

Державний заклад «ПІВДЕННОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ ім. К.Д. УШІНСЬКОГО»

ІНСТИТУТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ, СПОРТУ та РЕАБІЛІТАЦІЇ

Кафедра спортивних ігор і менеджменту фізичної культури

Лілія ПРОКОФ'ЄВА

Вступ до спеціальності

методичні рекомендації
до проведення практичних занять та організації самостійної роботи
для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти зі спеціальності
017 Фізична культура і спорт

Одеса

УДК:
ББК:

Рекомендовано до друку рішенням ученої ради **Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет ім. К.Д. Ушинського»** (протокол № 1 від _____ 2023р.)

Методичні рекомендації «Біомеханічний аналіз фізичних вправ» до проведення практичних занять та організації самостійної роботи для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти зі спеціальності 014Середня освіта (Фізична культура)

Укладач:

Прокоф'єва Лілія Анатоліївна – кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри спортивних ігор і менеджменту фізичної культури

Рецензенти:

Панасюк Ірина В'ячеславівна – кандидат педагогічних наук, доцент, керівник фізичного виховання, спеціаліст вищої категорії, Одеського торгівельно-економічного фахового коледжу.

Ігнатенко Сузанна Олександрівна – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського»

Вступ до спеціальності. Одеса, 2012. 32с. (Методичні рекомендації).

Методичні рекомендації містить інформацію для здобувачів освіти за спеціальністю спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура), яка допомагає сформуванню цілісної системи знань у здобувачів із програмно-нормативними та організаційними засадами галузі «Фізична культура і спорт», історичними аспектами становлення та розвитку фізичної культури у світі та в Україні, та особливостями навчання у ЗВО, також розглянуто його структуру, визначено права і обов'язки здобувачів освіти та специфіка майбутньої професії.

Вступ

Навчальна дисципліна «Вступ до спеціальності» покликана комплексно представити галузь «Фізична культура і спорт», та особливості навчального процесу у ЗВО, включає мету і завдання вищої школи, та права і обов'язки здобувачів, специфіку майбутньої професії.

Методичні рекомендації складено згідно стандартів МОН України та спрямовані на реалізацію системи підготовки здобувачів вищої освіти за першим (бакалаврським) рівнем зі спеціальності 017 Середня освіта (Фізична культура і спорт).

Мета курсу – надати здобувачам знання, які ґрунтуються на змінах, що відбулися у правовому і організаційному забезпеченні галузі «Фізична культура і спорт» і пов'язані з реформуванням галузі освіти, а також познайомити майбутніх фахівців із сучасними методами наукового дослідження у спорті.

дослідити особливості системи вищої освіти та кадрове забезпечення галузі в Україні

Основна задача курсу – виховання у студентів педагогічних організаційних навичок навчальної і науково-дослідної роботи з фізичного виховання.

Завдання вивчення курсу:

- сформувати у першокурсника певну систему знань та уявлень про сферу своєї майбутньої професійної діяльності та про фахівців галузі фізичної культури;
- вивчити історичні аспекти становлення та розвитку фізичної культури у світі та в Україні;
- ознайомити із сучасною системою вищої освіти в Україні, структурою ЗВО, особливостями здобуття фахової освіти;
- з'ясувати основні напрями розвитку фізичної культури і спорту в Україні та за кордоном;

- ознайомити з конкретними умовами навчання у обраному навчальному закладі, зрозуміти зміст і механізми реалізації своїх прав і обов'язків;
 - оволодіти новими формами та видами навчальної діяльності у ВНЗ, навчитись самостійно працювати з науково-методичною літературою;
 - дати характеристику сучасним методам дослідження у спорті, навчити опрацьовувати отриманні результати досліджень;
 - дослідити особливості системи вищої освіти та кадрове забезпечення галузі в Україні;
 - оволодіти основними спортивними термінами;
 - вивчити програмно-нормативні та організаційні засади галузі «Фізична
- к
узаastosовувати набуті знання у навчальному процесі та на практиці.

л

ь

т

у

р

а

і

с

п

о

р

т

Практична робота № 1

Тема: Завдання та функції фізичної культури в суспільстві. Основні фізкультурно-спортивні та оздоровчі організації міста.

Мета : Познайомитись із сучасним станом розвитку фізичної культури і спорту в Україні, та наявністю і функціонуванням фізкультурно-спортивних і оздоровчих організацій у місті

Хід роботи:

Організація заняття.

Перевірка відвідування заняття. Повідомлення теми, мети і завдань заняття.

Усне опитування, для виявлення готовності групи до занять.

