

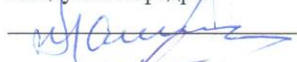
Шифр спеціальності	Назва спеціальності, освітньої програми	Шифр освітньої компоненти за ОП
017(A7)	Фізична культура і спорт Фізичне виховання і спорт	ОК.24

Київський національний університет
будівництва і архітектури
Кафедра Фізичного виховання і спорту

Шифр спеціальності	Назва спеціальності, освітньої програми	Шифр освітньої компоненти за ОП
017(A7)	Фізична культура і спорт Фізичне виховання і спорт	ОК.24

«Затверджую»

Завідувач кафедри



/Олександр ШАМИЧ/

Розробник силябуса



/Ігор РОССИПЧУК/



СИЛАБУС ПЛАВАННЯ З МЕТОЮ ВИКЛАДАННЯ

(назва, шифр освітньої компоненти (дисципліни))

1) Статус освітньої компоненти: (обов'язкова чи вибіркова) обов'язкова	
2) Контактні дані викладача: Контактні дані викладача: ст. викладач кафедри фізичного виховання і спорту КНУБА Росипчук Ігор Олексійович , rossypchuk.io@knuba.edu.ua , моб.тел. 0506507065	
3) Пререквізити (дисципліни-попередники, які необхідно вивчити, щоб слухати цей курс): гігієна фізичного виховання і спорту, анатомія людини, фізіологія людини, теорія спорту	
4) Коротка анотація дисципліни <i>Мета навчальної дисципліни:</i> вивчення студентами теорії і методики навчання плавання, оволодіння технікою основних видів спортивного та прикладного плавання, проведення занять, змагань і фізкультурно-масових заходів зі плавання, необхідних для роботи фахівця у сфері фізичного виховання і спорту. <i>Завдання навчальної дисципліни:</i> 1. Забезпечити теоретичну і практичну підготовку студентів до професійної діяльності. 2. Сприяти процесу формування світогляду студентів – майбутніх фахівців, вихователів нової, молодшої генерації української нації, свідомого громадянина України. 3. Прослідкувати загальні закономірності виникнення та розвитку плавання з найдавніших часів до наших днів. 4. Навчитися самостійно показати і навчити виконувати основні плавальні рухи; планувати навчальний матеріал з плавання; розробляти план-конспект заняття плавання; самостійно проводити заняття з плавання. <i>Предметом навчальної дисципліни є</i> теоретичні основи плавання, техніка видів плавання, методика навчання видам плавання з урахуванням специфіки різних вікових та статевих груп учнів, правила змагань з плавання, методика організації та суддівства змагань, а також викладання плавання у загальноосвітній школі, професійно-технічних, спеціально-технічних, вищих навчальних закладах а також використання різних видів рухової активності у воді з оздоровчою метою (у навчальних закладах (загальноосвітній школі, професійно-технічних, спеціально-технічних, ВНЗ)	
5) Структура курсу:	
Загальна кількість кредитів ECTS	3
Сума годин:	90
Вид індивідуального завдання	презентація або реферативна робота
Форма контролю	екзамен
6) Зміст курсу:	

Шифр спеціальності	Назва спеціальності, освітньої програми	Шифр освітньої компоненти за ОП
017(A7)	Фізична культура і спорт Фізичне виховання і спорт	ОК.24

5) Структура курсу:

Загальна кількість кредитів ECTS	3
Сума годин:	90
Вид індивідуального завдання	презентація або реферативна робота
Форма контролю	екзамен

6) Зміст курсу:

Денна форма навчання

Модуль 1. Змістовий модуль 1. (20 год).

Лекції:

Тема 1. Плавання: сторінки історії, визначення і зміст предмету, гідродинаміка, класифікація і термінологія.

Тема 2. Кроль на грудях, кроль на спині (техніка, методика навчання, удосконалення, вправи).

Тема 3. Брас (техніка, методика навчання, удосконалення, вправи).

Тема 4. Дельфін (батерфляй) (техніка, методика навчання, удосконалення, вправи).

Тема 5. Старти та повороти (техніка, методика навчання, удосконалення, вправи). Методика проведення ігор, свят на воді.

Практичні заняття:

Заняття 1. Тема для обговорення: Освоєння з водним середовищем (написати з орг.-метод. вказівками, провести 5-10 вправ за темою заняття), техніка безпеки;

Заняття 2. Тема для обговорення: Методика навчання та удосконалення роботи ногами способом кроль на грудях та кроль на спині (написати з орг.-метод. вказівками, провести 5-10 вправ за темою заняття).

