

Державний вищий навчальний заклад
«Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника»

Факультет фізичного виховання і спорту
Кафедра спортивно-педагогічних дисциплін



Проректор

“ 21 ” к. 02125266 08

2021 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Основи рятувництва на воді

Освітня програма Фізична культура і спорт
другого (магістерського) рівня

Спеціальність 017 Фізична культура і спорт

Галузь знань 01 Освіта/Педагогіка

Івано-Франківськ

2021 р.

Робоча програма

Основи рятувництва на воді

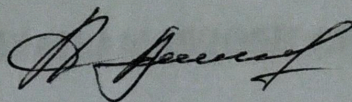
для студентів спеціальності 017 Фізична культура і спорт

Розробники: (вказати авторів, їхні посади, наукові ступені та вчені звання)
Майструк В. В. старший викладач кафедри спортивно-педагогічних
дисциплін

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри спортивно-педагогічних
дисциплін

Протокол від "30" серпня 2021 р. № 1

Завідувач кафедри



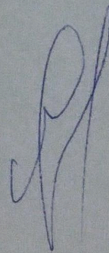
Синиця А.В.

"30" 08 2021 р.

Схвалено Науково-методичною радою факультету фізичного виховання і
спорту

Протокол "30" 08 2021р. № 1

Голова



Лапковський Е.Й.

"30" 08 2021 р.

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів 3	Галузь знань 01 освіта (шифр і назва)	Цикл професійної та практичної підготовки Нормативна (за вибором)	
	Напрямок підготовки 017 (фізична культура і спорт), (шифр і назва)		
Модулів – 2	Спеціальність (професійне спрямування): 017 (фізична культура і спорт),	Рік підготовки:	
Змістових модулів – 2		2	2
Індивідуальне науково-дослідне завдання _____ (назва)		Семестр	
Загальна кількість годин - 90		3	3
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 2 самостійної роботи студента – 4	Освітньо-кваліфікаційний рівень: Бакалавр	Лекції	
		1с.- 6 год.	1с.- 6 год.
		Практичні,	
		1с.-14 год.	1с.-4 год.
		Самостійна робота	
		1с.-70 год.	1с.-80 год.
		Індивідуальні завдання: _____ год.	
		Вид контролю: 3 сем.- залік	

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної і індивідуальної роботи становить:

для денної форми навчання – 43%-57%

для заочної форми навчання – 14%-86%

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета вивчення дисципліни є діяльності рятувальної служби на водних об'єктах країни, розглянути ситуації на воді, техніку плавання та пірнання, технічні засоби рятування та порядок їх застосування, розглянуто методіку та тактику проведення рятувальних робіт на воді, способи рятування та порядок надання першочергової допомоги потерпілим при утопленні.

Завдання дисципліна призначена для магістрів другого курсу спеціальності 017 Фізична культура і спорт та покликана сформувати у них цілісну систему знань та вмінь, організації і управління рятуванням на водних об'єктах країни та практичних навичок організації рятувальної служби на воді.

Компетентності

ІК. Здатність розв'язувати задачі дослідницького та/або інноваційного характеру у сфері фізичної культури і спорту.

ЗК2. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел.

ЗК7. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.

ЗК8. Здатність працювати в міжнародному контексті.

Спеціальні (фахові, предметні) компетентності:

СК1. Здатність до критичного осмислення проблем у сфері фізичної культури і спорту, оригінального мислення та проведення досліджень.

СК2. Здатність розробляти та реалізовувати інноваційні проекти у сфері фізичної культури і спорту.

СК4. Здатність управляти робочими або навчальними процесами у сфері фізичної культури та спорту, які є складними, непередбачуваними та потребують нових стратегічних підходів.

СК6. Здатність до самоосвіти, самовдосконалення та саморефлексії для успішної професіоналізації у сфері фізичної культури і спорту.

Програмні результати навчання

ПРН 4: Зрозуміло і недвозначно доносити власні знання, висновки та аргументацію з питань фізичної культури та спорту до фахівців і нефахівців, зокрема до осіб, які навчаються.

ПРН 5. Розробляти і викладати спеціалізовані навчальні дисципліни у закладах вищої освіти.

3. Програма навчальної дисципліни

Модуль 1.

Змістовий модуль 1. Методика рятування на воді.

Тема 1. Сутність та основи рятування на воді.

Тема 2. Техніка та методика рятування на воді. Робота з рятувальними засобами і спорядженням

Тема 3. Тактика порятунку на воді. Проведення рятувальних робіт на воді.

Модуль 2.

