

!!!ВЫБИРАЙТЕ ЛЮБОЙ ВАРИАНТ РАБОТЫ (1 ИЗ 10-ТИ)

Контрольная работа по дисциплине

«Физическая культура»

Специальность 44.02.03 «Педагогика дополнительного образования»

3 курс заочное отделение

Преподаватель Ю.А. Кокшаров

Вариант № 1

Тема: ВОЗНИКНОВЕНИЕ И ПРАВИЛА ИГРЫ В ФУТБОЛ, МИНИ-ФУТБОЛ,

План:

Введение.

I. Сущность, значение популярной игры.

1. Влияние занятий футболом на организм человека.
2. Развитие двигательных качеств посредством игры в футбол.
3. Развитие морально-волевых качеств у занимающихся футболом.

II. Когда, где возникла игра в футбол?

III. Достижения сборной команды России на Олимпийских играх, чемпионате мира.

IV. Правила игры.

Заключение.

Методические указания:

Введение. Обоснуйте актуальность вашей темы для современного развития общества, чем она вам интересна.

I. Сущность, значение игры. Объясните в чем смысл игры, укажите размеры поля для взрослых игроков, для мини-футбола. Какие правила игры существуют (вес мяча, состав судейской бригады, формы игроков и т.д.)

1. В этом разделе плана, вам следует раскрыть особенности детского организма (дошкольный, младший школьный возраст)
2. Дать определения двигательных качеств: быстроты, ловкости, силы, гибкости, выносливости. Дозировка нагрузки на тренировочном занятии. Какие морально-волевые качества развиваются (перечислить) и что содействует развитию этих качеств.

II В этом разделе плана напишите об истории возникновения и развития игры.

III Когда сборная России стала выступать на международных соревнованиях (тов. встречи, олимпийские игры). Лучшие футболисты России всех времен, а также в других странах (Бразилия, Англия и т.д.)

IV Раскройте современные правила игры в футбол и мини-футбол.

Сделайте общий вывод о влиянии и значении футбола на человека, общества, экономику страны.

Литература:

- 1.С. А.Андреев. Играем в мини-футбол. М., Сов. спорт, 1989.
2. С.А.Андреев. Футбол в школе. М.. Просвещение, 1986 .
- 3.Спорт и подвижные игры. Под ред. Порткина. Физ-ра и спорт. М. 1984.

!!!ВЫБИРАЙТЕ ЛЮБОЙ ВАРИАНТ РАБОТЫ (1 ИЗ 10-ТИ)

**Контрольная работа по дисциплине
«Физическая культура»
Специальность 44.02.03 «Педагогика дополнительного образования»
3 курс заочное отделение
Преподаватель Ю.А. Кокшаров**

Вариант № 2

Тема: ИСТОРИЯ, СРЕДСТВА И ВИДЫ ГИМНАСТИКИ.

П л а н :

Введение.

I. История возникновения гимнастики

1. Место гимнастики в системе физического воспитания и её значение для человека.
- 1.1. Средства гимнастики
- 1.2. Виды гимнастики и их классификация.
- 1.2.1. Общеразвивающие виды гимнастики
- 1.2.2. Основная гимнастика. Гигиеническая гимнастика.
- 1.2.3. Прикладные виды гимнастики
- 1.2.4. Спортивные виды гимнастики
2. Возникновение и эволюция гимнастики
3. Основные этапы развития гимнастики
- 3.1. Гимнастика дореволюционной России, при СССР и современной России.
4. Влияние гимнастики на организм человека и общество.

Заключение.

Литература

Методические указания:

Введение определить актуальность темы: что особое место в системе физического воспитания занимает гимнастика, т.к. в процессе развития физического воспитания исторически сложилась система средств и методов, в которую вошли гимнастика, игры, спорт, туризм. Какие задачи решает гимнастика, влияние её на организм человека.

1. Дать понятие термина “гимнастика”, когда появился.

Раскрыть виды гимнастики.

2. Отечественная система военно-полевой гимнастики, её начало. Влияние реформы в русской армии в 1874 г. Первый отечественный создатель гимнастики П.Ф.Лесгафт.
3. 1-й этап с 1918-1930 г.г. Постановления, влияние комсомола, проведение Всесоюзной Спартакиады 1928 г.
- 2-й этап с 1931 -1940 г.г.
- 3-й этап с 1941-1945 г.г.
- 4-й этап с 1945-1951 г.г.
- 5-й этап с 1952-1954 г.г.
- 6-й этап с 1960 по настоящее время участие российских гимнастов на Олимпийских играх.
4. Какие задачи решает гимнастика, влияние её на организм человека и общество.

