

**КОМУНАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
«ДНПРОПЕТРОВСЬКИЙ ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ СПОРТУ»
ДНПРОПЕТРОВСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ РАДИ**



ЗАТВЕРДЖУЮ

Заступниця директора з навчальної роботи

Світлана ПАРХОМЕЦЬ

« 30 » серпня 20 24 року

СИЛАБУС ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

**ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ПЛАВАННЯ, ПЛАВАННЯ В СИСТЕМІ ДОШКІЛЬНОЇ ТА
ПОЧАТКОВОЇ ОСВІТИ**

1. Основні характеристики	
Назва освітнього компонента	Теорія і методика гімнастики, гімнастика в системі дошкільної та початкової освіти
Спеціальність	017 Фізична культура і спорт
Галузь знань	01 Освіта/Педагогіка
Освітньо-професійна програма	Фізична культура і спорт
Освітньо-професійний ступінь	фаховий молодший бакалавр
Рік підготовки	1
Семестр	I
Форма навчання	денна
Статус освітнього компонента	обов'язковий, цикл професійної і практичної підготовки
Обсяг	кредити – 3 загальний обсяг годин – 90 годин аудиторної роботи - 44, з них: лекцій - 6, практичних занять - 30, годин самостійної роботи - 54, годин консультації – 1,8.
Контрольні заходи	практичні роботи, захист презентацій, тестування, модульний контроль
Мова викладання	українська
Розміщення освітнього компоненту	http://www.dfks.com.ua
2. Кадрове забезпечення	
Циклова комісія, що забезпечує викладання	циклова комісія професійної та практичної підготовки
Викладач	Олена КУДЗІЄВА
Електронна пошта (чи персональний сайт) викладача	Lenatom620@gmail.com

3. Мета та предметні результати навчання

Мета освітнього компонента	сприяння формуванню особистості майбутнього спеціаліста, забезпечення його знаннями та вміннями, необхідними в галузі плавання
Компетентності	<p>ЗК13 Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.</p> <p>ЗК4 Здатність до набуття в процесі навчання або професійній діяльності широких спеціалізованих фактологічних та теоретичних знань.</p> <p>ЗК5 Здатність до розуміння (усвідомлення) рівня отриманих в процесі навчання або професійній діяльності знань.</p> <p>ЗК6 Здатність до розуміння предметної області та професійної діяльності.</p> <p>ЗК7 Здатність до розв'язання типових спеціалізованих задач широкого спектра, що передбачає ідентифікацію та використання інформації для прийняття рішень.</p> <p>ЗК8 Здатність до спілкування державною мовою як усно, так і письмово.</p> <p>ЗК10 Здатність до планування, зокрема розподіл ресурсів, аналіз, контроль та оцінювання власної роботи та роботи інших осіб.</p> <p>ЗК11 Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел, використання інформаційних та комунікаційних технологій.</p> <p>ЗК12 Здатність визначати роль фізичного виховання і спорту для формування здорового способу життя, збереження та зміцнення здоров'я людини.</p> <p>ЗК13 Здатність до покращення результатів власної навчальної або професійної діяльності і результатів діяльності інших.</p> <p>ЗК14 Здатність до подальшого навчання с деяким рівнем автономності.</p> <p>ЗК15 Здатність до взаємодії, співробітництва з широким колом осіб для провадження професійної або навчальної діяльності.</p> <p>ЗК16 Здатність до здійснення обмежених управлінських функцій та прийняття рішень у незвичайних умовах з елементами непередбачуваності.</p> <p>ЗК17 Здатність використовувати інформаційні та комунікаційні технології у практичній діяльності.</p> <p>ЗК19 Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.</p> <p>СК2 Здатність до проведення занять, тренувань, уроків фізичної культури, організації фізкультурно-спортивних, оздоровчих заходів.</p> <p>СК5 Здатність до виконання інструкції долікарської допомоги під час виникнення невідкладних станів. Здатність надання долікарської допомоги у загрозливих для життя станах.</p> <p>СК6 Здатність до застосовування методів, засобів, прийомів та організаційних форм під час організації і проведення фізичної культури і спорту.</p> <p>СК8 Здатність до організації навчального процесу з фізичного виховання і спортивного тренування у відповідності з вимогами законодавства в галузі освіти, фізичного виховання і спорту, програмами та нормативними документами в галузі освіти, фізичного виховання і спорту.</p> <p>СК11 Здатність до управління учнівським колективом під час навчально – виховного процесу з фізичного виховання та спортивного тренування.</p> <p>СК13 Здатність до проектування освітнього середовища в класі, тренувальній групі початкового рівня, що забезпечує якість освітнього процесу.</p> <p>СК14 Здатність до вибору найбільш доцільних методик, оптимальних методичних прийомів щодо проведення уроків з фізичної культури у молодших класах, тренувальних занять у групах початкової підготовки.</p> <p>СК16 Здатність до проведення контролю стану організму під впливом фізичних навантажень за функціональними показниками.</p> <p>СК18 Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.</p>