Змістовий модуль 2. Техніка прикладного плавання . Долікарська допомога

Тема 1. Техніка прикладних способів плавання. Плавання в одязі.

Тема 2. Техніка способів пірнання в глибину та довжину

Тема 3. Підпливання, звільнення від захватів та транспортування потерпілого.

Тема 4. Перша долікарська допомога при утопленні

4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин											
	денна форма						заочна форма					
	У с ь о г о	у тому числі					У с ь о г о	у тому числі				
		л	п			с.р		л	п			с. р
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Модуль 1												
I семестр.												
<u>Змістовий модуль 1. Методика рятування на воді.</u>												
Тема 1. Сутність та основи рятування на воді		2				10		2				10
Тема 2. Техніка та методика рятування на воді. Робота з рятувальними засобами і спорядженням		2				10		2				10
Тема 3. Тактика порятунку на воді. Проведення рятувальних робіт на воді.		2				10		2				10
<u>Змістовий модуль 2. Техніка прикладного плавання . Долікарська допомога</u>												
Тема 1. Техніка прикладних способів плавання. Плавання в одязі.			6			10			1			20
Тема 2. Техніка способів пірнання в глибину та довжину			2			10			1			10
Тема 3. Підпливання, звільнення від захватів та транспортування потерпілого.			4			10			1			10
Тема 4. Перша долікарська допомога при утопленні			2			10			1			10
Усього годин	90	6	14			70	90	6	4			80

5. Теми практичних занять

Денна форма

№ з/П	Назва теми	Кількість годин
	3 семестр	14

1	Техніка прикладних способів плавання.	2
2	Техніка різних способів пірнання в глибину та довжину	2
3	Вдосконалення техніки прикладних способів плавання.	2
4	Техніка плавання в одязі, пірнання в глибину та довжину	2
5	Підпливання, звільнення від захватів.	2
6	Підняття з дна та транспортування потерпілого.	2
7	Перша долікарська допомога при утопленні	2

Заочна форма

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
	3 семестр	4
1	Техніка прикладних способів плавання.	1
2	Техніка способів пірнання в глибину та довжину	1
3	Підпливання, звільнення від захватів та транспортування потерпілого.	1
4	Перша долікарська допомога при утопленні	1

6. Самостійна робота

Денна форма

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
	3 семестр	70
	Сутність та основи рятування на воді	7
	Техніка та методика рятування на воді.	7
	Робота з рятувальними засобами і спорядженням	7
	Тактика порятунку на воді.	7
	Проведення рятувальних робіт на воді.	7
	Техніка прикладних способів плавання.	7
	Техніка різних способів пірнання в глибину та довжину	7
	Підпливання, звільнення від захватів.	7
	Транспортування потерпілого.	7
	Перша долікарська допомога при утопленні	7

Заочна форма

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
	3 семестр	80

	Сутність та основи рятування на воді	8
	Техніка та методика рятування на воді.	8
	Робота з рятувальними засобами і спорядженням	8
	Тактика порятунку на воді.	8
	Проведення рятувальних робіт на воді.	8
	Техніка прикладних способів плавання.	8
	Техніка різних способів пірнання в глибину та довжину	8
	Підпливання, звільнення від захватів.	8
	Транспортування потерпілого.	8
	Перша долікарська допомога при утопленні	8

7. Методи навчання

Лекції, практичні заняття, лабораторні заняття, самостійна робота з навчальними посібниками та електронними носіями інформації.

8. Розподіл балів, які отримують студенти

Накопичування балів під час вивчення дисципліни		
Види навчальної роботи		Максимальна кількість балів
Практичні навички	Робота на парах	50
Теоретичні знання	Тестування, усна відповідь	30
Самостійна робота	Індивідуальні завдання, КСР	20
Максимальна кількість балів		100

Види навч. роботи	Графік навчального процесу										ІЗ	ПН	Разом	
	Номер практичного заняття					Номер практичного заняття								КСР
	1	2	3	4	5	6	7							
Т	100		100		100		100							20
УВ	100	100	100	100	100	100	100							10
ПН	100	100	100	100	100	100	100						100	50
СР												100	100	20
Разом														100

Вимоги до змістовних модулів

3 семестр(модуль)

1. Рятувальна станція. Рятувальний пост
2. Небезпека при купанні та плаванні.
3. Індивідуальна рятувальна техніка.
4. Способи пірнання до потерпілого .

