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

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри спорту і спортивних ігор

 Микола ПРОЗАР

27 серпня 2026 р.
Зі змінами

02 листопада 2026 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

НОВА ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА: ПЛАВАННЯ

підготовки здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня вищої освіти

за освітньо-професійною програмою Середня освіта (Фізична культура)

спеціальності А4 Середня освіта (Фізична культура)

галузь знань 01 Освіта / Педагогіка

мова навчання українська

2026-2027 навчальний рік

Розробники програми: Майя ЗУБАЛЬ, кандидат наук з фізичного виховання спорту, доцент кафедри спорту і спортивних ігор
Ірина РАЙТАРОВСЬКА, старший викладач кафедри спорту і спортивних ігор

Ухвалено на засіданні кафедри спорту і спортивних ігор
Протокол №16 від 27 серпня 2026 року

Зі змінами
Протокол №21 від 02 листопада 2026 року

ПОГОДЖЕНО

Гарант освітньо-професійної програми Аліна Боднар

Зміст робочої програми навчальної дисципліни

1. **Мета вивчення вибіркового компоненту дисципліни вільного вибору студентів** «Нова фізична культура: плавання» полягає у формуванні інтегральних, 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. Обсяг дисципліни

Найменування показників	**Характеристика навчальної дисципліни**	
	денна форма навчання	**заочна форма навчання**
Рік навчання	2-й рік	2-й
Семестр вивчення	IV семестр	IV семестр
Кількість кредитів ЄКТС	3 кредити	3 кредити
Загальний обсяг годин	90 годин	90 годин
Кількість годин навчальних занять	60 годин	12 годин
Лекційні заняття	10 годин	4 годин
Практичні заняття	20 години	12 годин
Семінарські заняття	-	-
Лабораторні заняття	-	-
Самостійна та індивідуальна робота	60 годин	78 години
Форма підсумкового контролю	залік	залік

3. **Статус дисципліни:** вибірковий освітній компонент дисципліни вільного вибору студента.

4. **Передумови для вивчення освітнього компоненту**: завдяки вивченню навчальних дисциплін «Історія фізичної культури», «Анатомія людини з основами спортивної морфології», «Теорія і методика викладання рухливих ігор і забав», «Теорія і методика викладання легкої атлетики», «Біомеханіка фізичних вправ» на попередніх курсах здобувачі вищої освіти спеціальності А4 Середня освіта (Фізична культура) мають сформуватися комплекс теоретичних знать, а саме: історичні аспекти розвитку плавання в Україні та закордоном, особливості використання гігієнічних факторів для загартування організму школярів із використанням водних процедур, анатомічні особливості скелетних м'язів, які беруть активну участь у плаванні, ігри та забави на воді під час проведення уроків фізичної культури.

5. Програмні компетентності навчання

За результатами вивчення вибіркового компоненту дисципліни вільного вибору студентів «Нова фізична культура: плавання» у здобувачів вищої освіти мають сформуватися інтегральні, загальні та спеціальні (фахові, предметні) компетентності.

Інтегральна компетентність:

Здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів наук з фізичного виховання і спорту, та характеризується комплексністю та невизначеністю умов.

Загальні компетентності:

- ЗК 02 здатність до міжособистісної взаємодії, роботи в команді, спілкування з представниками інших професійних груп різного рівня (соціальна компетентність).

- ЗК 03 здатність виявляти повагу та цінувати українську національну культуру, багатоманітність і мультикультурність у суспільстві; здатність до вияву національної культурної ідентичності, творчого самовираження (культурна компетентність).

Спеціальні компетентності спеціальності:

СК 02 здатність моделювати зміст уроків, інших форм фізичної культури відповідно до обов'язкових результатів навчання дітей в закладі загальної середньої освіти, а також здійснювати моніторинг результатів, ураховуючи вікові, статеві й індивідуальні особливості дітей (предметно-методична компетентність).

СК 03 здатність володіти та практично реалізовувати педагогічні, медико-біологічні, інформаційні технології, спрямовані на формування у дітей вміння застосовувати набуті знання, базові й нові види рухової діяльності, що передбачені змістом фізичної культури в закладі загальної середньої освіти (навчальна компетентність).

СК 04 здатність володіти та практично реалізовувати педагогічні, медико-біологічні, інформаційні технології, спрямовані на розвиток фізичних (рухових), моральних, вольових якостей дітей під час реалізації різних форм фізичної культури в закладі загальної середньої освіти (розвивальна компетентність).

СК 06 здатність володіти і практично реалізовувати психолого-педагогічні технології, методики, що під час реалізації різних форм фізичної культури в закладі загальної середньої освіти сприяють формуванню в дітей позитивної самооцінки, я-ідентичності, мотивації до фізичної активності, критичного мислення у пов'язаних із нею питаннях та вміння організовувати відповідну пізнавальну діяльність (психологічна компетентність).

