

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ДВНЗ «ПРИКАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТЕФАНІКА»**

Коломийський навчально-науковий інститут

Кафедра педагогіки

**СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

**Теорія і методика викладання плавання**

Освітня програма : ОР "Бакалавр"

Спеціальність : 014 Середня освіта (фізична культура)

Галузь знань: 01 Освіта/Педагогіка

Затверджено на засіданні кафедри  
Протокол № 2 від “24” вересня 2020 р.

## **ЗМІСТ**

1. Загальна інформація
2. Анотація до курсу
3. Мета та цілі курсу
4. Компетентності
5. Результати навчання
6. Організація навчання курсу
7. Система оцінювання курсу
8. Політика курсу
9. Рекомендована література

<b>1. Загальна інформація</b>	
<b>Назва дисципліни</b>	Теорія та методика викладання плавання
<b>Рівень вищої освіти</b>	ОР "Бакалавр"
<b>Викладач (-і)</b>	Чепиль М. В.
<b>Контактний телефон викладача</b>	0997019967
<b>Е-mail викладача</b>	mariia.chepil@pnu.edu.ua
<b>Формат дисципліни</b>	нормативна
<b>Обсяг дисципліни</b>	90 год
<b>Посилання на сайт дистанційного навчання</b>	<a href="http://www.d-learn.pu.if.ua/index.php?">http://www.d-learn.pu.if.ua/index.php?</a>
<b>Консультації</b>	
<b>2. Анотація до курсу</b>	
<p>Програма вивчення навчальної дисципліни «Теорія і методика викладання плавання» складена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки «бакалавр» напрямку 014 «Середня освіта (фізична культура)». Програма вивчення дисципліни «Теорія і методика викладання плавання» розроблена відповідно до вимог Міністерства освіти і науки України, типової програми для вищих навчальних закладів. Предметом вивчення навчальної дисципліни є формування у студентів знань і умінь з плавання, формування здорового способу життя та навичку ефективного використання різних засобів фізичного виховання і спорту для збереження та зміцнення здоров'я, психофізичної підготовки і самопідготовки до майбутньої професійної діяльності.</p>	
<b>3. Мета та цілі курсу</b>	
<p>Мета викладання дисципліни - формування професійно-педагогічних знань, умінь і навичок, які забезпечують теоретичну і практичну підготовку кваліфікованих викладачів з фізичної культури, які на високому рівні зможуть забезпечити навчання плаванню різних вікових груп. Курс плавання передбачає вивчення студентами теорії та методики викладання плавання, оволодіння технікою основних видів вправ з плавання, набуття відповідних знань, вмінь і навичок для самостійної роботи.</p>	
<b>4. Компетентності</b>	
<p><b>Загальні:</b></p> <p>ЗК 2. Знання і розуміння значення та змісту обраної професії; основних концепцій та базових понять у фізичній культурі і спорті, історії розвитку, основ гігієни праці;</p> <p>ЗК 4. Здатність до організаційної роботи, взаємодії в колективі, вміння враховувати психоемоційні особливості окремих осіб, зокрема, та колективу, загалом;</p> <p>ЗК 5. Здатність до самоосвіти і самовдосконалення, постійного підвищення особистого рівня кваліфікації;</p> <p>ЗК 6. Здатність у процесі навчання та при самостійній підготовці до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел, вміння використовувати інформаційні та комунікаційні технології;</p> <p>ЗК 7. Здатність визначати і формулювати професійні завдання, приймати обґрунтовані рішення;</p> <p>ЗК 8. Здатність працювати в команді, виконувати роботу в групі під керівництвом лідера, мати навички, що демонструють здатність до врахування вимог трудової дисципліни і інтересів колективу;</p> <p>ЗК 10. Здатність здійснювати аналіз й осмислення загальнонаукової та професійно орієнтованої літератури, у тому числі іноземної;</p> <p><b>Спеціальні</b></p> <p>ПК 1. Здатність формувати в учнів предметні компетентності з фізичного виховання,</p>	

медико-біологічних та психологічних основ і технологій розвитку рухових умінь і навичок та фізичних якостей, санітарно-гігієнічних основ діяльності у сфері фізичної культури.

