

ПЛАН-ГРАФІК ПРОХОДЖЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ТіМОВС-СПВ 2 курс ФФКіС (зимові види спорту).

Дата	Лекції. Теми	Дата	Практичні. Теми
		10.03	Тестування рівня розвитку провідних рухових якостей у зимових видах спорту.
		11.03	Проведення навчально-тренувальних занять по розвитку провідних рухових якостей у зимових видах спорту.
		13.03	Тестування рівня розвитку провідних рухових якостей у зимових видах спорту.
		16.03	Проведення навчально-тренувальних занять по розвитку провідних рухових якостей у зимових видах спорту.
		17.03	Тестування рівня розвитку провідних рухових якостей у зимових видах спорту.
		18.03	Проведення навчально-тренувальних занять по розвитку провідних рухових якостей у зимових видах спорту.
		20.03	Тестування рівня розвитку провідних рухових якостей у зимових видах спорту.
		23.03	Проведення навчально-тренувальних занять по

			розвитку провідних рухових якостей у зимових видах спорту.
		24.03	Тестування рівня розвитку провідних рухових якостей у зимових видах спорту.
25.03	Спортивна обдарованість. Ознаки обдарованості по генотипу та фенотипу. (На прикладі зимових видів спорту)		
		27.03	<i>Спортивна обдарованість. Ознаки обдарованості по генотипу та фенотипу. На прикладі ЗВС.</i>
		30.03	<i>Спортивна обдарованість. Ознаки обдарованості по генотипу та фенотипу. На прикладі ЗВС.</i>
		31.03	<i>Анатомо-фізіологічні особливості, або задатки. Рівні розвитку здібностей. Генотип, фенотип. Особливості успадкування генофонду. На прикладі ЗВС.</i>
		1.04	<i>Анатомо-фізіологічні особливості, або задатки. Рівні розвитку здібностей. Генотип, фенотип. Особливості успадкування генофонду. На прикладі ЗВС.</i>
3.04	Завдання спортивного тренування. Методи і засоби спортивного тренування. Планування тренувальних навантажень. (У зимових видах спорту)		
		6.04	<i>Основні поняття системи спортивного тренування</i>
7.04	Завдання спортивного тренування. Методи і засоби спортивного тренування. Планування тренувальних навантажень. (У зимових видах спорту)		

		8.04	<i>Методи і засоби спортивного тренування у зимових видах спорту</i>
		10.04	Спеціальні та додаткові засоби тренування у процесі технічної, тактичної, психологічної та теоретичної підготовки у зимових видах спорту.
		13.04	<i>Методи і засоби спортивного тренування у зимових видах спорту</i>
		14.04	Принципи спортивного тренування.
		15.04	Спеціальні та додаткові засоби тренування у процесі технічної, тактичної, психологічної та теоретичної підготовки у зимових видах спорту.
		17.04	Спеціальні та додаткові засоби тренування у процесі технічної, тактичної, психологічної та теоретичної підготовки у зимових видах спорту.
		21.04	Планування тренувальних навантажень у зимових видах спорту.
		22.04	Спеціальні та додаткові засоби тренування у процесі технічної, тактичної, психологічної та теоретичної підготовки у зимових видах спорту.
		24.04	Спеціальні та додаткові засоби тренування у процесі технічної, тактичної, психологічної та теоретичної підготовки у зимових видах спорту.
		27.04	Спеціальні та додаткові засоби тренування у процесі технічної, тактичної, психологічної та теоретичної

			підготовки у зимових видах спорту.
		28.04	<i>Навантаження, втома, відновлення і адаптація, як основи спортивного тренування у зимових видах спорту.</i>
		29.04	Спеціальні та додаткові засоби тренування у процесі технічної, тактичної, психологічної та теоретичної підготовки у зимових видах спорту.
		4.05	Спеціальні та додаткові засоби тренування у процесі технічної, тактичної, психологічної та теоретичної підготовки у зимових видах спорту.
		5.05	<i>Навантаження, втома, відновлення і адаптація, як основи спортивного тренування у зимових видах спорту.</i>
		6.05	Спеціальні та додаткові засоби тренування у процесі технічної, тактичної, психологічної та теоретичної підготовки у зимових видах спорту.
		8.05	Спортивний інвентар в зимових видах спорту та його підготовка до змагань і тренувань.
		11.05	Спортивний інвентар в зимових видах спорту та його підготовка до змагань і тренувань.
12.05	Матеріально-технічне, організаційно – педагогічне забезпечення навчально-тренувального процесу у зимових видах спорту.		
		13.05	<i>Матеріально-технічне, організаційно-педагогічне</i>

			<i>забезпечення навчально-тренувального процесу у зимових видах спорту</i>
		15.05	<i>Матеріально-технічне, організаційно-педагогічне забезпечення навчально-тренувального процесу у зимових видах спорту</i>
		18.05	Ознайомлення з матеріально – технічною базою спортивних шкіл по підготовці у зимових видах спорту.
		19.05	Ознайомлення з матеріально – технічною базою спортивних шкіл по підготовці у зимових видах спорту.
		20.05	Лижні траси та їх підготовка.
		22.05	Підготовка лиж до практичних занять. Перевірка справності лиж, кріплень і палиць. Обробка лиж парафінами, змащування мазями ковзної поверхні.