СК 08 здатність до рівноправної й особистісно орієнтованої взаємодії з дітьми під час реалізації різних форм фізичної культури в закладі загальної середньої освіти, у тому числі із залученням батьків на засадах партнерства для надання додаткової допомоги дітям і підтримки тих, хто має особливі освітні потреби (компетентність педагогічного партнерства).

СК 09 здатність організовувати безпечне освітнє середовище з навчального предмету в закладі загальної середньої освіти, використовуючи у різних формах фізичної культури сучасні здоров'язбережувальні технології, що передбачають профілактично-просвітницьку роботу з учнями, іншими учасниками освітнього процесу щодо культури здорового і безпечного життя, санітарії і гігієни, а також надання (у випадку необхідності) їм домедичної допомоги та збереження особистого здоров'я під час професійної діяльності (здоров'язбережувальна компетентність).

СК 11 здатність організовувати кожну визначену форму фізичної культури дітей в закладі загальної середньої освіти (урочну, позаурочні малі й масові спортивно-оздоровчі), а також організовувати діяльність дітей під час реалізації кожної такої форми та вести документацію, передбачену освітнім процесом із фізичної культури (організаційна компетентність).

СК 12 здатність прогнозувати результати фізичної культури дітей в закладі загальної середньої освіти протягом певного року навчання, враховуючи їхні вихідні дані, індивідуальні особливості, а протягом навчального семестру й чверті з урахуванням поставлених завдань і можливостей дітей (прогностична компетентність).

СК 14 здатність проєктувати зміст уроків, позаурочних форм фізичної культури, виконуючи вимоги державного стандарту освіти та враховуючи освітні потреби і попередні результати розвитку та навчання дітей (проєктувальна компетентність).

СК 14 здатність оцінювати результати фізичної культури за напрямом, що стосується розвитку фізичних якостей, навчання рухових дій, оволодіння теоретико-методичними знаннями; аналізувати одержані оцінки й забезпечувати самооцінювання за такими напрямами: розвиток фізичних (рухових) якостей, навчання рухових дій, формування теоретико-методичних знань, умінь (оцінювально-аналітична компетентність).

6. Очікувані результати навчання з дисципліни

За результатами вивчення вибіркового освітнього компоненту «Нова фізична культура: плавання» у здобувачів вищої освіти мають сформуватися такі програмні результати навчання:

- знати, як застосовувати на практиці основні вчення в галузі фізичної культури (здобувачі вищої освіти охарактеризують новітні технології навчання та вдосконалення рухових дій);

- володіти актуальними технологіями педагогічного контролюі корекції, засобами і методами управління станом людини (майбутні вчителі фізичної культури в змозі використовувати тестові випробування для поточного, оперативного та підсумкового контролю з плавання);

- знає закони і принципи розучування рухових умінь і навичок, володіти теорією і методикою розвитку рухових умінь і навичок в базових видах рухової активності (здобувачі вищої освіти мають чіткий механізм формування рухових дій, поетапний алгоритм розучування, засвоєння, закріплення рухової дії при розучуванні різних стилів плавання);

- знати вимоги до оформлення документації та основні закономірності побудови документів для здійснення навчального процесу в галузі фізичного виховання і спорту (здобувачі вищої освіти вміють створювати різні типи і види документів);

- знати правила профілактики травматизму та надання першої допомоги; володіти основними методами захисту персоналу та населення від можливих наслідків аварій, катастроф, стихійних лих (здобувачі вищої світи вміють проводити комплекси заходів, які включають аварійно-рятувальні та інші невідкладні роботи по наданню першої долікарської допомоги);

- знати закономірності розвитку фізичних (рухових) якостей в різних видах рухової діяльності (майбутні вчителі фізичної культури вміють використовувати базову техніку плавання під час прикладного, інклюзивного, лікувального, оздоровчого плавання; підбирати, складати комплекси фізичних вправ і самостійно контролювати вплив фізичних навантажень на організм для учнів);

- вміти розробляти перспективні та оперативні плани і програми конкретних занять в сфері дитячо-юнацького спорту та зі спортсменами масових розрядів (майбутні вчителі фізичної культури здійснюють планування з урахуванням реальних можливостей для виконання планів, завдань на основі наявності матеріально-технічної бази, кадрів, спортивних традицій).

За результатами вивчення вибіркового освітнього компоненту дисципліни вільного вибору студента «Нова фізична культура: плавання» здобувачі вищої освіти повинні знати:

- предмет і завдання вибіркового компоненту «Нова фізична культура: плавання»;

- особливості вивчення модельної навчальної програми «Фізична культура. 5-9 класи» для закладів загальної середньої освіти (автори: Баженков Є. В., Бідний М. В., Ребрина А. А., Данільченко В. О., Коломоєць Г. А., Дутчак М. В.), модуля «Плавання» у закладах загальної середньої освіти;

- гігієнічні вимога до занять з плавання;

- профілактику травматизму на заняттях з фізичної культури з плавання;

- класифікацію, систематику і термінологію з плавання;

- зміст, форми організацію 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.

