

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ПРОВЕДЕННЯ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

Практичне заняття 1

ВСТУП. ЗНАЧЕННЯ, ЗМІСТ ТА ЗАВДАННЯ ПРЕДМЕТУ.

1. “Історія фізичної культури” як навчальна і наукова дисципліна.
2. Структура курсу, його зв’язок з іншими предметами.
3. Основні терміни і поняття дисципліни та еволюція їх розвитку.
4. Періодизація та джерела вивчення історії фізичної культури.

Література:

1. *История физической культуры и спорта: Учебник для институтов физической культуры / Под ред. В.В.Столбова. – Москва: Физкультура и спорт, 1983. – 359с.*
2. *История физической культуры: Учебник для студентов пед. институтов, - Москва: Просвещение, 1989. – 288 с.*
3. *Кун Л. Всеобщая история физической культуры и спорта: Пер. с венгерского. – Москва: Радуга, 1982. – 399с.*
4. *Платонов В.Н., Гуськов С.И. Олимпийский спорт: Учебник. - К.: Олимпийская литература, 1994. - Кн. 1. – 496 с.*

Практичне заняття 2

ВИТОКИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ.

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА В ПЕРВІСНОМУ СУСПІЛЬСТВІ

1. Передумови виникнення і розвитку фізичних вправ та ігор у первісному суспільстві.
2. Теорії походження фізичної культури.

Література:

1. *История физической культуры и спорта: Учебник для институтов физической культуры / Под ред. В.В.Столбова. – Москва: Физкультура и спорт, 1983. – 359с.*
2. *Кун Л. Всеобщая история физической культуры и спорта: Пер. с венгерского. – Москва: Радуга, 1982. – 399с.*
3. *Пономарев Н.И. Возникновение и первоначальное развитие физической культуры. - Москва, 1970. – 248 с.*

Практичне заняття 3

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА СТАРОДАВНЬОГО СВІТУ

1. Особливості, провідні форми та суспільне значення фізичної культури стародавнього світу.
2. Значення фізичного виховання в житті Стародавньої Греції. Зміст античної гімнастики.
3. Особливості фізичної культури Стародавнього Риму.
4. Особливості фізичної культури у країнах Стародавнього Сходу та Америки.

Література:

1. *История физической культуры и спорта: Учебник для институтов физической культуры / Под ред. В.В.Столбова. – Москва: Физкультура и спорт, 1983. – 359с.*
2. *Кун Л. Всеобщая история физической культуры и спорта: Пер. с венгерского. – Москва: Радуга, 1982. – 399с.*

3. Попеску І.К. *Спорт у долях балканських народів.* – Львів: Світ, 1991. – 184 с.
4. Шанин Ю.В. *От эллинов до наших дней.* – Москва: Физкультура и спорт, 1975. – 143с.

Практичне заняття 4-5

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ЕПОХИ СЕРЕДНЬОВІЧЧЯ

1. Особливості європейської фізичної культури в середні віки.
2. Особливості фізичного виховання у середні віки в країнах Сходу.
3. Лицарська система фізичного виховання.
4. Розвиток фізичної культури серед селян та ремісників-міщан європейських країн.
5. Вплив християнської релігії на розвиток фізичного виховання.
6. Зародження науково-методичної думки в галузі фізичного виховання.

Література:

1. *История физической культуры и спорта: Учебник для институтов физической культуры / Под ред. В.В. Столбова.* – Москва: Физкультура и спорт, 1983. – 359с.
2. Кун Л. *Всеобщая история физической культуры и спорта: Пер. с венгерского.* – Москва: Радуга, 1982. – 399с.
3. Оливова В. *Люди и игры: У истоков современного спорта: Пер. с чешского.* – Москва: Физкультура и спорт, 1985. – 249 с.

Практичне заняття 6-7

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА НОВОГО ЧАСУ

1. Передумови формування національних систем фізичного виховання у XVIII-XIX ст.
2. Особливості німецької, шведської, французької та сокільської систем фізичного виховання.
3. Утворення нових форм та структур фізичного виховання: релігійних, жіночих, робітничих. Скаутський рух.