<p>Програмні результати за ОПШ</p>	<p>РН1 Аналізувати особливості розвитку сфери фізичної культури і спорту для удосконалення процесу фізичного розвитку людини.</p> <p>РН2 Спілкуватися українською та іноземною мовами у професійному середовищі, володіти фаховою термінологією, дотримуватися етики ділового спілкування.</p> <p>РН3 Організувати навчальний процес з фізичного виховання і спортивного тренування у відповідності з вимогами законодавства в галузі освіти, фізичного виховання і спорту, програмами та нормативними документами в галузі освіти, фізичного виховання і спорту.</p> <p>РН4 Обробляти статистичні дані з використанням сучасних інформаційних та комунікаційних технологій.</p> <p>РН5 Застосовувати академічні знання та практичні навички в організації самостійної роботи та розвитку.</p> <p>РН6 Аналізувати та застосовувати передовий досвід колег.</p> <p>РН7 Застосовувати базові знання з проведення досліджень проблем фізичної культури і спорту, підготовки та оформлення навчально-методичної праці.</p> <p>РН9 Дотримуватися вимог охорони праці і безпеки життєдіяльності, правил поведінки на спортивному об'єкті, використання інвентаря та обладнання, профілактики травматизму та протидії булінгу.</p> <p>РН10 Здійснювати заходи з підготовки та проведення спортивних тренувань, уроків фізичної культури з використанням необхідного організаційного, технічного, інформаційного і медичного забезпечення.</p> <p>РН20 Знати сутність принципів, методів, форм та організації процесу навчання і фізичного виховання людини.</p>
---	--

<p align="center">Результати навчання за освітнім компонентом</p>	
<p>Знати</p>	<ul style="list-style-type: none"> - засоби і методи навчання плаванню; - особливості занять з дітьми дошкільного та молодшого шкільного віку; - прикладність навичок плавання і пірнання; - колективні і індивідуальні засоби рятування потопуючих; - надання першої допомоги при утопленні; - вимоги, які ставляться до техніки безпеки в процесі навчально-тренувальної роботи; - засоби запобігання нещасним випадкам і травматизму; - техніку плавання та методику її викладання способом кроль на грудях, кроль на спині, брас; - особливості роботи з плавання в системі дошкільної та початкової освіти;
<p>Вміти</p>	<ul style="list-style-type: none"> - технічно правильно виконувати плавання способом кроль на грудях, кроль на спині, брас; - технічно правильно виконувати способи прикладного плавання та пірнання; - навчити дітей шкільного віку технікам плавання способом кроль на грудях, кроль на спині, брас; - скласти комплекс СФП для плавця; - надати першу допомогу при утопленні.