1. Основні поняття, предмет і проблематика навчальної дисципліни.
2. Роль і місце фізичної культури в загальній культурі суспільства.
3. Спорт, його різновиди.
4. Вкажіть на спільні та відмінні риси фізичної культури та спорту.
5. Охарактеризуйте поняття «фізичний розвиток», «фізичне виховання».

Виконання завдання:

Розглянути наявність та розташування основних спортивних, фізкультурних та оздоровчо-рекреаційних організацій міста:

- міський (обласний) орган державного управління фізичною культурою та спортом;
- мережа спортивних шкіл міста;
- обласні федерації з видів спорту;
- основні спортивні клуби;
- оздоровчо-рекреаційні заклади та реабілітаційні центри.

Проаналізувати особливості діяльності спортивних фізкультурних та оздоровчо-рекреаційних організацій:

- структура;

- функції;
- кадровий потенціал;
- обслуговуваний контингент
- рівень досягнень.

Дидактичне тестування з теми.

Виберіть вірну відповідь і запишіть:

1. Предметом вивчення курсу спеціальності «Фізичне виховання і спорт»

є:

- а) загальні закономірності фізичного виховання як соціального явища;
- б) загальні закономірності змагальної діяльності;
- в) загальні закономірності розвитку і функціонування організму.

2. Яке з наведених понять «фізичне виховання» є найбільш точним:

- а) це процес, специфічним змістом якого є навчання рухів (рухових дій) і виховання (керування розвитком) фізичних якостей людини;

б) це педагогічний процес виховання особистості, специфічним змістом якого є навчання рухів, направлений розвиток рухових здібностей, оволодіння специфічним знаннями у сфері рухової діяльності людини;

в) це засвоєння людиною в процесі спеціального навчання системи раціональних способів керування своїми рухами, необхідного в житті фонду рухових умінь, навичок і пов'язаних з ними знань.

3. Яке з наведених понять «спорт» є найбільш правильним:

- а) це цілеспрямований вплив на розвиток фізичних якостей людини нормованим функціональним навантаженням;

б) це діяльність людини, у якій виявляються її резервні можливості;

в) це змагальна діяльність, специфічна підготовка до неї, міжособистісні і

суспільно значущі результати, характерні для цієї діяльності.

4. Завданнями курсу «фізичне виховання» є:

- а) розгляд закономірностей тренувального процесу у спортсменів;
- б) визначення психологічних особливостей людини під час занять
- ф
- і в) усе неправильно.

з 5. Термін «фізичний стан» належить до основних понять курсу «Фізичне виховання»:

- ч а) так;
- н б) ні.

и 6. Основними засобами фізичної культури є:

- м а) тренувальні заняття;
- и б) фізичні вправи;
- в) усе неправильно.

7. Фізична культура включає такі складові:

- в а) фізичне виховання;
- п б) спорт;
- р в) фізичний розвиток;
- а в) фізичне здоров'я;
- а г) фізична реабілітація.
- м д) фізична реабілітація.

и 8. Найпоширенішими є такі форми занять фізичними вправами:

- а) уроки та заняття в середніх навчальних закладах усіх типів;
- б) самостійні заняття;
- в) спортивні тренування;
- г) змагання.

9. Сферами впровадження фізичної культури і спорту є:

- а) навчально-виховна;
- б) виробнича;
- в) змагальна;
- г) соціально-побутова.

10. До стану розвитку фізичної культури та спорту в державі, регіоні чи організації входять такі показники:

- а) стан здоров'я та рівень фізичного розвитку;
- б) рівень забезпеченості кваліфікованими кадрами;
- в) кількість змагань;
- г) кількість фізкультурників і спортсменів;
- д) наявна матеріальна база

Домашнє завдання: Підготувати доповідь про фізкультурно-спортивну, оздоровчу організацію міста.

Підведення підсумків заняття.

Визначити досягнення і недоліки у роботі студентів. Оцінити знання студентів.

Питання для самостійної підготовки.

1. Охарактеризувати функції фізичної культури.
2. Дати оцінку фізичній культурі і спорту сучасності.

Практична робота № 2

Тема: Міжнародний спортивний рух.

Мета: познайомитись із фізкультурно-спортивним рухом у світі, міжнародними спортивними організаціями, виокремити проблеми сучасного

розвитку міжнародного спортивного руху.

Хід роботи:

Організація заняття.

Перевірка відвідування заняття. Повідомлення теми, мети і завдань заняття.

Усне опитування, для виявлення готовності групи до занять.

1. Дати визначення поняттям: фізична культура, спорт.
2. Охарактеризувати основні функції фізичної культури та спорту.

Організація та проведення стародавніх Олімпійських ігор.

Виконання завдання:

Визначити міжнародні спортивні організації.

2. Проаналізувати проблеми сучасного розвитку міжнародного спортивного руху.
3. Підготувати презентацію з історії Олімпійських ігор.

