

Методи навчання

Словесні, наочні, проблемно-інформаційні, частково-пошукові, дослідницькі, практичні заняття.

Методи контролю

Поточне вибіркове опитування на лекціях, перевірка готовності до семінарських занять, написання самостійних робіт, захист індивідуальних навчально-дослідних завдань.

ТЕМАТИКА ПРАКТИЧНОГО ЗАНЯТТЯ

Практичне заняття №2.

Тема: **ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ АДАПТИВНОГО СПОРТУ В УКРАЇНІ**

План

1. Сучасний стан адаптивного спорту в Україні.
2. Перспективи розвитку адаптивного спорту в Україні.
3. Дидактичне тестування:

1. Дайте визначення поняттю соціальна адаптація інвалідів:

- А) медична та психологічна допомога;
- Б) систематичні заняття спортом;
- В) підвищення матеріального забезпечення, працевлаштування, освіта, побут, залучення їх до систематичних занять адаптивним спортом;
- Г) підвищення матеріального забезпечення.

2. Які ви знаєте види АС:

- А) нетрадиційні;
- Б) традиційні;
- В) паралімпійські, сурдлімпійські та спеціальні олімпійські;
- Г) олімпійські.

3. Що таке психосоматична саморегуляція:

- А) психологічна допомога;
- Б) один із методів підготовки спортсменів;
- В) це метод саморегуляції організму людини на рівні психосоматики (гіпноз або самогіпноз);
- Г) медична допомога.

4. Які ви знаєте нетрадиційні методи оздоровлення осіб з обмеженими можливостями:

- А) це методи лікування осіб з обмеженими можливостями з допомогою сучасної медичної апаратури;
- Б) це методи лікування осіб з обмеженими можливостями з допомогою ліків;
- В) аромо і світолікування, апітерапія, анималотерапія, голкотерапія, загартування, гомеопатія, йога, піст і голодування;
- Г) це методи лікування осіб з обмеженими можливостями без допомоги ліків.

5. Які ви знаєте методи психотерапії:

- А) групова;
- Б) індивідуальна;
- В) ігротерапія, артерапія, поведінкова терапія, соціальна терапія, психо гімнастика;
- Г) групова та індивідуальна.

6. Які ви знаєте традиційні методи оздоровлення осіб з обмеженими можливостями:

- А) це методи лікування осіб з обмеженими можливостями без допомоги ліків;
- Б) це методи лікування осіб з обмеженими можливостями з допомогою сучасної медичної апаратури;
- В) аутогенне тренування, релаксація, система харчування, система фізичної активності;
- Г) це методи лікування осіб з обмеженими можливостями без допомоги ліків.

7. Дайте визначення терміну фрустрація:

- А) надзвичайний стан людини;
- Б) звичайний стан людини;

В) психічний стан людини, що виражається в характерних переживаннях і поведінці;

Г) особливий стан людини.

8. Перелік спеціальних видів залежності:

А) алкогольні напої;

Б) тютюнові вироби;

В) психотропні речовини, алкогольні напої, азартні ігри, тютюнові вироби та ін.;

Г) солодкості.

9. Дайте визначення терміну соціальна рівність:

А) рівність людей у побутовому житті;

Б) рівність людей в оплаті праці;

В) суспільний устрій, при якому всі члени суспільства володіють однаковим статутом в певній галузі;

Г) рівність людей незалежно від расової приналежності.

10. Дайте визначення терміну депресія:

А) особистий стан людини;

Б) звичайний стан людини;

В) це захворювання, що характеризується постійним пригніченим станом та втратою цікавості до будь-якої діяльності;

Г) надзвичайний стан людини.