

## Дидактичне забезпечення самостійної роботи

з навчальної дисципліни

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

(спеціалізація – лижний спорт)

для студентів **I курсу**

спеціальності 017 „Фізична культура і спорт”

#### Модуль 1

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Історія розвитку зимових видів спорту в Україні. Реферат на тему: Історія розвитку лижних видів спорту в світі та України	10
2	Сучасний стан і актуальні проблеми розвитку зимових видів спорту. Реферат на тему: Етапи розвитку виду спорту в світі та Україні	10
3.	Основи техніки лижного спорту. Реферат на тему: Історія лижних ходів.	6
4	Основи техніки класичних ходів. Реферат на тему: Види класичних ходів	6
5	Основи техніки ковзанярських ходів. Реферат на тему: Види класичних ходів.	6
6	Поняття «Техніка виду спорту».	4
7	Структура рухових дій у зимових видах спорту.	4
	<b>Разом</b>	<b>46</b>

#### Модуль 2

1	Ознайомитись з програмою фізичного виховання школярів. Реферат на тему: Фізична культура в навчальних	4
---	--	---

	зкладах.	
2	Рівень здоров'я і фізичного розвитку учнів	6
3	Контроль на уроках лижної підготовки в загальноосвітніх навчальних закладах та заняттях в спортивних секціях.	6
4	Сенситивні періоди розвитку рухових якостей. Реферат на тему: Особливості розвитку учнів.	6
5	Реалізація дидактичних принципів. Реферат на тему: Дидактичні принципи у фізичній культурі.	4
6	Особливості фізичного розвитку дітей.	6
7	Планування навантажень на заняттях (в обраному виді спорту).	8
8	Контроль технічної підготовки учнів у зимових видах спорту. Реферат на тему: Види контролю. Особливості контролю на заняттях з лижних видів спорту.	10
	<b>Разом</b>	<b>50</b>