороти у спортивному плаванні.	Лекція	Лекційний матеріал, презентація	3, с.42-100 5, с.37-43	Переглянути презентацію 1 години. Опрацювати основну літературу 2 години.	За результати поточного контролю змістовий модуль оцінюється в 100 балів.	Січень-лютий 2022 н.р./ червень 2022 н.р.*
2/1*год	Тема 4. Особливості методики навчання техніки прикладного плавання 1.Пірнання в довжину та глибину. 2.Спосіб плавання на боці.	Лекція	Лекційний матеріал, презентація	2, 55-100, 5, с. 64-67	Переглянути презентацію 1 години. Опрацювати основну літературу 2 години.	За результати поточного контролю змістовий модуль оцінюється в 100 балів.	Січень-лютий 2022 н.р./ червень 2022 н.р.*
2/1*год	Тема 5. Спортивні споруди для занять плаванням	Лекція	Лекційний матеріал, презентація	2, с.90-96, 5, 78-80	Переглянути презентацію 1 години.	За результати поточного	Січень-лютий 2022 н.р./

	1.Класифікація спортивних споруд для занять плаванням. 2.Інвентар для занять плаванням. Спорудження та обладнання водойм.				Опрацювати основну літературу 1 година.	контролю змістовий модуль оцінюється в 100 балів.	червень 2022 н.р.*
2/1*год	Тема 6. Організація та проведення свят і змагань з плавання. 1.Види змагань. 2. Правила змагань. 3. Суддівство змагань.	Лекція	Лекційний матеріал, презентація	4, 421-430 5, 84-85	Переглянути презентацію 1 години. Опрацювати основну літературу 1 година.	За результати поточного контролю змістовий модуль оцінюється в 100 балів.	Січень-лютий 2022 н.р./ червень 2022 н.р.*
2/1*год	Тема 7. Побудова занять інклюзивного, оздоровчого та лікувального плавання.	Лекція	Лекційний матеріал, презентація	4, 421-430 5, 84-85	Переглянути презентацію 1 години. Опрацювати основну літературу 1 година.	За результати поточного контролю змістовий модуль оцінюється в 100 балів.	Січень-лютий 2022 н.р./ червень 2022 н.р.*
2 год	Тема 7. Аналіз техніки та методика навчання спортивного стиля плавання «Кріль на грудях»	Практичне заняття	Конспекти практичних занять	4, с.12-100, 5.с.17-22	Підібрати 5-6 спеціально-підвідних вправ для розучування техніки	За результати поточного контролю змістовий модуль	Березень-травень 2022 н.р./червень 2022 н.р

					плавання “Кріль на спині”. – 1 година	оцінюється в 100 балів.	
2 год	Тема 8. Аналіз техніки та методика навчання спортивного стиля плавання «Кріль на спині»	Практичне заняття	Конспекти практичних занять	4, с.12-100, 5, с. 22-24	Підібрати 5-6 спеціально-підвідних вправ для розучування техніки плавання “Брас” – 1 година	За результати поточного контролю змістовий модуль оцінюється в 100 балів.	Березень-травень 2022 н.р./червень 2022 н.р
2 год	Тема 9. Аналіз техніки та методика навчання спортивного стиля плавання «Брас»	Практичне заняття	Конспекти практичних занять	4, с.12-100, 5, с. 27-30	Підібрати 5-6 спеціально-підвідних вправ для розучування техніки плавання “Дельфін”. – 1 година	За результати поточного контролю змістовий модуль оцінюється в 100 балів.	Березень-травень 2022 н.р./грудень 2022 н.р
2 год	Тема 10. Аналіз техніки та методика навчання спортивного стиля плавання «Батерфляй»	Практичне заняття	Конспекти практичних занять	4, с.12-100, 5, с. 24-27	Підібрати 5-6 спеціально-підвідних вправ для розучування техніки старту з тумбочки – 1 година	За результати поточного контролю змістовий модуль оцінюється в 100 балів	Березень-травень 2022 н.р./грудень 2022 н.р

