Практичні заняття 6 семестру

Практичне № 17
Пропаганда фізичної культури і спорту.

*Мета:*перевірити теоретичні знання студентів із значення, форм, методів і засобів пропаганди фізичної культури та спорту**;** виховувати відповідальність, аналітичний погляд, сприяти розвитку професійних компетентностей.

Обладнання: підручники, тестові завдання.

Ключові поняття: пропаганда фізкультурно-спортивної оздоровчої роботи,усна форма пропаганди,друкована форма пропаганди,наочна форма пропаганди,показова форма пропаганди,принципи реклами у сфері фізкультурно-оздоровчій роботі засобами періодики, радіо, телебачення, Інтернету.

2.5.2. Практичний блок

План заняття

І. Перевірка рівня засвоєння студентами основних теоретичних положень з теми заняття.

1. Завдання, принципи та форми пропаганди
2. Характеристика усної та друкованої форм пропаганди.
3. Характеристику наочній та показовій формам пропаганди фізичної культури та спорту.
4. Принципи реклами у сфері фізкультурно-оздоровчої роботи засобами періодики, радіо, телебачення, Інтернету.

ІІ. Практична частина:

1. За допомогою тестових завдань перевірити рівень засвоєння студентами ключових понять теми.

ІІІ. Підведення підсумків заняття.

Завдання для самостійної роботи студентів

Див. у методичніматеріали до самостійноїроботистудентів.

Рекомендована література:

1. Жданова О. М. Реклама фізкультурно-оздоровчих послуг / О. М. Жданова, А. М. Тучак, Л. Я. Чеховська // Тези доповідей IV міжнар. наук. конгр. – К., 2000. – С. 480.
2. Житарюк М. Г. Великий спорт і мас-медіа : навч.-метод. посіб. / М. Г. Житарюк. – Л. : Світ, 1991. – 84 с.
3. Тарасюк Н. Я. Дослідження та порівняння окремих аспектів пропаганди фізкультурних занять і реклами оздоровчих послуг / Н. Я. Тарасюк // Педагогіка, психологія та медико- біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. праць. – Х., 2002. – №17. – С. 36–40.
4. Тарасюк Н. Я. Експериментальне обґрунтування ефективності впровадження системи заходів з пропаганди і реклами фізкультурних занять / Н. Я. Тарасюк // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. праць. – Х., 2002. – № 15. – С. 3–7.
5. Тарасюк Н. Особливості проведення реклами фізкультурно-оздоровчих послуг / Наталя Тарасюк // Молода спортивна наука України : зб. наук. ст. – Л., 2002. – Вип. 6, т. 1. – С. 124–127.
6. Тарасюк Н. Роль пропаганди у залученні школярів до занять спортом / Наталя Тарасюк // Молода спортивна наука України : зб. наук. ст. – Л., 2001. – Вип. 5, т. 1. – С. 173–175.

7. Тарасюк Н. Сучасний етап пропаганди занять фізичною культурою вчення проблеми / Наталя Тарасюк // Молода спортивна наука України : зб. наук. ст. – Л., 2000. – Вип. 4. – С. 28–29.
8. Тарасюк Н. Я. Цільове комплексне програмування розвитку пропаганди і реклами фізкультурних занять / Н. Я. Тарасюк // Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення : матеріали ІІІ Міжрегіон. наук.-практ. конф. – Л., 2002. – С. 54–56.
9. Теорія і методика фізичного виховання : [підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту] : у 2 т. / за ред. Т. Ю. Круцевич. – К. : Олімпійська література, 2008. – Т. 2 : Методика фізичного виховання різних груп населення. – 366 с.

2.3.3. Блок контролю і самоконтролю

Питання для перевірки знань студентів

1. Дайте характеристику лекції, як усній формі пропаганди фізкультурно-спортивної оздоровчої роботи.
2. Які питання необхідно вирішити для організації лекції?
3. Чому диспут має високу пропагандистську ефективністю у пропаганді фізкультурно-спортивної оздоровчої роботи?
4. Яку роль відіграють фотоальбоми у пропаганді спортивно-масової роботи?
5. Чому з особливою старанністю варто поставитися до розробки сценарію фізкультурно-спортивного заходу?

Практичне № 18, 19, 20
Міжнародний рух "Спорт для всіх"

Мета: розкрити суть і зміст міжнародного руху "Спорт для всіх" та ознайомити з практикою, організацією і проведенням масової фізкультурно-спортивної роботи у зарубіжних країнах та в Україні; виховувати здатність до аналізу діяльності, пошук нової інформації.

