

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Б.В. Дикий

**ВСТУП ДО СПЕЦІАЛЬНОСТІ
«Фізичне виховання і спорт»**

Навчальний посібник

З курсу Вступ до спеціальностей галузі

«Фізичне виховання і спорт»

«Здоров'я людини»

Видавництво «Новий Світ – 2000»

Львів

2020

УДК 615.825 - 036. 8 (076)

ББК Р 354.111 я73

Д 45

Рекомендовані до друку методичною комісією факультету
«Здоров'я людини» «26» березня 2013 року, протокол №87/12-13.

Рецензенти:

Дуло Олена Анатоліївна, кандидат медичних наук, професор, кафедри фізичної реабілітації, факультету «Здоров'я людини».

Мелега Ксенія Петрівна, кандидат медичних наук, доцент, кафедри фізичної реабілітації, факультету «Здоров'я людини».

Вацеба Оксана Михайлівна, кандидат педагогічних наук, професор, професор кафедри олімпійської освіти Львівського державного університету фізичної культури.

Автор: Б.В. Дикий – доцент кафедри фізичної реабілітації факультету «Здоров'я людини», кандидат наук з фізичного виховання та спорту зі спеціальності 24.00.03 – Фізична реабілітація.

Вступ до спеціальності «Фізичне виховання і спорт»:
навчальний посібник для студентів вищих закладів освіти / Б.В. Дикий – Львів, Видавництво «Новий Світ – 2000», 2020. – 160 с.

В методичній розробці запропоновані тестові завдання, контрольні питання з курсу «Вступ до спеціальності» для студентів факультету «Здоров'я людини» і складені у відповідності до навчальної з даної дисципліни, в якій передбачений цикл практичних занять. Вони охоплюють усі розділи навчальної програми і є основою для формування варіантів тестових завдань модульних контролю оцінки успішності студентів за кредитно-модульною системою навчання.

©Б.В. Дикий, 2020

©Видавництво «Новий Світ-2000», 2020

ЗМІСТ

Передмова	5
Перелік умовних скорочень	6
Тема 1. Фізична культура як суспільне явище та галузь діяльності	7
Тема 2. Міжнародний спортивний рух	18
Тема 3. Фізкультурно-спортивний рух в Україні	26
Тема 4. Програмно-нормативні засади розвитку галузі фізичної культури	38
Тема 5. Організаційні засади, структура і матеріальна основа розвитку фізкультурно-спортивного руху в Україні	46
Тема 6. Система кадрового забезпечення галузі	55
Тема 7. Професійна діяльність фахівців фізичної культури	61
Тема 8. Організація навчального процесу у вищих навчальних закладах	67
Тема 9. Навчання і побут студентів вищого навчального закладу ..	74
Тема 10. Професійна діяльність учителя фізичної культури	79
Тема 11. Професійна діяльність тренера-викладача	84
Тема 12. Професійна діяльність фахівця з фізичної реабілітації	95
Практичне заняття №1	
Історія зародження і розвиток спорту. Місце спорту та фізкультури в загальній культурі людства. Проблеми сучасного міжнародного спорту. Стародавні та сучасні Олімпійські ігри.....	100
Практичне заняття №2	
Передумови зародження і розвитку фізкультурно-спортивного руху в Україні. Традиції українського спорту. Внесок українців в Олімпійський рух. Шлях до олімпійського визнання. Сучасні досягнення та проблеми українського спорту	104
Практичне заняття №3	
Законодавча база фізичної культури та спорту в Україні. Державні програми розвитку фізичної культури і спорту в Україні	108
Практичне заняття №4	
Структура, взаємозв'язок і характер діяльності фізкультурно-спортивних організацій України. Основні фізкультурно-спортивні організації міста. Матеріально-технічна база фізичної культури і спорту. Джерела фінансування галузі. Науково-інформаційне забезпечення фізкультурно-спортивного руху	111