Вывод. Влияние экономики страны на развитие гимнастики, спорта.

Л и т е р а т у р а :

1. Гимнастика. Под ред. Украина М.Л. М.:ФиС, 1977.
2. Иванова О.А. Комнатная гимнастика. М.: Сов. Спорт, 1990.
3. Ротерс Т.Т. Музыкально-ритмическая и художественная гимнастика. М.: Просвещение, 1989.

!!!ВЫБИРАЙТЕ ЛЮБОЙ ВАРИАНТ РАБОТЫ (1 ИЗ 10-ТИ)

Контрольная работа по дисциплине
«Физическая культура»
Специальность 44.02.03 «Педагогика дополнительного образования»
3 курс заочное отделение
Преподаватель Ю.А. Кокшаров

Вариант № 3

Тема: ИСТОРИЯ ВОЗНИКНОВЕНИЯ, ПРАВИЛА ИГРЫ В БАСКЕТБОЛ

П л а н :

Введение.

- I. История возникновения игры в баскетбол
 1. Сущность, значение популярной игры.
 2. Влияние занятий баскетболом на организм человека
 - 2.1. Развитие двигательных и морально-волевых качеств посредством занятий баскетболом.
 3. Правила баскетбола
 - 3.1 **Оборудование, площадка (нарисовать).**

Заключение.

Литература

Методические указания

Введение: обусловьте актуальность темы для современного периода. Чем заинтересовала вас эта тема. Проблема юношества в здоровом образе жизни, решение её через занятия баскетболом.

- I. В этом вопросе раскройте замысел Д.Нейсмита, какие 13 правил придумал.
 1. Опишите смысл и значение игры в баскетбол
Появление баскетбола в России, его влияние на развитие физической культуры этого периода.
Влияние ФИБА на включение баскетбола в олимпийские игры, принятие единых правил, проведение чемпионатов Европы, мира.
Обратите внимание на развитие баскетбола развитие детского, женского баскетбола, создание спортивных залов.
 2. В этом вопросе нужно раскрыть как влияет баскетбол на человека, какие качества человека развиваются, что для этого необходимо.
 3. Хронологически напишите как изменялись правила, почему, современные правила. Нарисуйте современную б/б площадку с её разметкой.
- II. В заключение дайте обобщающий вывод, чем интересна игра, влияние баскетбола на человека и общество.

Л и т е р а т у р а :

1. Спортивные игры. Под ред. Воробьева, М.:Просвещение, 1973.
2. **Джон Р.Вуден. Современный баскетбол. М.: ФиС, 1987.**
3. Корякин В.М., Мухин В.Н. Баскетбол. Киев, Высшая школа, 1989.
4. Яхонтов Е.Р. Мяч летит в кольцо. Лениздат, 1984.
5. Яхонтов Е.Р. Юный баскетболист. М.: ФиС, 1987.

!!!ВЫБИРАЙТЕ ЛЮБОЙ ВАРИАНТ РАБОТЫ (1 ИЗ 10-ТИ)

**Контрольная работа по дисциплине
«Физическая культура»
Специальность 44.02.03 «Педагогика дополнительного образования»
3 курс заочное отделение
Преподаватель Ю.А. Кокшаров**

Вариант № 4

Тема: ПОДГОТОВКА И ПРОВЕДЕНИЕ ПОХОДА

П л а н :

Введение

I. Подготовка и проведение похода

1. Здоровье народа - богатство государства
 - 1.1. Значение физических упражнений для организма человека
2. Организация туристического похода.
3. Виды и формы туристических путешествий
 - 3.1. Организация самостоятельного путешествия.
 - 3.2. Подготовка снаряжения.
 - 3.3. Тренировка перед путешествием
 - 3.4. Распределение обязанностей
 - 3.5. Поведение в пути
 - 3.6. Организация бивака, питание в походе

Заключение

Литература

Методические указания :

1. Введение. Обусловить актуальность темы для современного периода общества. Влияние занятий физическими упражнениями на организм человека. Оздоровительное значение туристских путешествий. Познание окружающего мира. Воспитание волевых качеств.
2. Дать понятия о видах путешествий. Оперативные прогулки, самостоятельные. Основные виды активного путешествия.
 - 2.1. Создание группы (возраст, интерес). Разработка маршрута, его продолжительность. Контрольные сроки движения по маршруту.
 - 2.2. Учесть время года, природные особенности района, где проходит маршрут, способ передвижения (легкость снаряжения, прочность, удобство при пользовании). Палатки, рюкзаки, спальный мешок, топор, фляги, эл. фонарик, походная аптечка. Одежда для зимнего периода, летнего, весеннего. Обувь: указать требования к ней.
3. При выполнении контрольной работы в этом пункте обратить внимание: разновидность походов, обязанности в походе.