Обладнання: схеми, підручники, тестові завдання.

Ключові поняття: міжнародний рух «Спорт для всіх», Рада Європи, Національний олімпійський комітет України; клуби, основна організаційна форма оздоровчої роботи.

План заняття

І. Перевірка рівня засвоєння студентами основних теоретичних положень з теми заняття.

1. Виникнення міжнародного руху "Спорт для всіх".
2. Досвід розвитку «Спорту для всіх» в зарубіжних країнах:
   - розвиток спорту для всіх.
   - класифікація зарубіжних клубів.
   - американська модель фітнес-клубу
   - скандинавська модель фітнес-клубу
   - фінансовий менеджмент у фітнес-клубах
3. Цілі та розвиток "Спорту для всіх" в Україні.
4. Мета й завдання Всеукраїнського центру фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх»
4. Функції "Спорту для всіх": 1) оздоровчі; 2) соціальні; 3) економічні.
5. Структура системи спорту для всіх в Україні.
6. Масові фізкультурно-спортивні заходи центрів фізичного здоров'я "Спорт для всіх".

ІІ. Практична частина:

1. За допомогою тестових завдань перевірити рівень засвоєння студентами ключових понять теми.

ІІІ. Підведення підсумків заняття.

Завдання для самостійної роботи студентів

Див. у методичніматеріали до самостійноїроботистудентів.

Рекомендована література:

1. Положення про центри фізичного здоров'я населення "Спорт для всіх" затвердженого наказом Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України від 10.11.2011 р. за N 1285 (внесено зміни і доповнення 17.12.2012 № 1429).
2. Наказ Міністерства праці та соціальної політики в Україні від 07.08.2003 № 222 «Про умови оплати праці працівників центрів фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх»
3. Наказ Державного комітету України з питань фізичної культури і спорту від 28 березня 2003р. № 805 «Про затвердження Методичних рекомендацій щодо діяльності центрів фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх» .
4. Методичні рекомендації щодо діяльності республіканського (Автономна Республіка Крим), обласних, Київського та Севастопольського міських, районних у м. Києві та Севастополі, міських та районних у містах центрів фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх» затверджені наказом Комітету від 28 березня 2003 року № 805.
5. Положення про Всеукраїнський центр фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх».
6. Регламент роботи Всеукраїнського центру фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх».
7. Інструкція з діловодства Всеукраїнського центру фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх».
8. Стан виконання Плану заходів щодо реалізації Національної стратегії з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» на 2017 рік в Миколаївській області http://noc-sport.mk.ua/news/detail/619

3.3.3. Блок контролю і самоконтролю

Питання для перевірки знань студентів

1. У чому полягають завдання Міжнародного руху «Спорт для всіх»?
2. Розкрийте основні завданнями Всеукраїнського центру фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх».
3. Який документ є нормотворчим про центри фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх» в Україні?
4. Охарактеризуйте класифікацію зарубіжних спортивно-оздоровчих клубів.
5. У чому полягають основні відмінності комерційних і некомерційних зарубіжних спортивно-оздоровчих клубів.
6. Визначте основні моделі менеджменту зарубіжних спортивно-оздоровчих клубів.
7. Розкрийте основи фінансового менеджменту зарубіжних спортивно-оздоровчих клубів.
8. З'ясуйте зміст американської моделі аналізу фінансової діяльності фітнес-клубу.

Практичне № 21

Організація масової фізичної культури з дітьми дошкільного віку

План заняття

І. Перевірка рівня засвоєння студентами основних теоретичних положень з теми заняття.

1. Особливості організації масових фізкультурно-оздоровчих заходів з дітьми дошкільного віку.
2. Дні здоров'я в дитячих дошкільних закладах.
3. Фізкультурні свята у дитячих дошкільних закладах.
4. Фізкультурні розваги у дитячих дошкільних закладах.
5. Застосування сучасних оздоровчих систем у дошкільних навчальних закладах.
6. Організація та методика проведення рухливих ігор у дошкільних навчальних закладах.
7. Нетрадиційні види гімнастики: гімнастика для очей, дихальна гімнастика.
8. Оздоровчий комплекс «Бебі-йога».

II. Практична частина:

1. За допомогою тестових завдань перевірити рівень засвоєння студентами ключових понять теми.

III. Підведення підсумків заняття.

Завдання для самостійної роботи студентів

Див. у методичніматеріали до самостійноїроботистудентів.