ПК 2. Здатність застосовувати сучасні методи й освітні технології навчання у фізичному вихованні.

ПК 3. Здатність здійснювати об'єктивний контроль і оцінювання рівня навчальних досягнень учнів з фізичного виховання

ПК 4. Здатність аналізувати особливості сприйняття та засвоєння учнями навчальної інформації з метою прогнозу ефективності та корекції навчально - виховного процесу з фізичного виховання.

ПК 6. Здатність до аналізу, систематизації та оцінки педагогічного досвіду, здатність до розробки методики та технологій для розвитку рухових умінь і навичок та фізичних (рухових) якостей) на основі розуміння і застосування положень фізіології, морфології, біохімії, біомеханіки

ПК 7. Здатність оволодівати базовими і новими видами фізкультурної діяльності

ПК 10. Здатність самостійно проводити навчальні заняття з фізичної культури з дітьми шкільного віку та учнями в загальноосвітніх установах, освітніх закладах середньої та професійної освіти, позакласну спортивно-масову роботу з учнями.

ПК 11. Здатність самостійно проводити заняття з в шкільній секції спортивного напрямку, здійснювати профілактику травматизму

ПК 13. Здатність оцінювати фізичні здібності і функціональний стан учнів, адекватно вибирати засоби і методи рухової діяльності для корекції стану учнів з урахуванням їх індивідуальних особливостей.

ПК 15. Здатність до організаційної роботи у сфері фізкультурно-оздоровчої роботи у навчальних закладах, позашкільних закладах учнівської молоді (зі спортивного туризму й орієнтування), літніх дитячих оздоровчих таборів

## **5. Результати навчання**

ПРЗ 1. Знає та вміє застосовувати на практиці основні положення фізіології, біомеханіки, морфології, психології, біохімії для розвитку фізичних (рухових) якостей, формування рухових умінь і навичок людей різних вікових груп, володіє засобами інтегрального гармонійного (розумового, духовного і фізичного) розвитку людини.

ПРЗ 2. Усвідомлює витoki і еволюцію формування теорії спортивного тренування, медико-біологічні та психологічні основи і технологію фізичного виховання представників різних вікових груп, санітарно-гігієнічні основи діяльності у сфері фізичної культури і спорту

ПРЗ 4. Володіє актуальними технологіями педагогічного контролю і корекції, засобами і методами управління станом людини.

ПРЗ 5. Знає закони і принципи розучування рухових умінь і навичок, володіє теорією і методикою розвитку рухових умінь і навичок в базових видах рухової активності.

ПРУ 2. Спроможний розвивати педагогічну думку, методи педагогічного контролю і контролю якості навчання, актуальні дидактичні технології.

ПРУ 3. Володіє педагогічними, медико-біологічними, інформаційними технологіями для формування здорового способу життя, розвитку рухових умінь і навичок, розвитку фізичних (рухових) якостей у представників різних груп населення і вміє самостійно розробляти методики і технології для інтегрального гармонійного розвитку людини.

ПРУ 4. Володіє руховими уміньми і навичками в обраному виді спорту на рівні кваліфікованого спортсмена.

ПРУ 5. Володіє руховими навичками в базових видах спорту на рівні масових розрядів; вдосконалює руховий арсенал шляхом формування рухових умінь і навичок в інших видах спорту.

ПРУ 6. Вміє розробляти навчально-методичні матеріали (робочі програми, навчально-тематичні плани) на основі освітнього стандарту та зразкових програм з урахуванням виду освітньої установи, особливостей класу / групи та окремих учнів.

ПРЗ 9. Знає закономірності розвитку фізичних (рухових) якостей в різних видах рухової активності.

