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

МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ ТА ТЕМАТИКА КОНТРОЛЬНИХ РОБІТ ДЛЯ СТУДЕНТІВ 7 курсу ФП та ЗО

Рівень вищої освіти «магістр»

спеціальності 014 Середня освіта (фізична культура)

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 «Загальна теорія адаптивного спорту».

Отримати навички опрацювання літературних джерел і вміння узагальнювати матеріал;

Перевірка знань студентів з певної теми навчальної дисципліни.

Після вибору теми контрольної роботи 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 (цитуванні) слід обов'язково робити посилання на джерела зі значенням сторінок.

Оформлення роботи

Контрольна робота повинна мати обкладинку і титульну сторінку, на якій зверху зазначено: Львівський державний університет фізичної культури, Факультет ПК ПП та ЗО. Нижче зазначається тема, а також прізвище, ім'я та по-батькові студента, курс, група і домашня адреса.

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 використаних літературних джерел складається за алфавітом

Тема 1. Загальна характеристика якості життя українського населення в контексті загальних світових тенденцій. Поняття якості життя та здоров'я. Моделі якості життя (Фельце і Пері, Торонтська, ВООЗ). Значення здоров'я в структурі якості життя населення. Роль здоров'я у становленні високої якості життя населення.

Тема 2. Загальна характеристика здоров'я українського населення в контексті загальних світових тенденцій. Пріоритетні напрями програми ЄС «Здоров'я – 2020». Неінфекційні хвороби як основна причина захворюваності та смертності в світі. Причини низької тривалості життя в Україні та світі. Характеристика параметрів якості життя українського населення. Особливості оцінювання якості життя осіб різного віку відповідно до міжнародних стандартів.

Тема 3. Рухова активність: детермінанти на рівні макро- і мікросередовища. Транспорт і рухова активність. Безпека на дорогах як детермінанта рухової активності. Містобудування, архітектура і рухова активність. Доступність об'єктів і можливості для рухової активності. Кримінальна ситуація як перешкода для високого рівня рухової активності.

Шкільне середовище, робота та можливості підвищення рівня рухової активності.

Тема 4. Рухова активність: моніторинг і оцінювання. Рухова активність – визначення і оцінювання. Фізична підготовленість. Дефіцит рухової активності і сидячий спосіб життя. Рухова активність, рекомендована для здоров'я.

Тема 5. Рухова активність і соматичне здоров'я різних груп населення. Рухова активність і подолання болю спини. Міжнародні проекти спрямовані на поліпшення фізичного здоров'я шляхом підвищення рівня рухової активності осіб різного віку.

Тема 6. Попередження розвитку неінфекційних захворювань та передвчасної смертності за допомогою достатнього рівня рухової активності. Рухова активність і попередження ожиріння. Причини надлишкової маси, що пов'язані з рівнем рухової активності. Рухова активність і сповільнення остеопорозу. Підвищення рівня рухової активності як спосіб профілактики захворюваності та зниження рівня витрат на лікування та соціальний догляд осіб літнього віку.

Тема 7. Рухова активність і психічне здоров'я різних груп населення. Механізми впливу рухової активності на когнітивні здібності людини. Психічні захворювання та їх кореляція з фізичним здоров'ям. Вплив рухової активності на поліпшення психічного компонента якості життя.

Тема 8. Рухова активність і соціальне здоров'я різних груп населення. Використання оздоровчо-рекреаційних технологій для запобігання асоціальній поведінці. Роль оздоровчо-рекреаційних технологій у формуванні соціальних зв'язків. Перспективи використання фізкультурно-оздоровчих технологій для підвищення освітнього рівня населення та вирішення проблем працевлаштування.

Рекомендована література

Основна:

1. Здорова школа: аспекти моніторингу : навч. посіб. / Олена Шиян, Юлія Павлова, Ліліана Кудрик, Наталія Сороколіт, Оксана Микитюк ; за наук. ред. Олени Шиян. – Л. : Кольорове небо, 2013. – 122 с.
2. Павлова Ю. Оздоровчо-рекреаційні технології та якість життя людини : монографія / Ю. Павлова. – Львів : ЛДУФК, 2016. – 356 с. – ISBN 978-617-7336-04-3.
3. Проблема ожирения в Европейском регионе ВОЗ и стратегии ее решения / Под редакцией : Francesco Branca, Haik Nikogosian и Tim Lobstein – Режим доступу : http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0011/74747/E90711R.pdf?ua=1

Допоміжна:

4. Галаманжук Л. Л. Превентивний розвиток рухової активності дітей дошкільного віку: монографія / Л. Л. Галаманжук. – Кам'янець-Подільський: ПП "Медобори-2006", 2015. – 500 с.
5. Грибан Г.П. Вплив фізичних вправ на розумову та інтелектуальну діяльність студентів: [монографія] / Г.П. Грибан – Житомир: Вид-во Рута, 2008.
6. Грибан Г.П. Життєдіяльність та рухова активність студентів: [монографія] / Г.П. Грибан. – Житомир: Вид-во Рута, 2009.
7. Методичні підходи до оцінювання рівня соматичного здоров'я / Яремко Є. О., Вовканич Л. С., Гриньків М. Я., Павлова Ю. О. – Львів : ЛДУФК, 2013. – 124 с.
8. Стратегия в области физической активности для Европейского региона ВОЗ – Режим доступу : http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0003/312762/Physical-activity-strategy-2016-2025-ru.pdf.

Інформаційні ресурси інтернет

1. Указ Президента України Про Національну стратегію з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року "Рухова активність - здоровий спосіб життя – здорова нація". – Режим доступу : http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/42/2016