Рекомендована література:

1. Інструктивно-методичні рекомендації «Організація фізкультурно-оздоровчої роботи у дошкільних навчальних закладах» (Лист МОН від 02.09.2016 № 1/9-456).
2. Щодо організації фізкультурно-оздоровчої роботи в дошкільних навчальних закладах у літній період http://ru.osvita.ua/legislation/doshkilna-osvita/29957/
3. Цибульська В. В. Організація та методика спортивно-масової роботи: навч. посібник / уклад.: В. В. Цибульська, Г. В. Безверхня. – Умань : ВПЦ «Візаві», 2014. – 220 с. – Електронний ресурс. – Режим доступу: http://dspace.udpu.org.ua:8080/jspui/bitstream/6789/4114/3/Orhanizatsiya%20ta%20metodyka%20sportyvno-masovoyi%20roboty.pdf
4. Заняття з фізичної культури в закладі дошкільної освіти. - Електронний ресурс. – Режим доступу: https://www.pedrada.com.ua/article/1511-zanyattya-z-fzichno-kulturi-v-zaklad-doshklno-osvti
5. Організація фізкультурно-оздоровчої роботи в дошкільному навчальному закладі // http://vognuk.ho.ua/index.php/maliata-zdoroviata/30-orhanizatsiia-fizkulturno-ozdorovchoi-roboty-v-doshkilnomu-navchalnomu-zakladi
6. План проведення масових заходів у ДНЗ Електронний ресурс. – Режим доступу: http://dnz57.rosvita.rv.ua/index.php?option=com_content&view=category&layout=blog&id=35&Itemid=56
7. Рибалко П. Сучасні підходи до організації фізкультурно-оздоровчої роботи в закладах освіти / П. Рибалко, С. Гвоздецька, Л. Прокопова // Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології, 2016, № 3 (57). - С. 340-347.
8. Інтегрований підхід до занять з фізкультури: обмін досвідом роботи з дошкільниками. Електронний ресурс. – Режим доступу: http://leleka.rv.ua/index.php?m=content&d=view&cid=679&printmode=on
9. Способи організації дітей на заняттях з фізичної культури Електронний ресурс. – Режим доступу: http://udnz15.org/sposobi-organizaci%D1%97-ditej
10. Бабюк С.М. Педагогічні умови фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку у взаємодії дошкільного навчального закладу і сім'ї / Сергій Миколайович Бабюк. - Автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук, 13.00.08 - дошкільна педагогіка. - К. : Інститут проблем виховання НАПН України, 2011. Електронний ресурс. – Режим доступу: https://nenc.gov.ua/doc/autoref/babuk.pdf

11. Фізкультурно-оздоровчі заходи у ДНЗ. Електронний ресурс. – Режим доступу: http://zhuravlyk.uz.ua/organizaciya-zhittyediyalnosti-ditej-v-dnz/fizichnij-rozvitok/fizkulturno-ozdorovchi-zaxodi/
12. Литвиненко О.М. Навчання студентів здоров'язберігаючим технологіям з фізичного виховання у дошкільних закладах освіти / О. Литвиненко, Н. Борецька // Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського. Педагогічні науки : зб. наук. праць / за ред. проф. А. Л. Ситченка. — № 1 (52), лютий 2016. – Миколаїв : МНУ імені В. О. Сухомлинського, 2016. – С. 286-290. Електронний ресурс. – Режим доступу: file:///C:/Users/olaly/Downloads/Nvmdup_2016_1_57.pdf

3.3.3. Блок контролю і самоконтролю

Питання для перевірки знань студентів

1. Назвіть принципи організації оздоровчої роботи у дошкільних закладах.
2. Перелічіть засоби фізичного виховання у ДНЗ.
3. Які вікові групи дошкільників існують для занять фізичними вправами?
4. Назвіть форми проведення занять у ДНЗ.

Практичне № 22-23

Організація масової фізичної культури у загальноосвітній школі та системі професійно-технічної освіти (ПТО)

План заняття

І. Перевірка рівня засвоєння студентами основних теоретичних положень з теми заняття.

1. Особливості організації та проведення фізкультурних занять, фізкультурних розваг та свят у загальноосвітніх навчальних закладах.
2. Обов'язкові фізкультурно-оздоровчі та спортивно-масові заходи.
3. Особливості організації та проведення ранкової гімнастики, фізкультхвилинок, «Днів здоров'я» у школі.
4. Організація та проведення Олімпійського тижня в навчальних закладах.
5. Організація та проведення Всеукраїнського спортивно-масового заходу «Олімпійське лелеченя».
6. Особливості організації та проведення Всеукраїнських ігор школярів „Старти надій", „Шкіряний м'яч", фестивалю «Нащадки козацької слави», "Козацький гарт", "Козацькі забави", "Тато, мамо, я – спортивна сім'я", Національний кубок шкільного футболу тощо.
7. Організація та методика проведення гурткової та секційної роботи у навчальних закладах освіти.
8. Масова фізична культура у системі професійно-технічної освіти (ПТО).
9. Особливості проведення фізкультурно-оздоровчої роботи у літніх дитячих таборах.
10. Фізкультурно-оздоровчі технології в системі позадержавної освіти.

