

ТЕМАТИКА КУРСОВИХ РОБІТ
Рівень освіти «бакалавр»
Спеціальність 017 фізична культура і спорт
ЛЕГКА АТЛЕТИКА

©доц. Свищ Я.С.

© доц. Конестяпін В.Г.

©доц. Дунець-Лесько А.В.

©доц. Дух Т.І.

©доц. Павлось О.О.

©ст.викл. Чорненька Г.В.

©ст. викл. Прокопенко В.І.

©викл. Західний В.Р.

1. Структура та зміст спортивного тренування легкоатлетів-бігунів (стрибунів, метальників) різного віку.
2. Розвиток сили (швидкості, витривалості) легкоатлетів (бігунів, стрибунів, метальників) різної кваліфікації.
3. Кінематичні характеристики техніки стрибунів у висоту (довжину) різного віку.
4. Технічна підготовка стрибунів у висоту на різних етапах багаторічного тренування.
5. Оцінка співвідношення компонентів підготовленості стрибунів у висоту різного віку, статі та кваліфікації.
6. Технічна та тактична підготовка стартового розгону в спринтерському бігу.
7. Ритмо-темпові характеристики техніки бігунів на 400 м.
8. Аналіз техніки бігу на короткі дистанції.
9. Аналіз техніки бар'єрного бігу на 100 м і 100 м з/б.
10. Основи методики тренування бар'єристів у бігу на 110 м з/б.
11. Методика швидкісно-силової підготовки спринтерів.
12. Система підготовки кваліфікованих багатоборців.
13. Технічна підготовка бігунів спринтерів.
14. Особливості підготовки бігунів на середні дистанції у підготовчому, перехідному, змагальному періодах.
15. Технічна і тактична підготовка бігунів на короткі дистанції.
16. Методика розвитку швидкісно-силових якостей у бігунів на короткі дистанції на етапі початкової спеціалізації.

17. Методика розвитку швидкісної витривалості в бігу на 400 м.
18. Структура і зміст спортивного тренування бігунів на короткі дистанції.
19. Педагогічний контроль за рівнем розвитку фізичної підготовки юних бігунів на короткі дистанції.
20. Фізична підготовка юних спринтерів.
21. Фізична підготовка юних спринтерів.
22. Методика розвитку здібності до оцінки та регуляції кінематичних та динамічних параметрів рухів у легкоатлетів.
23. Технічна підготовка штовхальників ядра.
24. Фізична підготовленість бігунів на короткі дистанції на етапі початкової базової підготовки.
25. Модельні характеристики бігунок на 100 м з бар'єрами.
26. Технічна підготовленість висококваліфікованих ходоків.
27. Методика використання контрольних вправ і тестів для оцінки ефективності тренувального процесу.
28. Характеристика техніки та методика тренування в бігу на 110 м з бар'єрами.
29. Особливості харчування та застосування.
30. Особливості харчування та застосування вітамінів у харчуванні спортсменів.
31. Тренувальні навантаження та контроль за ними в процесі заняття.
32. Взаємозв'язок фізичної і технічної підготовки легкоатлетів різних розрядів і методика їх розвитку. Історія розвитку та особливість техніки бігу на 400м з бар'єрами.
33. Розвиток спеціальної витривалості спринтерів на етапі спеціальної базової підготовки.
34. Аналіз техніки та методика навчання юних стрибунів у довжину.
35. Кінематичні характеристики техніки розбігу стрибунк у довжину.
36. Педагогічний контроль за рівнем технічної підготовленості стрибунів у довжину.

37. Технічна підготовка стрибунів у довжину на етапі спеціальної базової підготовки.
38. Технічна підготовка стрибунів у довжину на етапі спеціальної базової підготовки.
39. Розвиток швидкісно-силових якостей стрибунів у довжину.
40. Фізична підготовка легкоатлетів-початківців.
41. Педагогічний контроль за рівнем спеціальної фізичної підготовленості стрибунів у довжину.
42. Контроль у системі підготовки спортсменів різного рівня кваліфікації.
43. Методика розвитку швидкісно-силових якостей у бігунів на короткі дистанції.
44. Технічна підготовка легкоатлетів-стрибунів.
45. Технічна підготовка легкоатлетів-стрибунів.
46. Методика тренування стрибунів початкової підготовки.
47. Історичний аспект еволюції розвитку стрибкових видів легкої атлетики.
48. Система підготовки стрибунів у довжину на етапі спеціальної базової підготовки.
49. Система підготовки спринтерів на етапі спеціалізованої базової підготовки.
50. Швидкісно-силова та технічна підготовка юних штовхальників ядра.
51. Використання загально-розвиваючих та спеціальних вправ у тренуванні легкоатлетів спринтерів.
52. Швидкісно-силова та технічна підготовка металників диску.
53. Використання приладів різної ваги у навчанні техніки метання диску.
54. Швидкісно-силова та технічна підготовка штовхальників ядра різної кваліфікації.
55. Застосування спеціально-підготовчих та допоміжних вправ у технічній підготовці металників спису.