

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 1.  
ОРГАНІЗАЦІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ ЯК ОСНОВНИЙ  
НАПРЯМ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ФАХІВЦЯ

*Питання*

1. Охарактеризуйте завдання, які виконуються за допомогою організації та проведення масових спортивних змагань.
2. Перерахуйте визначені Законом України «Про фізичне виховання і спорт» напрями спорту.
3. Назвіть функції резервного спорту.
4. За якими ознаками можна розділити масові заходи?
5. З яких заходів розпочинається планування спортивно-масової роботи?
6. Назвіть особливості масових спортивних заходів.
7. Який документ розробляється на основі концепції спортивно-масової діяльності закладу освіти (підприємства, організації, установи)?
8. Охарактеризуйте значення фізкультурно-оздоровчих центрів.

*Практичне завдання*

1. Охарактеризуйте завдання, які виконуються за допомогою організації та проведення масових спортивних змагань

Практичні завдання:

1. Проаналізуйте програму проведення шкільних / студентських / міських спортивних змагань та визначте:

- виховні;
- оздоровчі;
- соціальні;
- іміджеві завдання, які вони реалізують.

2. Заповніть таблицю:

Вид завдання	Конкретний зміст	Очікуваний результат
Оздоровче		
Соціальне		
Виховне		
Організаційне		

3. Сформулюйте 3 аргументи, чому масові спортивні змагання є ефективним інструментом популяризації фізичної культури.

2. Перерахуйте визначені Законом України «Про фізичне виховання і спорт» напрями спорту

Практичні завдання:

1. На основі тексту Закону України класифікуйте напрями спорту та наведіть приклади для кожного з них.

2. Заповніть схему:

Напрями спорту → Приклади видів → Цільова аудиторія → Основна мета

3. Визначте, який напрям спорту є пріоритетним для:

- закладу загальної середньої освіти;
- закладу вищої освіти;
- громади (ТГ).

3. Назвіть функції резервного спорту

Практичні завдання:

1. Складіть логічну схему функцій резервного спорту (виявлення → відбір → підготовка → спортивне зростання).

2. Проаналізуйте діяльність дитячо-юнацької спортивної школи та визначте, які функції резервного спорту вона реалізує.

3. Розв'яжіть ситуаційне завдання:

*Як зміниться система резервного спорту у разі скорочення фінансування?*

4. За якими ознаками можна розділити масові заходи?

Практичні завдання:

1. Складіть класифікаційну таблицю масових спортивних заходів:

Ознака поділу	Види заходів
---------------	--------------

За масштабом

За віком учасників

За формою проведення

За періодичністю

2. Визначте до яких класифікаційних груп належать:

- День здоров'я;
- Спартакіада;
- Фестиваль фізичної культури.

5. З яких заходів розпочинається планування спортивно-масової роботи?

Практичні завдання:

1. Побудуйте алгоритм планування спортивно-масової роботи (від аналізу потреб до підбиття підсумків).

2. Розробіть фрагмент річного плану спортивно-масової роботи для:

- закладу освіти;
- підприємства;
- громади.

3. Визначте основні помилки, які допускаються під час планування масових заходів.

6. Назвіть особливості масових спортивних заходів

Практичні завдання:

1. Заповніть таблицю «Особливості масових спортивних заходів»:

Особливість	Практичне проявлення
Масовість	
Доступність	
Добровільність	
Соціальна спрямованість	

2. Порівняйте масові спортивні заходи та спортивні змагання високих досягнень за 5 критеріями.

7. Який документ розробляється на основі концепції спортивно-масової діяльності закладу?

Практичні завдання:

1. Назвіть документ та визначте його структурні розділи.
2. Розробіть макет документа (план / програма / комплексний план) спортивно-масової діяльності на семестр.
3. Визначте, хто відповідальний за:
  - розробку;
  - затвердження;
  - реалізацію цього документа.

8. Охарактеризуйте значення фізкультурно-оздоровчих центрів

Практичні завдання:

1. Проаналізуйте діяльність фізкультурно-оздоровчого центру у вашому регіоні та визначте:
  - основні послуги;
  - цільові групи;
  - соціальний ефект.
2. Складіть таблицю:

Напрямок діяльності ФОЦ Соціальне значення

Оздоровчий

Профілактичний

Рекреаційний

3. Розробіть пропозиції щодо підвищення ефективності діяльності ФОЦ в умовах громади.

Заповніть таблицю організації та методики проведення рухливих ігор та естафет, опрацювавши подані методичні рекомендації.