ІІ. Практична частина:

ІІІ. Підведення підсумків заняття.

Завдання для самостійної роботи студентів

Див. у методичніматеріали до самостійноїроботистудентів.

Рекомендована література:

1. Положення «Олімпійське лелеченя». - Електронний ресурс. – Режим доступу:http://noc-ukr.org/about/projects/-olimpiyske-lelechenya-/polozhennya-/

2. Методичні рекомендації до проведення Олімпійських уроків. - Електронний ресурс. – Режим доступу: http://kiev-noc.org.ua/sportyvni-zahody/olimpijskyj-urok-sportyvni-zahody/metodychni-rekomendatsiji-do-provedennya-olimpijskyh-urokiv.html
3. Положення про організацію фізичного виховання і масового спорту. - Електронний ресурс. – Режим доступу:https://uk.wikisource.org/wiki/%D0%9F%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B6%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D1%8F_%D0%BF%D1%80%D0%BE_%D0%BE%D1%80%D0%B3%D0%B0%D0%BD%D1%96%D0%B7%D0%B0%D1%86%D1%96%D1%8E_%D1%84%D1%96%D0%B7%D0%B8%D1%87%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D0%BE_%D0%B2%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%BD%D1%8F_%D1%96_%D0%BC%D0%B0%D1%81%D0%BE%D0%B2%D0%BE%D0%B3%D0%BE_%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82%D1%83
3. Всеукраїнський спортивно-масовий захід “Олімпійське лелеченя” як нова форма фізкультурно-спортивної роботи серед школярів (на прикладі загальноосвітніх шкіл міста Львова) / О. Вацеба, М. Герцик, Л. Гриненко // Фізичне виховання, спорт і культура здоров’я у сучасному суспільстві : збірник наукових праць. - № 3 (19), 2012. – С. 130-136. - Електронний ресурс. – Режим доступу: http://esnuir.eenu.edu.ua/bitstream/123456789/2259/1/anot33.pdf.
4. Внеклассная спортивно-массоваяработа в средних и старших классах СЭПШ : метод. рекомендации для учителейфиз. культуры / Нар. укр. акад., [каф. физ. воспитания и спорта; авт.-сост. В. В. Галяс]. – Харьков : Изд-во НУА, 2014. – 20 с.
5. Деделюк Н. Організація масових фізкультурно-оздоровчих спортивних заходів з використанням національних традицій фізичного виховання / Н.Деделюк. – Луцьк : Волинський національний університет імені Лесі Українки, 2008. – 71 с.
6. Присяжнюк С.І. Фізичне виховання : навч. пос. / С. І. Присяжнюк. — К. : Центр учбової літератури, 2008. — 504 с.

1.3.3. Блок контролю і самоконтролю

Питання для перевірки знань студентів

1. Опишіть діяльність дитячо-підліткових спортивних громадських організацій з фізичного виховання.
2. Що таке професійно-прикладна фізична підготовка та в чому її сутність.
3. Яка мотивація до фізкультурно-оздоровчої діяльності у студентської молоді.
4. Дайте характеристику спортивного клубу ЗВО і які завдання та функції він повинен виконувати.
5. Як правильно організувати самостійні заняття ФВіС студентів.
6. Розкажіть про методи стимулювання СМ і ФОР у студентському гуртожитку.
7. Які завдання із СМ і ФОР вирішуються у спортивно-оздоровчих таборах.
8. Розкрийте особливості фізкультурно-оздоровчих технологій у закладах позадержавної освіти і виховання.

Практичне № 24
Спортивно-масова і фізкультурно-оздоровча робота у закладах вищої освіти
(2 год.)

Мета: перевірити знання студентів щодо спортивно-масової і фізкультурно-оздоровчої роботи у ЗВО України; виховувати відповідальність за стан здоров’я підростаючого покоління; сприяти формуванню професійних компетентностей.
Обладнання: підручники, тестові завдання.
Ключові поняття: спортивно-масова і фізкультурно-оздоровча робота у ЗВО, поділ на групи за станом здоров’я, секції за видами спорту, професійно-прикладна фізична підготовка, спортивний клуб.