Дидактичне тестування з теми.

Виберіть вірну відповідь і запишіть:

Укажіть, як довго тривали перші Олімпійські ігри у Стародавній Греції:

- а) 1 день;
- б) 3 дні;
- в) 1 місяць;
- г) 5 днів.

2. Укажіть, який вид спорту ніколи не входив до програми Олімпійських ігор Стародавньої Греції:

- а) боротьба;
- б) плавання;
- в) метання списа;
- г) біг.

3. Назвіть засновника сучасного олімпійського руху:

- а) Вільям Брукс;

- б) П'єр де Кубертен;
- в) Анрі-Мартін Дідон;
- г) Деметріус Вікелас.

4. З ініціативи П'єра де Кубертена 23 червня 1894 р. у Парижі (Франція) відбувся Міжнародний атлетичний конгрес. Укажіть, який орган було створено на конгресі:

- а) Союз атлетів;
- б) Олімпійська рада;
- в) Міжнародний олімпійський комітет;
- г) Союз атлетичних товариств.

5. Укажіть, де було створено Міжнародний олімпійський комітет:

- а) у Парижі (Франція);
- б) в Афінах (Греція);
- в) у Лозанні (Швейцарія);
- г) в Олімпії (Олімпія).

6. Укажіть, що символізують олімпійські кільця:

- а) об'єднання в олімпійському русі п'яти континентів і зустріч атлетів усього світу на Олімпійських іграх;
- б) об'єднання країн-засновниць Олімпійських ігор;
- в) об'єднання найсильніших країн світу;
- г) об'єднання національних олімпійських комітетів країн – лідерів олімпійського руху.

7. Укажіть, коли були проведені перші Олімпійські ігри сучасності:

- а) 1896;
- б) 1894;
- в) 1900.

8. Укажіть, кого було обрано першим президентом Міжнародного олімпійського комітету:

- а) П'єра де Кубертена;
- б) Деметріуса Вікеласа;

в) Віктора Балька;

г) Ференца Кеменя.

9. *Укажіть, коли і де Міжнародний олімпійський комітет офіційно затвердив олімпійський гімн:*

а) 1958 р., Токіо;

б) 1896 р., Афіни;

в) 1894 р., Париж;

г) 1936 р., Берлін.

10. *Укажіть проблеми сучасного розвитку міжнародного спортивного руху:*

а) комерціаналізація;

б) політизація;

в) гігантизм;

г) допінг.

Підведення підсумків заняття.

Визначити досягнення і недоліки у роботі студентів. Оцінити знання студентів.

Питання для самостійної підготовки.

1. Спортивний рух в середовищі української діаспори.
2. Особливості фізичного виховання у Стародавній Греції.
3. Особливості фізичної культури у Стародавньому Римі.

Практична робота № 3

Тема: Фізкультурно-спортивний рух в Україні в сучасному та історичному аспектах.

Мета: познайомитись із фізкультурно-спортивним рухом в Україні, та основними напрямками впровадження спорту.

Хід роботи:

Організація заняття.

Перевірка відвідування заняття. Повідомлення теми, мети і завдань заняття.

Усне опитування, для виявлення готовності групи до занять.

1. Назвіть засновника сучасного олімпійського руху.
2. Охарактеризуйте поняття «спорт», прокоментуйте його різновиди.

Виконання завдання:

. Назвати основні напрями впровадження спорту в Україні.

2. Фізкультурно-спортивний рух в Україні в історичному та сучасному аспектах.

Фізичне виховання за часів Київської Русі.

Фізична культура у період Козаччини.

Традиції українського спорту.

. Підготувати доповідь: Сучасні досягнення та проблеми українського спорту (за обраним видом спорту).

Підведення підсумків заняття.

Визначити досягнення і недоліки у роботі студентів. Оцінити знання студентів. Повідомити домашнє завдання.

Питання для самостійної підготовки.

Внесок українців в Олімпійський рух.

Традиції українського спорту.

Дидактичне тестування з теми.

Виберіть вірну відповідь і запишіть:

1. Хто з українців був серед піонерів відродження сучасного олімпійського руху:

- а) Олексій Бутовський;
- б) Віктор Чукарін;
- в) Сергій Бубка;

г) Роман Дашкевич?

2. *Яка організація має виключне право представляти Україну на іграх Олімпіад, зимових Олімпійських іграх:*

а) Адміністрація Президента України;

б) Національний олімпійський комітет України;

в) Міністерство України у справах сім'ї, молоді та спорту;

г) Міністерство освіти і науки, молоді та спорту України?

3. *Хто був першим президентом Національного Олімпійського комітету України:*

а) Володимир Кличко;

б) Валерій Борзов;

в) Сергій Бубка;

г) Сергій Петренко?