Література:

1. *История физической культуры и спорта: Учебник для институтов физической культуры / Под ред. В.В. Столбова.* – Москва: Физкультура и спорт, 1983. – 359 с.
2. Кун Л. *Всеобщая история физической культуры и спорта: Пер. с венгерского.* – Москва: Радуга, 1982. – 399 с.
3. Пономарев Н.И. *Возникновение и первоначальное развитие физической культуры.* - Москва, 1970. – 248 с.

Практичне заняття 8

ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ СПОРТУ НОВОГО ЧАСУ

1. Англійська система фізичного виховання. Діяльність Томаса Арнольда.
2. Формування системи міжнародних змагань та організаційних структур міжнародного спорту.
3. Формування наукових основ розвитку спорту.

Література:

1. *История физической культуры и спорта: Учебник для институтов физической культуры / Под ред. В.В.Столбова. – Москва: Физкультура и спорт, 1983. – 359с.*
2. *Кун Л. Всеобщая история физической культуры и спорта: Пер. с венгерского. – Москва: Радуга, 1982. – 399с.*
3. *Оливова В. Люди и игры: У истоков современного спорта: Пер. с чешского. – Москва: Физкультура и спорт, 1985. – 249 с.*

Практичне заняття 9 ОЛІМПІЙСЬКІ ІГРИ СТАРОДАВНЬОЇ ГРЕЦІЇ

1. Значення спорту у житті античних греків.
2. Передумови виникнення Олімпійських ігор у Стародавній Греції.
3. Програма, зміст, учасники Олімпійських ігор.
4. Спортивні споруди Стародавньої Греції.
5. Причини занепаду давньогрецьких Олімпійських ігор.

Література:

1. *История физической культуры и спорта: Учебник для институтов физической культуры / Под ред. В.В.Столбова. – Москва: Физкультура и спорт, 1983. – 359с.*
2. *Кун Л. Всеобщая история физической культуры и спорта: Пер. с венгерского. – Москва: Радуга, 1982. – 399с.*
3. *Платонов В.Н., Гуськов С.И. Олимпийский спорт: Учебник. - К.: Олимпийская литература, 1994. - Кн. 1. – 496 с.*
4. *Колобова К.М., Озерецкая Е.Л. Олимпийские игры: Пособие для учащихся. – Москва, 1958. – 64 с.*
5. *Оливова В. Люди и игры: У истоков современного спорта: Пер. с чешского. – Москва: Физкультура и спорт, 1985. – 249 с.*
6. *Попеску І.К. Спорт у долях балканських народів. – Львів: Світ, 1991. – 184 с.*
7. *Сунік О.Б. Від Олімпії до Москви. - К.: Здоров'я, 1980. – 200 с.*
8. *Шанин Ю.В. Герои античных стадионов. – Москва: Физкультура и спорт, 1971. – 72 с.*

Практичне заняття 10 ВІДРОДЖЕННЯ ОЛІМПІЙСЬКИХ ІГОР СУЧАСНОСТІ. ДІЯЛЬНІСТЬ П'ЄРА ДЕ КУБЕРТЕНА

1. Передумови відродження Олімпійських ігор сучасності. Піонери відродження Олімпійських ігор. Розкопки Олімпії.
2. Життя та діяльність П. де Кубертена.
3. Атлетичний конгрес 1894 року та його значення.
4. Діяльність О.Бутовського.

Література:

1. *История физической культуры и спорта: Учебник для институтов физической культуры / Под ред. В.В.Столбова. – Москва: Физкультура и спорт, 1983. – 359с.*
2. *Кун Л. Всеобщая история физической культуры и спорта: Пер. с венгерского. – Москва: Радуга, 1982. – 399с.*
3. *Оливова В. Люди и игры: У истоков современного спорта: Пер. с чешского. – Москва: Физкультура и спорт, 1985. – 249 с.*

4. Платонов В.Н., Гуськов С.И. Олимпийский спорт: Учебник. - К.: Олимпийская литература, 1994. - Кн. 1. – 496 с.
5. П'єр де Кубертен. Олімпійські мемуари. – К: Олимпийская литература, 1997. – 178 с.

