

Міністерство освіти і науки України
Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника
Кафедра спортивно-педагогічних дисциплін

Проректор
" 31 "



РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ОСНОВИ РЯТІВНИЦТВА НА ВОДІ

Освітня програма «Фізична культура і спорт»
другий (магістр) рівень
Спеціальність 017 – фізична культура і спорт
Галузь знань 01 освіта

Факультет фізичного виховання і спорту

Івано-Франківськ – 2022 рік

Робоча програма
«ОСНОВИ РЯТІВНИЦТВА НА ВОДІ»

для студентів за спеціальністю 017 – фізична культура і спорт

Розробник:

доктор біологічних наук, професор Ю.О. Полатайко;

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри спортивно-педагогічних дисциплін

Протокол № 1 від “29” серпня 2022 р.

Завідувач кафедри
спортивно-педагогічних дисциплін

 Синиця А.В.

“29” серпня 2022 р.

Схвалено науково-методичною радою факультету фізичного виховання і спорту.

Протокол від “30” 08 2022 р. № 1

“30” 08 2022 р.

Голова



Е.Й. Лапковський

© _____, 2022 рік

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 методика 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. | | | | | | | | | | | | |
| Змістовий модуль 1. Методика рятування на воді. | | | | | | | | | | | | |
| Тема 1. Сутність та основи рятування на воді | | 2 | | | | 10 | | 2 | | | | 10 |
| Тема 2. Техніка та методика рятування на воді. | | 2 | | | | 10 | | 2 | | | | 10 |
| Робота з рятувальними засобами і спорядженням | | | | | | | | | | | | |
| Тема 3. Тактика порятунку на воді. Проведення рятувальних робіт на воді. | | 2 | | | | 10 | | 2 | | | | 10 |
| Змістовий модуль 2. Техніка прикладного плавання . Долікарська допомога | | | | | | | | | | | | |
| 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 техніка 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. Бурла О.М. Плавання. Прискорений курс навчання. Навчальний посібник. 2-е вид., Суми СумДПУ імені А.С.Макаренка. 2016. с 156
2. Георгиев П. Специалізована спортивна підготовка в МВР. Част 1. Аварійно спасителна діяльність в водній середі. – Софія, 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. Тагаєв 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. Л.М.Шульга Плавання: методика навчання. Навчальний посібник. Олімпійська література. 2019. с.216
2. Чупріна О. В., Жилін Т. П. Домедична допомога . Курс лекцій Київ 2018. с 235.
3. Надкевич А.Л. Це повинен знати кожен Пам'ятка працівникам. Тернопіль: ТНТУ, 2010. – 32 с.

4. Полатайко Ю. О. Плавання. Івано-Франківськ, Плай . 2005. – 258 с.
5. 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 державнообласна 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/>