Уміти:

- 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.

7. Методи навчання:

Словесні, наочні та практичні методи фізичного виховання та спортивної підготовки, розповідь, діалогічний метод, бесіда; програмовий метод, презентація, демонстрація; методи навчання рухових дій загалом та по частинах, змагальний та ігровий методи, метод суворо регламентованої вправи, метод стандартно-повторної вправи, метод перемінної вправи, комбіновані методи, метод моделювання, рольовий метод; вирішення проблемних завдань; інтерактивні методи, технології дистанційного навчання; технології організації та проведення фізкультурно-оздоровчих та спортивних заходів.

8. Засоби діагностики результатів навчання: практичне виконання рухових дій, проведення фрагментів уроку з плавання, виконання тестових завдань, МКР, залік.

9. Програма навчальної дисципліни:

Денна форма здобуття вищої освіти

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин						
	разом	у тому числі					
		лекційні заняття	практичні заняття	семінарські заняття	лабораторні заняття	самостійна робота	індивідуальна робота
Аналіз техніки та методика навчання спортивного і прикладного плавання в закладах загальної середньої освіти і НУШ							
Тема 1. Класифікація видів плавання.	5	1	-	-	-	4	-
Тема 2. Формування рухового вміння та загальні особливості навчання плаванню	5	1	-	-	-	4	-
Тема 3. Особливості методики навчання техніки спортивного плавання.	5	2	-	-	-	3	-
Тема 4. Особливості методики навчання техніки прикладного плавання.	5	2	-	-	-	3	-
Тема 5. Спортивні споруди для занять з плаванням	5	2	-	-	-	3	-

Тема 6. Побудова занять інклюзивного, оздоровчого та лікувального плавання.	5	1	-	-	-	4	-
Тема 7. Організація та проведення свят та змагань з плавання.	5	1	-	-	-	4	-
Тема 8. Аналіз техніки та методика навчання спортивного стиля плавання «Кроль на грудях».	5	-	2	-	-	3	-
Тема 9. Аналіз техніки та методика навчання спортивного стиля плавання «Кроль на спині».	5	-	2	-	-	3	-
Тема 10. Аналіз техніки та методика навчання спортивного стиля плавання «Брас».	5	-	2	-	-	3	-
Тема 11. Аналіз техніки та методика навчання спортивного стиля плавання «Батерфляй».	5	-	2	-	-	3	-
Тема 12. Аналіз техніки та методика навчання старту з води та тумбочки.	5	-	2	-	-	3	-
Тема 13. Аналіз техніки та методика навчання відкритого та закритого поворотів.	5	-	2	-	-	3	-
Тема 14. Аналіз техніки та методика навчання прикладного плавання.	5	-	1	-	-	4	-
Тема 15. Розучування дій при спасанні потопаючого.	5	-	1	-	-	4	-
Тема 16. Методика проведення інклюзивного, оздоровчого та лікувального плавання.	5	-	2	-	-	3	-
Тема 17. Організація та методика проведення уроку фізичної культури з плавання в НУШ	5	-	2	-	-	3	-
Тема 18. Організація та методика проведення свят і змагань з плавання.	5	-	2	-	-	3	-
Разом за змістовим модулем 1	**90**	**10**	**20**	-	-	**60**	-

Заочна форма здобуття вищої освіти

Назви змістових модулів і тем	**Кількість годин**						
	разом	**у тому числі**					
		лекційні заняття	**практичні заняття**	**семінарські заняття**	**лабораторні заняття**	**самостійна робота**	**індивідуальна робота**
ЗМ 1. Аналіз техніки та методика навчання спортивного і прикладного плавання в закладах загальної середньої освіти і НУШ							
Тема 1. Класифікація видів плавання.	6,5	0,5	-	-	-	6	-
Тема 2. Формування рухового вміння та загальні особливості навчання плаванню	6,5	0,5	-	-	-	6	-
Тема 3. Особливості методики навчання техніки спортивного плавання. Особливості методики навчання техніки прикладного плавання.	8	1	-	-	-	7	-
Тема 4. Спортивні споруди для занять з плаванням	6,5	0,5	-	-	-	6	-

