

## Дидактичне забезпечення самостійної роботи

з навчальної дисципліни

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

(спеціалізація – лижний спорт)

для студентів 3 курсу

спеціальності 017 „Фізична культура і спорт”

#### Модуль 1

| № з/п | Назва теми  | Кількість годин |
|-------|---|-----------------|
| 1.    | Робота над темою курсової роботи, підбір методів дослідження.   | 9               |
| 2     | Проаналізувати сучасну науково – методичну літературу в зимових видах спорту.   | 9               |
| 3.    | Організація наукових досліджень   | 12              |
| 4     | Фізична підготовка та рухові якості у зимових видах спорту  | 8               |
| 5     | Написання реферату згідно робочої програми.<br>Реферат на тему « Методика розвитку домінуючих фізичних якостей в обраному виді спорту». | 4               |
|       | Скласти та обґрунтувати конспекти заняття з розвитку провідних фізичних якостей у зимових видах спорту                                  | 3               |
|       | <b>Разом</b>  | <b>45</b>       |

#### Модуль 2

|   |    |
|---|----|
| Складання положення про змагання.   | 8  |
| Складання кошторису витрат.   | 6  |
| Участь в організації та проведенні змагань з виду спорту.                 | 10 |
| Особливості планування та обліку роботи в групах оздоровчого спрямування. | 8  |
| Самоконтроль в процесі змагальної діяльності                              | 6  |

|   |           |
|---|-----------|
| (особливості ведення щоденника самоконтролю, застосування сучасних технологій пульсометр для самоконтролю). |           |
| <b>Разом</b>  | <b>38</b> |