Заняття 3. Тема для обговорення: Методика навчання та удосконалення роботи руками способом кроль на грудях та кроль на спині (написати з орг.-метод. вказівками, провести 5-10 вправ за темою заняття) спині (написати з орг.-метод. вказівками, провести 5-10 вправ за темою заняття).

Заняття 4. Тема для обговорення: Методика навчання та удосконалення дихання способом кроль на грудях спині (написати з орг.-метод. вказівками, провести 5-10 вправ за темою заняття).

Заняття 5. Тема для обговорення: Методика навчання та удосконалення роботи ногами способом брас (написати з орг.-метод. вказівками, провести 5-10 вправ за темою заняття).

Модуль 1.

Змістовий модуль 2. (20 год).

Лекції:

Тема 1. Прикладне плавання, рятування потопаючих, медична допомога.

Тема 2. Вплив плавання на організм людини (серцево-судинну, дихальну, опорно-рухову, кістково-м'язову, нервову, імунну системи). Оздоровче плавання. Методичні особливості організації занять з плавання з людьми різної вікової категорії.

Тема 3. Правила змагань, суддівство.

Тема 4. Організація плавання та техніка безпеки на різних водоймах.

Тема 5. Планування (плани-конспекти, програми і т.п.).

Практичні заняття:

Шифр спеціальності	Назва спеціальності, освітньої програми	Шифр освітньої компоненти за ОП
017(A7)	Фізична культура і спорт Фізичне виховання і спорт	ОК.24

Заняття 1. Тема для обговорення: Методика навчання та удосконалення роботи руками способом брас(написати з орг.-метод. вказівками, провести декілька вправ за темою заняття).

Заняття 2. Тема для обговорення: Методика проведення занять для навчання та удосконалення техніки способом батерфляй(написати з орг.-метод. вказівками, провести 5-10 вправ за темою заняття).

Заняття 3. Тема для обговорення: Методика проведення занять для навчання та удосконалення техніки стартів та поворотів(написати з орг.-метод. вказівками, провести 5-10 вправ за темою заняття).

Заняття 4. Тема для обговорення: Методика проведення занять для навчання та удосконалення техніки прикладного плавання(написати з орг.-метод. вказівками, провести 5-10 вправ за темою заняття).

Заняття 5. Тема для обговорення: Методика проведення різноманітних ігрових занять(написати з орг.-метод. вказівками, провести 5-10 вправ за темою заняття).

Заочна форма навчання

Модуль 1.

Змістовий модуль 1. (20 год).

Лекції:

Тема 1. Кроль на грудях (техніка, методика навчання, удосконалення, вправи).

Тема 2. Кроль на спині (техніка, методика навчання, удосконалення, вправи).

Тема 3. Брас (техніка, методика навчання, удосконалення, вправи).

Тема 4. Старти та повороти (техніка, методика навчання, удосконалення, вправи).

Тема 5. Прикладне плавання, рятування потопуючих, медична допомога.

Практичне заняття:

Заняття 1. Тема для обговорення: Методика проведення занять для навчання та удосконалення техніки способом кроль на грудях(написати з орг.-метод. вказівками, провести 5-10 вправ за темою заняття).

Заняття 2. Тема для обговорення: Методика проведення занять для навчання та удосконалення техніки способом кроль на спині(написати з орг.-метод. вказівками, провести 5-10 вправ за темою заняття).

Заняття 3. Тема для обговорення: Методика проведення занять для навчання та удосконалення техніки способом брас(написати з орг.-метод. вказівками, провести 5-10 вправ за темою заняття).

Заняття 4. Тема для обговорення: Методика проведення занять для навчання та удосконалення техніки стартів та поворотів(написати з орг.-метод. вказівками, провести 5-10 вправ за темою заняття).

Заняття 5. Тема для обговорення: Методика проведення занять для навчання та удосконалення техніки прикладного плавання(написати з орг.-метод. вказівками, провести 5-10 вправ за темою заняття).

Самостійна робота: 50 год /денна/. 70 год /заочна/.

Методика проведення занять для освоєння з водним середовищем.

Методика удосконалення техніки плавання способом кроль на грудях.

Методика проведення занять для навчання та удосконалення техніки способом кроль на грудях.

Методика удосконалення техніки плавання способом кроль на спині.