ПРУ 8. Вміє визначати цілі і завдання, планувати навчальні заняття, розробляти необхідну документацію для проведення занять з фізичної культури та спорту.  
 ПРУ 9. Здатний складати планувальну і звітну документацію, організовувати та проводити масові фізкультурні заходи та спортивні змагання

### 6. Організація навчання курсу

#### Обсяг курсу

Вид заняття	Загальна кількість годин
лекції	8
практичні	22
самостійна робота	60

#### Ознаки курсу

Семестр	Спеціальність	Курс (рік навчання)	Нормативний/ вибірковий
1	Середня освіта(фізична культура)	1	нормативний

#### Тематика курсу

Тема, план	Форма заняття	Література	Завдання, год	Вага оцінки	Термін виконання
Тема 1. Місце і значення плавання в системі фізичного виховання України	Лекція, самостійна робота	Згідно списку рекомендованої літератури	2 год 4 год	5 бал.	Протягом семестру
Тема 2 Загальні основи навчання і тренування.	Лекція, самостійна робота	Згідно списку рекомендованої літератури	2 год 4 год	5 бал.	Протягом семестру
Тема 3. Плавання в оздоровчому таборі.	Лекція, самостійна робота	Згідно списку рекомендованої літератури	2 год 4 год	5 бал.	Протягом семестру
Тема 4. Рухливі ігри та спортивні ігри у воді.	Лекція, самостійна робота	Згідно списку рекомендованої літератури	2 год 4 год	5 бал.	Протягом семестру
Тема 5. Основи техніки плавання кроль на грудях.	Практичне Сам. робота	Згідно списку рекомендованої літератури	2 год 4 год	10 бал.	Протягом семестру
Тема 6. Оволодіння техніки плавання кроль на спині		Згідно списку рекомендованої літератури	2 год 4 год	10 бал.	Протягом семестру
Тема 7.	Практичне	Згідно списку	2 год	10 бал.	Протягом

Методика навчання техніки плавання способом кроль на грудях, на спині.	Сам. робота	рекомендованої літератури	4 год		семестру
Тема 8. Старти і повороти при плаванні кролем на спині, та на грудях.	Практичне Сам. робота	Згідно списку рекомендованої літератури	2 год 4 год	10 бал.	Протягом семестру
Тема 9. Основи техніки плавання способом брас.	Практичне Сам. робота	Згідно списку рекомендованої літератури	2 год 4 год	10 бал.	Протягом семестру
Тема 10. Основи техніки плавання способом батерфляй	Практичне Сам. робота	Згідно списку рекомендованої літератури	2 год 4 год	10 бал.	Протягом семестру
Тема 11. Методика навчання техніки плавання способом батерфляй	Практичне Сам. робота	Згідно списку рекомендованої літератури	2 год 4 год	10 бал.	Протягом семестру
Тема 12. Методика навчання техніки плавання способом брас.	Практичне Сам. робота	Згідно списку рекомендованої літератури	2 год 4 год	10 бал.	Протягом семестру
Тема 13. Організація та проведення уроку з плавання	Практичне Сам. робота	Згідно списку рекомендованої літератури	2 год 4 год	10 бал.	Протягом семестру
Тема 14. Методика проведення занять в ДОЗ, ЗОШ.	Практичне Сам. робота	Згідно списку рекомендованої літератури	2 год 4 год	10 бал.	Протягом семестру

Тема 15. Проведення та суддівство змагань з плавання	Практичне Сам. робота	Згідно списку рекомендованої літератури	2 год 4 год	10 бал.	Протягом семестру
--	--------------------------	---	----------------	---------	----------------------

### 7. Система оцінювання курсу

Загальна система оцінювання курсу	<b>Шкала оцінювання: національна та ECTS</b>		
	Сума балів за всівиди навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою для екзамену, курсового проекту (роботи), практики
	90 – 100	<b>A</b>	відмінно
	80–89	<b>B</b>	добре
	70–79	<b>C</b>	
	60–69	<b>D</b>	задовільно
	50–59	<b>E</b>	
	26–49	<b>FX</b>	незадовільно з можливістю повторного складання
	0-25	<b>F</b>	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

