

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЗАПОРІЗЬКА ПОЛІТЕХНІКА»**

**ПРОГРАМА ЗАНЯТЬ  
СТУДЕНТСЬКОГО НАУКОВОГО ГУРТКА  
«ШЛЯХИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ ВИРІШЕННЯ ПРОБЛЕМ ФІЗИЧНОГО  
ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ВЕРСТВ НАСЕЛЕННЯ В СУЧАСНИХ  
УМОВАХ»**

## ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Фізичне виховання різних груп населення є окремим напрямом фізичної культури, пов'язаним з процесом виховання особи, набуттям нею відповідних знань та умінь з використання рухової активності для всебічного розвитку, оздоровлення та забезпечення готовності до професійної діяльності та активної участі в суспільному житті.

Одночасно з високими вимогами до рівня фізичного розвитку, працездатності та функціонального стану організму людини на кожному етапі свого життя, що висуваються суспільством, в сучасних умовах зростає роль раціональної та стрункої системи фізичного виховання для різних верст населення з метою вирішення завдань оздоровлення та гармонійного розвитку. Але соціально-економічні трансформаційні зміни в українському суспільстві обумовлені низкою чинників, таких як негативні демографічні тенденції, погіршення матеріально-технічної та науково-методичної бази, не могли не вплинути і на зростання проблем галузі фізичної культури та фізичного виховання різних верств населення. В буремні часи сьогодення вкрай гостро проявляється протиріччя між декларативними заявами про необхідність оптимізації системи фізкультурно-оздоровчої роботи і практичною діяльністю у цій галузі. За цих умов стратегічним напрямком вдосконалення системи фізичного виховання стають питання синергічного підходу до поєднання засобів і методів, спрямованих на здобуття максимального оздоровчого ефекту під час занять різними формами та напрямками фізкультурно-оздоровчої та спортивної діяльності.

Тому діяльність наукового гуртка «Шляхи та перспективи вирішення проблем фізичного виховання різних верств населення в сучасних умовах» та його наукові розробки мають сприяти розв'язанню актуальних питань фізичного вдосконалення різних верств населення.

Програма занять гуртка розрахована на 4 роки. Кожна тема включає декілька занять у формі лекцій, семінарів та бесід.

Відвідування гуртка студентами є добровільними.

## ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

### занять студентського наукового гуртка

№ теми	Назва теми
1	Сучасний стан та перспективи реформування національної системи фізичного виховання в Україні.
2	Сучасна систематика засобів і методів фізичного виховання, проблематика їх удосконалення. Концепція побудови занять у фізичному вихованні.
3	Використання інноваційних технологій для відновлення працездатності та підвищення рівня здоров'я.
4	Застосуванням нестандартного обладнання під час занять з фізичного виховання в роботі з різними верствами населення
5	Вплив психологічних особливостей діяльності різних соціальних та вікових груп населення на зміст та форми роботи з фізичного виховання.
6	Організація фізкультурно-оздоровчої роботи з урахуванням специфіки потреб дошкільнят, дітей шкільного віку, та юнацтва. Фізичне виховання в системі навчальних закладів та в позашкільній роботі.
7	Організація фізкультурно-оздоровчої роботи з урахуванням специфіки потреб людей середнього віку. Вплив професійної діяльності на організацію та зміст фізичного виховання.
8	Організація фізкультурно-оздоровчої роботи з урахуванням специфіки потреб людей зрілого та старшого віку.
9	Індивідуалізація тренувальних програм в залежності від характеристик, та особливостей контингенту.
10	Особливості фізичного виховання людей з особливими потребами та інвалідністю.

# **ЗМІСТ РОБОТИ СТУДЕНТСЬКОГО НАУКОВОГО ГУРТКА «ШЛЯХИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ ВИРІШЕННЯ ПРОБЛЕМ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ВЕРСТВ НАСЕЛЕННЯ В СУЧАСНИХ УМОВАХ»**

## **Тема 1: Сучасний стан та перспективи реформування національної системи фізичного виховання в Україні**

1. Система фізичного виховання, як історично-обумовлений тип соціальної практики.
2. Аналіз сучасного стану національної системи фізичного виховання в Україні.
3. Стратегія реформування системи фізичного виховання в Україні.