Л и т е р а т у р а :

1. Архангельская О. Как организовать туристское путешествие?
2. Богданов Г.Г. Школьникам здоровый образ жизни. М.: ФиС, 1989, с.85-191.
3. Пасечный П.С. На туристской тропе. М.: ФиС, 1986.
- Рогаткин А.В., Шляпов Л.Г. Походы выходного дня. М.: Профиздат, 1985.

!!!ВЫБИРАЙТЕ ЛЮБОЙ ВАРИАНТ РАБОТЫ (1 ИЗ 10-ТИ)

**Контрольная работа по дисциплине
«Физическая культура»
Специальность 44.02.03 «Педагогика дополнительного образования»
3 курс заочное отделение
Преподаватель Ю.А. Кокшаров**

Вариант №5

**Тема: ИСТОРИЯ ВОЗНИКНОВЕНИЯ, СУТЬ, РАЗВИТИЕ ИГР: НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС,
БАДМИНТОН, ФЛОРБОЛ**

П л а н :

Введение.

1. История возникновения игр: настольный теннис, бадминтон, флорбол.
2. Значение игр в воспитании детей.
- 2.1. Настольный теннис
 - 2.1.1. Правила, оборудование
 - 2.1.2. Теннис в России
- 2.2. Бадминтон
 - 2.2.1. Правила, оборудование
 - 2.2.2. Бадминтон в России
- 2.3. Флорбол
 - 2.3.1. Правила, оборудование
 - 2.3.2. Флорбол в России.

Заключение

Выводы

Литература

Методические указания :

1. Раскрывая значения игр нужно показать, какие морально-волевые качества развиваются и почему? Эмоциональность игр. Какие развиваются качества?
2. Описывая сущность игр, дайте историческую характеристику того периода, когда возникла игра. Обратите внимание на инвентарь, площадку, одежду, сравните с современным периодом.
3. В развитии игры (н/теннис, бадминтон, флорбол) обратите внимание на изменение правил игры. Сделайте чертеж площадок, в городках зарисуйте фигуры.
4. В заключении дайте понятие, почему эти игры относятся к спортивным?

Л и т е р а т у р а :

1. Адашкивичене Э.И. Спортивные игры и упражнения в детском саду. М.: Просвещение, 1992.
2. Бадминтон. Правила соревнований. М.: ФиС, 1980.
3. Воробьев Н.П. Спортивные игры. М.: Просвещение, 1973.
4. Лившиц В., Галицкий А. Бадминтон. М.: ФиС, 1976.
5. Портных Ю.И. Спортивные и подвижные игры. М.: ФиС, 1984.
6. Рыбаков Д.П. Основы спортивного бадминтона. М.: ФиС, 1982.
7. Хлебников Д.П. Мини-бадминтон. Ж. "Физическая культура", №11, 1987. - 57 с.
8. Янчевский А.И. "Серебряный волан" упрощенные правила игры. Ж. "Физическая культура в школе", №1, 1989. - 53 с.

!!!ВЫБИРАЙТЕ ЛЮБОЙ ВАРИАНТ РАБОТЫ (1 ИЗ 10-ТИ)

Контрольная работа по дисциплине

«Физическая культура»

Специальность 44.02.03 «Педагогика дополнительного образования»

3 курс заочное отделение

Преподаватель Ю.А. Кокшаров

Вариант № 6

Тема: ВЛИЯНИЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО БЕГА НА ОРГАНИЗМ ЧЕЛОВЕКА

П л а н :

Введение.

I. Влияние оздоровительного бега на организм человека 1. Двигательная активность человека

1.1. Бег - естественный способ передвижения человека.

- влияние бега на сердечно-сосудистую систему и другие органы,
- А Т Ф (аденозинтрифосфорная кислота),
- утомление, причины утомления,
- этапы бега

2. Контроль и самоконтроль.

- самоконтроль и объективные признаки самоконтроля, работоспособность, определение физического состояния организма,

3. Где и как бегать.

- каждому свою систему,
- дыхание во время бега, одежда и обувь,
- где бегать и когда бегать,
- правила питания, закаливание.

