

Дидактичне забезпечення самостійної роботи

з навчальної дисципліни

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

(спеціалізація – лижний спорт)

для студентів **2 курсу**

спеціальності 017 „Фізична культура і спорт”

Модуль 1

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Основи навчання у зимових видах спорту. Реферат на тему: Форми організації занять у зимових видах спорту (урочні та позаурочні)	6
2	Етапи навчання у зимових видах спорту Реферат на тему: Вікові особливості у навчанні з зимових видів спорту.	6
3.	Використання імітаційних та підвідних вправ у зимових видах спорту. Реферат на тему: Природа помилок та їх усунення у техніці лижних ходів.	8
	Разом	20

Модуль 2

1	Спортивний відбір у лижному спорті. Реферат на тему: Завдання, методи та особливості відбору у зимових видах спорту	10
2	Сенситивні періоди розвитку рухових якостей. Реферат на тему: Приклади спортивного «успадкування талантів» у зимових видах спорту.	10
3	Спортивне тренування у зимових видах спорту. Реферат на тему: Принципи спортивного тренування у зимових видах спорту	10
4	Матеріально-технічне забезпечення навчально-тренувального процесу у зимових видах спорту. Реферат на тему: Специфіка спорядження, одягу, температурний режим, особливості температурного режиму для занять в різні періоди року.	10
	Разом	40