Фактична кількість балів, отримана студентом за результатами поточного контролю та підсумками, переводиться в державну оцінку за такими критеріями: А – оцінка «відмінно» (90-100 балів) виставляється за глибокі знання навчального матеріалу, що міститься в основних і додаткових рекомендованих літературних джерелах, вміння аналізувати явища, які вивчаються, у їх взаємозв'язку і розвитку, чітко, лаконічно, логічно послідовно відповідати на поставлені питання, вміння застосовувати теоретичні положення при розв'язуванні практичних задач; В – оцінка «добре» (80-89 балів) виставляється за міцні знання навчального матеріалу, включаючи розрахунки, аргументовані відповіді на поставлені питання; С – оцінка «добре» (70-79 балів) виставляється за міцні знання навчального матеріалу, включаючи розрахунки, аргументовані відповіді на поставлені питання, які, однак, містять певні (несуттєві) неточності; D – оцінка «задовільно» (60-69 балів) виставляється за посередні знання навчального матеріалу, мало аргументовані відповіді; E – оцінка «задовільно» (50-59 балів) виставляється за слабкі знання навчального матеріалу, неточні або мало аргументовані відповіді, з порушенням послідовності його викладання; FX – оцінка «незадовільно» з можливістю повторного складання екзамену (26-49 балів) виставляється за незнання значної частини навчального матеріалу, суттєві

	помилки у відповідях на питання; F – оцінка «незадовільно» з обов'язковим повторним вивченням модуля (навчальної дисципліни) (0-25 балів) виставляється за незнання значної частини навчального матеріалу, суттєві помилки у відповідях на питання, незнання основних фундаментальних положень. Екзаменаційна оцінка – сума балів за практичні роботи, виконані протягом семестру(60%), контрольну роботу(10%) і письмові відповіді та практичне завдання екзаменаційного білету(30%).
Вимоги до письмової роботи	
Практичні заняття	виконання 50% практичних робіт
Умови допуску до підсумкового контролю	виконання 50% практичних робіт.
<b>8. Політика курсу</b>	
<p>Жодні форми порушення академічної доброчесності не толеруються. У випадку таких подій – реагування відповідно до <a href="#">Положення 1</a> і <a href="#">Положення 2</a>.</p> <p>Програма курсу побудована так, що студенти засвоюють навички та вміння з плавання на лекційних і практичних заняттях. Кожен етап засвоєння вмінь з плавання проходить так, щоб студент вмів самостійно застосувати ці знання у повсякденному житті та за професійною діяльністю. Підсумком вивчення дисципліни є іспит.</p>	
<b>9. Рекомендована література</b>	
<b>Базова</b>	
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Глазирін І.Д. Плавання: Навчальний посібник. Київ.: Кондор, 2006. 502 с.</li> <li>2. Крук М.З., Биканов С.Р., Крук А.З. Теорія і методика викладання плавання: Навчально-методичні матеріали. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2010. 108 с.</li> <li>3. Майструк В.В. Плавання. Техніка плавання та правила змагань. - Івано-Франківськ, 2004. – 115 с.</li> <li>4. Плавание. Под ред. Платонова В.Н. Киев, 2000. 395 с.</li> <li>5. Плавання та методика викладання. Уклад: Сивохоп Е.Б., Маріонда І.І., Островський М.В., Ковач Ш.А., Фазикаш У.О. Ужгород. 2013. 55 с.</li> <li>6. Платонов В.Н. Плавание. Київ.: Олимпийская література, 2000. 495 с.</li> <li>7. Полатайко Ю. О. Плавання. Івано-Франківськ, 2005. – 258 с.</li> <li>8. Шишкін О.П. Плавання. Навчально-методичний посібник. Кам'янець-</li> <li>9. Подільський: ПП Буйницький О.А., 2007. 156 с.</li> </ol>	
<b>Допоміжна</b>	
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Плавання як засіб керування професійною працездатністю. Харк. нац. ун-т міськ. госп-ва ім. О. М. Бекетова; уклад.: О. І. Четчикова. – Х.: ХНУМГ, 2014. 28 с.</li> <li>2. Плавання як засіб керування професійною працездатністю. Методичні вказівки для практичних занять з дисципліни «Фізичне виховання» Харк. нац. ун-т міськ. госп-ва ім. О. М. Бекетова; уклад.: О. І. Четчикова. Харків.: ХНУМГ, 2014. 28 с.</li> <li>3. 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</li> </ol>	