|  |  |
| --- | --- |
|  | УтверждАЮ  Руководитель секции теории  и практики физической культуры  ……………………… Н.И.Филимонова  «19» октября 2023 |

ВОПРОСЫ К ЗАЧЕТУ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

«СОВРЕМЕННЫЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕТОДИКИ»

для студентов 4 курса дневной формы получения образования

специальности 1-03 02 01 Физическая культура

(осенний семестр 2023/2024 учебного года)

1. Сущность и содержание понятия «здоровый образ жизни».
2. Пути формирования мотивации у населения к ведению здорового образа жизни.
3. Роль семьи в формировании мотивации к здоровому образу жизни как компонента культуры здоровья.
4. Физическая активность как основа крепкого здоровья, обеспечивающая личности возможность адаптироваться к неблагоприятным условиям жизни, учебы, труда.
5. Задачи учреждений образования по формированию мотивации у детей и подростков к ведению здорового образа жизни.
6. Эффективность реализации государственных программ оздоровления населения.
7. Методы медико-педагогического убеждения учащихся школьного возраста и студентов в необходимости использования методов и средств сохранения здоровья.
8. Меры санитарного просвещения, направленные на повышение гигиенических знаний, формирование, закрепление и совершенствование гигиенических навыков.
9. Формирование представлений о значении культурно-гигиенических навыков.
10. Обучение последовательности действий по приобретению, закреплению и совершенствованию навыков ведения здорового образа жизни.
11. Методики оздоровления органов дыхания.
12. Методики оздоровления органов сердечно-сосудистой системы. Исследование функциональных возможностей системы кровообращения.
13. Исследование функциональных возможностей органов желудочно-кишечного тракта.
14. Методики оздоровления органов мочевыделительной системы.Исследование функциональных возможностей органов мочевыделительной системы.
15. Взаимосвязь патологии полости рта с заболеваниями лёгких, органов кровообращения, пищеварения, мочеполовой системы, ЛОР-органов, опорно-двигательного аппарата.
16. Исследование функциональных возможностей костно-мышечной системы.
17. Медико-социальная значимость проблемы заболеваний опорно-двигательного аппарата.
18. Профилактика, коррекция патологических состояний костно-мышечной системы.
19. Роль двигательной активности и ведения здорового образа жизни в сохранении и укреплении костно-мышечной системы.
20. Пути формирования нравственных качеств как важного компонента здоровья.
21. Формирование нравственно-эстетического развития детей и подростков.
22. Формирование мотивации к культуре здоровья — физическому и психологическому здоровью детей в семье.
23. Формирование мотивации у детей и молодёжи к совершенствованию своих нравственных качеств.
24. Использование потенциала природы, театра, литературы, живописи и музыки в активизации личностного развития детей и подростков.
25. Гигиенические нормы физической (двигательной) активности.
26. Роль профилактики вредных привычек в сохранении здоровья.
27. Роль очагов хронической инфекции, дефицита микроэлементов, витаминов, ожирения, недостаточной двигательной активности в развитии заболеваний эндокринной системы.
28. Взаимосвязь гиподинамии с развитием заболеваний органов и систем организма.
29. Особенности физического воспитания детей дошкольного, школьного возраста, студенческой молодёжи и взрослого населения.
30. Морфологические и функциональные изменения физиологических систем организма при недостаточной двигательной активности.
31. Специальная и физическая реабилитация больных.
32. Задачи и возможности педагогического персонала учреждений образования для обеспечения мероприятий по сохранению стоматологического здоровья детей и подростков.
33. Формирование правильной осанки и положения головы на занятиях с целью профилактики аномалий зубочелюстной системы.
34. Анатомическая и функциональная взаимосвязь уха, горла и носа с органами дыхания, зубочелюстной, сердечно-сосудистой, мочеполовой и пищеварительной систем.
35. Взаимосвязь заболеваний внутренних органов с патологией суставов и позвоночника. Медико-социальная значимость проблемы профилактики и коррекции заболеваний костно-мышечной системы.

(*Форма проведения аттестации — устная)*

Рассмотрены на заседании секции ТиПФК:

протокол № 7 от 19.10.2023

Составитель:

старший преподаватель секции ТиПФК Е.Н.Герасимович