4. *Хто нині очолює Міжнародний Олімпійський Комітет:*

а) Жак Рогге;

б) Євері Брендейдж;

в) Хуан Антоніо Самаранч;

г) Зігфрід Едстрем?

5. *Коли збірна України дебютувала в Олімпійських Іграх самостійною командою:*

а) 1992 рік, Барселона;

б) 1952 рік, Хельсінкі;

в) 2008 рік, Пекін;

г) 1994 рік, Ліллегаммер?

6. *Хто зі спортивних діячів України є сьогодні членом Міжнародного Олімпійського комітету:*

а) Яна Клочкова;

б) Ліля Подкопаєва;

в) Віталій Кличко;

г) Сергій Бубка?

7. *Хто нині очолює Національний Олімпійський комітет України:*

а) Юрій Павленко;

б) Валерій Борзов;

в) Сергій Бубка;

г) Володимир Кличко?

8. *Хто очолював Національний Олімпійський комітет України у 2002–2005 роки:*

а) Іван Федоренко;

б) Валерій Борзов;

в) Сергій Бубка;

г) Віктор Янукович?

9. *Які Олімпійські Ігри бойкотував СРСР:*

а) Ігри XV Олімпіади у Хельсінкі;

б) Ігри XXI Олімпіади у Монреалі;

в) Ігри XVII Олімпіади у Римі;

г) Ігри XXIII Олімпіади у Лос-Анджелесі?

10. Яка громадська організація керує розвитком окремого виду спорту в Україні:

а) суддівська колегія;

б) студентська спортивна спілка;

в) спортивна федерація;

г) Вища Рада спорту?

Практична робота № 4

Тема : Бібліотека і комп'ютерний центр вищого закладу освіти.

Мета : познайомитись с розташуванням бібліотеки і комп'ютерного центру ЗВО, особливостями роботи в ньому.

Хід роботи:

Організація заняття.

Перевірка відвідування заняття. Повідомлення теми, мети і завдань заняття.

Усне опитування, для виявлення готовності групи до занять.

1. Охарактеризувати структуру університету.
2. Охарактеризувати процес адаптації студентів.
3. Проаналізувати методику запису лекцій

Виконання завдання:

1. Відвідування наукової бібліотеки.
2. Правила користування бібліотекою, знайомство з бібліотечними фондами.

3. Знайомство з бібліографічним відділом.
4. Правила бібліографічного запису літературних джерел у бібліотечному замовленні.
5. Знайомство з комп'ютерним центром бібліотеки.
6. Особливості реєстрації та роботи у комп'ютерному центрі.

Підведення підсумків заняття.

Визначити досягнення і недоліки у роботі студентів. Оцінити знання студентів. Повідомити домашнє завдання.

Питання для самостійної підготовки.

Досягнення, історія, традиції та перспективи розвитку ЗВО.

Комп'ютерна техніка в навчальному процесі ЗВО.

Практична робота № 5

Тема: Опрацювання науково-методичних джерел інформації.

Мета: познайомитись з особливостями опрацювання та використання літературних джерел інформації, та методикою роботи з книгою.

Хід роботи:

Організація заняття.

Перевірка відвідування заняття. Повідомлення теми, мети і завдань заняття.

Усне опитування, для виявлення готовності групи до занять.

1. Назвати основні види навчальної діяльності студентів.
2. Розкрити значення лабораторних, практичних, семінарських занять.

Виконання завдання:

1. Проаналізувати первинні і вторинні джерела інформації.
2. Використання друкованої і недрукованої інформації.
3. Методика роботи з книгою.
4. Бібліографічне оформлення літературних джерел (складання бібліографічних карток).

Порядок складання бібліографічної картки

- Розмір картки 125x75 мм.
- Прізвище автора, авторів.
- Назва книги.
- Де було видано книгу (місто), видавництво.
- Рік видання, кількість сторінок.
- Анотація до книги (короткий опис, про що йде мова в книзі, для кого вона рекомендована).

ЗРАЗОК

Никифорова Л.А._____

Вступ до спеціальності : методичні рекомендації. Одеса, 2009.
44с.

Методичні рекомендації містять інформацію яка ґрунтується на змінах, що відбулися у правовому і організаційному забезпеченні галузі фізичної культури і пов'язані з реформуванням галузі освіти. А також ознайомлення майбутніх вчителів фізичної культури з сучасними методами наукового дослідження у спорті.

Дидактичне тестування з теми.

Виберіть вірну відповідь і запишіть:

1. Навчальний план визначає:

- а) перелік навчально-методичної літератури;
- б) перелік і обсяг навчальних дисциплін;
- в) перелік тематичних планів із навчальних дисциплін;
- г) тестові завдання з навчальних дисциплін.

