

## ПЛАН - ГРАФІК

### ПРОХОДЖЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

*(Теорія та методика обраного виду спорту та спортивно-педагогічне вдосконалення, I- курс, спеціальність 014.11 Середня освіта (фізична культура))*

<b>Дата</b>	<b>Теми лекційних занять</b>	<b>Дата</b>	<b>Теми практичних занять</b>
		10.03.20	Класифікація основної техніки у стійці, партері та в положенні лежачи.
		11.03.20	Удосконалення технічної підготовленості спортсменів у спортивних видах боротьби. Створення статичних і динамічних ситуацій для проведення техніки
		13.03.20	Удосконалення техніки захватів. Формування вміння боротьби за захвати.
		16.03.20	Формування навички боротьби за захват (моделюючи змагальні ситуації)
		17.03.20	Початкові технічні дії в розділах спортивної боротьби: захвати, стійки. Взаємні захвати і стійки борців.
		18.03.20	Формування навички боротьби за захват (моделюючи змагальні

			ситуації)
		20.03.20	Удосконалення технічної підготовленості спортсменів у спортивних видах боротьби.
		23.03.20	Удосконалення технічної майстерності спортсменів у положенні партеру, низького партеру, лежачи.
		24.03.20	Основна техніка в положенні боротьби стоячи. Послідовність вивчення технічних дій.
		25.03.20	Оволодіння технічними діями на різних етапах навчання
		27.03.20	Удосконалення технічної майстерності з врахуванням факторів біомеханічного та фізіологічного характеру
		30.03.20	Використання тактики у вдосконаленні технічних прийомів боротьби
		31.03.20	Основна техніка в положенні лежачи. Послідовність навчання техніці лежачи
		1.04.20	Загальні основи навчання техніці боротьби. Стадії формування рухової навички у боротьбі
		3.04.20	Застосування методів навчання при формуванні рухових навичок техніці боотьби