

# Облікова картка дисертації

## I. Загальні відомості

**Державний обліковий номер:** 0823U100848

**Особливі позначки:** відкрита

**Дата реєстрації:** 11-10-2023

**Статус:** Запланована

**Реквізити наказу МОН / наказу закладу:**



## II. Відомості про здобувача

**Власне Прізвище Ім'я По-батькові:**

1. Сімак Наталія Данилівна

2. Nataliia D. Simak

**Кваліфікація:**

**Ідентифікатор ORCID ID:** Не застосовується

**Вид дисертації:** доктор філософії

**Аспірантура/Докторантура:** так

**Шифр наукової спеціальності:** 017

**Назва наукової спеціальності:** Фізична культура і спорт

**Галузь / галузі знань:** освіта

**Освітньо-наукова програма зі спеціальності:** 017 Фізична культура і спорт

**Дата захисту:** 15-09-2023

**Спеціальність за освітою:** 014 Фізичне виховання

**Місце роботи здобувача:** Державний заклад "Південноукраїнський державний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського"

**Код за ЄДРПОУ:** 02125473

**Місцезнаходження:** вул. Старопортофранківська, буд. 26, Одеса, 65020, Україна

**Форма власності:** Державна

**Сфера управління:** Міністерство освіти і науки України

**Ідентифікатор ROR:**

### **III. Відомості про організацію, де відбувся захист**

**Шифр спеціалізованої вченої ради (разової спеціалізованої вченої ради):** ДФ 41.053.048

**Повне найменування юридичної особи:** Державний заклад "Південноукраїнський державний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського"

**Код за ЄДРПОУ:** 02125473

**Місцезнаходження:** вул. Старопортофранківська, буд. 26, Одеса, 65020, Україна

**Форма власності:** Державна

**Сфера управління:** Міністерство освіти і науки України

**Ідентифікатор ROR:**

### **IV. Відомості про підприємство, установу, організацію, в якій було виконано дисертацію**

**Повне найменування юридичної особи:** Державний заклад "Південноукраїнський державний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського"

**Код за ЄДРПОУ:** 02125473

**Місцезнаходження:** вул. Старопортофранківська, буд. 26, Одеса, 65020, Україна

**Форма власності:** Державна

**Сфера управління:** Міністерство освіти і науки України

**Ідентифікатор ROR:**

### **V. Відомості про дисертацію**

**Мова дисертації:** Українська

**Коди тематичних рубрик:** 77.29

**Тема дисертації:**

1. Рационалізація процесу навчання плавання дітей 7-9 років з використанням нетрадиційних підходів
2. Rationalization of the process of teaching swimming to children 7-9 years old using non-traditional approaches

**Реферат:**

1. У дисертаційній роботі подано нове розв'язання науково-прикладного завдання навчання плавання дітей 7-9 років з використанням нетрадиційних підходів. Наукова новизна роботи полягає в тому, що вперше: обґрунтовано структуру та зміст експериментальної програми навчання плаванню дітей 7-9 років із використанням аквафітнесу, яка враховує рівні фізичного здоров'я дітей; розроблено компоненти фізичного навантаження на заняттях з плавання з урахуванням рівня фізичного здоров'я дітей 7-9 років в межах підготовчого, тренувального та підтримувального періодів; розроблено тестові завдання та кількісні критерії оцінювання плавальної підготовленості дітей 7-9 років; доповнено та розширено дані щодо організаційних та методичних особливостей побудови навчально-тренувального процесу навчання плавання дітей 7-9 років; набули подальшого розвитку напрями застосування засобів аквафітнесу для поліпшення фізичної та функціональної підготовленості дітей 7-9 років. Розроблена експериментальна програма із застосуванням