Тема 5. Організація та проведення свят та змагань з плавання.	6,5	0,5	-	-	-	6	-
Тема 6. Побудова занять інклюзивного, оздоровчого та лікувального плавання.	8	1	-	-	-	7	-
Тема 7. Аналіз техніки та методика навчання спортивного стиля плавання «Кроль на грудях», «Кроль на спині».	8		2			6	
Тема 8. Аналіз техніки та методика навчання спортивного стиля плавання «Брас», «Батерфляй».	8		2			6	
Тема 9. Аналіз техніки та методика навчання старту з води та тумбочки. Аналіз техніки та методика навчання відкритого та закритого поворотів.	8		2			7	
Тема 10. Аналіз техніки та методика навчання прикладного плавання. Розучування дій при спасанні потопаючого.	8		2			7	
Тема 11. Методика проведення інклюзивного, оздоровчого та лікувального плавання. Організація та методика проведення свят і змагань з плавання.	8		2			7	
Тема 12. Організація та методика проведення уроку фізичної культури з плавання в НУШ	8		2			7	
Разом за змістовим модулем 1	**90**	**4**	**12**	-	-	**78**	-

10. Форми та методи поточного і підсумкового контролю

Максимальний бал оцінки поточної успішності студентів на навчальних заняттях рівний 12-ти.

Поточне та контрольне оцінювання здобувачів вищої освіти спеціальності А4 Середня освіта (Фізична культура) у процесі вивчення ВОК «Нова фізична культура: плавання» здійснюється із використанням таких форм та методів: усне опитування, практичне виконання рухових дій, проведення фрагментів уроку з плавання, демонстрація, вирішення проблемних ситуацій, виконання самостійних завдань, аналіз виконаної роботи, контрольне виконання рухових дій з плавання, МКР, залік.

11. Критерії оцінювання результатів навчання

Поточний контроль		**Загальна сума балів**
Поточний контроль	**Модульна контрольна робота**	100
80	20	

Таблиця відповідності результатів контролю знань за різними шкалами і критерії оцінювання

Сума балів за 100-бальною шкалою	Оцінка в ECTS	Значення оцінки ECTS	Критерії оцінювання теоретичної підготовки	Критерії оцінювання практичної підготовки	Рівень компетентності	Оцінка за національною шкалою
						Диференційований залік
90-100	A	відмінно	Студент вміє самостійно здобувати знання, без допомоги викладача знаходить та опрацьовує необхідну інформацію, вміє використовувати набуті знання і вміння для прийняття рішень у нестандартних ситуаціях, переконливо аргументує свої відповіді, самостійно розкриває власні обдарування і нахили	Плавання 4 стилями плавання виконано правильно, точно, впевнено і вільно	Високий (творчий)	відмінно
82-89	B	дуже добре	Студент вільно володіє вивченим обсягом матеріалу, застосовує його на практиці, вільно розв'язує вправи і задачі у стандартних ситуаціях, самостійно виправляє допущені помилки, кількість яких незначна	Плавання 4 стилями плавання виконано правильно, точно, впевнено і вільно, але допущена одна не суттєва помилка	Достатній (конструктивно-варіативний)	добре

75-81	C	добре	Студент вміє зіставляти, узагальнювати, систематизувати інформацію під керівництвом викладача; в цілому самостійно застосовує її на практиці; контролювати власну діяльність; виправляти помилки, серед яких є суттєві, добирати аргументи для підтвердження своїх думок	Плавання 3 стилями плавання виконано правильно, але допущено не більше двох незначних помилок, які ведуть до неточного виконання деталей техніки		
67-74	D	задовільно	Студент відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння основних положень; з допомогою викладача може аналізувати навчальний матеріал, виправляти помилки, серед яких є значна кількість суттєвих	Плавання 2 стилями плавання виконано в основному правильно, але з однією помилкою, яка призводить до невиконання деталі техніки або трьом помилкам, які спричиняють неточне виконання рухової дії	Середній (репродуктивний)	задовільно
60-66	E	достатньо	Студент володіє навчальним матеріалом на рівні, вищому за початковий, значну частину його відтворює на репродуктивному рівні	Плавання 2 стилями плавання виконано в основному правильно, але з однією грубою помилкою		
35-59	FX	задовільно, з можливістю повторного складання семестрового контролю	Студент володіє матеріалом на рівні окремих фрагментів, що становлять незначну частину навчального матеріалу	При плаванні допущено спотворення основи техніки або допущено більше чотирьох інших помилок	Низький (рецептивно-продуктивний)	незадовільно

1-34	F	Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням залікового кредиту	Студент володіє матеріалом на рівні елементарного розпізнання і відтворення окремих фактів, елементів, об'єктів	Технічний елемент не виконано зовсім		

Рейтингова система оцінювання навчальної діяльності здобувачів вищої освіти під час навчальних занять

З урахуванням того, що навчальні досягнення учнів закладів загальної середньої освіти оцінюються за 12-бальною шкалою та з метою полегшення процесу адаптації випускників цих закладів до умов навчання у закладі вищої освіти, максимальний бал оцінки поточної успішності здобувачів вищої освіти на навчальних заняттях дорівнює 12-ти балам (http://surl.li/hwbc).

