

ПЛАН-ГРАФІК
ПРОХОДЖЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
Теорія і методика обраного виду спорту (4 курс, легка атлетика)
за спеціальністю 017 фізична культура і спорт

Дата	Лекції теми	Дата	Практичні (семінарські) теми
30.01.20	Багаторічне тренування легкоатлетів.		
		6.02.20	Багаторічне тренування легкоатлетів. Етап початкової підготовки. Етап попередньої базової підготовки. Етап спеціальної базової підготовки. Етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей. Етап збереження вищої спортивної майстерності. Етап поступового зниження спортивних результатів і виходу зі спорту вищих досягнень.
13.02.20	Методика тренування легкоатлетів-бігунів.		
		20.02.20	Методика тренування легкоатлетів-бігунів. Модельні характеристики бігунів на короткі та довгі дистанції. Засоби технічної підготовки бігунів. Обсяг основних засобів тренування і побудова річного тренування спринтерів. Методика тренування бігунів на витривалість. Планування річного циклу тренувального процесу бігунів на витривалість.
27.02.20	Методика тренування легкоатлетів-стрибунів.		
		5.03.20	Методика тренування легкоатлетів-стрибунів. Модельні характеристики легкоатлетів-стрибунів. Основні фізичні якості стрибунів та методика їх розвитку. Засоби технічної підготовки стрибунів. Обсяг основних засобів тренування і побудова річного тренування стрибунів.
12.03.20	Методика тренування		

	легкоатлетів-метальників.		
		19.03.20	Методика тренування легкоатлетів-метальників. Модельні характеристики легкоатлетів-метальників. Основні фізичні якості метальників та методика їх розвитку. Засоби технічної підготовки метальників. Обсяг основних засобів тренування і побудова річного тренування метальників.
26.03.20	Методи наукових досліджень в легкій атлетиці.		
		2.04.20	Методи наукових досліджень в легкій атлетиці. Аналіз науково-методичної літератури. Педагогічні методи дослідження. Медико-біологічні методи дослідження. Методи математичної статистики.
9.04.20	Контроль в системі підготовки легкоатлетів.		
		16.04.20	Контроль в системі підготовки легкоатлетів. Етапний, поточний та оперативний контроль. Основні форми педагогічного контролю. Комплексний контроль.
		23.04.20	Науково-дослідна робота студентів. Завершення написання та оформлення курсової роботи. Захист.