

ТЕМИ ЛАБОРАТОРНИХ ЗАНЯТЬ

з дисципліни «Спортивна морфологія»

для студентів 2 курсу факультету педагогічної освіти
спеціальність 014 – Середня освіта (фізична культура)
спеціальність - 017 Фізична культура і спорт (різні групи населення)
Розробники: доцент Гриньків М. Я., доцент Маєвська С.М.

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Складання антропометричної картки (поздовжні розміри тіла).	2
2.	Складання антропометричної картки (поперечні розміри та обводи).	2
3.	Визначення абсолютної та відносної маси кісткового компоненту свого тіла. Гоніометрія.	2
4.	Визначення абсолютної та відносної маси жирового компоненту свого тіла.	2
5.	Визначення абсолютної та відносної маси м'язового компоненту свого тіла.	2
6.	Оцінювання фізичного розвитку спортсменів методом індексів.	2
7.	Визначення форми склепінь стопи.	2
8.	Методи оцінювання постави.	2
9.	Визначення пропорцій тіла і їх значення у спортивній практиці.	2
10.	Методи визначення типу конституції людини.	2
11.	Підсумкове заняття модуля 1.	2
12.	Підсумкове заняття модуля 2.	2
	Разом :	24

Рекомендована література

Базова

1. Гриньків М. Я. Спортивна морфологія (з основами вікової морфології).: Навч. Посіб. / М. Я. Гриньків, Л.С. Вовканич, Ф. В. Музика. – Львів, 2015. – 304 с.

Режим

доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/10958?mode=full>

2. Гриньків М. Я. Спортивна морфологія (з основами вікової морфології).: Навч. посібник. / М. Я. Гриньків, Г. Г. Баранецький – Львів, "Укр.технології", 2006. – 124 с.

Режим

доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/9405/1/%D0%93%D1>