4. Лечение без лекарств.

- бегом от старости,
- специально для женщин.

Советы бегунам.

Заключение.

Литература

Методические указания :

1. Раскрыть актуальность темы.

2. Раскрыть понятие “физическая культура”, её значение в обществе; физические упражнения.

Привести данные о здоровье взрослого населения и детей.

- объяснить доступность бега, его положительное влияние на организм человека, работоспособность и т.п.
- работа мышц, анаэробные процессы. Следует обратить внимание на основные показатели здоровья,
- какие процессы происходят в организме при утомлении, от чего зависит утомление, признаки утомления (можно оформить в виде таблицы),
- следует обратить внимание на режим работы сердца, от чего зависит ЧСС (частота-сердечных сокращений).

1. Контроль - врачебно-педагогический контроль, его цель. Самоконтроль, его показатели (вес тела, пульс, самочувствие и т.д.) Объяснить подробно все признаки самоконтроля. Определение физического состояния здоровья включает в себя тесты, пробы. Привести примеры.

Л и т е р а т у р а :

1. Бойко А.Ф. “А Вы, любите бег?” М.: ФиС, 1989. - 160 с.
2. Волков В.М., Мильнер Е.Г. Человек и бег. - М.: ФиС, 1987. - 144 с.
3. Исаев А. Если хочешь быть здоров. Мол. гвардия, 1987.
4. Лещенский А. Берегите здоровье. М.: Медицина, 1985.
5. Мильнер Е.Г. Выбираю бег.- М.: ФиС, 1984. - 80 с.
6. Травин Ю.Г. Бегай на здоровье. М.: Сов. Спорт, 1988. - 48 с.
7. Хрипкова А.Г. и др. Возрастная физиология и школьная гигиена: Пособие для студентов. - М.: Просвещение, 1990. - 319 с.
8. Юшкевич Т.П. Оздоровительный бег. Минск, Полымя, 1985.

!!!ВЫБИРАЙТЕ ЛЮБОЙ ВАРИАНТ РАБОТЫ (1 ИЗ 10-ТИ)

Контрольная работа по дисциплине
«Физическая культура»
Специальность 44.02.03 «Педагогика дополнительного образования»
3 курс заочное отделение
Преподаватель Ю.А. Кокшаров
Вариант № 7

Тема: ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ, КЛАССИФИКАЦИЯ ЛЫЖНОГО СПОРТА

П л а н :

Введение

1. История развития лыжного спорта
- 1.1. Появление и первоначальное использование лыж
2. Развитие лыжного спорта в России в конце XIX века.
- 2.1. Первые официальные соревнования по лыжам в России
- 2.2. Лыжные переходы и их значение
3. Развитие лыжного спорта в СССР, России
- 3.1. Развитие лыжного спорта после революции в период 1918-1928 г.г.
- 3.2. Развитие лыжного спорта в период 1930-1939 г.г.
- 3.3. Развитие лыжного спорта во время Великой Отечественной войны и после войны
4. Участие сов. Лыжников в международных соревнованиях
- 4.1. Участие на Олимпийских играх.
5. Классификация лыжного спорта

Заключение.

Литература

М е т о д и ч е с к и е у к а з а н и я :

1. Введение включает понятия: “лыжная подготовка”, “лыжный спорт”. Следует обратить внимание на оздоровительный эффект, развитие физических и морально-волевых качеств. Какие виды включает лыжный спорт. Прикладное значение.
2. Первоначальное использование лыж. Рассказать об археологических раскопках, применение лыж в войнах того периода.
3. Развитие лыжного спорта в СССР. Экономическая и политическая характеристика этого периода 1918-1928 г.г. Роль всеобуча в подготовке лыжных отрядов. Участие женщин в соревнованиях. Лыжные пробеги, их значение. Первые соревнования в СССР, зимние праздники, рабочие Олимпиады и их победители. Профиль гоночных дистанций. Комплекс ГТО, его роль в подготовке молодежи и студентов. Институт им. П.Ф.Лесгафта.
4. Участие сов.и российских лыжников на Олимпийских играх. Обратить внимание на экономическое положение в стране. В хронологическом порядке проследить успехи лучших лыжников страны.
5. Классические,коньковые лыжные хода,подъемы,спуски,повороты.
В заключении обратить внимание на изменение лыжного инвентаря, улучшение технических результатов.