План заняття

І. Перевірка рівня засвоєння студентами основних теоретичних положень з теми заняття.

1. Організація спортивно-масової і фізкультурно-оздоровчої роботи закладах вищої освіти.
2. Завдання фізичного виховання та масового спорту у закладах вищої освіти.
3. Система організації фізичного виховання у ЗВО:
- організацію та проведення загальних занять з фізичного виховання;
- організацію роботи секцій за видами спорту;
- організацію оздоровчих занять з групами фізичної реабілітації (спеціальні медичні групи); - організацію роботи груп професійного спорту.
4. Організація та методика проведення спортивно-масових заходів серед студентів у ЗВО.
5. Професійно-прикладна фізична підготовка (ППФП) студентів закладів вищої освіти:
- значення ППФП студентів ЗВО;
- завдання та засоби ППФП;
- форми ППФП та фактори, що визначають її зміст;
- специфіка ППФП студентів педагогічних спеціальностей.
6. Значення спортивного клубу в житті ЗВО.
7. Студентський спорт, особливості організації й планування спортивної підготовки у ЗВО.

ІІ. Практична частина:

1. За допомогою тестових завдань перевірити рівень засвоєння студентами ключових понять теми.

ІІІ. Підведення підсумків заняття.

Завдання для самостійної роботи студентів

Див. у методичніматеріали до самостійноїроботистудентів.

Рекомендована література:

1. Про затвердження Положення про організацію фізичного виховання і масового спорту у вищих навчальних закладах. http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/en/z0249-06
2. Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року. - Електронний ресурс. – Режим доступу: http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/42/2016
3. Теоретичні аспекти процесу фізичного виховання студентів ВНЗ: навчально-методичний посібник / під. заг. ред. доцента Крука М.З. Авторський колектив: Погребенник Л.І., Жуковський Є.І. Блажиєвський Г.В., Твердохліб Ж.О., Кафтанова Т.В. - Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2014. – 72 с. - Електронний ресурс. – Режим доступу: http://eprints.zu.edu.ua/17305/1/%D0%A2%D0%B5%D0%BE%D1%80%D0%B5%D1%82%D0%B8%D1%87%D0%BD%D1%96%20%D0%B0%D1%81%D0%BF%D0%B5%D0%BA%D1%82%D0%B8_2013.pdf
4. Сергієнко В.М. Технології організації спортивно-масової і фізкультурно-оздоровчої роботи: навч. посібн. для студентів спец. “Фізична культура” / В. М. Сергієнко, Т. І. Полтавцева. – 2-е вид., перероб. і доп. – Суми : СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2008. – 164 с.
5. Цибульська В. В. Організація та методика спортивно-масової роботи: навч. посібник / уклад.: В. В. Цибульська, Г. В. Безверхня. – Умань : ВПЦ «Візаві», 2014. – 220 с. – Електронний ресурс. – Режим доступу: http://dspace.udpu.org.ua:8080/jspui/bitstream/6789/4114/3/Orhanizatsiya%20ta%20metodyka%20sportyvno-masovoyi%20roboty.pdf

3.1.3. Блок контролю і самоконтролю

Питання для перевірки знань студентів

1. Що таке професійно-прикладна фізична підготовка та в чому її сутність.
2. Значення ППФП у підготовці спеціаліста високої кваліфікації.
3. Завдання ППФП студентів, що навчаються на педагогічних спеціальностях.
4. У чому полягає сутність ППФП студентів?
5. Назвіть основні засоби, що використовуються для вирішення основних завдань ППФП.
6. Визначте основні форми ППФП студентів.
7. Фактори, що впливають на формування структури ППФП студентів та їх загальна характеристика.
8. Зміст ППФП майбутнього педагога.
9. Яка мотивація до фізкультурно-оздоровчої діяльності у студентської молоді.
10. Дайте характеристику спортивного клубу ВНЗ. Які завдання та функції він повинен виконувати.

Практичне № 25. Спортивно-масова і фізкультурно-оздоровча робота в колективах фізичної культури на виробництві

Мета: перевірити знання студентів з основ методики виробничої гімнастики в залежності від умов і характеру праці в колективах фізичної культури; виховувати відповідальність за стан здоров'я осіб, що займаються фізичними вправами; сприяти формуванню професійних компетентностей.

Обладнання: підручники, тестові завдання.

Ключові поняття: виробнича гімнастика, вступна гімнастика, фізкультурна пауза, фізкультурна хвилинка, методика складання та проведення виробничої гімнастики з урахуванням умов і характеру праці.

