

## Індивідуальне завдання

(в межах самостійної роботи студентів)

**Індивідуальне завдання** підлягає захисту Здобувачом на заняттях, які призначаються додатково. Індивідуальне завдання може бути виконане у різних формах. Зокрема, Здобувачи можуть зробити його у вигляді **конспекту уроку**.

Література, що рекомендується для виконання індивідуального завдання, наведена у робочій програмі, а в електронному вигляді вона розміщена на Освітньому сайті КНУБА, на сторінці кафедри.

Також як виконання індивідуального завдання за рішенням викладача може бути зарахована участь Здобувача у суддівстві змагань з легкої атлетики.

Індивідуального завдання (конспект уроку для студентів) подається викладачу не пізніше, ніж за 2 тижні до початку залікової сесії. Викладач має право вимагати від Здобувача доопрацювання індивідуального завдання, якщо воно не відповідає встановленим вимогам.

### Критерії оцінювання індивідуальної роботи з дисципліни (реферат)

Оцінка за національною шкалою	Кількість балів	Критерії
відмінно	10	відмінне виконання (розкриття теми, посилання та цитування сучасних наукових джерел (не старше 2017 року), <b>дотримання норм доброчесності</b> )
	9	відмінне виконання з незначною кількістю помилок виконання (розкриття теми, посилання та цитування сучасних наукових джерел (більшість з яких не старше 2017 року), <b>дотримання норм доброчесності</b> )
добре	8	виконання вище середнього рівня з кількома помилками (розкриття теми в межах об'єкту та завдань роботи, посилання та цитування сучасних наукових джерел (серед яких є такі, що не старше 2017 року), <b>дотримання норм доброчесності</b> )
	7	виконання з певною кількістю помилок (розкриття теми в межах об'єкту та завдань роботи, наявність посилань та цитувань наукових джерел, <b>дотримання норм доброчесності</b> )
задовільно	6	виконання роботи задовольняє мінімальним критеріям помилок (розкриття теми в основному в межах об'єкту роботи, наявність концептуального апарату роботи, присутність не менше 5 посилань та цитувань наукових джерел, <b>дотримання норм</b>

Критерії оцінювання презентації (відповідність роботи за обсягом, формою, якістю змісту і демонстрації матеріалу).

Методичні матеріали для самостійної роботи студентів повинні передбачати можливість проведення самоконтролю з боку студента. Для самостійної роботи студенту також рекомендують відповідну наукову та фахову монографічну і періодичну літературу, електронні ресурси, у тому числі й освітній сайт Університету.

### **Орієнтовний перелік індивідуальних завдань (реферат).**

1. Професійна мотивація, як один із чинників вирішення завдань оздоровчо-рекреаційної роботи.
2. Проблеми якості підготовки спеціалістів.
3. Особливості організації педагогічної практики на випускному курсі (на прикладі фітнес-клубів).
4. Особливості організації педагогічної практики на перед випускному курсі.
5. Особливості організації практики в оздоровчих таборах.
6. Типізація професійно-педагогічних завдань для фахівців з оздоровчої роботи.
7. Професійно-педагогічне практикування.
8. Формування позитивної позиції школярів до фізичної культури.
9. Орієнтація школярів на самостійні заняття фізичними вправами в урочний та позаурочний час.
10. Методичні аспекти формування теоретичної підготовленості школярів.
11. Формування рухової сфери школярів.
12. Розвиток функціональних можливостей організму школярів.
13. Сутність фізичного виховання, як предмету теоретичного навчання.
14. Стретчинг як технологія оздоровлення.
15. Силова гімнастика (бодібілдинг).
16. Система «Шейпінг».
17. Система Пілатеса.
18. Стретчинг як засіб відновлення амплітуди рухів.
19. Система «Ізотон».
20. Туризм як частина рекреації.
21. Сили природи в системі оздоровчо-рекреаційної рухової активності.
22. Використання засобів системі оздоровчо-рекреаційної рухової активності як частини фізичної реабілітації.
23. Система оздоровчих фізичних вправ у фітнесі.
24. Характеристика методик ізотонічних вправ.
25. Особливості східних оздоровчих систем.
26. Системи оздоровчої гімнастики в Китаї.

- 27.Йога - оздоровча система Індії.
- 28.Система природного оздоровлення П. Брегга.
- 29.Система здоров'я Кацудзо Ніші.
- 30.Програма аеробного оздоровлення організму К. Купера.
- 31.Програма «1000 рухів» академіка Н. М. Амосова.
- 32.Методика загартування-тренування П. І. Іванова «Детка».
- 33.Система природного оздоровлення Г. С. Шаталовой.
- 34.Основні підходи до оцінки участі студентів в професійнопедагогічному практикуванні.
- 35.Роль конструктивних здібностей та умінь у вирішенні завдань оздоровчо- рекреаційної роботи.
- 36.Командно-адміністративне управління, його роль в оптимізації процесу оздоровчо-рекреаційної роботи.