Примітка: здобувачу вищої освіти, який не виконав поточних домашніх завдань, не підготувався до практичних, семінарських, лабораторних занять, в журналі академічної групи ставиться 0 балів.

Рейтингова оцінка у балах знань, умінь і навичок здобувача вищої освіти на навчальних заняттях зі змістового модуля обчислюється після проведення цих занять та ліквідації ним поточної заборгованості, пов'язаної з пропусками занять, непідготовленістю або недостатньою підготовленістю до них за такою формулою

$$R = ((0,05 \times СО) + 0,4) \times ВБ$$

де R – рейтингова оцінка у балах за змістовий модуль;

СО – середнє арифметичне усіх отриманих оцінок за результатами поточного контролю;

ВБ – ваговий бал, максимально можливий бал оцінювання результатів навчальної діяльності здобувачів вищої освіти.

Наприклад:

Відповідно до робочої програми освітнього компоненту «Нова фізична культура: плавання» здобувач вищої освіти за результатами поточного контролю зі Змістового модуля 1 отримав 6 оцінок, а саме: 8, 8, 9, 9, 8, 9. Ваговий бал ЗМ1 складає 80 балів.

Дії НПП або здобувача:

- визначити середнє арифметичне отриманих оцінок, яке відповідно складе – 8,5 балів;

- отримані значення підставити у формулу:

$R = ((0,05 \times 8,5) + 0,4) \times 80 = 66$

Отже, за результатами поточного контролю здобувач вищої освіти за змістовий модуль 1 ВОК «Нова фізична культура: плавання» отримав – 66 балів.

Шкала оцінювання навчальної діяльності здобувачів вищої освіти

Об'єм пройденого матеріалу	Кількісний показник	Бали шкарах. за 12-бальною системою оцінювання
1. Виконання самостійної роботи в робочому зошиті.		4-12
2. Аналіз техніки та методика навчання техніки спортивного плавання спортивного стилю		4-12

«Кроль на грудях», «Кроль на спині». Контрольне виконання рухових дій з плавання (50 м (вільний стиль))	29, 25 35, 25 45, 25 55, 25 1: 05	12 10 8 6 4
3. Аналіз техніки та методика навчання техніки спортивного плавання стилем "Брас", "Батерфляй"». Контрольне виконання рухових дій з плавання (50 м (брас)).	38, 75 45, 25 55, 25 1: 05, 25 1: 15, 25	4-12 12 10 8 6 4
4. Аналіз техніки та методика навчання техніки стартів і поворотів. Контрольне виконання рухових дій з плавання (50 м (на спині)).	35, 75 41, 75 51, 75 1: 01, 75 1: 12	4-12 12 10 8 6 4
5. Особливості з проведенням уроку з плавання в НУШ		4-12
6. Проведення занять з оздоровчого та лікувального плавання. Контрольне виконання рухових дій з плавання (100 м (брас)).	1: 28, 5 1: 44, 5 2: 03, 5 2: 23, 5 2: 43, 5	4-12 12 10 8 6 4

Самостійна робота

Контроль за самостійною роботою відбувається на практичних заняттях за 12-ю системою оцінювання. Студенти для виконання завдань самостійної роботи заповнюють окремий зошит з дисципліни.

Модульна контрольна робота (20 балів)

Змістовий модуль 1 завершується написанням модульної контрольної роботи.

Мета її написання – виявити рівень теоретичних знань та практичних умінь і навичок здобувачів вищої освіти з дисципліни «Нова фізична культура: плавання».

Виконується у письмовій формі. До її написання допускаються усі здобувачі вищої освіти. Позитивну оцінку за МКР не рекомендується покращувати. Невиконання МКР оцінюється 0 балів.

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.

З дисципліни «Нова фізична культура: плавання» здобувачі вищої освіти пишуть одну модульну контрольну роботу, яка виконується у письмовій формі, складається з 2-х варіантів у кожному варіанті по 20 питань. За вірну відповідь на кожне теоретичне питання можна отримати 1 бал.

Визнання результатів неформальної та (або) інформальної освіти.

У випадку, якщо здобувач освіти отримав знання у неформальній та інформальній освіті, зарахування результатів навчання здійснюється згідно з Порядком визнання в Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка результатів навчання, здобутих шляхом неформальної та/або інформальної освіти (нова редакції) (https://drive.google.com/file/d/19GCSMBy-K496gs8RQJp0mO9FjUJumB4T/view?pli=1) зокрема, якщо їх тематика відповідає змісту освітнього компоненту (окремій темі або змістовому модулю):

- закінчення професійних курсів, семінарів або тренінгів, тематика яких відповідає змісту освітнього компоненту (окремій темі або змістовому модулю);
- підготовка конкурсної наукової роботи;
- призове місце на Всеукраїнському конкурсі студентських наукових робіт;
- призове місце на Всеукраїнській студентській олімпіаді.

