

ТЕМИ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

з навчальної дисципліни

«Теорія і методика обраного виду спорту та спортивно-педагогічне вдосконалення»

(спеціалізація – фехтування)

для студентів **4 курсу**
спеціальності 017 „Фізична культура і спорт”

доц. Шуберт В. С.

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Характеристика професійно -педагогічних знань, умінь і навичок тренера-викладача з фехтування.	2
2.	Науково-дослідна робота у фехтуванні.	4
3.	Організація та проведення змагань.	2
4.	Сучасна система підготовки фехтувальника високої кваліфікації.	6
5.	Централізована підготовка фехтувальників.	4
6.	Доповіді за підсумками виконання курсових (дипломних) робіт	4
Разом		22

1.	Удосконалення техніки і тактики в обраному виді зброї. Удосконалення пересувань, позицій і з'єднань з завданнями варіативного виконання прийомів за кінематичними і динамічними характеристиками..	2
2.	Загальна і спеціальна фізична підготовка .Спеціально-підготовчі вправи для розвитку швидкісної витривалості, швидкості реагувань, відчуття дистанції та зброї.Вправи з обтяженнями та елементами одноборства.	2
3.	Навчально-тренувальні поєдинки. Тренувальні бої з моделюванням певних тактичних ситуацій та різних стилів змагальної діяльності.	2
4.	Практика проведення індивідуального уроку. Структура індивідуального уроку. Методичні прийоми при виправленні помилок	2
5.	Удосконалення бойових дій в різних умовах виконання (з тактичною правотою, з вирашем фехтувального темпу, з опозицією, з ухилом.)	2
6.	Навчально-тренувальні бої спеціальної спрямованості на розвиток швидкісної витривалості та спеціальної працездатності.	2

7.	Навчально-тренувальні бої. Удосконалення атакуючих дій, зустрічних нападів та інших засобів протидії супернику в умовах змагальних поєдинків.	2
8.	Навчальні, змагальні та тренувальні бої. Судівство змагальних боїв.	2
9.	Загальна і спеціальна фізична підготовка. Безперервне виконання пересувань кроками, стрибками, випадами, тріскачками впродовж 2-3хв. З відпочинком 1 хв. між серіями	2
10.	Розширення арсеналу бойових дій в певних ситуаціях бою(на останній хв., на межі поля бою, в умовах виграшу і програшу).	2
11.	Удосконалення бойових дій в умовах моделювання певних стилів змагальної діяльності.	2
12.	Загальна та спеціальна фізична підготовка. Виконання рухів зброєю(зміна позицій, виконання фінтів, батмани, натиски , зав'язування).	2
13.	Удосконалення атак з дією на зброю, колові захисти. Робота з партнером. Тренувальні бої з пройденого матеріалу.	2
14.	Загальна та спеціальна фізична підготовка. Уколи в мішень з різних дистанцій.	2
15.	Удосконалення дій нападу та оборони у вправах з партнером.	2
16.	Написання конспекту підготовчої частини уроку. Форма конспекту. Підбір фізичних вправ та послідовність їх застосування, правила запису конспекту.	2
17.	Загальна та спеціальна фізична підготовка. Вправи на розвиток швидкісної витривалості., вправи з обтяженнями.	2
18.	Удосконалення пересувань, позицій, з'єднань із завданням варіативного виконання прийомів за кінематичними і динамічними характеристиками. Вправи з партнером.	2
19.	Удосконалення простих атак та захистів. Індивідуальні уроки. Навчально-тренувальні бої з пройденого матеріалу.	2
20.	Проведення індивідуального уроку з постановкою конкретних завдань.	2
21.	Удосконалення атак з дією на зброю та захисти від них. Батмани, захвати, натиски., зав'язування у вправах з партнером.	2
22.	Начально-тренувальні бої з техніко-тактичною спрямованістю.(бої на ураження певних секторів).	2
23.	Удосконалення складних атак та складних захистів у вправах з партнером.	2