План заняття

І. Перевірка рівня засвоєння студентами основних теоретичних положень з теми заняття.

1. Вплив сфери виробництва на функціональний стан людини.
2. Засоби фізичного виховання і спорту в умовах виробництва.
3. Форми виробничої гімнастики:
   - вступна гімнастика;
   - фізкультурна пауза;
   - фізкультура хвилинка;
   - мікропауза активного відпочинку.
4. Методична робота організатора фізичного виховання і спорту на підприємстві.
5. Методика складання комплексів різних форм виробничої гімнастики:
   - розробка й модифікація комплексів;
   - дозування фізичного навантаження в комплексі виробничої гімнастики.
6. Підвищення ефективності виробничої гімнастики.

ІІ. Практична частина:

1. За допомогою тестових завдань перевірити рівень засвоєння студентами ключових понять теми.

ІІІ. Підведення підсумків заняття.

Завдання для самостійної роботи студентів

Див. у методичніматеріали до самостійноїроботистудентів.

Рекомендована література:

1. Казакова Н.Д. П’ять хвилин здоров’я для відновлення працездатності. – Електронний ресурс. – Режим доступу: http://www.sau.sumy.ua/uk/studentske-zhittia/p-iat-khvilin-zdorov-ia-dlia-v-dnovlennia-pratcezdatnost.html
2. Кляуззе В.П. Курс лекцій «Санітарія і гігієна праці». – 2011. – Електронний ресурс. – Режим доступу: http://medu.pp.ua/gigiena-sanepidkontrol_733/fiziologicheskie-osnovyi-povyisheniya.html
3. Методичні вказівки для студентів спеціальності «Здоров’я людини» з дисципліни «Гімнастика». Використання гімнастики для занять з людьми різного віку. Основи тренування з оздоровчої та лікувальної гімнастики / Упорядник Г.В.Ткаченко. – Харків : ХНМУ, 2016. – 40 с.
4. Сергієнко В.М. Технології організації спортивно-масової і фізкультурно-оздоровчої роботи: навч. посібн. для студентів спец. “Фізична культура” / В. М. Сергієнко, Т. І. Полтавцева. – 2-е вид., перероб. і доп. – Суми : СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2008. – 164 с.

3.2.3. Блок контролю і самоконтролю

Питання для перевірки знань студентів

1. Чим пояснюється необхідність розвитку спортивно-масової роботи у сфері виробництва.
2. Поясніть, як впливає виробнича діяльність на здоров’я людини.
3. Який економічний ефект може отримати підприємство від упровадження різних форм ФВіС.
4. Опишіть завдання організатора ФВіС на виробництві.
5. Визначте, з яких розділів складається організаційна робота з ФВіС у трудовому колективі.
6. Як правильно вести на підприємстві інформаційно-пропагандистську роботу з ФВіС.
7. Назвіть види методичної роботи з ФВіС, які необхідно впровадити у трудовому колективі.
8. Які форми і засоби ФВіС, що використовують в умовах виробництва.
9. У чому полягає інноваційна діяльність організатора ФВіС на виробництві.

Практичне №26
Спортивно-масова і фізкультурно-оздоровча робота за місцем проживання та у зонах масового відпочинку населення (2 год.)

ПЛАН

1. Сутність фізкультурно-оздоровчої роботи за місцем проживання та в місцях відпочинку населення.
2. Діяльність педагога-організатора з фізичного виховання і спорту. Індивідуальний підбір вправ з точним дозуванням і методами контролю.
3. Робота дитячо-підліткового фізкультурно-спортивного клубу (ФСК) за місцем проживання.
4. Діяльність культурно-спортивних комплексів (КСК).
5. Організація спортивно-масової і фізкультурно-оздоровчої роботи у зонах масового відпочинку населення

ІІ. Практична частина:

1. За допомогою тестових завдань перевірити рівень засвоєння студентами ключових понять теми.

ІІІ. Підведення підсумків заняття.

