

ЗАВДАННЯ ДЛЯ КОНТРОЛЬНИХ РОБІТ

1. Надати узагальнену інформацію про практичні методи фізичного виховання та їх класифікацію;
2. Сформувати у студентів явлення про місце та значення практичних методів фізичного виховання в системі наукових знань;
3. Розкрити характеристики методів навчання рухових дій.
4. Забезпечити розуміння студентами основних принципів застосування методів фізичного виховання.
5. Надати узагальнену про рухові вміння та навички;
6. Сформувати у студентів явлення про закономірності і механізм формування рухових вмінь і навичок;
7. Розкрити передумови та етапи навчання рухових дій.
8. Забезпечити розуміння студентами початкового, поглибленого етапу навчання рухових дій.
9. Охарактеризувати етапи закріплення і вдосконалення рухових дій.
10. Визначення понять загальної характеристики фізичних якостей людини та методики їх удосконалення .
11. Фізичні навантаження та відпочинок як фактори впливу на фізичний розвиток.
12. Адаптація – як основа вдосконалення фізичних якостей.
13. Надати узагальнену інформацію про загальну характеристику сили як фізичної якості людини;
14. Сформувати у студентів уявлення про основні та допоміжні фактори, що зумовлюють силові можливості людини;
15. Охарактеризувати та оцінити засоби вдосконалення сили.
16. Розглянути методику розвитку максимальної сили.
17. Визначити вікову динаміку природного розвитку сили.
18. Надати узагальнену інформацію, що до загальної характеристики пружності як фізичної якості людини;
19. Розкрити більш в повній мірі особливості впливу факторів, що зумовлюють прояв пружності;
20. Оцінки ефективність застосування засобів вдосконалення пружності;
21. Розглянути методику вдосконалення пружності в процесі фізичного виховання.
22. Дослідити особливості вікової динаміки природного розвитку пружності.
23. Надати узагальнену інформацію про загальну характеристику витривалості їх значення в підготовці майбутнього фахівця;
24. Сформувати у студентів уявлення про фактори, що зумовлюють витривалість людини;
25. Засоби виховання витривалості та їх місце в навчально-тренувальному процесів;
26. Розкрити поняття про основні методики розвитку швидкісної витривалості в системі фізичного виховання

27. Забезпечити розуміння студентами методики розвитку силової витривалості.
28. Особливості вікової динаміки природного розвитку витривалості.
29. Надати узагальнену інформацію, що до загальної характеристики гнучкості як фізичної якості людини;
30. Розкрити більш в повній мірі особливості впливу факторів, що зумовлюють прояв гнучкості;
31. Оцінки ефективність застосування засобів вдосконалення гнучкості;
32. Розглянути методику вдосконалення гнучкості в процесі фізичного виховання.
33. Дослідити особливості вікової динаміки природного розвитку гнучкості.
34. Надати узагальнену інформацію, що до загальної характеристики спритності як фізичної якості людини;
35. Розкрити більш в повній мірі особливості впливу факторів, що зумовлюють прояв спритності;
36. Оцінки ефективність застосування засобів вдосконалення спритності;
37. Розглянути методику вдосконалення спритності в процесі фізичного виховання.
38. Дослідити особливості вікової динаміки природного розвитку спритності.
39. Надати узагальнену інформацію, що до формування особистості в процесі фізичного виховання;
40. Розкрити більш в повній мірі принципи формування особистості в процесі фізичного виховання;
41. Оцінки ефективність впливу процесу фізичного виховання на особистість в цілому;
42. Розглянути методику цілеспрямованого формування особистості в процесі фізичного виховання.