2 год	Тема 11. Аналіз техніки та методика навчання спортивного стиля плавання «Батерфляй».	Практичне заняття	Конспекти практичних занять	4, с.12-100, 5, с. 34-37	підібрати 5-6 спеціально-підвідних вправ для розучування техніки закритого та відкритого поворотів – 1 година	За результати поточного контролю змістовий модуль оцінюється в 100 балів	Березень-травень 2022 н.р./грудень 2022 н.р
2 год	Тема 12. Аналіз техніки та методика навчання старту з води та тумбочки.	Практичне заняття	Конспекти практичних занять	4, с.12-100, 5, с. 30-34	Підібрати 5-6 спеціально-підвідних вправ для розучування техніки плавання на боці. – 1 година	За результати поточного контролю змістовий модуль оцінюється в 100 балів	Березень-травень 2022 н.р./грудень 2022 н.р
2 год	Тема 13. Аналіз техніки та методика навчання відкритого та закритого поворотів.	Практичне заняття	Конспекти практичних занять	4, с.12-100, 5, с. 62-66	Підібрати 5-6 спеціально-підвідних вправ для розучування дій при спасанні потопуючого – 1 година	За результати поточного контролю змістовий модуль оцінюється в 100 балів	Березень-травень 2022 н.р./грудень 2022 н.р
2 год	Тема 14. Аналіз техніки та методика	Практичне заняття	Конспекти практичних занять	4, с.12-100, 5, с. 67-73	Підібрати вправи на	За результати	Березень-травень

	навчання прикладного плавання.				розвиток гнучкості, сили, рівновагі, спритності . – 1 година	поточного контролю змістовий модуль оцінюється в 100 балів	2022 н.р./грудень 2022 н.р
2 год	Тема 15. Розучування дій при спасанні потопуючого.	Практичне заняття	Конспекти практичних занять	5, с. 73-77	Підібрати 2-3 рухливих гри для учнів 3 класу; написання плану-конспекту уроку з плавання – 2 година	За результати поточного контролю змістовий модуль оцінюється в 100 балів	Березень-травень 2022 н.р./грудень 2022 н.р
2 год	Тема 16. Методика проведення інклюзивного, оздоровчого та лікувального плавання.	Практичне заняття	Конспекти практичних занять	1, с.3-21	Підібрати вправи для розучування та засвоєння техніки плавання «на боці»;– 1 година	За результати поточного контролю змістовий модуль оцінюється в 100 балів	Березень-травень 2022 н.р./грудень 2022 н.р
4 год	Тема 17. Організація та методика проведення уроку фізичної культури з плавання.	Практичне заняття	Конспекти практичних занять	5, с. 84-85	підготовка до проходження тестів з дисципліни – 1 година	За результати поточного контролю змістовий модуль	Березень-травень 2022 н.р./грудень 2022 н.р

						оцінюється в 100 балів	
2 год	Тема 18. Організація та методика проведення свят і змагань з плавання.	Практичне заняття	Конспекти практичних занять	5, с. 90-96	підготовка до проходження тестів з дисципліни – 1 година	За результати поточного контролю змістовий модуль оцінюється в 100 балів	Березень-травень 2022 н.р./грудень 2022 н.р
* - перелік годин на заочній формі навчання							

11. Система оцінювання та вимоги

Оцінювання курсу «Теорія і методика викладання плавання» здійснюється на практичних заняттях. Здобувачі вищої освіти першого (бакалаврського) рівня за результатами усної відповіді, тестового контролю, самостійної роботи можуть отримати позитивні оцінки, крім того вони отримують позитивні оцінки за виконання завдання домашньої роботи із розв'язання розрахункового завдання. За результатами поточного контролю здобувачі вищої освіти можуть набрати максимальну кількість балів, яка дорівнює 100.

Студенту, який не виконав поточних домашніх завдань, не підготувався до навчальних занять в журнал обліку роботи академічної групи ставиться 0 балів. Здобувач вищої освіти, знання, уміння і навички якого на навчальних заняттях за 12-бальною шкалою оцінено від 1 до 3 балів, вважається таким, що недостатньо підготувався до цих занять і має академічну заборгованість за результатами поточного контролю. Поточну заборгованість, пов'язану з непідготовленістю або недостатньою підготовленістю до навчальних занять, студент повинен ліквідувати. За ліквідацію поточної заборгованості нараховуються бали середнього (4, 5, 6), достатнього (7, 8, 9) та високого рівня (10, 11, 12).

Якщо студент не відпрацював пропущені навчальні заняття, не виправив оцінки 0,1,2,3, отримані на навчальних заняттях, завдання самостійної роботи менше ніж на 60% від максимальної кількості балів, виділених на ці види робіт, він вважається таким, що має академічну заборгованість за результатами поточного контролю.

Пропущені заняття студент має обов'язково відпрацювати. За відпрацьовані лекційні заняття оцінки не ставляться, за практичні заняття, нараховуються бали середнього (4, 5, 6), достатнього (7, 8, 9) та високого рівнів (10, 11, 12).