2. Дайте визначення поняття «навчальний план»:

- а) перелік обов'язкових та вибіркового навчальних дисциплін із зазначенням обсягу годин, відведених для їхнього вивчення і форм підсумкового контролю;
- б) індивідуальний навчальний план студента;
- в) навчальна програма, що містить викладення конкретного змісту дисципліни, послідовність, організаційні форми її вивчення та обсяг, визначає форми і засоби підсумкового контролю;
- г) нормативний документ, що визначає перелік і обсяг навчальних дисциплін, послідовність їхнього вивчення, конкретні форми і обсяг проведення навчальних занять, графік навчального процесу, форми та засоби проведення поточного і підсумкового контролю;
- д) форма організації навчального процесу у вищих навчальних закладах.

3. Назвіть основну форму проведення занять у вищому навчальному закладі:

- а) лекційне заняття;
- б) індивідуальне заняття;
- в) лабораторне заняття;
- г) практичне заняття.

4. Що не є формою навчання у вищому навчальному закладі:

- а) стаціонар;
- б) заочна;
- в) екстернат;
- г) ректорат?

5. Що з переліченого не відносять до вищих навчальних закладів освіти?

- а) академія;
- б) школа вищої спортивної майстерності;
- в) інститут;
- г) училище?

6. Чим визначається зміст вищої освіти в Україні:

- а) статутом вищого навчального закладу;
- б) освітньо-професійної програмою;
- в) хартією Національного олімпійського комітету;
- г) навчальним планом;
- д) науково-методичне забезпечення?

7. Чим визначається зміст та вимоги до знань і вмінь з навчальної дисципліни:

- а) статутом вищого навчального закладу;
- б) навчальною програмою;
- в) освітньо-професійною програмою;
- г) навчальним планом.

8. Якими документами визначається нормативна частина змісту освіти:

- а) методичними матеріалами;
- б) робочими навчальними програмами;
- в) державними стандартами освіти;
- г) законодавчими актами?

9. Чим визначається тематика лекцій:

- а) навчальною програмою;
- б) освітньо-професійною програмою;
- в) методично-науковою програмою;
- г) індивідуальною програмою?

10. Скільки від загального обсягу навчального часу студента відводиться для самостійної роботи:

- а) 0;
- б) від 0 до 1/3;
- в) від 1/3 до 2/3;

г) від 0 до 1/2?

Підведення підсумків заняття.

Визначити досягнення і недоліки у роботі студентів. Оцінити знання студентів. Повідомити домашнє завдання (Виготовити три бібліографічних картки).

Питання для самостійної підготовки.

1. Новітні інформаційні технології у навчальному процесі ЗВО.
2. Принципи академічної доброчесності.

Практична робота № 6

Тема: Загальні принципи наукової творчості здобувачів.

Мета: познайомитись з методикою і технологією виконання наукового дослідження

Хід роботи:

Організація заняття.

Перевірка відвідування заняття. Повідомлення теми, мети і завдань заняття.

Усне опитування, для виявлення готовності групи до занять.

1. Проаналізувати основні принципи наукової праці.
2. Охарактеризувати метод вивчення документу і матеріалу.
3. Проаналізувати принципи академічної доброчесності.

Виконання завдання.

I. Загальна схема наукового дослідження:

1. Обґрунтування актуальності обраної теми.
2. Постановка мети і конкретних завдань дослідження.
3. Визначення об'єкта і предмета дослідження.
4. Вибір методів (методики) проведення дослідження.
5. Опис процесу дослідження.

6. Обговорення результатів дослідження.

7. Формулювання висновків і оцінка одержаних результатів

II. Методика виконання наукової письмової роботи.

Методика оформлення реферату

Матеріали рефератів оформляти в текстовому редакторі WORD (шрифт 14, Times New Roman, інтервал 1,5). Поля: верхнє - 20, нижнє - 20, лівє - 20, правє – 20, або верхнє - 20, нижнє - 20, лівє - 25, правє – 15. Сторінки нумерувати у будь-якому положенні сторінки. Перелік літератури надається наприкінці реферату в алфавітному порядку (не менше ніж п'ять літературних джерел). Посилання наводяться у тексті у квадратних дужках. Обсяг матеріалу представленого у такому вигляді не обмежується кількістю сторінок.

Здобувачі обирають одну із запропонованих тем, або пропонують свою і виконують роботу.

Підведення підсумків заняття.

Визначити досягнення і недоліки у роботі студентів. Оцінити знання студентів. Повідомити домашнє завдання.

Питання для самостійної підготовки.

1. Новітні інформаційні технології у навчальному процесі ЗВО.
2. Програма наукових досліджень.

