

## Завдання 2 курс

### Змістовий модуль 5. Активні та пасивні дії в обраному виді рухової активності.

**Тема №29.** Навчання індивідуальним тактичним прийомам за обраним видом рухової активності.(6 годин).

#### **Завдання №26.** Максимальний бал – 7

##### **1. Теоретичне питання.**

Назвіть протипоказання для занять фізичними вправами при захворюваннях серця та судин або захворюваннях дихальної системи.

##### **2. Методичне завдання.**

Методична практика у проведенні спеціальних вправ при захворюваннях серця та судин (ревматизм, пороки серця, гіпертонічна хвороба).

Або спеціальних вправ при гострих та хронічних захворюваннях дихальної системи (бронхіт, пневмонія, бронхіальна астма).

##### **Оцінювання.**

##### **Рівень теоретичних знань оцінюється мах 3 бали :**

«3 бали» – якщо відповідь на поставлене запитання по суті правильна і повна;

«2 бали» – якщо відповідь на поставлене запитання по суті правильна, але недостатньо повна або викладена з незначними за смислом помилками;

«1 бал» – якщо відповідь не повністю розкриває суті поставленого питання.

##### **Методична практика оцінюється мах 4 бали.**

*Вправи, які не мають чисельного вираження, оцінюються таким чином:*

“4 бали ” – якщо вправи виконані відповідно до опису, без помилок, легко і впевнено;

“3 бали ” – якщо вправи виконані відповідно до опису, впевнено, але були допущені незначні помилки: недостатня амплітуда;

“2 бали ” – якщо вправи виконані відповідно до опису, впевнено, але було допущено значні помилки рухової діяльності;

“1 бал ” – якщо вправи не виконані або перевернуті (пропуск елемента), не достатньо пояснені, великий період відпочинку між вправами.

**Тема №30.** Навчання груповим тактичним прийомам за обраним видом рухової активності.(6 годин).

**Завдання №27.** Максимальний бал – 7.

**1.Теоретичне питання.**

Назвіть протипоказання для занять фізичними вправами при захворюваннях центральної та периферичної нервової системи (неврози, радикуліти). Або при захворюваннях сечостатевої системи (пієлонефрит, цистит, простатит). Або при захворюваннях системи травлення (гастрит, виразкова хвороба шлунку).

**2. Методичне завдання.**

Методична практика у проведенні спеціальних вправ при захворюваннях центральної та периферичної нервової системи (неврози, радикуліти).

Або спеціальних вправ при захворюваннях сечостатевої системи (пієлонефрит, цистит, простатит).

Або спеціальних вправ при захворюваннях системи травлення (гастрит, виразкова хвороба шлунку).

**Оцінювання.** Таке ж саме як завдання №26.

**Тема №31.** Навчання командним тактичним прийомам за обраним видом рухової активності.(6 годин).

**Завдання №28.** Максимальний бал – 7

**1.Теоретичне питання.**

Назвіть протипоказання для занять фізичними вправами при ожирінні.

Або при переломах різної локалізації (відновний період).

Або при артритах та артрозах.

**2. Методичне завдання.**

Методична практика у проведенні спеціальних вправ при ожирінні. Або у проведенні спеціальних вправ при переломах різної локалізації (відновний період). Або у проведенні спеціальних вправ при артритах та артрозах.

**Оцінювання.** Таке ж саме як завдання №26.

**Тема №32.** Контроль засвоєння змістового модуля 5.( 2 години).

**Завдання №29.** Максимальний бал – 7. Підсумковий контроль Т29 – Т31

Бали	Критерії: сума балів за Т29 – Т31
7	18 – 21
5	15 - 17
4	12 - 14
3	9 - 11
1	0 - 8

Змістовий модуль 6. Побудова тренувальних занять в обраному виді рухової активності.

**Тема №33.** . Загальна структура занять в обраному виді рухової активності.(6 годин).

**Завдання №30.** Максимальний бал – 6.

**1.Теоретичне питання.**

Назвіть загальну структуру занять з фізичного виховання. Дайте коротку характеристику частин заняття.

**2. Методичне завдання.**

Методична практика у проведенні підготовчої частини заняття з фізичної реабілітації або у проведенні заключної частини заняття з фізичної реабілітації.

**Оцінювання.**

**Рівень теоретичних знань оцінюється мах 3 бали :**

«3 бали» – якщо відповідь на поставлене запитання по суті правильна і повна;

«2 бали» – якщо відповідь на поставлене запитання по суті правильна, але недостатньо повна або викладена з незначними за смислом помилками;

«1 бал» – якщо відповідь не повністю розкриває суті поставленого питання.

## **Методична практика оцінюється мах 3 бали.**

Якість виконання методичного завдання оцінюється :

«3 бали» – якщо завдання виконано правильно і впевнено;

«2 бали» – якщо завдання виконано правильно, але недостатньо впевнено;

«1 бал» – якщо завдання виконано в основному правильно, але невпевнено і з незначними помилками;

«0 балів» – якщо завдання не виконано або виконано невпевнено і з грубими помилками.

**Тема №34.** Основна педагогічна спрямованість занять в обраному виді рухової активності.(6 годин).

**Завдання №31.** Максимальний бал – 7.

### **1.Теоретичне питання.**

Назвіть зміст основної частини заняття, яку спрямованість вона має. Укажіть методику проведення основної частини заняття.