5. Транспортування та транспортувальні засоби .
 6. Рятувальні засоби, що використовуються для витягування .
 7. Підтримуючі та рятувальні засоби .
 8. Засоби для пошуку під водою
 9. Надання допомоги при стихійних лихах і виробничих аваріях.
 10. Наданням першої медичної допомоги потерпілим; організацією транспортування потерпілих у лікарняні заклади
 11. Виконання практичних залікових вимог:
 12. Техніка плавання на спині.
 13. Техніка плавання на грудях.
 14. Техніка плавання на боці.
 15. Техніка плавання в одязі.
 16. Техніка пірнання в глибину різними способами.
 17. Техніка пірнання в довжину різними способами.
 18. Способи підпливання до потерпілого
 19. Способи транспортування потерпілого.
 20. Способи звільнення від захватів.
 21. Особливості рятування та плавання взимку.
 22. Способи підняття потерпілого з глибини
 23. Звільнення дихальних шляхів
 24. Забезпечення дихання потерпілого.
 25. Забезпечення кровообігу потерпілого.
 26. Виконання залікових вимог:
- Техніка плавання прикладним брасом (25 м).
Техніка пірнання в довжину (25 м).
Техніка транспортування потерпілого(25 м).
Техніка плавання прикладним кролем(25 м).
Техніка пірнання в глибину (5м).
Пропливання 100 м без урахування часу в одязі.
Методика проведення долікарської допомоги

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	A	відмінно	зараховано
80 – 89	B	добре	
70 – 79	C		
60 – 69	D	задовільно	
50 – 59	E		
26 – 49	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання

0-25	Ф	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни
------	---	--	---

9. Методичне забезпечення

Дисципліна “Основи рятувництва на воді” має певне навчально-методичне забезпечення у вигляді посібників:

- тексти лекцій;
- розробка практичних занять;
- питання до змістовних модулів;

Для реалізації ідеї кредитно-модульної системи кожен студент повинен мати можливість користуватися всім комплектом навчально-методичного забезпечення.

10. Рекомендована література

Базова

1. Булгакова Н. Ж. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание. – Москва, 2005. - 432 с.
2. Георгиев П. Специализираната спортна подготовка в МВР. Част 1. Аварийно спасителна дейност във водна среда. – София, 2001. – 124 с.
3. Пашинський В. Живіть, купаючись. Правила охорони життя людей на водних об'єктах влітку // Надзвичайна ситуація. – К.: Преса України, 2004. – С. 46-48. -№ 6 (80).
4. Розпорядження Президента України “Про невідкладні заходи щодо запобігання загибелі людей на водних об'єктах”, від 14 липня 2001 року № 190/2001-рп .
5. Смертельні води. Відкритий лист Міністра України з питань надзвичайних ситуацій до громадян держави // Надзвичайна ситуація. – К.: Преса України, 2004. – С. 25. -№ 7(81).
6. Тагаев Н.Н., Щербина А.В. Первая помощь пострадавшим на месте происшествия: Уч. пособ. Под ред. А.М. Бандурки. – 2-е изд. – Харьков: Арсис, 2002. – 208 с.

Допоміжна

1. Бурла О.М. Плавання. Прискорений курс навчання. Навчальний посібник.2-е вид., Суми СумДПУ іменіА.С.Макаренка. 2016. с 156
2. Л.М.Шульга Плавання: методика навчання. Навчальний посібник. Олімпійська література. 2019. с.216
3. Чуприна О. В., Жилін Т. П. Домедична допомога . Курс лекцій Київ 2018. с 235.
4. Надкевич А.Л. Це повинен знати кожен Пам'ятка працівникам. Тернопіль: ТНТУ, 2010. – 32 с.

5. Полатайко Ю. О. Плавання. Івано-Франківськ, Плай . 2005. – 258 с.
6. Халмурадов Б.Д., Безпека життєдіяльності. Перша допомога в надзвичайних ситуаціях: Навчальний посібник. К.: ЦУЛ, ISBN: 966-364-337-4. 2006.–138 с.

11. Інформаційні ресурси

1. Бібліотека Прикарпатського національного університету ім. Василя Стефаника: <http://lib.pnu.edu.ua/>
2. Івано-Франківська державна обласна універсальна наукова бібліотека ім. Івана Франка: <https://lib.if.ua/>
3. Електронний каталог центральної галузевої бібліотеки з фізичної культури і спорту: <http://lib.sportedu.ru/>
4. Національна бібліотека України імені В.І. Вернадського
www.nbuv.gov.ua
5. <http://ru.wikipedia.org>
6. <https://www.youtube.com>
7. <https://mvs.gov.ua/>
8. <http://um.co.ua/>
9. <https://www.pharmencyclopedia.com.ua/>