інноваційних підходів здійснювалась упродовж шести місяців і складалася з 3 послідовних періодів: підготовчого, тренувального та підтримувального, для кожного з яких виокремлювалися певні засоби та завдання для їх вирішення. Розроблена програма базувалася на основних принципах фізичного виховання та тренування: принципи оздоровчого спрямування, прикладної спрямованості, свідомості та активності, доступності, послідовності, наочності. В кожному етапі розробленої експериментальної програми тривалість, інтенсивність фізичного навантаження та співвідношення засобів були різними відповідно до рівня фізичного здоров'я дітей 7-9 років. Для хлопців і дівчат з низьким рівнем фізичного здоров'я у підготовчому періоді тривалість навчально-тренувального заняття з плавання становила 35-40 хв, у тренувальному – 55-60 хв, у підтримувальному – 60 хв; інтенсивність фізичного навантаження знаходилася на рівні 40-45%, 45-50 % та 50-55% від резерву ЧСС. Під час застосування вправ аквафітнесу дотримувалися варіативності виконання засобів і методів, рівномірний розподіл фізичного навантаження на різні групи м'язів. Застосовані вправи виконувались у дрібній та глибокій воді із використанням різноманітного інвентарю. Вправи були проранжовані в різні комплекси: на освоєння з водним середовищем, на освоєння та вдосконалення навичок плавання, на розвиток рухових здібностей, ігрові вправи. Вправи аквафітнесу диференціювалися за різними пульсовими режимами відповідно до рівня фізичного здоров'я і залучали до роботи м'язи верхніх та нижніх кінцівок, тулуба, які характеризувалися різною амплітудою рухів, швидкістю виконання та глибиною занурення. Така диференціація забезпечувала оптимальне фізичне навантаження для дітей 7-9 років. У формувальному етапі педагогічного дослідження підтверджено оздоровчу ефективність занять за розробленою експериментальною програмою з 7-9 років, що проявляється у позитивній динаміці показників функціонального стану, фізичної та плавальної підготовленості.

2. The dissertation presents a new solution to the scientific and applied task of teaching swimming for children aged 7-9 using non-traditional approaches. The scientific novelty of the work is that for the first time: the structure and content of the experimental swimming training program for children 7-9 years old using aquafitness, which takes into account the children's physical health levels, is substantiated; the components of physical load in swimming classes were developed taking into account the level of physical health of children aged 7-9 within the preparatory, training and maintenance periods; test tasks and quantitative criteria for evaluating the swimming readiness of children 7-9 years old were developed; added and expanded data on the organizational and methodological features of building the educational and training process of teaching swimming to children 7-9 years old; directions for the use of aquafitness tools to improve the physical and functional fitness of children aged 7-9 have gained further development. The developed experimental program with the use of innovative approaches was carried out for six months and consisted of 3 consecutive periods: preparatory, training and support, for each of which certain means and tasks for their solution were identified. The developed program was based on the main principles of physical education and training: the principles of health-oriented orientation, applied orientation, consciousness and activity, accessibility, consistency, clarity. In each stage of the developed experimental program, the duration, intensity of physical activity and the ratio of means were different according to the level of physical health of children 7-9 years old. For boys and girls with a low level of physical health in the preparatory period, the duration of the training session in swimming was 35-40 min, in the training session – 55-60 min, in the maintenance session – 60 min; the intensity of physical activity was at the level of 40-45%, 45-50% and 50-55% of the heart rate reserve. During the application of aquafitness exercises, the variability of the exercises, the uniform distribution of the physical load on different muscle groups, were observed. Applied exercises were performed in shallow and deep water using various equipment. The exercises were arranged in different complexes: for familiarization with the water environment, for learning and improving swimming skills, for the development of motor skills, game exercises. Aquafitness exercises were differentiated according to different pulse modes according to the level of physical health and involved the muscles of the upper and lower limbs, trunk, which were characterized by different amplitude of movements, speed of execution and depth of immersion. Such differentiation provided optimal physical activity for children 7-9 years old. In the formative stage of the pedagogical research, the health-improving effectiveness of classes according to the developed experimental program from 7-9 years old was confirmed, which is manifested in the positive dynamics of indicators of functional

state, physical and swimming readiness.

### **Державний реєстраційний номер ДіР:**

**Пріоритетний напрям розвитку науки і техніки:** Фундаментальні наукові дослідження з найбільш важливих проблем розвитку науково-технічного, соціально-економічного, суспільно-політичного, людського потенціалу для забезпечення конкурентоспроможності України у світі та сталого розвитку суспільства і держави

**Стратегічний пріоритетний напрям інноваційної діяльності:** Освоєння нових технологій транспортування енергії, впровадження енергоефективних, ресурсозберігаючих технологій, освоєння альтернативних джерел енергії

**Підсумки дослідження:** Нове вирішення актуального наукового завдання

### **Публікації:**

- 1. Сімак Н. Д., Тодорова В. Г. Методичні особливості навчання плавання дітей 7-9 років: проблеми та здобутки. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. 2022. Вип. ЗК(147). С. 357-363.
- 2. Сімак Н.Д., Одинець Т. Є. Організаційно-методичні особливості навчання плаванню дітей на етапі початкової підготовки. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. 2022. № 10 (155). С. 166-170.
- 3. Сімак Н. Д., Одинець Т. Є. Інноваційні підходи навчання плавання дітей на етапі початкової підготовки. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. 2023. Вип. ЗК(148). С. 373-377.
- 4. Сімак Н. Д. Методичні та організаційні особливості навчання плаванню дітей молодшого шкільного віку. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. 2023. № 5 (164). С. 128-131.
- 5. Сімак Н. Д. Оздоровчі аспекти занять плаванням у дітей 7-9 років. Вісник Запорізького національного університету. 2023. № 1. С. 42-47.
- 6. Сімак Н. Д. Вплив експериментальної програми з плавання на рівень фізичної підготовленості дітей 7-9 років. Вісник Запорізького національного університету. Фізичне виховання і спорт. 2022. № 4. С. 95-103.

