

ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ
КУЛЬТУРИ ІМЕНІ ІВАНА БОБЕРСЬКОГО

Кафедра теорії і методики фізичної культури

ЗАЛКОВІ ПИТАННЯ

з дисципліни

**«Теорія і методика фізичного виховання
дорослого населення»**

(шифр і назва навчальної дисципліни)

галузь знань 01 Освіта
(шифр і назва)

спеціальність: 017 фізична культура і спорт
(шифр і назва спеціальності)

освітня програма «Фізична культура різних груп населення»

інститут, факультет, відділення: факультет педагогічної освіти
(назва інституту, факультету, відділення)

факультет післядипломної та заочної освіти.
(назва інституту, факультету, відділення)

рівень освіти: Бакалавр

Залікові вимоги

1. Мета та завдання фізичного виховання студентської молоді.
2. Місце фізичного виховання в системі професійної освіти та виховання студентської молоді.
3. Особливості методики організації та проведення позанавчальної роботи з фізичного виховання студентів.
4. Характеристика контингенту і спрямованості процесу фізичного виховання зі студентами основного відділення.
5. Характеристика контингенту і спрямованості процесу фізичного виховання зі студентами спортивного відділення.
6. Характеристика контингенту і спрямованості процесу фізичного виховання зі студентами спеціального відділення.
7. Специфіка засобів і методів, що використовуються у навчальних заняттях з дисципліни «Фізичне виховання» у спеціальному навчальному відділенні.
8. Особливості застосування засобів і методів в процесі фізичного виховання студентів.
9. Впровадження сучасних фізкультурно-оздоровчих технологій у навчальний процес ЗВО.
10. Структура, зміст, класифікація фітнес-програм.
11. Роль планування у процесі фізичного виховання студентів.
12. Роль педагогічного контролю у процесі фізичного виховання студентів.
13. Самоконтроль у фізичному вихованні студентів
14. Структура та особливості змісту діючої базової програми з фізичного виховання у ЗВО.
15. Актуальні проблеми фізичного виховання студентів і шляхи їх вирішення.
16. Особливості самостійних занять фізичними вправами студентської молоді.
17. Характеристика «Національної стратегії з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація».
18. Вікова періодизація дорослих.
19. Стратегія управління процесом фізичного виховання людини.
20. Мета та завдання фізичного виховання дорослого населення.
21. Основні напрямки фізичного виховання дорослого населення та їх характеристика.
22. Особливості розвитку рухових якостей в осіб зрілого віку.
23. Особливості розвитку рухових якостей в осіб старшого віку.
24. Особливості розвитку рухових якостей в осіб похилого віку.
25. Особливості мотивації до рухової активності в осіб молодіжного віку.
26. Особливості мотивації до рухової активності в осіб зрілого віку.

27. Особливості мотивації до рухової активності в осіб похилого віку.
28. Особливості фізкультурних знань в осіб молодіжного віку.
29. Особливості фізкультурних знань в осіб зрілого віку.
30. Особливості фізкультурних знань в осіб похилого віку.
31. Особливості методики навчання руховим діям осіб зрілого віку.
32. Особливості методики навчання руховим діям осіб похилого віку.
33. Реалізація принципів фізичного виховання в роботі з дорослими.
34. Значення контролю у фізичному вихованні дорослих.
35. Види контролю у фізичному вихованні дорослих.
36. Самоконтроль у фізичному вихованні дорослих.
37. Контрольні якісні показники фізичної культури осіб молодіжного віку.
38. Контрольні якісні показники фізичної культури осіб зрілого віку.
39. Контрольні якісні показники фізичної культури осіб похилого віку.
40. Градація рівнів фізичного стану дорослих.