Практичне заняття №5	
Галузева термінологія. Зародження спортивної термінології.	
Найбільш уживані терміни й поняття фізичних вправ	
Система вищої освіти та кадрове забезпечення галузі фізичної культури і спорту	114
Практичне заняття №6	
Структура вищої освіти в Україні. Система ступеневої освіти.	
Заклади фізкультурної освіти в Україні. Поняття про професію, спеціальність, посаду. Фахові спеціальності, спеціалізації і посади фахівців у галузі фізичної культури і спорту. Освітньо-кваліфікаційні рівні та структура підготовки фахівців фізичної культури.	117
Практичне заняття №7	
Спрямованість навчального процесу у закладах вищої освіти.	
Науково-методичне забезпечення навчального процесу. Державні стандарти вищої освіти. Види і форми організації навчальних занять у вищій школі. Форми і методи контролю	120
Практичне заняття №8	
Формування студентського контингенту. Права і обов'язки студента вищого навчального закладу. Організація виховного процесу у вищих закладів освіти. Громадські організації студентів. Загальні принципи наукової творчості. Загальні принципи наукової творчої. Роль науково-дослідної роботи в процесі підготовки фахівця	123
Практичне заняття №9	
Характеристика професійної діяльності фахівця з фізичного виховання. Характеристика професійної діяльності тренера-викладача.....	125
Практичне заняття №10	
Характеристика професійної діяльності фахівця з фізичної реабілітації	128
Теми та зміст самостійної роботи з курсу	130
Тестування	130
Семінарські заняття.....	142
Залікові вимоги.....	147
Опис навчальної дисципліни	150
Література	157

ПЕРЕДМОВА

«Вступ до спеціальності» – це навчальна дисципліна, яка належить до циклу природничо-наукових дисциплін, і є базовою у професійній підготовці бакалаврів фізичного виховання та спорту, тренерів, спеціалістів валеології та фізичної реабілітації.

Мета курсу - сформувати у першокурсника систему знань та уявлень про сферу майбутньої професійної діяльності та професії фахівців галузі фізичної культури.

Основні завдання дисципліни:

- вивчити історичні аспекти становлення та розвитку фізичної культури у світі та в Україні;
- оволодіти основними спортивними термінами;
- вивчити програмно-нормативні та організаційні засади галузі “Фізичне виховання і спорт”;
- дослідити особливості системи вищої освіти та кадрове забезпечення галузі в Україні.

В результаті вивчення курсу студенти повинні знати:

- галузеву термінологію;
- нормативні документи в галузі фізичної культури та в сфері вищої освіти;
- сферу професійної діяльності фахівців фізичної культури та спорту;
- сучасну систему підготовки і використання фізкультурних кадрів;
- особливості формування та розвитку міжнародного та вітчизняного фізкультурно-спортивного руху.

Студенти повинні вміти:

- користуватися програмно-нормативними документами;
- орієнтуватися в закономірностях формування і здійснення державної політики в галузі фізичної культури, в способах взаємодії різних ланок фізкультурного руху, в системах підготовки і використання фахівців;
- аналізувати сучасні процеси розвитку фізичної культури і спорту;
- орієнтуватися в спеціальній науково-педагогічній літературі.

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ СКОРОЧЕНЬ

МОК - центральної нервової системи;

УНР - фізична працездатність;

УРСР - серцево-судинна система;

МОК - Міжнародний Олімпійський Комітет;

НОК – Національний Олімпійський Комітет;

Закон Укр. ФК і СП - Закон України “Про фізичну культуру і спорт”;

ФК - фізична культура;

ФК і С - фізична культура і спорт;

Держкомспорт - Державний комітет України з питань фізичної культури і спорту;

ОКР - освітньо-кваліфікаційного рівня;

ДВНЗ – державний вищий навчальний заклад;

Тема 1. Фізична культура як суспільне явище та галузь діяльності

- 1. Місце фізичної культури в загальній культурі людства.*
- 2. Основні поняття, предмет і проблематика навчальної дисципліни.*
- 3. Завдання та функції фізичної культури в суспільстві. Форми та засоби фізичного виховання.*
- 4. Актуальні проблеми розвитку фізичного виховання та спорту.*
- 5. Зародження спортивної термінології*
- 6. Основні термінологічні поняття галузі*

Культура – це сукупність матеріальних і духовних цінностей, створених людиною у процесі суспільно-історичної практики, що характеризує досягнутий рівень у розвитку суспільства на кожному конкретному етапі.