**Наукова (науково-технічна) продукція:** методи, теорії, гіпотези; методичні документи

**Соціально-економічна спрямованість:**

**Охоронні документи на ОПІВ:**

**Впровадження результатів дисертації:** Впроваджено

**Зв'язок з науковими темами:** 0111U001734

## **VI. Відомості про наукового керівника/керівників (консультанта)**

**Власне Прізвище Ім'я По-батькові:**

1. Тодорова Валентина Георгіївна
2. Valentina G. Todorova

**Кваліфікація:** д. фіз. вих., професор, 24.00.01

**Ідентифікатор ORCID ID:** Не застосовується

**Додаткова інформація:**

**Повне найменування юридичної особи:** Державний заклад "Південноукраїнський державний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського"

**Код за ЄДРПОУ:** 02125473

**Місцезнаходження:** вул. Старопортофранківська, буд. 26, Одеса, 65020, Україна

**Форма власності:** Державна

**Сфера управління:** Міністерство освіти і науки України

**Ідентифікатор ROR:**

## **VII. Відомості про офіційних опонентів та рецензентів**

### **Офіційні опоненти**

#### **Власне Прізвище Ім'я По-батькові:**

1. Богуславська Вікторія Юріївна

2. Viktorija Y. Bogyslavska

**Кваліфікація:** д. фіз. вих., доц., 24.00.01

**Ідентифікатор ORCID ID:** Не застосовується

#### **Додаткова інформація:**

**Повне найменування юридичної особи:** Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського

**Код за ЄДРПОУ:** 02125094

**Місцезнаходження:** вул. Острозького, буд. 32, Вінниця, Вінницький р-н., 21100, Україна

**Форма власності:** Державна

**Сфера управління:** Міністерство освіти і науки України

**Ідентифікатор ROR:**

#### **Власне Прізвище Ім'я По-батькові:**

1. Коваленко Юлія Олексіївна

2. Yulija O. Kovalenko

**Кваліфікація:** к. пед. н., доц., 13.00.04

**Ідентифікатор ORCID ID:** Не застосовується

#### **Додаткова інформація:**

**Повне найменування юридичної особи:** Запорізький національний університет

**Код за ЄДРПОУ:** 02125243

**Місцезнаходження:** вул. Жуковського, буд. 66, Запоріжжя, Запорізький р-н., 69600, Україна

**Форма власності:** Державна

**Сфера управління:** Міністерство освіти і науки України

**Ідентифікатор ROR:**

### **Рецензенти**

**Власне Прізвище Ім'я По-батькові:**

1. Башавець Наталія Андріївна
2. Наталія А. Башавець

**Кваліфікація:** д.пед.н., професор, 13.00.04**Ідентифікатор ORCID ID:** Не застосовується**Додаткова інформація:****Повне найменування юридичної особи:** Державний заклад "Південноукраїнський державний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського"**Код за ЄДРПОУ:** 02125473**Місцезнаходження:** вул. Старопортофранківська, буд. 26, Одеса, 65020, Україна**Форма власності:** Державна**Сфера управління:** Міністерство освіти і науки України**Ідентифікатор ROR:****Власне Прізвище Ім'я По-батькові:**

1. Тітова Ганна Віталіївна
2. Ganna V. Titova

**Кваліфікація:** к. пед. н., доц., 13.00.04**Ідентифікатор ORCID ID:** Не застосовується**Додаткова інформація:****Повне найменування юридичної особи:** Державний заклад "Південноукраїнський державний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського"**Код за ЄДРПОУ:** 02125473**Місцезнаходження:** вул. Старопортофранківська, буд. 26, Одеса, 65020, Україна**Форма власності:** Державна**Сфера управління:** Міністерство освіти і науки України**Ідентифікатор ROR:****VIII. Заключні відомості****Власне Прізвище Ім'я По-батькові  
голови ради**

Долинський Борис Тимофійович

**Власне Прізвище Ім'я По-батькові  
головуючого на засіданні**

Долинський Борис Тимофійович

**Відповідальний за підготовку  
облікових документів**

Княжева І. А.

**Реєстратор**

УкрІНТЕІ

**Керівник відділу УкрІНТЕІ, що є  
відповідальним за реєстрацію наукової  
діяльності**



Юрченко Тетяна Анатоліївна