

«ЗАТВЕРДЖЕНО»
на засіданні кафедри
теорії та методики фізичної культури
«30» серпня 2018 р. протокол № 1
Завідувач кафедри _____ Боднар І. Р.

**МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ ТА ТЕМАТИКА КОНТРОЛЬНИХ РОБІТ
для студентів II курсу факультетів педагогічної освіти та
післядипломної та заочної освіти**

з дисципліни «Національні традиції фізичного виховання»

**спеціальність 014.11 «Середня освіта» (фізична культура)
спеціалізація «Фізична культура»
рівень вищої освіти «магістр»**

Загальні положення

Відповідно до навчального плану студенти заочної форми навчання виконують контрольну роботу у III семестрі.

Завдання контрольної роботи:

- поглибити і закріпити знання студентів з дисципліни «Національні традиції фізичного виховання»;
- отримати навички опрацювання літературних джерел і вміння узагальнювати матеріал;
- перевірка знань студентів з певної теми навчальної дисципліни.
- після вибору теми контрольної роботи (див. розділ «Тематика контрольних робіт») необхідно приступити до підбору літературних джерел і попереднього ознайомлення з їх змістом. Це полегшить складання плану контрольної роботи.

В плані повинні бути три основні розділи:

- *вступ* – обґрунтування актуальності та короткі повідомлення про зміст контрольної роботи;
- *основна частина* – в логічній послідовності розкриває зміст обраної теми;
- *висновки*.

До виконання контрольної роботи студенти повинні підходити творчо. Якість роботи оцінюється насамперед по тому, наскільки самостійно і вірно студент розкриває в ній зміст головних питань теми.

Необхідно уникати поверхневого викладення, загальних фраз, дослівного запозичення тексту з використаних джерел. При дослівному записі (цитованні) слід обов'язково робити посилання на джерела зі значенням сторінок.

Зовнішнє оформлення роботи:

- контрольна робота повинна мати обкладинку і титульну сторінку, на якій зверху зазначено: Львівський державний університет фізичної культури, Факультет ПО. Нижче зазначається тема, прізвище, ім'я та по-батькові студента, курс, група і e-mail;

- на першій сторінці роботи подається план контрольної роботи;
- в кінці роботи наводиться список використаної літератури, зазначається дата відправки в університет і особистий підпис виконавця;
- список літературних джерел складається за алфавітом.

Тематика контрольних робіт

Тема 1. Формування фізичного виховання в період Київської Русі.

Що спонукає людину займатися спеціально організованою руховою активністю? Особливості вікової диференціації молоді в Київській Русі. Форми системи військово-фізичної підготовки населення в Київській Русі. Основні засоби системи військово-фізичної підготовки населення в Київській Русі.

Тема 2. Фізичне виховання у творчій спадщині українських педагогів та просвітителів.

Українська педагогічна думка епохи Відродження. Видатні українські педагоги, реформатори шкільної освіти, основоположники наукової педагогіки й народної школи.

Тема 3. Розвиток фізичної культури у ХХ столітті..

Після Другої світової війни посилено спортові контакти із Заходом, розгорнуто масовий фізкультурний рух, підвищено рівень спортивної майстерності. У зв'язку з цим посилюється і фізкультурний рух в УРСР.

Тема 4. Загальна характеристика здоров'я українського населення в контексті загальних світових тенденцій.

Поліпшення якості життя та здоров'я громадян визначено основним стратегічним завданням уряду України. Основним індикатором ефективності програми «Здоров'я – 2020» визначено очікувану тривалість здорового життя. Україна, згідно з класифікацією ВООЗ, належить до країн класу «С» Європейського регіону, що для неї є характерним.

Тема 5. Витоки і традиції народного фізичного виховання.

Розглядаючи історичний процес виникнення, становлення та подальшого розвитку фізичної культури, необхідно подивитись на ті цілеспрямовані зусилля, яких докладали наші предки, що жили на території сучасної України в різні історичні епохи, як виховували молодь, яку роль у цьому процесі відіграла фізична культура, які ігри, змагальні фізичні вправи, гігієнічні чи лікувальні рухливі засоби застосовувались у побуті та військовій підготовці. Адже протягом всієї історії людства фізична культура посідала провідне місце у його побуті, була органічною частиною національної культури.

Тема 6. Аналіз світового досвіду та сучасного стану вітчизняної системи оздоровчої рухової активності.

Фактори, що зумовлюють роль оздоровчої рухової активності. За останні 40 - 60 років у Фінляндії, Японії, Канаді, Австралії та інших високорозвинутих

країнах завдяки державній політиці, спрямованій на створення умов для широкого впровадження у повсякденне життя різних форм рухової активності в органічному поєднанні з раціональним харчуванням, боротьбою проти шкідливих звичок та покращенням екологічного середовища, смертність людей молодого та середнього віку скоротилась у кілька разів, середня тривалість життя збільшилася на 15-20 років, різко зросла життєздатність населення, що безумовно забезпечило значне економічне зростання у зазначених країнах.

Водночас в Україні до XXI століття не спостерігався значний прогрес в питаннях залучення населення до оздоровчої рухової активності. За офіційною статистикою, кількість так званих фізкультурників традиційно завидувалося для демонстрації переваг панівної ідеології та турботи про «будівників комунізму». Удаване зростання кількості залучених до спортивних занять громадян ніколи не відповідало рівню здоров'я населення.

Численними науковими дослідженнями доведено, що рухова активність значною мірою сприяє дотриманню людиною здорового способу життя, а також в окремих випадках зменшенню негативного впливу на організм людини шкідливих звичок, підвищенню стресостійкості та відволікає від асоціальної поведінки.