Критерії оцінювання результатів навчання, здобутих у неформальній / інформальній освіті.

1. Наявність документа про завершення: сертифікат, диплом, грамота або інший документ, що підтверджує успішне проходження.
2. Відповідність змісту отриманих знань та здобутих результатів навчання тематиці курсу: у випадку якщо це курси, вебінари, семінари, круглі столи тощо, їх тематика має відповідати одній або кільком темам, які визначені даною робочою програмою
3. Система оцінювання. Здобувач отримує:

- відмінно (12-10 балів), якщо курс має значний обсяг, містить практичну складову, зміст курсу повністю відповідає програмним результатам навчання; якщо посів І місце у Всеукраїнському конкурсі студентських наукових робіт (в тому випадку, якщо тема роботи відповідає тематиці освітнього компонента); якщо посів І місце у Всеукраїнській студентській олімпіаді зі спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура). Здобувач, який отримує оцінку «відмінно», демонструє глибокі, системні знання та високий рівень практичних навичок, здобутих у неформальній освіті. Він не просто засвоїв матеріал, а й здатен застосовувати його в реальних умовах, аналізувати та створювати власні рішення;

- **добре (9-7 балів)**: якщо зміст збігається з основними положеннями певної теми; якщо посів ІІ або ІІІ місце у Всеукраїнському конкурсі студентських наукових робіт (в тому випадку, якщо тема роботи відповідає тематиці освітнього компонента); якщо посів ІІ або ІІІ місце у Всеукраїнській студентській олімпіаді зі спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура). Здобувач на цьому рівні володіє основними знаннями та вміннями, які відповідають ключовим положенням певної теми. Уміє застосовувати отримані знання в типових, стандартних ситуаціях. Здатний виконати практичні завдання, що були частиною курсу. Може виконувати аналітичну роботу, але потребує додаткових роз'яснень для вирішення нестандартних проблем;

- **задовільно (6-4 балів)**: короткостроковий семінар або тренінг, що дає базове розуміння теми. Здобувач володіє базовим розумінням теми, але його знання є фрагментарними, а навички – обмеженими. Його знання є поверхневими, і він може мати значні труднощі з поясненням взаємозв'язків між різними аспектами теми.

Дозволені випадки використання ШІ.

Генерація ідей та планування навчально-дослідної роботи: визначення напрямів педагогічного та функціонального контролю, добір вправ і тестових випробувань для оцінювання технічної, фізичної та плавальної підготовленості здобувачів освіти.

Підготовка методики навчання і тестування: допомога у формуванні конспектів навчальних занять і контрольних випробувань, визначенні послідовності навчання техніки плавання, стартів і поворотів, розробленні інструкцій до контрольних вправ та критеріїв оцінювання їх виконання.

Пошук додаткових джерел: пошук інформації про сучасні методики навчання та вдосконалення техніки плавання, засоби контролю й оцінювання плавальної підготовленості, сучасні технології тренування та відновлення з обов'язковою перевіркою інформації за першоджерелами.

Підготовка до занять: пояснення складних понять і технічних елементів плавання, створення тестових, практичних та ситуаційних завдань для самоперевірки, підготовки до практичних занять і контролю знань з техніки та методики навчання плавання.

Візуалізація результатів: допомога у створенні таблиць, проектів, схем та інших засобів візуального представлення результатів контролю технічної, фізичної та плавальної підготовки.

Обмеження та заборони

Повна автоматична генерація робіт забороняється подавати повністю згенеровані ШІ роботи, методичні розробки, аналітику або висновки як власні оригінальні напрацювання здобувача освіти.

Сліпе копіювання результатів ШІ: не допускається використання без перевірки згенерованих ШІ джерел, цитат, фактів, методичних рекомендацій, технічних описів та інших матеріалів. Усі використані відомості мають бути

перевірені здобувачем освіти за надійними та першоджерельними матеріалами.

Використання під час підсумкового контролю під час модульної контрольної роботи використання інструментів ШІ заборонено, якщо інше прямо не передбачено умовами навчального завдання.

Фальсифікація результатів навчальної та спортивної діяльності: забороняється використовувати ШІ для вигадування, штучної зміни або підміни результатів контрольних запливів, тестування фізичної та технічної підготовленості, показників часу, швидкості, кількості повторень та інших результатів навчальної чи спортивної діяльності.

Зазначення використання ШІ (Декларація ШІ): якщо здобувач використовував інструменти ШІ під час виконання навчального завдання, він має зазначити це у роботі із вказуванням назви інструменту та характеру його використання (наприклад: «Chat GPT використано для структурування матеріалу та перевірки мовного оформлення»).