24.	Контрольні бої.	2
25.	Удосконалення бойових дій в різноманітних умовах виконання. Індивідуальні уроки.	2
26.	Удосконалення бойових дій в різних умовах виконання (умисних, експромтних, першого і другого намірів. Індивідуальні уроки. Тренувальні бої з пройденого матеріалів.	2
27.	Загальна та спеціальна фізична підготовка. Виконання рухів зброєю(зміна позицій, виконання фінтів, батмани, натиски , зав'язування).	2
28.	Загальна та спеціальна фізична підготовка. Уколи в мішень з різних дистанцій.	2
29.	Навчально-тренувальні бої з застосуванням певного прийому в різних тактичних ситуаціях.	2
30.	Розширення кола атак ,зустрічних нападів, захистів з відповідями після різноманітних способів підготовки.	2
31.	Бойова практика на 5 уколів	2
32.	Проведення індивідуального уроку, суддівська практика.	2
33.	Загальна і спеціальна фізична підготовка .Спеціально-підготовчі вправи для розвитку швидкісної витривалості, швидкості реагувань, відчуття дистанції та зброї. Вправи з обтяженнями та елементами одноборства.	2
34.	Удосконалення комбінованих атак та захистів від них у вправах з партнером та тренувальних поєдинках.	2
35.	Удосконалення комбінованих атак та захистів від них у вправах з партнером та тренувальних поєдинках.	2
36.	Загальна та спеціальна фізична підготовка. Виконання рухів зброєю(зміна позицій, виконання фінтів, батмани, натиски , зав'язування).	2
37.	Уколи в мішень з різних дистанцій. Індивідуальні уроки.	2
38.	Удосконалення дій нападу та оборони у вправах з партнером.	2
39.	Навчально-тренувальні бої з застосуванням певного прийому в різних тактичних ситуаціях.	2
40.	Удосконалення бойових дій в умовах моделювання певних стилів змагальної діяльності.	2
41.	Удосконалення атак з дією на зброю, колові захисти. Робота з партнером. Тренувальні бої з пройденого матеріалу.	2
42.	Розширення кола атак і зустрічних нападів, тренувальні бої з пройденого матеріалу.	2
43.	Начально-тренувальні бої з техніко-тактичною спрямованістю.(бої на ураження певних секторів).	2
44.	Бойова практика.	2
45.	Загальна та спеціальна фізична підготовка. Виконання рухів зброєю(зміна позицій, виконання фінтів, батмани,	2

	натиски , зав'язування).	
46.	Удосконалення складних атакуючих дій. Навчально-тренувальні бої з пройденого матеріалу.	2
47.	Удосконалення бойових дій в різних умовах виконання (умисних, експромтних, першого і другого намірів. Індивідуальні уроки. Тренувальні бої з пройденого матеріалів.	2
48.	Удосконалення атак з дією на зброю та захистів від них в індивідуальних уроках з тренером та тренувальних поєдинках.	2
49.	Практика проведення індивідуального уроку. Структура індивідуального уроку. Методичні прийоми при виправленні помилок	2
50.	Удосконалення комбінованих атак та захистів від них у вправах з партнером та тренувальних поєдинках.	2
51.	Загальна та спеціальна фізична підготовка. Виконання рухів зброєю(зміна позицій, виконання фінтів, батмани, натиски , зав'язування).	2
52.	Удосконалення атак з дією на зброю та захистів від них в індивідуальних уроках з тренером та тренувальних поєдинках.	2
53.	Розширення кола атак і зустрічних нападів, тренувальні бої з пройденого матеріалу.	2
54.	Начально-тренувальні бої з техніко-тактичною спрямованістю.(бої на ураження певних секторів).	2
55.	Загальна та спеціальна фізична підготовка. Виконання рухів зброєю(зміна позицій, виконання фінтів, батмани, натиски , зав'язування).	2
56.	Загальна та спеціальна фізична підготовка. Вправи на розвиток швидкісної витривалості., вправи з обтяженнями.	2
57.	Удосконалення бойових дій в різних умовах виконання (умисних, експромтних, першого і другого намірів. Індивідуальні уроки. Тренувальні бої з пройденого	2
58.	Навчально-тренувальні бої. Теоретичне тестування (опитування).	2
59.	Удосконалення складних атак та складних захистів у вправах з партнером.	2
60.	Загальна та спеціальна фізична підготовка. Вправи на розвиток швидкісної витривалості., вправи з обтяженнями	2
61.	Удосконалення атак з дією на зброю, колові захисти. Робота з партнером. Тренувальні бої з пройденого матеріалу.	2
62.	Практика проведення спеціальних вправ з партнером. Аналіз вправ з партнером технічної і тактичної спрямованості	2

63.	Розширення арсеналу бойових дій в певних ситуаціях бою (на останній хв., на межі поля бою, в умовах виграшу і програшу).	2
Разом		126