

# ПЛАН-ГРАФІК ПРОХОДЖЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

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

Ченікало. О.В.

| <b>Дата</b>  | <b>Лекції.<br/>Теми</b>                                   | <b>Дата</b> | <b>Практичні.<br/>Теми</b>   |
|--------------|---|-------------|--|
|              |   | 10.03       | Тестування рівня розвитку провідних рухових якостей у зимових видах спорту.                          |
|              |   | 11.03       | Проведення занять з фізичної культури для розвитку провідних рухових якостей у зимових видах спорту. |
|              |   | 13.03       | Тестування рівня розвитку провідних рухових якостей у зимових видах спорту.                          |
|              |   | 16.03       | Проведення занять з фізичної культури для розвитку провідних рухових якостей у зимових видах спорту. |
|              |   | 17.03       | Тестування рівня розвитку провідних рухових якостей у зимових видах спорту.                          |
|              |   | 18.03       | Проведення занять з фізичної культури для розвитку провідних рухових якостей у зимових видах спорту. |
|              |   | 20.03       | Тестування рівня розвитку провідних рухових якостей у зимових видах спорту.                          |
|              |   | 23.03       | Проведення занять з фізичної культури для розвитку провідних рухових якостей у зимових видах спорту. |
|              |   | 24.03       | Тестування рівня розвитку провідних рухових якостей у зимових видах спорту.                          |
| <b>25.03</b> | <b>Фізична обдарованість.<br/>Ознаки обдарованості по</b> |             |  |

|             |  |       |   |
|-------------|--|-------|---|
|             | генотипу та фенотипу. (На прикладі зимових видів спорту)   |       |   |
|             |  | 27.03 | <i>Фізична обдарованість. Ознаки обдарованості по генотипу та фенотипу. На прикладі ЗВС.</i>  |
|             |  | 30.03 | <i>Фізична 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> |
| <b>3.04</b> | Завдання фізичного виховання. Методи і засоби фізичного виховання. Планування навантаження на уроках фізкультури. (У зимових видах спорту) |       |   |
|             |  | 6.04  | <i>Основні поняття системи та структури фізичного виховання</i>   |
| <b>7.04</b> | Завдання фізичного виховання. Методи і засоби фізичного виховання. Планування навантаження на уроках фізкультури. (У зимових видах спорту) |       |   |
|             |  | 8.04  | <i>Методи і засоби фізичного</i>  |

|  |  |       |  |
|--|--|-------|--|
|  |  |       | <i>виховання у зимових видах спорту</i>  |
|  |  | 10.04 | Спеціальні та додаткові засоби навантаження у процесі технічної, тактичної, психологічної та теоретичної підготовки у зимових видах спорту.  |
|  |  | 13.04 | <i>Методи і засоби фізичного виховання у зимових видах спорту</i>  |
|  |  | 14.04 | Принципи фізичного виховання.  |
|  |  | 15.04 | Спеціальні та додаткові засоби навантаження у процесі технічної, тактичної, психологічної та теоретичної підготовки у зимових видах спорту.. |
|  |  | 17.04 | Спеціальні та додаткові засоби навантаження у процесі технічної, тактичної, психологічної та теоретичної підготовки у зимових видах спорту.  |
|  |  | 21.04 | Планування навантажень на уроках фізкультури у зимових видах спорту.   |
|  |  | 22.04 | Спеціальні та додаткові засоби навантаження у процесі технічної, тактичної, психологічної та теоретичної підготовки у зимових видах спорту.  |
|  |  | 24.04 | Спеціальні та додаткові засоби навантаження у процесі технічної, тактичної, психологічної та теоретичної підготовки у                        |

|  |  |       |   |
|--|--|-------|---|
|  |  |       | зимових видах спорту.   |
|  |  | 27.04 | Спеціальні та додаткові засоби навантаження у процесі технічної, тактичної, психологічної та теоретичної підготовки у зимових видах спорту.           |
|  |  | 28.04 | <i>Навантаження, втома, відновлення і адаптація, як основи фізичного виховання на прикладі зимових видах спорту.</i>                                  |
|  |  | 29.04 | Спеціальні та додаткові засоби фізичного навантаження у процесі технічної, тактичної, психологічної та теоретичної підготовки у зимових видах спорту. |
|  |  | 4.05  | Спеціальні та додаткові засоби фізичного навантаження у процесі технічної, тактичної, психологічної та теоретичної підготовки у зимових видах спорту. |
|  |  | 5.05  | <i>Навантаження, втома, відновлення і адаптація, як основи фізичного виховання на прикладі зимових видах спорту.</i>                                  |
|  |  | 6.05  | Спеціальні та додаткові засоби фізичного навантаження 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.                                  |
| <b>12.05</b> | Матеріально-технічне, організаційно – педагогічне забезпечення фізичної культури на прикладі зимових видів спорту. |       |  |
|              |  | 13.05 | <i>Матеріально-технічне, організаційно-педагогічне забезпечення фізичної культури на прикладі зимових видів спорту</i> |
|              |  | 15.05 | <i>Матеріально-технічне, організаційно-педагогічне забезпечення фізичної культури на прикладі зимових видів спорту</i> |
|              |  | 18.05 | Ознайомлення з матеріально – технічною базою загальноосвітніх шкіл по підготовці у зимових видах спорту.               |
|              |  | 19.05 | Ознайомлення з матеріально – технічною базою загальноосвітніх шкіл по підготовці у зимових видах спорту.               |
|              |  | 20.05 | Лижні траси та їх підготовка на уроці фізичної культури  |

|  |  |       |   |
|--|--|-------|---|
|  |  | 22.05 | Підготовка лиж до практичних занять. Перевірка справності лиж, кріплень і палиць. Обробка лиж парафінами, змащування мазями ковзної поверхні. |
|--|--|-------|---|