Збереження промптів: за запитом викладача здобувач має надати використані промпти та первинні відповіді інструменту ШІ.

Перевірка результатів: здобувач зобов'язаний перевіряти достовірність інформації, джерел отриманих за допомогою ШІ. Це відповідає спрямованості дисципліни на формування практичних умінь, технічної майстерності, навичок самоконтролю та об'єктивного оцінювання результатів навчальної і спортивної діяльності.

Особиста відповідальність: здобувач несе особисту відповідальність за точність, коректність, самостійність та академічну доброчесність поданого матеріалу.

Академічна доброчесність: використання ШІ не звільняє здобувача від необхідності самостійно виконувати завдання та формулювати власні висновки. Результати навчання дисципліни передбачають уміння працювати з інформацією, застосовувати теоретичні знання на практиці, аналізувати та розв'язувати проблемні ситуації, удосконалювати техніку плавання, здійснювати самоконтроль і дослідницьку діяльність у сфері плавання.

Оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти з навчальної дисципліни здійснюється відповідно до Таблиці відповідності шкал оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти.

Таблиця відповідності шкал оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти

Рейтингова оцінка з кредитного модуля (навчальної дисципліни)	Підсумкова оцінка за шкалою ЄКТС	Рекомендовані системою ЄКТС статистичні значення (у %)	Підсумкова оцінка за національною шкалою	
			екзаменаційна	залікова

90-100 і більше	A (відмінно)/ Excellent	10	відмінно	Зараховано/ Passed
82-89	B (добре)	25	добре	
75-81	C (добре)/ Good	30		
67-74	D (задовільно)/ Satisfactory	25	задовільно	
60-66	E (достатньо)/ Enough	10		
35-59	FX (незадовільно з можливістю повторного складання)/ Fail		незадовільно	не зараховано / Fail
34 і менше	F (незадовільно з обов'язковим проведенням додаткової роботи щодо вивчення навчального матеріалу кредитного модуля)/ Fail			

12. Умови визначення успішного засвоєння вибіркового освітнього компоненту «Нова фізична культура: плавання»:

- кредити присвоюються здобувачам вищої освіти після завершення навчальної дисципліни та успішного оцінювання досягнутих ними результатів навчання;

- критерієм успішного проходження здобувачем вищої освіти оцінювання результатів навчання є досягнення ним мінімального порогового рівня оцінок за кожним запланованим результатом навчання освітнього компоненту та мінімального порогового рівня оцінки за освітнім компонентом загалом, яких складає 60 % від максимально можливої кількості балів, визначеної відповідними нормативними документами Університету;

- здобувач вищої освіти вважається таким, що має академічну заборгованість за результатами поточного контролю, якщо він не відпрацював пропущені навчальні заняття, не перескладав оцінки 0, 1, 2, 3 отримані на навчальних заняттях, не виконав або виконав модульну контрольну роботу, завдання самостійної та індивідуальної робіт з оцінкою, що становить менше 60 %від максимальної кількості балів, виділених на ці види робіт;

- здобувач вищої освіти, який не має академічної заборгованості за результатами поточного контролю з освітнього компонента, підсумкової формою контролю за яким встановлено залік/диференційованих залік, отримує підсумкову рейтингову оцінки, яка визначається як сума рейтингової оцінки за навчальні заняття та рейтингових оцінок контрольних заходів поточного контролю з цього освітнього компоненту;

- здобувач вищої освіти, який має академічну заборгованість за результатами поточного контролю з освітнього компоненту, підсумкової формою контролюза яким встановлено залік/диференційований залік отримує оцінку F за шкалою ЄКТС та «не зараховано»/ «незадовільно» за національною шкалою;

- здобувач вищої освіти, який має академічну заборгованість за результатами підсумкового контролю з освітнього компоненту у формі

заліку/диференційованого заліку зобов'язаний ліквідувати її в терміни, визначені графіком ліквідації академічної заборгованості;

- ліквідацію академічної заборгованості за результатами семестрового контролю дозволяють до початку наступного семестру в час, визначений графіком ліквідації академічної заборгованості, та допускають не більше двох разів: перший раз – викладачеві, другий – комісії яку створюють за розпорядженням декана факультету;

- відповідь здобувача вищої освіти, який ліквідовує академічну заборгованість на засіданні комісії, оцінюють за 100-бальною шкалою без урахування рейтингової оцінки поточної успішності;

- за неуспішного проходження оцінювання результатів навчання за освітнім компонентом кредити здобувачі вищої освіти не присвоюють.