Практична робота № 7

Тема: Педагогічні і біологічні методи дослідження у фізичному вихованні та спорті.

Мета: ознайомитись із методологією педагогічних досліджень у фізичному вихованні

Хід роботи:

Організація заняття.

Перевірка відвідування заняття. Повідомлення теми, мети і завдань заняття.

Усне опитування, для виявлення готовності групи до занять.

1. Дати характеристику методам дослідження. Методологія.
2. Охарактеризувати методику використання тестування.
3. Проаналізувати методику вивчення рівня фізичних якостей.

Виконання завдання:

1. Педагогічні і біологічні методи дослідження у спорті.

Характеристика фізичних якостей притаманних людині, контрольні завдання і тести для визначення рівня фізичних якостей.

3. Методика тестування:

- проведення тестування у групі;
- математичне опрацювання результатів тестування.

Основи тестування фізичної підготовленості людини.

Дидактичне тестування з теми.

Виберіть вірну відповідь і запишіть:

1. Який із методів є науково поставлена перевірка явища в точно врахованих умовах, що дозволяє слідкувати за його розвитком, ходом, керувати ним і відтворювати кожен раз при повторенні умов?
2. Який із методів є процедура розкладання різних предметів на їх складові частини або елементи, здійснювана як в практичній так і в теоретичній діяльності з метою пізнання деякого складного цілого?
3. Який метод дозволяє досліднику від одиничних часткових стверджень переходити до загальних висновків?
4. Який із методів дає можливість отримувати достовірні відомості і висновки в сфері різних наук шляхом міркування від загального до часткового?
5. Який метод дозволяє досліджувати властивості об'єкта на його аналогу?

ВІДПОВІДІ :

- | | |
|-----------------|-----------------|
| 1. Експеримент. | 4. Моделювання. |
| 2. Аналіз. | 5. Індукція. |
| 3. Синтез. | 6. Дедукція. |

Підведення підсумків заняття.

Визначити досягнення і недоліки у роботі студентів. Оцінити знання студентів.

Питання для самостійної підготовки.

1. Основи теорії оцінок.
2. Шкали оцінок.
3. Різновиди норм.

Практична робота № 8

Тема: Фахові спеціальності, спеціалізації і посади фахівців у галузі фізичної культури і спорту

Мета: познайомитись із структурними компонентами педагогічної діяльності та професійної майстерності вчителя фізичної культури

Хід роботи:

Організація заняття.

Перевірка відвідування заняття. Повідомлення теми, мети і завдань заняття.

Усне опитування, для виявлення готовності групи до занять.

1. Назвати професійно важливі блоки знань умінь і навичок здобувачів вищої освіти фізкультурного профілю.

2. Що повинен знати і вміти застосовувати на практиці фахівець фізичної культури і спорту.

Охарактеризувати основні **критерії оцінки** роботи тренера.

4. Перерахувати професійні обов'язки тренера.

Виконання завдання:

1. Охарактеризувати «бригадний» та «індивідуальний» метод тренерської діяльності.

2. Підготувати доповідь (презентацію) по стилям роботи тренера.

Дидактичне тестування з теми.

Виберіть вірну відповідь і запишіть:

1. Яке з наведених визначень поняття «спеціальність» є найбільш точним:

а) це своєрідна сукупність умінь, навичок, видів діяльності, особистих захоплень та зацікавлень людини, що служить джерелом заробітку, сприяє виявленню творчих здібностей реалізації власних та суспільних прагнень;

б) це вузький, спеціалізований вид трудової діяльності у рамках конкретної професії, в якому людина досягла потрібного рівня підготовки, певної професійної майстерності й набула необхідного досвіду;

в) це той вид діяльності, у якому фахівець набув додаткових, глибоких знань, умінь та практичних навичок, вводиться у вищих навчальних закладах на завершальних етапах навчання, або згодом, після закінчення вузу?

2. Укажіть перелік спеціальностей, за якими готуються фахівці із фізичної культури в Україні:

а) фізична культура;

б) фізична підготовка у Збройних Силах;

в) фізична підготовка інвалідів;

г) рекреація, оздоровча фізична культура;

д) фізичне виховання;

е) керування фізичним вихованням;

є) фізична реабілітація;

ж) олімпійський та професійний спорт.

3. У рамках спеціальності «Фізична культура і спорт» існує спеціалізацій:

а) 3;

б) 4;

в) 5;

4. До спеціальних теоретичних дисциплін фізкультурного профілю відносять:

а) фізичне виховання;

б) підготовку спортсменів;

в) фізичну реабілітація;

г) організацію оздоровчо-спортивної роботи.

Який елемент зайвий?