Відповідно до статі І Закону України “Про фізичну культуру і спорт” фізична культура – це “складова частина загальної культури суспільства, що спрямована на зміцнення здоров’я, розвиток фізичних, морально-вольових та інтелектуальних здібностей людини з метою гармонійного формування її особистості”.

Сьогодні фізична культура є одним із визначальних чинників суспільного життя світової спільноти, важливим елементом освіти, виховання, охорони здоров’я, військової справи, професійно-прикладної підготовки, соціальної сфери, політики, економіки. Словосполучення “фізична культура” характеризує означене поняття як частину (різновид) культури взагалі.

Початковий зміст поняття “культура” (з латинської мови означало “обробіток”) нині значно розширився. У загальноповсюдному значенні воно включає в себе певні особисті риси, форми, стиль поведінки й діяльності окремої особи або спільноти, тобто різноманітні форми суспільного життя з одного боку, і результати діяльності (твори, структури, базу) з іншого.

Отже до поняття “культура” в широкому розумінні слова входять такі складові як мистецтво, наука, ідеологія, фізична культура, а також результати діяльності людини у цих сферах. Культуру умовно поділяють на матеріальну і духовну.

У сфері культури людина проявляється в трьох аспектах:

- пізнає попередній історичний досвід (вивчає літературу, мистецтво, техніку);
- виступає як носій культурних цінностей;
- сама створює, формує культурні цінності, які стають базою подальшого розвитку культури.

Фізичну культуру можна визначити як сукупність досягнень суспільства у створенні і раціональному використанні спеціальних засобів, методів і умов цілеспрямованого фізичного та духовного удосконалення людини.

Найчастіше терміном “Фізична культура” називають процес, спрямований на підготовку людей до життя та праці шляхом виконання фізичних вправ, використання цілющих сил природи, особистої і громадської гігієни та певного раціонального побуту і праці.

До поняття “галузь фізичної культури” відноситься не лише система вправ, теоретичних знань, але й матеріальна база фізичної культури та її організаційна система.

З розвитком цивілізації, внаслідок зменшення в житті людей ролі важкої фізичної праці, значення і місце фізичної культури в житті людей постійно зростають. По суті, фізична культура є основним (якщо не єдиним) засобом, який гарантує порятунок людства від фізичної деградації і виродження. Бо ж збіднення рухового арсеналу людини спричиняється до погіршення її здоров'я, занепаду творчої активності тощо.

Тільки достатня рухова активність і певний режим праці та побуту в поєднанні з іншими засобами, запобігають зниженню продуктивності праці. За дещо застарілими і можливо викривленими даними радянської статистики, продуктивність праці на виробництві робітників, які займалися фізичними вправами, була на 6-12% вищою. Недарма велика увага до фізичної культури приділяється у багатьох високорентабельних фірмах Західної Європи, США і особливо Японії. Для працівників тут створюються прекрасні умови для занять фізичною культурою і спортом. А робітники, які не хворіють, не палять, ведуть здоровий спосіб життя і займаються спортом, користуються істотними пільгами: додаткові відпустки, персональні доплати, гарантія праці в пенсійному віці тощо.

Формуючись у процесі розвитку людського суспільства, фізична культура чітко позначила залежність між підготовкою до праці та її результатами. Ускладнення змісту людської діяльності щоразу підвищує вимоги до рівня фізичної та психічної підготовленості, як це має місце при підготовці космонавтів, пілотів, моряків-підводників та представників інших сучасних професій. Функції фізичної культури проявляються також у постійному нагромадженні й передачі досвіду, в створенні нових методів і засобів впливу на психофізичний стан людей. Цей досвід складає основу теорії фізичного виховання і спорту, яка оформилася в самостійний науковий напрям. Якщо фізична культура є засобом підвищення продуктивності праці та досягнення високого рівня суспільного виробництва, то останнє в свою чергу, забезпечує відповідні