

## ПЛАН-ГРАФІК

### ПРОХОДЖЕННЯ НАВЧАЛЬНИХ ДИСЦИПЛІН

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

Дата	Лекції теми	Дата	Практичні теми
		10.03.2020	Основи методики відбору та орієнтації та різних етапах багаторічної підготовки.
		11.03.2020	Вибухова сила – провідна фізична якість у важкій атлетиці.
		13.03.2020	Силова витривалість – провідна фізична якість у гирьовому спорті.
		16.03.2020	Абсолютна сила – провідна фізична якість у пауерліфтингу.
		17.03.2020	Основи методики відбору та орієнтації у СВС.
		18.03.2020	Удосконалення психічної підготовленості спортсменів у змагальних умовах у важкій атлетиці.
		20.03.2020	Удосконалення психічної підготовленості спортсменів у змагальних умовах у важкій атлетиці.
		23.03.2020	Удосконалення психічної підготовленості спортсменів в змагальних умовах у пауерліфтингу.
		24.03.2020	Планування, облік та контроль спортивного процесу в силових видах спорту.
		25.03.2020	Удосконалення психічної підготовленості спортсменів в змагальних умовах у гирьовому спорті.
		27.03.2020	Удосконалення тактичної підготовленості спортсменів в змагальних умовах у важкій атлетиці.
		30.03.2020	Удосконалення тактичної підготовленості спортсменів в

			змагальних умовах у важкій атлетиці.
		31.03.2020	Планування, облік та контроль спортивного процесу в силових видах спорту.
		01.04.2020	Удосконалення тактичної підготовленості спортсменів в змагальних умовах у пауерліфтингу.
		03.04.2020	Удосконалення тактичної підготовленості спортсменів в змагальних умовах у пауерліфтингу.
		06.04.2020	Удосконалення тактичної підготовленості спортсменів в змагальних умовах у гирьовому спорті.
		07.04.2020	Облік спортивного тренування у силових видах спорту.
		08.04.2020	Удосконалення теоретичної підготовленості спортсменів у важкій атлетиці та пауерліфтингу.
		10.04.2020	Удосконалення теоретичної підготовленості спортсменів у гирьовому спорті.
		13.04.2020	Удосконалення теоретичної підготовленості спортсменів у бодібілдингу.
		14.04.2020	Мета, завдання, види та технологія контролю в підготовці спортсменів у силових видах спорту.
		15.04.2020	Аналіз діючих правил змагань з важкої атлетики.
		17.04.2020	Аналіз діючих правил змагань з пауерліфтингу.
		21.04.2020	Контроль за технічною, фізичною, тактичною, психічною та теоретичною підготовленістю спортсменів у силових видах спорту.
		22.04.2020	Аналіз діючих правил змагань з гирьового спорту та бодібілдингу.
		24.04.2020	Участь у суддівстві змагань різного рівня з важкої атлетики, пауерліфтингу, гирьового спорту та бодібілдингу.

		28.04.2020	Участь у змаганнях різного рівня з важкої атлетики, пауерліфтингу, гирьового спорту та бодібілдингу.
		29.04.2020	Контроль за технічною, фізичною, тактичною, психічною та теоретичною підготовленістю спортсменів у силових видах спорту.
		30.04.2020	Участь у суддівстві змагань різного рівня з важкої атлетики, пауерліфтингу, гирьового спорту та бодібілдингу.
		01.05.2020	Участь у змаганнях різного рівня з важкої атлетики, пауерліфтингу, гирьового спорту та бодібілдингу.

### Посилання у репозитарії ЛДУФК імені Івана Боберського

<http://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/16354/1/%d0%a0%d0%be%d0%b1%d0%be%d1%87%d0%b0-%d0%bf%d1%80%d0%be%d0%b3%d1%80%d0%b0%d0%bc%d0%b0-%d1%82%d1%96%d0%bc%d0%be%d0%b2%d1%81 %d1%82%d0%b0 %d1%81%d0%bf%d0%b2-4-%d0%ba%d1%83%d1%80%d1%81-%d0%a4%d0%9f%d0%9e.PDF>

<http://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/20267/1/%d0%9d%d0%b0%d0%b2%d1%87%d0%b0%d0%bb%d1%8c%d0%bd%d0%b0-%d0%bf%d1%80%d0%be%d0%b3%d1%80%d0%b0%d0%bc%d0%b0-%d0%a2%d1%96%d0%9c%d0%9e%d0%92%d0%a1 %d1%82%d0%b0 %d0%a1%d0%9f%d0%92-1-4-%d0%ba%d1%83%d1%80%d1%81-%d0%a4%d0%9f%d0%9e.PDF>

<http://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/16344/1/4 %d0%bb%d0%b5%d0%ba%d1%86%d1%96%d1%8f.PDF>