

КИЇВСЬКИЙ СТОЛИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА
ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ «УНІВЕРСУМ»

Циклова комісія фізичного виховання

ПРОГРАМА ЕКЗАМЕНУ
з дисципліни
«Методика викладання плавання»

Освітньо-професійний ступінь: фаховий молодший бакалавр

Курс III

Спеціальність: 014 Середня освіта

Предметна спеціальність: 014.11 Фізична культура

Освітньо-професійна програма: Фізична культура

Форма проведення: письмово

Тривалість проведення: 2 год

Максимальна кількість балів: 40 балів

Екзамен проводиться за допомогою ЕНК з дисципліни – для проведення тестування та надання відповіді на відкрите питання

Критерії оцінювання:

Кількість питань – 30 різнорівневих тестових питань з варіантами відповідей та 1 відкрите питання.

Критерії оцінювання: 1 тестове питання – 1 бал, 1 відкрите питання – 10 балів.

Рівень знань	Оцінка за 10-бальною шкалою	Загальні критерії оцінювання навчальних досягнень студентів
Відмінний рівень	9-10	Відповідь студент/студентка: - містить повний, розгорнутий, правильний виклад матеріалу з поставленого питання; - демонструє знання основних понять і категорій та взаємозв'язку між ними, вірно розуміння змісту основних теоретичних положень; - вказує на вміння давати змістовний та логічний аналіз матеріалу з поставленого питання; - демонструє здатність самостійно оцінювати різноманітні ситуації та

		робити власні висновки в разі неоднозначності характеру поставленого питання чи проблеми.
Добрий рівень	7-8	Студент/студентка дали досить повну та логічно обґрунтовану відповідь на поставлене питання, але в наявності наступні недоліки: - незначні неточності при поясненні; - недостатньо розкритий предмет запитання, основні поняття носять тезисний характер; - окремі формулювання є нечіткими; - є в наявності інформація, що не відноситься до змісту екзаменаційного питання.
Задовільний рівень	4-6	Студент/студентка дали відповідь на поставлене питання, однак допустив суттєві помилки як змістовного характеру, так і при оформленні відповіді на питання, а саме: - зміст відповіді свідчить про невірне розуміння окремих аспектів поставленого питання; - відповідь елементарна, свідчить про недостатню обізнаність з основними науковими теоріями і концепціями, що стосуються питання; - відповідь викладена недостатньо аргументовано, не містить аналізу проблемних аспектів поставленого питання.
Незадовільний рівень	1-3	Студент/студентка не відповіли на питання, або його відповідь є неправильною, тобто містить грубі змістовні помилки щодо принципових аспектів поставленого питання.

Орієнтовний перелік питань до семестрового екзамену:

1. Оздоровчі заняття на воді. Загальна характеристика.
2. Властивості водного середовища та їх вплив на організм людини.
3. Значення ігор та розваг у організації та проведенні оздоровчих занять на воді.
4. Інвентар, що використовують на заняттях з плавання.
5. Правила поведінки на воді. Техніка безпеки на заняттях з плавання.
6. Перерахуйте полегшені способи плавання (ПСП): п'ять груп.

7. Історія розвитку плавання.
8. Техніка спортивних способів плавання (ССП).
9. Техніка загальної координації рухів при плаванні способом кроль на грудях.
10. Техніка простого закритого повороту при плаванні способом кроль на грудях. Старт.
11. Техніка загальної координації рухів при плаванні способом кроль на спині.
12. Техніка простого відкритого повороту при плаванні способом кроль на спині. Старт.
13. Техніка плавання способом брас.
14. Техніка повороту «маятник» при плаванні способом брас. Старт.
15. Методика викладання плавання.
16. Принципи навчання плаванню.
17. Охарактеризуйте початкове навчання плаванню (ПНП).
18. Комплекс вправ з освоєння з водним середовищем.
19. Скорочений та розгорнутий план-конспект заняття з плавання.
20. Методична схема вивчення елементів техніки способу.
21. Методична послідовність вивчення кожного елементу техніки.
22. Методика навчання техніці спортивних способів плавання (ССП).
23. Типові помилки при вивченні спортивних способів плавання та їх виправлення.
24. Складання контрольних нормативів.
25. Правила та суддівство змагань з плавання.
26. Техніка прикладних способів плавання.
27. Техніка транспортування потерпілого на воді.
28. Перша медична допомога потерпілому на воді.
29. Вплив занять з плавання на функціональні системи організму (дихальну, серцево-судинну, опорно-рухову)
30. Особливості організації занять з плавання для різних вікових груп (діти, дорослі, люди похилого віку).

Тестові запитання будуть складені за такими темами дисципліни:

1. Загальна характеристика та історія розвитку плавання.
2. Фізичні властивості води та їх вплив на техніку плавання.
3. Загальна характеристика спортивних способів плавання.
4. Техніка плавання спортивним способом «Кроль на грудях».
5. Техніка плавання спортивним способом «Кроль на спині».
6. Техніка плавання спортивним способом «Брас».
7. Техніка прикладних способів плавання.

8. Техніки транспортування потерпілого на воді.
9. Перша медична допомога потерпілому на воді.
10. Методика викладання плавання.
11. Методика навчання спортивним способом плавання «Кріль на грудях».
12. Методика навчання спортивним способом плавання «Кріль на спині».
13. Методика навчання спортивним способом плавання «Брас».
14. Заходи безпеки під час проведення занять з плавання ЗЗСО.
15. Особливості організації і проведення занять з плавання у закладах загальної середньої освіти.
16. Особливості організації і проведення змагань з плавання у закладах загальної середньої освіти.

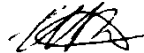
Розглянуто і затверджено на засіданні
циклової комісії фізичного виховання
Протокол від 07 травня 2025 року №10

Екзаменатор



Юлія ТІПТЮК

В.о. голови циклової комісії



Катерина ЗАЄЦЬ