### **2. Методичне завдання.**

Методична практика у проведенні основної частини навчального заняття з фізичної реабілітації.

### **Оцінювання.**

**Рівень теоретичних знань оцінюється мах 3 бали :**

«3 бали» – якщо відповідь на поставлене запитання по суті правильна і повна;

«2 бали» – якщо відповідь на поставлене запитання по суті правильна, але недостатньо повна або викладена з незначними за змістом помилками;

«1 бал» – якщо відповідь не повністю розкриває суті поставленого питання.

## **Методична практика оцінюється мах 4 бали.**

Якість виконання методичного завдання оцінюється :

«4 бали» – якщо завдання виконано правильно і впевнено;

«3 бали» – якщо завдання виконано правильно, але недостатньо впевнено;

«2 бали» – якщо завдання виконано в основному правильно, але невпевнено і з незначними помилками;

«1 бал» – якщо завдання не виконано або виконано невпевнено і з грубими помилками.

**Тема №35.** Типи та організація тренувальних занять в обраному виді рухової активності.(6 годин).

**Завдання №32.** Максимальний бал – 7.

**1.Теоретичне питання.**

Назвіть типи тренувальних занять. Укажіть особливості методики проведення занять з групою фізичної реабілітації.

**2. Методичне завдання.**

Методична практика у проведенні тренувального заняття з групою фізичної реабілітації.

-з інструктором:

\* індивідуальні;

\* мало групові;

\* групові;

-самостійні.

**Оцінювання.** Таке ж саме як завдання №31.

**Тема №36.** Побудова тижневих мікроциклів тренувальних занять в обраному виді рухової активності.(6 годин).

**Завдання №33.** Максимальний бал – 7.

**1.Теоретичне питання.**

Назвіть побудову занять з фізичної реабілітації. Дайте характеристику I підготовчого періоду.

**2. Методичне завдання.**

Складіть приблизний план-графік тижневого мікроциклу застосувань засобів фізичної культури для забезпечення дієздатності , якщо ви займаєтесь у групі фізичної реабілітації.

**Оцінювання.**

**Рівень теоретичних знань оцінюється мах 3 бали :**

«3 бали» – якщо відповідь на поставлене запитання по суті правильна і повна;

«2 бали» – якщо відповідь на поставлене запитання по суті правильна, але недостатньо повна або викладена з незначними за смислом помилками;

«1 бал» – якщо відповідь не повністю розкриває суті поставленого питання.

**Методична практика оцінюється мах 4 бали.**

Якість виконання методичного завдання оцінюється :

«4 бали» – якщо завдання виконано правильно;

«3 бали» – якщо завдання виконано правильно, але недостатньо обґрунтована необхідність застосувань засобів фізичної культури;

«2 бали» – якщо завдання виконано в основному правильно, але з незначними помилками;

«1 бал» – якщо завдання не виконано або виконано з грубими помилками.

**Тема №37.** Структура мікроциклів різних типів в обраному виді рухової активності.(6 годин).

**Завдання №34.** Максимальний бал – 7.

**1.Теоретичне питання.**

Назвіть побудову занять з фізичної реабілітації у II основному періоді.

Укажіть засоби та форми з фізичної реабілітації на основний період.

**2. Методичне завдання.**

Складіть приблизну програму занять вибіркової та комплексної спрямованості для занять з групою фізичної реабілітації.

**Оцінювання.** Таке ж саме як завдання №33.

**Тема №38.** Побудова мезоциклів тренувальних занять в обраному виді рухової активності.(6 годин).

**Завдання №35.** Максимальний бал – 7.

**1.Теоретичне питання.**

Назвіть побудову занять з фізичної реабілітації у III заключному періоді.

Укажіть засоби та форми з фізичної реабілітації цього періоду.

## 2. Методичне завдання.

Складіть приблизний план-графік мезоциклу застосувань засобів фізичної культури для забезпечення дієздатності, якщо ви займаєтесь у групі фізичної реабілітації.

**Оцінювання.** Таке ж саме як завдання №33.

**Тема №39.** Контроль засвоєння змістового модуля 6.(2 години).

**Завдання №36.** Максимальний бал – 7. Підсумковий контроль Т33 – Т38.

Бали	Критерії: сума балів за Т33 – Т38
7	36 – 41
5	30 - 35
4	24 - 29
3	18 - 23
1	0 - 17

**Тема №40.** Контроль засвоєння блоку змістових модулів 3.(2 години).

**Завдання №37.** Максимальний бал – 14. Підсумковий контроль блоку змістових модулів 5 і 6.

Бали	Критерії: сума балів блоків змістових модулів 5 і 6
14	70 – 76
10	64 -69
6	59 - 63
3	40 - 58
1	0 - 39

Визначення рівня фізичного стану, особистої відповідальності за стан здоров'я.

Нарахування балів за особисту відповідальність за стан здоров'я студента.

5	Високий рівень свідомої відповідальності та постійної уваги до фізичного здоров'я.
4	Виявлення турботи про фізичне здоров'я, але не з власної ініціативи.
3	Увага до власного здоров'я при небажаних відхиленнях його показників від норми.
0	Відсутність турботи та низький рівень особистої відповідальності за постійну підтримку фізичного стану в межах норми.