Структура освітнього компонента			
№	Тема	Зміст теми	Завдання/ форми контролю
І курс, І семестр			
Модуль 1. Основи техніки плавання			
1	Тема 1.1. Місце і значення плавання в системі фізичного виховання. Вплив плавання на організм людини. Техніка безпеки плавання.	Місце плавання в системі фізичного виховання України. Вплив плавання на ЦНС, серцево-судинну та дихальну системи. Вплив плавання на шкіру, м'язи та опорно-руховий апарат людини. Плавання як засіб загартування людини. Вимоги, які ставляться до техніки безпеки в процесі навчально-тренувальної роботи; запобігання нещасних випадків травматизму.	Опрацювання лекційного матеріалу. Самостійне опрацювання літератури. Письмові роботи. Виконання вправ і команд. Тестування. Модульний контроль.
2	Тема 1.2. Види плавання.	Види плавання. Завдання, що вирішуються під час занять різними видами плавання.	Самостійне опрацювання літератури. Тестування. Захист презентацій. Модульний контроль.
3	Тема 1.3. Загальнорозвиваючі і спеціальні вправи для розвитку фізичних якостей плавця	Вправи для розвитку сили, гнучкості в суглобах; вправи на гімнастичній стінці, з амортизаторами.	Опрацювання лекційного матеріалу. Самостійне опрацювання літератури. Письмові роботи. Виконання вправ і команд. Тестування. Модульний контроль.
4	Тема 1.4. Підготовчі вправи для освоєння з водою	Занурення, спливання, лежання, відкривання очей у воді, сковзання, видихи у воду; найпростіші зіскоки у воду; ігри та розваги на воді.	Опрацювання лекційного матеріалу. Самостійне опрацювання літератури. Письмові роботи. Виконання вправ і команд. Тестування. Модульний контроль.
Модуль 2. Навчання та тренування з плавання			
1	Тема 2.1. Техніка виконання та методика навчання плавання кролем на грудях. Техніка виконання та методика навчання поворотів, стартів.	Спеціальні вправи для розвитку фізичних якостей плавця, що спеціалізується у плаванні способом кроль на грудях, кроль на спині. Техніка рухів ногами, руками; техніка дихання; узгодження рухів ногами, руками, дихання. Послідовність навчання різних технік поворотів, стартів різними способами.	Опрацювання лекційного матеріалу. Самостійне опрацювання літератури. Письмові роботи. Виконання вправ і команд. Тестування. Модульний контроль.
2	Тема 2.2. Техніка виконання та методика навчання	Техніка рухів ногами, руками; техніка дихання; узгодження рухів ногами, руками, дихання.	Опрацювання лекційного матеріалу. Самостійне опрацювання літератури. Письмові роботи. Виконання вправ

	плавання кролем на спині		і команд. Тестування. Модульний контроль.
3	Тема 2.3. Устаткування плавальних басейнів. Інвентар та обладнання для занять плаванням.	Прибори для контролювання і підтримування температури води, повітря, вологості, чистоти води; інвентар та обладнання для безпечного проведення занять, допоміжний інвентар.	Самостійне опрацювання літератури. Тестування. Захист презентацій. Модульний контроль.

Модуль 3. Навчання та тренування з плавання

1	Тема 3.1. Техніка виконання та методика навчання плавання брасом	Спеціальні вправи для розвитку фізичних якостей плавця, що спеціалізується у плаванні способом брас. Техніка рухів ногами, руками; техніка дихання; узгодження рухів ногами, руками, дихання.	Опрацювання лекційного матеріалу. Самостійне опрацювання літератури. Письмові роботи. Виконання вправ і команд. Тестування. Модульний контроль.
2	Тема 3.2. Прикладне плавання.	Техніка прикладних способів плавання та пірнання.	Опрацювання лекційного матеріалу. Самостійне опрацювання літератури. Письмові роботи. Виконання вправ і команд. Тестування. Модульний контроль.
3	Тема 3.3. Оздоровче плавання.	Плавання в ортопедії та в травматології.	Опрацювання лекційного матеріалу. Самостійне опрацювання літератури. Письмові роботи. Виконання вправ і команд. Тестування. Модульний контроль.
4	Тема 3.4. Адаптивне плавання.	Місце адаптивного плавання у системі реабілітації неповносправних осіб.	Самостійне опрацювання літератури. Тестування. Захист презентацій. Модульний контроль.
5	Тема 3.5. Причини смерті на воді правила поведінки на воді.	Правила поведінки на закритих і відкритих водоймах. Причини смерті на воді.	Самостійне опрацювання літератури. Тестування. Захист презентацій. Модульний контроль.

Дидактичні методи	На лекційних заняттях	Розповідь, бесіда, дискусія, пояснення
	На практичних заняттях	Практична робота, письмова робота, укладання документації, тестування
Література основна	<ol style="list-style-type: none"> 1. Глазирін І.Д. Плавання: [навч. посібник] – К: Кондор, 2006. 2. Грузевич І.В. Теорія і методика викладання плавання у закладах освіти. – Вінниця, 2021. 3. Йосипчук В.В. Наука з початкового навчання плаванню учнів молодших та старших класів. – Львів, 2004. 	