<i>Методика проведення ігор та естафет</i>		
<i>Способи розташування гравців і місце керівника при поясненні гри</i>		
<i>Варіанти розміщення: (намалюйте олівцем й доповніть запис)</i>		
<i>1) Якщо гра починається із шиккування у коло,</i>	<i>2) Якщо шиккування відбувається у два кола (одне всередині іншого),</i>	<i>3) При шикванні у два кола (одне поруч з іншим)</i>
<i>Графічне зображення способів шиккування</i>		
<i>1)</i>	<i>2)</i>	<i>3)</i>
<i>4) Якщо гравці шикуються в колони,</i>	<i>5) При шикванні у шеренги (одна навпроти одної)</i>	<i>6) Ігри, при яких гравці розташовуються у всьому залу</i>
<i>Графічне зображення способів шиккування</i>		
<i>4)</i>	<i>5)</i>	<i>6)</i>

### *«Ігри та естафети на святах»*

#### *Методичні рекомендації*

Ігри часто включають до програми масового свята, як-от: «Свято зими» чи «День фізкультурника». Вони пожвавлюють та урізноманітнюють програму, сприяють активізації його учасників. Характерним для таких ігор є їхнє урочисте оформлення: прапорці, стрічки, квіти, музика, реквізит, який підкреслює сюжетність дій.

Організатори ігор звичайно залучають до участі усіх бажаючих. У зв'язку з цим передбачається, як правило, можливість заміни складу гравців, нескладність рухів, спрощеність правил, порівняно невелике фізичне навантаження. Успіх ігор на святах переважно залежить від ретельної підготовки до них. Потрібно підібрати відповідні ігри, призначити та проінструктувати відповідальних за проведення кожної гри, визначити місце і час їх проведення.

Переможцям у різноманітних іграх та ігрових рухливих атракціонах можуть видаватися спеціальні талончики. Той, хто одержав певну кількість талончиків, може обміняти їх на пам'ятний сувенір. Здебільшого ігри проводяться після основного заходу на святі (урочистої частини, церемонії, театралізованого мітингу, театралізованого концерту тощо).

Рухливі ігри, ігрові вправи та ігри-атракціони можна влаштовувати одночасно в різних місцях. Наприкінці свята можна провести фінальні зустрічі команд.

На святах також можна проводити ігри-атракціони: «Зрізання призів», «Водоноси» (біг із кухлем води), «Біг на трьох ногах» (у парах) та інші.

*Керівництво процесом гри.* При проведенні гри керівнику рекомендується продумати й врахувати такі аспекти:

- Ознайомити учасників із вимогами і правилами гри. Підготувати заздалегідь усе необхідне знаряддя для гри.
- Урахувати рівень розвитку дітей, їхні таланти, здібності, можливості, уміння і невміння.
- Пропонувати тільки ті ігри, які доступні даній віковій групі, тобто відповідають розвитку дітей, їх силі, життєвому досвіду. Уміло виводити учасників із гри, яка для них складна.
- Уникати надмірного ентузіазму (надмірного збудження) у гравців.
- Бути готовим до участі у грі в ролі звичайного гравця, дотримуватися всіх правил, включаючи і ті, які начебто «принижують» гідність дорослого.
- Обирати ігри з урахуванням можливості їх подальшого ускладнення: починати з простих, тренуючи, а потім поступово ускладнювати їх у міру поліпшення фізичних якостей дітей.

*Розташування гравців і місце керівника при поясненні гри.* Перш ніж розпочати пояснення гри, учасників необхідно розташувати так, щоб вони добре бачили й чули керівника. Краще всього вишикувати гравців у початкове положення, з якого вони власне й розпочнуть гру.

Варіанти розміщення:

- Якщо гра починається зі шикування у коло, керівник під час пояснення займає місце в загальному колі на півкроку позаду.
- Якщо шикування відбувається у два кола (одне всередині іншого), необхідно утворити зовнішнє коло, а з внутрішнього – півколо.
- При шикуванні у два кола (одне поруч з іншим) потрібно утворити одне коло, решта ж учнів, які мають вишикуватися у друге коло, стоять у шерензі. Керівникові під час пояснення правил гри потрібно стати в коло.
- Якщо гравці шикуються у колони, керівник під час пояснення стає попереду них.
- При шикуванні у шеренги (одна навпроти одної) необхідно одну команду поставити у вихідне положення, а іншу наблизити до неї. Керівник має стояти між ними збоку.
- Пояснення для ігор, в яких гравці розташовуються у всьому залі, розпочинають після шикування учнів у шеренгу, причому розповідь потрібно обов'язково поєднати з показом.

*Методика пояснення гри.* Правильне пояснення гри впливає на її успіх. Як уже наголошувалося, перш ніж почати гру, керівник зобов'язаний чітко уявити собі її зміст, заздалегідь проаналізувати і тільки після цього розпочати пояснення.