13. Інструменти, обладнання та програмне забезпечення, використання яких передбачає навчальна дисципліна

Для проведення лекційних занять використовуються мультимедійна лекційна аудиторія (216), мультимедійний проєктор VIEWSONIC PJD5250 DLP (2016 р., 1 шт.), екран для проєктора; ноутбук або персональний комп'ютер, мережа Інтернет, модульне об'єктно-орієнтоване динамічне середовище MOODLE, конференції у Google Meet, мультимедійний методичний кабінет кафедри спорту і спортивних ігор, аудиторія (222 а), телевізор (плазма) TV AUDIO SAMSUNG 104-IX(2008 р., 1 шт).

Спортивний зал №2, аудиторія 225 для проведення практичних занять, стадіон К-ПНУ, для проведення практичних занять, матеріально-технічне забезпечення для проведення практичних занять: набивні м'ячі вагою 1, 3 кг; скакалки; напівсфера балансувальна; джгути; дощечки для плавання, нудл, гантелі для аквaеробіки.

Згідно договору про співпрацю із Кам'янець-Подільською філією ТОВ «7 ДНІВ» для проведення навчальних занять з плавання використовується плавальний басейн готелю «7 днів».

14. Рекомендована література

Основна

1. Дакал Н А Хімич І. Ю, Антонюк О В., Парахонько В М, Смірнов К М, Черевичко О Г., Зубко В В, Качалов О Ю, Муравський Л В Фізичне виховання. Плавання: навч. посіб. для студ. всіх спеціальностей. Київ: КПІ ім Ігоря Сікорського, 2021. 216 с. URI: http://surl.li/tznkqx

2. Райтаровська І. В, Зубаль М В Робочий зошит з дисципліни "Теорія і методика викладання плавання". Київ: КНТ, 2017. 22 с.

3. Райтаровська І. В., Шишкін О П Теорія і методика викладання плавання: метод. рек. Київ: КНТ, 2017. 50 с.

4. Ремві І. В, Аксьонов В В, Аксьонов Д В; Методика навчання плаванню навч.-метод. посіб. Комунальний заклад «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради. Харків, 2020. 143 с. URI: http://surl.li/bsytqv

5. Сіренко Р. Плавання: навч. посібник. Львів: Видавництво ЛНУ імені Івана Франка, 2020. 254 с. http://surl.li/tznkqx

Допоміжна

1. Бирко Н.М., Богомол Н.Д., Гречановська О.В., Райтаровська І. В., Прокоф'єва О.А. Професійна поведінка педагога в умовах воєнного стану в Україні. «Перспективи та інновації науки (Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»)»: журнал. 2022. №12(17) 2022. С.46-55. URI: 12(17)_1668843877.pdf

2. Райтаровська І. В., Райтаровський К. Р. Значення витривалості в спортивному плаванні. Збірник матеріалів наукових досліджень студентів і магістрантів Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Факультет фізичної культури [редкол.: М.С. Солопчук (відп. ред.) та ін]. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, ТОВ «Друкарня Рута», 2017. Випуск. 9. С. 64-68. URI: http://elar.kpnu.edu.ua:8081/xmlui/handle/123456789/3376.

3. Райтаровська І. В., Алєксєєв О. О. Відновлення працездатності у спортивному плаванні. Наукові праці Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка: збірник за підсумками звітної наукової конференції викладачів, докторантів і аспірантів: у 3-х томах. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національного університету імені Івана Огієнка, 2018. Випуск 17, С. 128-129. URI: http://elar.kpnu.edu.ua:8081/xmlui/handle/123456789/3376.

4. Райтаровська І. В., Зубаль М. В., Нестеряк Л. В., Гоншовський В. М., Райтаровський К. Р. Впровадження новітніх технологій при навчанні плаванню Формування здорового способу життя студентської та учнівської молоді засобами освіти: збірник наукових праць [Електронний ресурс] / [редкол.: І. І. Стасюк (відп. ред.) та ін]. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2024. Випуск 13. С. 118-123.

5. 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.

15. Рекомендовані джерела інформації

http://www.swimukraine.org.ua/	Федерація плавання України
https://mms.gov.ua/	Офіційний сайт Міністерства молоді та спорту України
http://tmfvs-journal.uni-sport.edu.ua/	Офіційний сайт журналу «Теорія і методика фізичного виховання та спорту»
https://tinyurl.com/ye4434jw	Офіційний сайт журналу «Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини»

http://sport.mon.org/	Центр фізичного виховання та спорту учнів і студентів
http://www.nbuv.gov.ua	Бібліотека ім. В.І. Вернадського
https://mon.gov.ua/static-objects/mon/sites/1/zagalna%20serednya/Navchalni.prohramy/2024/Model.navch.prohr.5-9.klas-2024/fizkult-5-9-kl-bazhenkov-ta-in-22-08-2024.pdf	Модельна навчальна програма «Фізична культура. 5-9 класи» для закладів загальної середньої освіти
http://referat.parta.ua	База даних українських рефератів