5. До медико-біологічних дисциплін фізкультурного профілю відносять:

а) анатомію;

б) фізіологію;

в) прикладну психологію;

г) біомеханіку;

д) лікувальну фізичну культуру.

Який елемент зайвий?

6. До психолого-педагогічних дисциплін фізкультурного профілю відносять:

а) психологію;

б) педагогічну майстерність;

в) педагогіку;

г) фізичне виховання.

Який елемент зайвий?

7. До загальногуманітарних дисциплін фізкультурного профілю відносять:

а) історію;

б) медицину;

в) філософію;

г) естетику.

8. Основними критеріями ефективності роботи тренера є:

а) рівень спортивних досягнень;

б) рівень рухового досвіду;

в) склад та стан навчальних груп.

9. Фахівець із фізичного виховання може обіймати посади у закладах:

а) освітніх;

б) виховних;

в) банках;

г) оздоровчо-рекреаційних.

10. Яке з наведених визначень поняття «реабілітація» є найбільш точним:

а) це організація та проведення занять з метою відновлення або заміни втрачених функцій окремих органів, систем чи організму в цілому;

б) це є відновлення і зміцнення здоров'я, засобами фізичних вправ помірної інтенсивності, здоровий спосіб побуту, праці та відпочинку і

використання оздоровчих сил природи: сонця, води, повітря;

в) це процес, спрямований на узгодження і помірний розвиток усіх форм і функцій організму людини, що сприяють зміцненню здоров'я й удосконалення рухових здібностей?

Підведення підсумків заняття.

Визначити досягнення і недоліки у роботі студентів. Оцінити знання студентів. Повідомити домашнє завдання.

Питання для самостійної підготовки.

1. Особливості підготовки фахівців фізичної культури за кордоном

Практична робота № 9

Тема: Фахова термінологія галузі «Фізична культура і спорт».

Мета: познайомитись із з етапами розвитку української фізкультурно-спортивної термінології та з правилами утворення термінів.

Хід роботи:

Організація заняття.

Перевірка відвідування заняття. Повідомлення теми, мети і завдань заняття.

Усне опитування, для виявлення готовності групи до занять.

1. Що розуміється під терміном?
2. Сучасні проблеми української спортивної термінологіки.

Виконання завдання.

1. Проаналізувати етапи розвитку термінології спорту.
2. Охарактеризувати вимоги які висуваються до фахової термінології.
3. Правила утворення термінів.
4. Скласти словник фізкультурно-спортивних термінів (30-40 термінів).

Дидактичне тестування з теми.

Виберіть вірну відповідь і запишіть:

1. Скільки є етапів розвитку термінології спорту:

а) 3;

б) 4;

в) 5;

г) 6.

2. Що розуміється під терміном:

а) слово або словосполучення, яке точно визначає поняття і його співвідношення з іншими поняттями в межах спеціальної сфери;

б) показник, що використовується для розділення вправ на класи;

в) у логіці – елемент формалізованої мови;

3. Які вимоги висуваються до термінології:

а) доступність;

б) точність;

в) тривалість;

г) швидкість;

д) стислість.

4. Які рухи описані вірно:

а) нахил уперед;

б) нахил тулуба уперед;

в) руки уверх, мах лівою ногою назад;

г) руки підняти уверх, мах лівою назад;

д) руки уверх, мах лівою назад.

5. Для визначення яких рухів уживають термін «нахил»:

а) руками;

б) ногами;

в) тулубом;

г) головою.

6. Яке з наведених понять «рухові здібності» є найбільш точним:

а) це – властивості, що характеризують рухові можливості людини і розвиваються на основі задатків: сила, швидкість, координація, витривалість, гнучкість;

б) це керований процес зміни морфо-функціональних ознак людини протягом періоду онтогенезу;

в) процес формування в людини рухових умінь і навичок, а також передачі спеціальних знань в галузі фізичної культури.

7. Яке з наведених понять «фізичний розвиток» є найбільш точним:

а) це природний процес вікової зміни морфологічних і функціональних ознак організму, обумовлений спадкоємними факторами і конкретними умовами зовнішнього середовища;

б) рівень і якість сформованих спортивних рухових умінь і навичок;

в) показники будови тіла, здоров'я і розвитку рухових здібностей.

8. Яке з наведених понять «спортивна форма» є найбільш правильним:

а) стан найвищого рівня тренуваності спортсмена і його готовності досягти максимального для себе рівня спортивного результату;

б) показник рівня фізичної підготовленості і спортивних результатів;

в) рівень і якість сформованих спортивних рухових умінь і навичок.

9. Термін «фізичний стан» належить до основних понять фізичного виховання:

а) так;

б) ні.

10. Результатом фізичної підготовки є:

а) фізична підготовленість;

б) фізичне виховання;

в) фізичний розвиток особистості;

г) фізична досконалість.