Практичне заняття 11

ІСТОРИЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ МІЖНАРОДНОГО ОЛІМПІЙСЬКОГО РУХУ

1. Організація, проведення та значення Ігор I Олімпіади.
2. Хронологія та аналіз Олімпійських ігор сучасності.
3. Діяльність Міжнародного Олімпійського Комітету та його президентів.
4. Олімпійська символіка та атрибутика.
5. “Ода спорту” та її гуманістична цінність.
6. Параолімпійські ігри та їх значення.

Література:

1. История физической культуры и спорта: Учебник для институтов физической культуры / Под ред. В.В.Столбова. – Москва: Физкультура и спорт, 1983. – 359с.
2. Кун Л. Всеобщая история физической культуры и спорта: Пер. с венгерского. – Москва: Радуга, 1982. – 399с.
3. Платонов В.Н., Гуськов С.И. Олимпийский спорт: Учебник. - К.: Олимпийская литература, 1994. - Кн. 1. – 496 с.
4. Сунік О.Б. Від Олімпії до Москви. - К.: Здоров'я, 1980. – 200 с.
5. Хавин Б.Н. Все об олимпийских играх.- Москва: Физкультура и спорт, 1985.- 464 с.
6. Волошин А.П., Ксендзенко Ф.М. У Олимпийской черты. - К.: Молодь, 1988. – 400 с.

Практичне заняття 12

ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ МІЖНАРОДНОГО СПОРТИВНОГО РУХУ СУЧАСНОСТІ

1. Міжнародний робітничий рух 20-30-х років.
2. Регіональні та континентальні ігри як складова частина міжнародного спортивного руху.
3. Міжнародний студентський спортивний рух, Універсіади.
4. Розвиток неолімпійських видів спорту.
5. Проблеми та перспективи розвитку сучасного міжнародного спортивного та олімпійського рухів.

Література:

1. История физической культуры и спорта: Учебник для институтов физической культуры / Под ред. В.В.Столбова. – Москва: Физкультура и спорт, 1983. – 359с.
2. История физической культуры: Учебник для студентов пед. институтов, - Москва: Просвещение, 1989. – 288 с.
3. Кун Л. Всеобщая история физической культуры и спорта: Пер. с венгерского. – Москва: Радуга, 1982. – 399с.
4. Платонов В.Н., Гуськов С.И. Олимпийский спорт: Учебник. - К.: Олимпийская литература, 1994. - Кн. 1. – 496 с.

Практичне заняття 13

ВИТОКИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В УКРАЇНІ

1. Зародження фізичної культури на українських землях у період первіснообщинного ладу.
2. Особливості фізичної культури скіфо-сарматської доби.
3. Розвиток фізичного виховання та спорту в античних державах Північного Причорномор'я.
4. Значення фізичних вправ у житті стародавніх слов'ян.
5. Особливості, провідні форми та напрямки фізичного виховання у Київській Русі.
6. Фізична підготовка запорізького козацтва.

Література:

1. Новоселов Н.П., Синицин С.Д., Харабуга С.Д. *История физической культуры народов СССР / Под общ. ред. С.Д. Синицина.* – Москва: ФиС, 1953. – Ч.1.
2. Колесникова Л.Г. *Спорт в античном Херсонесе.* - Ленинград-Москва, 1964.- 28 с.
3. Кулик Я.Л., Костюк С.А., Петренко М.І. *Історія виникнення й розвитку фізичної культури та спорту на Україні.* – Вінниця: Логос, 1997. – 133 с.
4. Приступа Є.Н. *Народна фізична культура українців.* - Львів, 1995. – 254 с.
5. Приступа Є.Н., Пилат В.С. *Традиції української національної фізичної культури.* – Львів: Троян, 1991. – 104 с.

Практичне заняття 14

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ТА СПОРТ В УКРАЇНІ У ХІХ-ХХ ст.