	<ol style="list-style-type: none"> 4. Парфьонов В.О. Плавання. Підручник для факультетів фізичного виховання педагогічних інститутів. К.: Вища школа, 2004. 5. Плавання і методика навчання: навч. - метод. посіб. / С. А. Савчук, В. Я. Ковальчук, І. В. Бакіко. - Луцьк: ЛНТУ, 2015. 6. Сіренко Р. Плавання: [навч. посібник] – Львів: Видавництво ЛНУ імені Івана Франка, 2020. 7. Ткач Е.М. Плавання. Початкове плавання. Навчально-методичний посібник. – Чернігів: ЧДПУ ім. Т.Г. Шевченка, 2006. 8. Теорія і практика надійного формування навичок плавання серед молоді різної статі в процесі навчання та вдосконалення: монографія /Ганчар Олексій Іванович; Нац. ун-т «Чернігів. колегіум» ім. Т.Г. Шевченка. - Одеса: Сімекс-Прінт, 2018. - 319с.: табл. - Бібліогр.: с. 267-318. - 330 прим. - ISBN 978-966-2601-85-5 9. Шаповалов В.П. Плавання: Посібник для студентів інститутів фізичної культури і спорту. - Дніпропетровськ: Січ, 2004. 10. Шишкін О., Райтаровська І. Теорія і методика викладання плавання: [навч. посібник] – К: КНТ, 2021.
--	---

Література додаткова	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ігри та вправи на воді для початкового навчання плавання: метод. посібник / уклад. І.С. Звізда, М.М. Звізда; Чернівецький національний ун-т ім. Юрія Федьковича. - Чернівці: ЧНУ, 2002.
-----------------------------	--

Система оцінювання навчальних досягнень здобувачів освіти

	Змістовий модуль 1		Змістовий модуль 2		Змістовий модуль 3		Загальна кількість балів
	Кількість одиниць	Максимальна кількість балів	Кількість одиниць	Максимальна кількість балів	Кількість одиниць	Максимальна кількість балів	
Робота на практичному занятті	3	5	6	5	4	5	65
Виконання завдань для самостійної роботи	1	3	1	3	2	3	12
Виконання МКР	1	8	1	7	1	8	23
Разом	100						

4. Політика освітнього компонента

Правила взаємодії	<p>Самостійне виконання навчальних завдань, поточного та підсумкового контролю результатів навчання здобувачів освіти.</p> <p>У разі наявності плагіату в будь-яких видах робіт здобувача освіти, він не отримує оцінки і повинен повторно виконати завдання.</p> <p>Під час очного навчання, якщо завдання виконано після встановленого терміну (але не пізніше ніж через 2 тижні), то оцінка за його виконання знижується на 20%.</p> <p>Недопустимо використання засобів зв'язку для пошуку інформації в інтернеті під час виконання письмового чи усного опитування.</p> <p>Використання у навчальній діяльності лише перевірених і достовірних джерел інформації та грамотного посилання на них.</p> <p>Відвідування аудиторних занять та активність здобувача освіти під час навчання надає йому додаткові бонуси, під час оцінювання викладачем.</p> <p>Не припустимо пропонування хабара за отримання будь-яких переваг у навчальній діяльності, у тому числі з метою зміни отриманої академічної оцінки.</p>
--------------------------	---

Додаткова інформація	Під час дистанційного навчання, якщо завдання виконано пізніше встановленого терміну, то воно перевіряється після закінчення навчального семестру.
----------------------	--

Силабус:


складено **Оленою КУДЗІЄВОЮ** – спеціалістом вищої кваліфікаційної категорії, викладачем-методистом

Обговорено та схвалено на засіданні циклової комісії професійної та практичної підготовки
Протокол від «28» серпня 2024 року № 1

Голова циклової комісії  Людмила КОПИЛЕНКО
«28» серпня 2024 року

Затверджено на засіданні методичної ради коледжу

Протокол від «29» серпня 2024 року №

Голова методичної ради  Олена КУДЗІЄВА
«29» серпня 2024 року