Підведення підсумків заняття.

Визначити досягнення і недоліки у роботі студентів. Оцінити знання студентів.

Питання для самостійної підготовки.

1. Правила і форми запису фізичних вправ.

Практична робота № 10

Тема: Основи розвитку галузі «Фізична культура і спорт».

Законодавчі документи, які регулюють фізкультурно-спортивну діяльність в Україні.

Мета: ознайомитись із Законами України, які визначають засади розвитку

галузі «Фізична культура і спорт» та є її нормативно-законодавчим забезпеченням.

Хід роботи:

Організація заняття.

Перевірка відвідування заняття. Повідомлення теми, мети і завдань заняття.

Усне опитування, для виявлення готовності групи до занять.

Поняття «фізична культура», «спорт».

Структура системи освіти в Україні.

Що таке акредитація ЗВО.

Виконання завдань:

1. Ознайомлення із законодавчими документами, які регулюють фізкультурно-спортивну діяльність в Україні.
2. Опрацювання Законів України «Про фізичну культуру і спорт», «Про вищу освіту».
3. Ознайомлення з єдиною спортивною класифікацією.
4. Значення матеріально-технічного забезпечення галузі, новітні технології.

Дидактичне тестування з теми.

Виберіть вірну відповідь і запишіть:

1. Із запропонованих варіантів укажіть ті, які належать до вищих навчальних закладів:

- а) училища, технікуми;
- б) коледжі, інститути;
- в) загальноосвітня школа;
- г) академія, університети.

2. Яке з наведених визначень поняття «система вищої освіти» є найбільш

точним:

а) це сукупність взаємопов'язаних установ та організацій, що здійснюють і контролюють освіту, а також, засобів, методів і способів організації, нормативних основ, цілей та принципів здійснення освіти в Україні;

б) це сукупність вищих закладів освіти, які забезпечують фундаментальну наукову, професійну і практичну підготовку, здобуття випускниками освітньо-кваліфікаційних рівнів, удосконалення наукової та професійної підготовки, перепідготовку та підвищення кваліфікації;

в) всебічний розвиток людини як особистості та найвищої цінності суспільства.

3. Скільки запропоновано в Україні освітньо-кваліфікаційних рівнів:

а) 3;

б) 4;

в) 5?

4. Визначте, скільки існує в Україні освітніх рівнів:

а) 2;

б) 3;

в) 4.

5. Визначте, скільки є рівнів акредитації вищих навчальних закладів:

а) 3;

б) 4;

в) 5.

б. Які види діяльності здійснює ВНЗ:

- а) підготовку фахівців різних рівнів кваліфікації;
- б) науково-дослідну роботу;
- в) працевлаштування випускників;
- г) здійснення зовнішніх зв'язків?

7. Зовнішнє керування ВНЗ здійснюється:

- а) Кабінетом Міністрів України;
- б) Міністерством освіти і науки України;
- в) Верховною Радою;
- г) Регіональною Радою ректорів ВНЗ.

8) Внутрішнє керування ВНЗ здійснюють:

- а) ректор;
- б) колективні органи управління;
- в) викладачі;
- г) посадові особи інституту.

) Яке з наведених визначень поняття «бакалавр» є найбільш правильним:

а) це освітній ступінь, що здобувається на першому рівні вищої освіти та присуджується закладом вищої освіти у результаті успішного виконання здобувачем вищої освіти освітньо-професійної програми, обсяг якої становить 180–240 кредитів;

б) це освітній ступінь, що здобувається на другому рівні вищої освіти та присуджується вищим навчальним закладом у результаті успішного виконання

здобувачем вищої освіти відповідної освітньої програми;

в) це особа, яка має повну вищу освіту, навчається в аспірантурі ВНЗ або наукової установи для підготовки дисертації на здобуття наукового ступеня кандидата наук?

Підведення підсумків заняття.

Визначити досягнення і недоліки у роботі студентів. Оцінити знання студентів.

Питання для самостійної підготовки.

Заочна, дистанційна освіта, екстернат.

Навчання за кордоном.

Світові тенденції вищої освіти.

Література.

1. Дикий Б.В. Вступ до спеціальності «Фізичне виховання і спорт»: навч. посібн. – Львів, Новий світ – 2000, 2020. 160с.
2. Прокопова Л. І., Лоза Т. О., Гвоздецька С. В. Навчально-методичний комплекс з дисципліни теорія і методика фізичного виховання / для студентів спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) : навчально-методичний посібник. Суми : СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2019. 260 с.
3. Черненко С. О. Вступ до спеціальностей галузі «Фізичне виховання і спорт» : навчальний посібник. Краматорськ: ДДМА, 2019. 127 с.