Л и т е р а т у р а :

1. Букин И.М. Лыжный спорт. М.: 1988.
2. Бурденко И. Детский спорт. М.: 1977.
3. Капланский В.Е. На лыжах в выходной. М.: ФиС, 1985.
4. Капланский В.Е. Лыжный спорт. М.: ФиС, 1988.
5. Кудрявцев Е.И. Лыжный спорт. М.: Фис, 1983.
6. Преображенский В. Все о лыжах и лыжне. М.: 1985.
7. Федосонов Б. Игры зовущие к играм. М.: ФиС, 1981.
8. Шапошников В.Д., Шапошникова В.И. Становись на лыжи. Лениздат, 1985.

!!!ВЫБИРАЙТЕ ЛЮБОЙ ВАРИАНТ РАБОТЫ (1 ИЗ 10-ТИ)

Контрольная работа по дисциплине «Физическая культура» Специальность 44.02.03 «Педагогика дополнительного образования» 3 курс заочное отделение Преподаватель Ю.А. Кокшаров

Вариант № 8

Тема: ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

П л а н :

Введение

1. Формирование здорового образа жизни
2. Разумный режим труда
 - 2.1. Рациональное питание
 - 2.2. Оптимальный двигательный режим
 - 2.3. Вредные привычки

Заключение

Литература

Методические рекомендации :

1. Раскрывая введение, следует дать понятие здоровья человека.
2. Раскрывая рациональный режим труда и отдыха, следует объяснить работоспособность, пик работоспособности человека, режим сна, двигательная активность, как снять нервное напряжение. Режим дня.
3. О питании. Привести примеры - данные о здоровых людях и больных в % отношении. Что такое лишний вес, его последствия. Какой должна быть пища (калорийность, качество), при рациональном питании. Привести 1-2 примера режимов питания для взрослых в зависимости от энергозатрат связанных с профессией, физической нагрузкой, возрастом и состоянием здоровья человека.
4. Оптимальный двигательный режим, в этом пункте нужно раскрыть, что такое гиподинамия, её последствия, её профилактика. Физические упражнения и как их использовать. Закаливание организма, принципы закаливания. Факторы закаливания.
5. Вредные привычки. Необходимы данные: сколько людей курит? (мужчин, женщин) в стране, на Земном шаре, болезни связанные с курением. Влияние курения на детский организм. Алкоголь - объяснить его вред на организм, психику, привести примеры.
6. В заключение сделать вывод, для чего нужна пропаганда здорового образа жизни.

Л и т е р а т у р а :

1. Богданов Г.П. Школьникам здоровый образ жизни. М.: ФиС, 1989.
2. Грача С. Искусство вести здоровый образ жизни. М.: Медицина, 1984.
3. Долецкий С.А. Все начиная с детства. М.: 1983.
4. Кондоатов А.М. Здоровье в движении. Л., 1983.
5. Петровский К.С. Азбука здоровья. О рациональном питании человека. М.: 1982.
6. Сафиров Г.Б. Жить не старея. М.: Знание, 1984.
7. Сафронова Г.Б. Движение залог здоровья. Серия ФиС, 1980, №7.
8. Сутров П.И., Удалова Л.С. Актуальные проблемы формирования здорового образа жизни населения. Архангельск, 1987.
9. Юшкевич Т.П. Оздоровительный бег. Минск, Полымя, 1985.

!!!ВЫБИРАЙТЕ ЛЮБОЙ ВАРИАНТ РАБОТЫ (1 ИЗ 10-ТИ)

**Контрольная работа по дисциплине
«Физическая культура»
Специальность 44.02.03 «Педагогика дополнительного образования»
3 курс заочное отделение
Преподаватель Ю.А. Кокшаров**

Вариант № 9

**Тема: ИСТОРИЯ ВОЗНИКНОВЕНИЯ, СОВРЕМЕННЫЕ ОЛИМПИЙСКИЕ
ИГРЫ**

П л а н :

Введение.

- I. История возникновения Олимпийских игр.
 - 1 .Значение современных Олимпийских игр в развитии общества
 - 1.1. Символика современных Олимпийских игр (эмблема, девиз, клятва)
 - 1.2. Открытие игр. Закрытие игр.
 2. Олимпийские игры древности
 - 2.1. Олимпийские игры Древней Греции
 - 2.2. Мифы, легенды о героях Олимпийских игр в Древней Греции
 - 2.3. Начало отсчета Олимпийских игр древнегреческих
 - 2.4. Участники и программа древнегреческих Олимпийских игр
 - 2.5. Чествование победителей древних Олимпийских игр
 2. Современные Олимпийские игры (летние и зимние)
- Заключение. Выводы, что общее, в чем различие игр древности с современными.
- Политическое, экономическое значение игр.