Здобувачі вищої освіти, які за результатами виконання модульних контрольних робіт отримали рейтинговий бал менший 60 % від максимальної кількості балів, виділених на цей вид роботи, а також ті, що не з'явилися для виконання або не виконали завдань, вважаються такими, що мають академічну заборгованість за результатами поточного контролю, ліквідація якої є обов'язковою.

Оцінку «Відмінно» отримує здобувач вищої освіти який виявляє глибокі фундаментальні теоретичні знання, повно викладає вивчений матеріал, виявляє розуміння предмета висловлювання, розуміє можливість різних тлумачень однієї і тієї ж проблеми, вміє оцінювати аргументи для її доведення, формулює своє бачення проблеми, виявляє розуміння матеріалу, може обґрунтовувати свої судження, застосовувати знання на практиці у нестандартних ситуаціях, наводити

необхідні приклади, викладає матеріал логічно, послідовно, вживає мовні засоби відповідно до норм української літературної мови.

Оцінку «Добре» отримує студент який відповідає тим самим вимогам, що і для оцінки «Відмінно», але при цьому допускає 1-2 помилки, які сам і виправляє, і 1-2 недоліки в послідовності викладу матеріалу та мовному оформленні висловлювання. Студент вміє наводити власні приклади на підтвердження нових думок, може застосовувати вивчений матеріал у стандартних та дещо змінених ситуаціях.

Оцінку «Задовільно» студент отримує коли виявляє знання і розуміння основних положень предмета, але викладає матеріал неповно і допускає неточності у визначенні понять; не вміє досить глибоко і доказово обґрунтовувати свої судження і наводити приклади; не в змозі захистити проект побудови системи роботи з певних тем дисципліни; викладає матеріал непослідовно і допускає помилки в мовному оформленні викладу.

Оцінку «Незадовільно» студент отримує коли виявляє незнання більшої частини вивченого матеріалу, не володіє методичним апаратом, допускає помилки у формулюванні понять, які спотворюють їх зміст, не вміє самостійно побудувати систему вивчення певних тем, хаотично і невпевнено викладає матеріал. Студент неспроможний виконати стандартні завдання навіть після навідних питань викладача.

Оцінювання іспиту: 40-35 балів «відмінно»; 34-29 балів – «добре»; 28-24 бали – «задовільно»; 23 бали і менше – «незадовільно» (студенту виставляється –1 бал).

Студенти, які мають академічну заборгованість за результатами поточного контролю, не допускаються до іспиту. Вони допускаються до іспиту після ліквідації академічної заборгованості за результатами поточного контролю. Вважається, що студент підготувався до іспиту, якщо рейтингова оцінка за його результатом більша або дорівнює 24 балам. Студентам, які за іспит отримали незадовільну оцінку, дозволяється ліквідувати академічну заборгованість після належної підготовки. Ліквідація академічної заборгованості за результатами семестрового контролю дозволяється до початку наступного семестру в час, визначений графіком ліквідації академічної заборгованості, та допускається не більше двох разів з навчальної дисципліни: один раз викладачеві, другий – комісії, яка створюється за розпорядженням декана факультету. Якщо студент ліквідує академічну заборгованість на засіданні комісії, яка створюється за розпорядженням декана факультету, його відповідь оцінюється за 100-бальною шкалою без урахування результатів поточної успішності.

Список рекомендованої літератури

1. Ванджура В. Я. Рекомендації та план-конспекти навчання дітей плаванню. Тернопіль: Горлиця, 2009. 22 с. (іл.)
2. Викулов А. Д. Плавание: Учебное пособие. М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2004. 367 с.
3. Глазирін І. Д. Плавання: Навчальний посібник. К.: Кондор, 2006. 502 с.
4. Шишкін О. П., Райтаровська І. В. Плавання: навч.-метод. посіб. Кам'янець-Подільський: Буйницький О.А., 2007. 156 с.
5. Шишкін О. П., Райтаровська І. В. Можливості людини у водному середовищі в умовах надмірних навантажень: [навч.-метод. посіб.]. Кам'янець-Подільський: Друкарня "Рута", 2016. 131 с.
6. Райтаровська І. В., Зубаль М. В. Робочий зошит з дисципліни "Теорія і методика викладання плавання". Київ: КНТ, 2017. 22 с.
7. Райтаровська І. В., Шишкін О. П. Теорія і методика викладання плавання: метод. рек. Київ: КНТ, 2017. 50 с.