Завдання для самостійної роботи студентів

Див. у методичніматеріали до самостійноїроботистудентів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Белов Р.А. Организацияработы по физическойкультуре и спорту по местужительства. – К.: Вища школа, 1987. – 239 с.
2. Данова О.М. Управління фізичною культурою: Навч. посіб. для фізкультурних вузів. – Л., 1996. – 127 с.
3. Кравченко А.С. Физкультурно-оздоровительнаяработа в зонах массовогоотдыханаселениякакнаправлениедальнейшегосовершенствованияфизкультурногодвижения: Автореф. дис. … канд. пед. наук – К.: КГИФК, 1991. – 25 с.
4. Олейник Н.А. Теоретические и методическиеосновыуправленияфизическойкультурой и спортом в Украине: Автореф. дис. … канд. пед. наук. – К., 2000. – 20 с.
5. Подлесный В.Н. Взаимодействиегосударственных и общественныхорганизаций в управлениимассовойфизкультурно-оздоровительнойработой с населением по местужительства: Автореф. дис. … канд. пед. наук. – К.: КГИФК, 1991. – 24 с.
6. Приступа Є.Н., Пилат В.С. Традиції української національної фізичної культури. – Львів: Троян, 1991. – 104 с.

Практичне № 27

Технології організації спортивно-масової і фізкультурно-оздоровчої роботи з особами із обмеженими можливостями

Мета: актуалізувати знання студентів щодо форм організації фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової роботи із особами з обмеженими можливостями; розкрити специфіку спортивно-масової роботи з вищеназваними особами; виховувати здатність до аналізу діяльності, пошук нової інформації; толерантне й зрозуміле ставлення до людей з обмеженими можливостями.

Обладнання: підручники, тестові завдання.

Ключові поняття: рухові вміння і навички, рухові дії, реабілітація, механотерапія, масаж і ЛФК як фактори оздоровлення.

План заняття

І. Перевірка рівня засвоєння студентами основних теоретичних положень з теми заняття.

1. Місце фізкультури у реабілітації інвалідів. Роль та значення фізичної культури в житті інвалідів.
2. Мета та завдання спорту для інвалідів.
3. Організація занять фізичною культурою і спортом інвалідів.
4. Спрямованість фізкультурно-оздоровчої роботи з інвалідами.
5. Основи методики занять у людей з фізичними та розумовими вадами.
6. Медичне забезпечення фізкультурно-оздоровчих занять з інвалідами.
7. Методи функціонального контролю при проведенні занять з інвалідами.

ІІ. Практична частина:

1. За допомогою тестових завдань перевірити рівень засвоєння студентами ключових понять теми.

III. Підведення підсумків заняття.

Завдання для самостійної роботи студентів

Див. у методичніматеріали до самостійноїроботистудентів.

Рекомендована література:

1. Бріскін Ю.А. Спорт інвалідів. – К.: Олімпійська література, 2006. – 263 с.
2. Григоренко В.Г. Педагогическиеосновыфизическойреабилитацииинвалидов с нарушениямифункции спинного мозга. – М.: Советский спорт, 1991. – 204 с.
3. Григоренко В.Г., Глоба А.П. Организация спортивно-массовойработы с лицами, имеющиминарушенияфункций спинного мозга: Методическиерекомендации. – М.: Советский спорт, 1991. – 78 с.
4. Довгань В.И., Темкин И.Б. Механотерапия. – М.: Медицина, 1981. – 128 с.
5. Лянной Ю.О. Інвалідний спорт. – Суми: СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2000. – 208 с.
6. Старковская В.Л. Лечебнаяфизкультура в реабилитациибольных и детейгруппы риска первогогодажизни. – Л.: Медицина, 1991. – 160 с.
7. Штеренгерц А.Е. Физическиеметодылеченияядетей с поражениемфункции опорно-двигательногоаппарата. – К.: Здоровье, 1988. – 48 с.
8. Язловецкий В.С. Физическоевоспитаниедетей и подростков с ослабленнымздоровьем. – К.: Здоровье, 1991. – 231 с.

3.3.3. Блок контролю і самоконтролю

Питання для перевірки знань студентів

1. Визначте актуальність проблеми соціальної і фізичної реабілітації осіб з обмеженими особливостями.
2. Розкажіть про завдання, забезпечення яких сприяє реабілітації осіб з обмеженими особливостями.
3. Які зміни відбуваються у системі організму після іммобілізації.
4. Поясніть особливості навчання рухових дій на початковому етапі.
5. Опишіть структуру і зміст закріплення та вдосконалення рухових навичок осіб з обмеженими особливостями.
6. Які методи розвитку рухових здібностей використовуються на заняттях з особами з обмеженими особливостями.
7. На яких принципах будується педагогічний процес з розвитку рухових здібностей.
8. Як впливають рухові дії на організм людини.
9. Назвіть методи функціонального контролю, що використовуються під час проведення занять.
10. Які фізіотерапевтичні методи і засоби використовуються у періоді реабілітації людей з обмеженими особливостями.
11. Поясніть, що таке механотерапія як реабілітаційний засіб.
12. Які основні механізми дії фізичних вправ на функціональні зміни в системі організму.
13. Опишіть фізичні вправи, які використовуються для розвитку рухових здібностей.
14. Які особливості організації і проведення практичних занять з особами з обмеженими особливостями.
15. За яким принципом формуються групи для організованих занять з особами з обмеженими особливостями.