Литература

Методические указания :

1. Раскрывая введение следует объяснить значение Олимпийских игр в политическом, экономическом развитии общества на примере современных игр. Раскрывая п. 1.1.2. следует объяснить, почему 5 колец разного цвета. Когда был создан МОК (Международный Олимпийский комитет). Его роль в проведении современных Олимпийских игр. Кто является главой МОК? В п. 1.1.3. описывая открытие игр, обратить внимание на церемонию. За сколько дней до Олимпиады огонь несут до места проведения игр и откуда.
 2. Раскрывая историю возникновения игр древности следует обратить внимание на легенды и мифы. Влияние игр на экономику и политику государства.
 3. Современные Олимпийские игры. Даты, где, когда проходили.
- Заклучение. Сделать вывод, что общее, в чем различие Олимпийских игр древности и современных Олимпийских игр, значение для общества.

Л и т е р а т у р а :

1. Зерчанинов Ю. На Олимпийской орбите. М.: Советская Россия, 1980.
2. Капитонов В. И снова спиц мельканье. М.: Советская Россия, 1980.
3. Кудрявцев В., Кудрявцева Ж. Спорт мира и мир спорта. М.: Мол. Гвардия, 1987.
4. Сливко Б.Н. Год Олимпийский. 1956. М.: ФиС, 1958.
5. Тюкалов Ю. От одного до восьми. М.: Сов.Россия, 1980.

!!!ВЫБИРАЙТЕ ЛЮБОЙ ВАРИАНТ РАБОТЫ (1 ИЗ 10-ТИ)

**Контрольная работа по дисциплине
«Физическая культура»
Специальность 44.02.03 «Педагогика дополнительного образования»
3 курс заочное отделение
Преподаватель Ю.А. Кокшаров**

Вариант № 10

Тема: ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ПЛАВАНИЕМ НА ОРГАНИЗМ ЧЕЛОВЕКА, ВИДЫ ПЛАВАНИЯ.

П л а н :

Введение.

1. Плавание в системе физического воспитания дошкольников, школьников, взрослых.
- 1.1. Оздоровительное воздействие плавания на организм человека.
2. Способы плавания.
- 2.1. Развитие плавания в России в социалистический период развития общества, и до современности.
3. Меры предупреждения несчастного случая на воде при организации купания или обучения детей.
- 3.1. Организация купания детей на открытых водоемах, море, реке.
- 3.2. Правила безопасности на воде.
4. Соревнования по плаванию.

Заключение.

Литература

Методические указания :

Введение. Отразить актуальность темы для современного периода общества. Проблемы юношества в здоровом образе жизни. Плавание как средство физического воспитания. Дать понятие физическая культура, физическое воспитание. Какие физические качества развиваются в процессе занятия плаванием.

1. Влияние занятий плаванием на организм человека и его систем. Свойства воды. Особенности детского организма (строение сердца, влияние на рост, осанку).
2. Назвать и охарактеризовать способы плавания (технику плавания не раскрывать). Какие из них относятся к прикладному плаванию. Транспортировка пострадавшего и оказание первой помощи пострадавшему. Развитие плавания в социалистический период общества (постановления партии, комсомола, введение значка БГТО, ГТО, Спартакиада народа СССР (1928г.), участие российских пловцов в Олимпийских играх).
3. Подготовка мест для проведения купания. Кто отвечает за безопасность купающихся. Как организовать массовое купание в оздоровительном лагере. Перечислите правила поведения купающихся на воде.
4. Организация соревнований по плаванию, виды соревнований.

Заключение. Дайте обобщающий вывод о благотворном влиянии на организм человека. Улучшение материальной базы для занятий плаванием (Д/сады с бассейном, школы с бассейном и т.д.). Создание методик для обучения плаванию. Влияние научных исследований на изменение методики плавания.

Литература:

1. Балгакова Н. Обучение плаванию М.:Просвещение, 1984
2. Булгакова Н. Плавание в пионерском лагере. М.: Физкультура и спорт, 1989
3. Кислов А.А., Панаев В.Г. Нептун собирает друзей. М.: Физкультура и спорт, 1987
4. Спорт, события, судьбы. Под ред. В.Г.Кудрявцева, Ж.В.Кудрявцевой М.:Просвещение, 1986,- с.125, 127.
5. Твой олимпийский учебник. Учебник. М.: Советский спорт, 1999.