Література [2, 3, 5, 8, 11, 15]

## **Тема 2: Сучасна систематика засобів і методів фізичного виховання, проблематика їх удосконалення. Концепція побудови занять у фізичному вихованні**

1. Засоби фізичного виховання, як складові педагогічного процесу. Аналіз підходів до класифікації засобів фізичного виховання, та ознак цих класифікацій.
2. Методи фізичного виховання, як складові педагогічного процесу. Аналіз підходів до класифікації методів фізичного виховання, аналіз критеріїв та ознак цих класифікацій.
3. Систематизація фізкультурних знань. Чинники, що впливають на формування фізкультурних знань.
4. Підходи до вибору методики навчання руховим діям осіб різного віку, статі, та рівня підготовленості.

Література [3, 6, 9, 10]

## **Тема 3: Використання інноваційних технологій для відновлення працездатності та підвищення рівня здоров'я**

1. Аналіз історії розвитку та сучасних тенденцій використання інноваційних технологій відновлення працездатності.
2. Використання у фізичному вихованні психологічних засобів впливу на працездатність.
3. Використання інноваційних технологій та методів відновлення працездатності, як засіб пошуку резервів підвищення функціональної та фізичної підготовленості.

Література [5, 7, 11, 14]

## **Тема 4: Застосуванням нестандартного обладнання під час занять з фізичного виховання в роботі з різними верствами населення**

1. Використання тренажерних пристроїв та спеціального обладнання, як засіб інтенсифікації процесу фізичної підготовки.

2. Нестандартне обладнання для підвищення технічної та тактичної майстерності в окремих видах спорту та напрямках фізичної активності.
3. Використання нестандартного обладнання та інвентарю під час проведення фізкультурно-оздоровчих і спортивних заходів.

Література [4, 10, 14]

**Тема 5: Вплив психологічних особливостей діяльності різних соціальних та вікових груп населення на зміст та форми роботи з фізичного виховання**

1. Індивідуальні психологічні особливості на різних вікових етапах (дошкільний, шкільний, середній, зрілий та похилий вік).
2. Методичні прийоми використання психологічних особливостей контингенту при організації роботи з фізичного виховання.
3. Роль педагогічної творчості та особистості для досягнення мети та завдань системи фізичного виховання.

Література [4, 5, 13, 14]

**Тема 6: Організація фізкультурно-оздоровчої роботи з урахуванням специфіки потреб дошкільнят, дітей шкільного віку, та юнацтва. Фізичне виховання в системі навчальних закладів та в позашкільній роботі.**

1. Вікові особливості дітей дошкільного віку.
2. Вікові особливості дітей шкільного віку.
3. Вікові особливості юнацтва та молоді. Актуальні проблеми фізичного виховання в системі навчальних закладів та в позашкільній роботі, та шляхи їх вирішення.

Література [2, 7, 8, 12]

**Тема 7: Організація фізкультурно-оздоровчої роботи з урахуванням специфіки потреб людей середнього віку. Вплив професійної діяльності на організацію та зміст фізичного виховання.**

1. Морфо-функціональні особливості обраного вікового періоду.
2. Принципи, засоби, методи та форми організації фізкультурно-оздоровчих занять людей середнього віку.
3. Урахування впливу професійної діяльності при плануванні організації та змісту фізичного виховання.

Література [2, 9, 13, 14]

**Тема 8: Організація фізкультурно-оздоровчої роботи з урахуванням специфіки потреб людей зрілого та старшого віку.**

1. Вікова періодизація життя зрілої людини. Зміни соціального статусу та потреб з урахуванням вікової періодизації.
2. Характерні фізіологічні, біологічні та фізичні особливості вікових змін.
3. Принципи організації та проведення фізкультурно-оздоровчих занять для людей зрілого та похилого віку.
4. Пошук перспективних засобів, методів та форм організації занять з людьми зрілого та похилого віку в сучасних умовах.

**Тема 9: Індивідуалізація тренувальних програм в залежності від характеристик, та особливостей контингенту.**

1. Індивідуалізація у відповідності до потреб та суб'єктивних переваг, як глобальний тренд у системі фізичного виховання різних верств населення.
2. Шляхи та способи урахування індивідуальних потреб контингенту при змішаному складі учасників фізкультурно-оздоровчого процесу.
3. Засоби індивідуального контролю та використання потенціалу інформаційно-комунікаційних технологій для підвищення якості фізичного виховання різних верств населення.