Розповідь повинна бути короткою, оскільки затягнуте пояснення може ускладнити сприйняття гри. Виняток становлять ігри для учнів молодших класів, правила яких можна пояснити в казковій, захопливій формі. Розповідь повинна бути логічною, послідовною. Будь-яку гру слід пояснювати, дотримуючись такої схеми: назва гри, ролі гравців та їх розташування на майданчику, зміст гри, мета гри, правила гри.

Пояснення гри закінчується відповідями на запитання гравців. Відповідати слід голосно, звертаючись при цьому до всіх. Пояснюючи хід гри, керівник, безперечно, торкнеться правил, але в кінці розповіді необхідно ще раз загострити на них увагу, щоб діти краще їх запам'ятали. Розповідь не повинна бути монотонною, бажано виділяти голосом важливі ігрові моменти. При цьому не слід використовувати складних термінів, а нові поняття необхідно пояснювати.

Якщо зміст гри дозволяє застосувати метод поєднання показу з розповіддю, то його обов'язково треба використати.

Керівник повинен звертати увагу на настрій учнів: якщо вони відволікаються, треба скоротити пояснення або ж прискорити його.

Зміст гри детально пояснюється тільки тоді, коли учні грають уперше. А щоб переконатися, чи зрозумілою є гра, керівник може запити у декількох учнів її зміст і правила, після чого дає команду розпочати гру.

Під час повторного проведення гри слід тільки нагадати її основний зміст і пояснити додаткові правила та прийоми. Для відновлення гри в пам'яті краще всього залучити учнів.

*Суддівство ігор та естафет.* Об'єктивне і неупереджене суддівство – обов'язкова умова кожної рухливої гри. Якщо учасники не дотримуються її правил, гра втрачає свою педагогічну цінність. Об'єктивне й точне суддівство має особливе значення в іграх з розділенням на команди, де кожна команда зацікавлена у виграші. Необ'єктивний суддя втрачає довіру та пошану.

Під час гри суддя повинен обрати для себе таке місце розташування, щоб бачити всіх гравців і не заважати їм. Під час проведення деяких ігор судді може доведеться пересуватися по майданчику і спостерігати за переміщенням гравців. Сигнал про порушення правил повинен подаватися своєчасно і чітко. Суддя повинен робити зауваження коректно, не вступаючи в суперечки з гравцями. Від судді залежить правильне підбиття підсумків гри. Суворе й справедливе суддівство в рухливих іграх сприяє вихованню в дітей чесності, поваги до судді і правил. Зауваження і роз'яснення щодо суддівства треба робити після закінчення гри.

## Тестові завдання

### 1. Установіть відповідність між поняттям та його визначенням.

1) Спортивні змагання	а) діяльність суб'єктів сфери фізичної культури і спорту, спрямована на виявлення та уніфіковане порівняння досягнень людей у фізичній, інтелектуальній та інших підготовленостях шляхом проведення спортивних змагань та відповідної підготовки до них
2) Спорт	б) спортивний захід або комплекс спортивних заходів, що проводиться організатором спортивних змагань з метою порівняння досягнень спортсменів та визначення переможців
4) Масове видовище	в) діяльність суб'єктів сфери фізичної культури і спорту, спрямована на забезпечення рухової активності людей під час їх дозвілля для зміцнення здоров'я
3) Масовий спорт (спорт для всіх)	г) унікальна форма поєднання мистецтва, соціальної дії та комунікації, що інтегрує різні види мистецтва: театральне, музичне, хореографічне, візуальне у єдине синтетичне дійство, яке створює перформативний ефект і спрямоване на колективне переживання, залучає глядача у процес, створюючи ефект «участі».

### 2. Продовжте речення та позначте «+» правильні відповіді.

Сучасний спорт поділяється на:

- учнівсько-студентський спорт;
- масовий спорт;
- спорт супердосягнень;
- професійний спорт;
- спорт вищих досягнень;
- оздоровчо-рекреативний спорт;
- резервний спорт;
- видовищно-комерційний спорт;
- професійно-комерційний спорт.

### 3. До змісту масових спортивних заходів входить:

- a. рухливі ігри та спортивні вправи;
- b. секційна робота та змагання;
- c. формуванням потенційного і основного резерву збірних команд країни.

4. Відтворіть структуру масових спортивних змагань закладу вищої освіти.

А) Внутрішні змагання	Б) Зовнішні змагання	В) Міжнародні змагання
а першість факультетів, районні, Львівські, а першість навчальних груп, обласні, універсіади, чемпіонати Європи та світу, змагання на першість ЗВО, олімпійські ігри, матчеві.		