1. Історичні передумови розвитку спортивного руху в Україні.
2. Особливості розвитку фізичної культури і спорту в Східній Україні у ХІХ-ХХ ст.
3. Особливості розвитку фізичної культури в Західній Україні (кінець ХІХ–30-і рр. ХХ ст.).
4. Зародження та розвиток спортивно-гімнастичного руху в Західній Україні. Діяльність сокільських, січових, пластових, лугових та спортивних товариств Галичини.
5. Особливості спортивного руху в Закарпатті та Буковині у першій третині ХХ ст.
6. Роль Івана Боберського в розвитку західно-українського спортивно-гімнастичного руху.
7. Розвиток спорту за часів УРСР. Зародження організаційних, програмно-нормативних та науково-методичних основ системи фізичного виховання.

Література:

1. Вацеба О.М. *Нариси з історії західно-українського спортивного руху.* – Івано-Франківськ: Лілея-НВ, 1997. – 232 с.
2. Кулик Я.Л., Костюк С.А., Петренко М.І. *Історія виникнення й розвитку фізичної культури та спорту на Україні.* – Вінниця: Логос, 1997. – 133 с.
3. Савчук Б. *Український пласт (1911-1939).* – Івано-Франківськ: Лілея-НВ, 1996. – 272 с.
4. Трофим'як Б.Е. *Фізична культура і спорт в Українській РСР.* - Львів: Вища школа, 1987. – 159 с.

5. Трофим'як Б.Е. Фізичне виховання і спортивний рух у Західній Україні (з початку 30-х років XIX ст. до 1939 р.): Навчальний посібник \ Інститут змісту і методів навчання. – К., 1997. – 419 с.
6. Золоті сторінки олімпійського спорту України / За ред. І. Федоренка. – Київ: Олімпійська література, 2000. – 192 с.

Практичне заняття 15

УКРАЇНА В ОЛІМПІЙСЬКОМУ РУСІ. ПРОБЛЕМИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ СПОРТИВНОГО РУХУ В УКРАЇНІ

1. Україна в міжнародному олімпійському русі.
2. Виступи українських спортсменів у Олімпійських іграх.
3. Створення НОК України та особливості його діяльності.
4. Особливості, проблеми та перспективи розвитку спортивного руху в сучасній Україні.

Література:

1. Кулик Я.Л., Костюк С.А., Петренко М.І. Історія виникнення й розвитку фізичної культури та спорту на Україні. – Вінниця: Логос, 1997. – 133 с.
2. Трофим'як Б.Е. Фізична культура і спорт в Українській РСР. - Львів: Вища школа, 1987. – 159 с.
3. Золоті сторінки олімпійського спорту України / За ред. І. Федоренка. – Київ: Олімпійська література, 2000. – 192 с.
4. Волошин А.П., Ксендзенко Ф.М. У олимпийской черты. - К.: Молодь, 1988. – 400 с.
5. Кордіяк Ю.Є. Чемпіони живуть у Львові. – Львів: Каменяр, 1980. – 176 с.

Практичне заняття 16

ІСТОРІЯ СТАНОВЛЕННЯ ТА РОЗВИТКУ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ НА ХЕРСОНЩИНІ

1. Історія становлення та розвитку фізичної культури і спорту на Херсонщині в сучасний період.
2. Херсонці у Книзі рекордів Гінеса.
3. Херсонці на Олімпійських іграх.

Література:

1. Маляренко І.В., Степанюк С.І. Історія становлення та розвитку фізичної культури та спорту на Херсонщині. (Методичний посібник) – Херсон: ХДУ, 2003. – 60 с.
2. Степанюк С.І. Гречанюк О.О., Маляренко І.В. Історія фізичної культури” за блочно-модульною системою (Методичний посібник) – Херсон: ХДУ, 2006. – 234 с.
3. Степанюк С.І. Історія фізичної культури. (Методичний посібник) – Херсон: Видавництво ХДУ, 2009. – 92 с.
4. Степанюк С.І., Гордєєва З., Кедровський Б. Розвиток олімпійського руху на Херсонщині. Молода спортивна наука України: Зб. наук. статей з галузі фіз. культури та спорту. Випуск 10. – Львів, 2006.– Т. 3. – С. 181-187.