Література [3, 6, 7, 12, 14]

**Тема 10: Особливості фізичного виховання людей з особливими потребами та інвалідністю.**

1. Державна політика в питаннях урахування потреб осіб з інвалідністю та обмеженою працездатністю і її реалізація в системі фізичного виховання.
2. Специфіка організації фізкультурно-оздоровчої, реабілітаційної та рекреаційної діяльності в межах системи фізичного виховання для осіб з особливими потребами та інвалідністю.
3. Новітні технологічні розробки в якості засобів удосконалення системи фізичного виховання для осіб з особливими потребами та інвалідністю.

Література [1, 5, 11, 15]

**ЛІТЕРАТУРА**

1. Адаптивне фізичне виховання : навч. посібник / уклад.: Осадченко Т. М., Семенов А. А., Ткаченко В. Т. Умань : ВПЦ «Візаві», 2014. 210 с.
2. Боднар І. Диференційоване фізичне виховання : навч. посіб. Львів : ЛДУФК, 2017. 197 с.
3. Завидівська Н. Н. Фундаменталізація фізкультурно-оздоровчої освіти: аспект здоров'язбережувального навчання студентів : монографія. – Київ : УБС НБУ, 2012. 402 с.
4. Завидівська Н. Н. Ханікянц О. В. Основи фізичного виховання у системі здоров'язбереження студентської молоді : навч. посіб. з фіз. виховання для студ. ВНЗ. Львів : Укр. технології, 2010. 216 с.
5. Коритко З. Медико-біологічні основи рухової активності : навч. посіб. – Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2020. 223 с.
6. Сергієнко Л.П. Спортивний відбір: теорія та практика. Книга 1. Теоретичні основи спортивного відбору: Підручник. Тернопіль: Навчальна книга. Богдан, 2009. 672 с.
7. Сергієнко Л.П. Терміни і поняття у фізичній культурі : навчальний посібник. Тернопіль : Навчальна книга Богдан, 2011. 264с.
8. Теорія і методика фізичного виховання: підручник для студ. вищ. навч. закладів фіз. виховання і спорту: у 2 т. / [Т. Ю. Круцевич,

Н. Є. Пангелова, О. Д. Кривчикова та ін.; за ред. Т. Ю. Круцевич]. [2-ге вид., переробл. та доп. ]. К. : Національний університет фізичного виховання і спорту України, вид-во «Олімп. Література», 2017. Т. 1. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання. 384 с.

9. Теорія і методика фізичного виховання: підручник для студ. вищ. навч. закладів фіз. виховання і спорту: у 2 т. / [Т. Ю. Круцевич, Н. Є. Пангелова, О. Д. Кривчикова та ін.; за ред. Т. Ю. Круцевич]. [2-ге вид., переробл. та доп. ]. К. : Національний університет фізичного виховання і спорту України, вид-во «Олімп. Література», 2017. Т. 2. Методика виховання різних верст населення. 368 с.

10. Томенко О. А. Неспеціальна фізкультурна освіта учнівської молоді: теорія і методологія: [монографія]. Суми : Вид-во «МакДен», 2012. 276 с.

11. Фізична рекреація : навч. посіб. для студ. ВНЗ / За заг. редакцією Є. Н. Приступи. Дрогобич : «Колос», 2010. 447 с.

12. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1. Тернопіль : Навчальна книга Богдан, 2007. 272с.

13. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 2. Тернопіль : Навчальна книга Богдан, 2007. 248 с.

14. Шиян Б. М., Вацеба О. М. Теорія і методика наукових досліджень у фізичному вихованні та спорті: Навчальний посібник. Тернопіль: Навчальна книга. Богдан, 2010. 276 с.

15. Шкробтій Ю. М. Перспективи удосконалення діючої в Україні системи фізичної культури і спорту. *Теорія і методика фізичного виховання*. № 2. 2004. С. 54–61.

### **Інформаційні ресурси:**

1. Актуальні проблеми фізичного виховання різних верств населення. Збірник наукових праць [Електронний ресурс]. <https://journals.uran.ua/hdafk-tmfv/issue/archive>
2. Електронний каталог ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. Режим доступу: <http://3w.ldufk.edu.ua/>
3. Електронний репозитарій ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/>
4. Електронний репозитарій НУ «Запорізька політехніка» [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://eir.zp.edu.ua/home>