Методика проведення занять для навчання та удосконалення техніки способом кроль на

Шифр спеціальності	Назва спеціальності, освітньої програми	Шифр освітньої компоненти за ОП
017(A7)	Фізична культура і спорт Фізичне виховання і спорт	ОК.24

спині.

Методика удосконалення техніки плавання способом брас.

Методика проведення занять для навчання та удосконалення техніки способом брас.

Методика удосконалення техніки прикладного плавання

Методика проведення занять для навчання та удосконалення техніки прикладного плавання.

Методика навчання та удосконалення техніки плавання способом батерфляй.

Методика проведення занять для навчання та удосконалення техніки способом батерфляй.

Методика навчання та удосконалення техніки стартів та поворотів.

Методика проведення занять для навчання та удосконалення техніки стартів та поворотів.

Методика проведення ігрових занять.

Методика проведення занять з оздоровчого та лікувального плавання

Індивідуальне завдання:(тематика, зміст)

Презентації за темами лекцій та тем для самостійного вивчення.

Реферативна робота за темами практичних занять та виконання практичних завдань з дисципліни.

Вимоги до ПРЕЗЕНТАЦІЇ: титульний лист, план (зміст), текст згідно плану, наявність малюнків, таблиць, схем та ін., контрольні питання (до 10 питань) посилання на інформаційні джерела. Обсяг презентації 15-25 слайдів (залежно від змісту теми). Формат: шрифт 16 pt TNR: 15 pt Arial, Georgia; інтервал 1,15. Кожен пункт з нової сторінки. У титульному листі вказати зокрема: тему, ПІБ виконавця, групу, дату початку і дату завершення роботи.

Вимоги до РЕФЕРАТИВНОЇ РОБОТИ: титульний лист, план (зміст), текст згідно плану, посилання на інформаційні джерела. Формат: поля по 2 см кожне; шрифт 14 pt TNR: 13 pt Arial, Georgia; інтервал 1,15: вирівнювання - по ширині; абзац - 1,25. Кожен пункт з нової сторінки. У титульному листі вказати зокрема: тему, ПІБ виконавця, групу, дату початку і дату завершення роботи, власний підпис.

Критерії оцінювання індивідуальної роботи

Оцінка за національною шкалою	Кількість балів	Критерії
ВІДМІННО	10	відмінне виконання: - розкриття теми (обсяг матеріалу), структурність та змістовність роботи, дотримання вимог до форматування, наявність інформаційних джерел, і змісту роботи; - повністю виконана практична робота (в презентації достатній вміст огл - виконання в межах зазначеного терміну.
	9	відмінне виконання: - розкриття теми (обсяг матеріалу), структурність та змістовність роботи, незначні зауваження до вимог щодо форматування, наявність інф контрольних питань до змісту роботи; - виконана практична робота має незначні недоліки (в презента матеріалу); - робота здана на протязі трьох днів після завершення терміну (за умови

Шифр спеціальності	Назва спеціальності, освітньої програми	Шифр освітньої компоненти за ОП
017(A7)	Фізична культура і спорт Фізичне виховання і спорт	ОК.24

ДОБРЕ	8	добре виконання: - розкриття теми (обсяг матеріалу), структурність та змістовність роботи (матеріалу) мають незначні зауваження, не повне дотримання вимог до форматування інформаційних джерел, відсутність контрольних питань до змісту роботи; - виконана практична робота має несуттєві недоліки (в презентації оглядових матеріалів або має недоліки); - робота здана пізніше трьох днів після завершення терміну (за умови відсутності зауважень).	
	7	добре виконання: - розкриття теми (обсяг матеріалу обмежений), структурність та змістовність роботи (значимість матеріалу) мають зауваження, не повне дотримання вимог до форматування інформаційних джерел, відсутність контрольних питань до змісту роботи; - виконана практична робота має несуттєві недоліки (в презентації оглядових матеріалів або має недоліки); - робота здана пізніше тижня після завершення терміну (за умови відсутності зауважень).	
ЗАДОВІЛЬНО	6	задовільне виконання: - не повне розкриття теми (за обсягом), структурність та змістовність роботи (матеріалу) мають зауваження, недотримання вимог до форматування, недостатність інформаційних джерел, недостатність або відсутність контрольних питань до змісту роботи; - виконана практична робота суттєві недоліки або виконана неповністю (матеріал недостатній або має недоліки); - робота здана після завершення терміну.	
7) Посилання на сторінку електронного навчально-методичного комплексу дисципліни: https://org2.knuba.edu.ua/course/view.php?id=3113#section-1			