Практичне № 28

Фізичне виховання і спорт як фактор підготовки спортивного резерву

ПЛАН

1. Діяльність дитячо-юнацьких спортивних шкіл (ДЮСШ).
2. Структура та характер роботи спеціалізованих дитячо-юнацьких спортивних шкіл олімпійського резерву (СДЮСШОР).
3. Функціонування шкіл-інтернатів спортивного профілю (ШІСП).
4. Підготовка спортсменів у школах вищої спортивної майстерності (ШВСМ)
5. Характеристика роботи центрів олімпійської підготовки (ЦОП).
6. Діяльність фізкультурно-спортивних товариств.
7. Функціональні аспекти тренерської діяльності.

Завдання для самостійної роботи студентів

Див. у методичніматеріали до самостійноїроботистудентів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Виноградов П.А. Теория и методологияиспользованиясредствмассовойинформации в развитиифизическойкультуры. – Л.: ГДОИФК, 1991. – 66 с.
2. Гуськов С.И. Спорт и маркетинг. – М.: Вагриус, 1995. – 304 с.
3. Жданова О.М. Управління фізичною культурою: Навчальний посібник. – Львів, 1996. – 128 с.
4. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: наука побеждать. – М.: АСТ, 2003. – 863 с.
5. Платонов В.Н. Система подготовкиспортсменов в олимпийском спорте. Общаятеория и еепрактическиеприложения. – К.: Олимпийскаялитература, 2004. – 808 с.
6. Рубин В.С. Олимпийский и годичныециклытренировки. Теория и практика: Учебноепособие. – М.: Советский спорт, 2005. – 64 с.
7. Савицкий П.Ф. Організація фізкультурно-оздоровчої роботи. – К.: КДІФК, 1992. – 32 с.
8. Сурков Е.Н. Психомоторика спортсмена. – М.: Физкультура и спорт, 1984. – 126 с.
9. Уткин В.Л. Биомеханическиеаспектыспортивной тактики. – М.: Физкультура и спорт, 1984. – 128 с.

Практичне № 29

Комплексний підхід до оздоровчого тренування у сфері самостійної тренувально-оздоровчої роботи

План

1. Мотивація й цілеспрямованість самостійних занять.
2. Форми та зміст самостійних занять.
3. Організація самостійних занять фізичними вправами різної направленості.
4. Характер змісту занять у залежності від віку. Особливості самостійних занять для жінок.
5. Планування й управління самостійними заняттями.
6. Межі інтенсивності навантаження в умовах самостійних занять у осіб різного віку.

Завдання для самостійної роботи студентів

Див. у методичніматеріали до самостійноїроботистудентів.

Практичне № 30-31

Особливості проведення оздоровчого фізичного тренування

1. Основні принципи проведення оздоровчого фізичного тренування.
2. Особливості оздоровчого впливу фізичних вправ, спрямованих на розвиток витривалості, сили, гнучкості.
3. Вибір фізичних вправ, в залежності від функціонального стану організму, індивідуальної конституції, віку людини та сезонів року.
4. Психоемоційні аспекти впливу фізичних вправ на організм людини та їх використання в практиці індивідуального оздоровлення.
5. Особливості підбору вправ у програмі оздоровчого тренування.
6. Види фізкультурно-оздоровчих занять. Методичні особливості до створення програм, фізкультурно-оздоровчих занять з людьми різної статі, віку та фізичного стану.
7. Профілактика попередження травматизму й техніка безпеки на заняттях.

Завдання для самостійної роботи студентів

Методичніматеріали до самостійноїроботистудентів.

Практичне № 32

Авторські методики і системи оздоровлення та шляхи їх використання у самостійній тренувально-оздоровчій роботі

ПЛАН

1. Різновиди оздоровчих видів гімнастики та їх характеристика: оздоровчий фітнес; аеробні види гімнастики; атлетичні види гімнастики.
2. Нетрадиційні способи оздоровлення.
3. Фізкультурно-оздоровчі системи (К. Купера, П. Іванова, М. Амосова, К. Динейки, А. Стрельникової, М. Гриненка).

Завдання для самостійної роботи студентів

Методичніматеріали до самостійноїроботистудентів.