**Завдання дистанційного навчання (практичні заняття)**

**з дисципліни «Спортивна спеціалізація з методикою викладання (атлетизм)»**

**для студентів 1-3 курсів (зведена група) спеціальностей 014 Середня освіта (Фізична культура), 017 Фізична культура і спорт**

Тиждень методичної підготовки **(07 – 10 квітня 2020 року)**

1. Основи організації навчально - тренувальних занять, техніка безпеки та профілактики травматизму на заняттях з атлетизму. **(07.04.2020)**

2. Силова підготовка осіб різного віку і статті. **(08.04.2020)**

3. Основи методики розвитку сили. **(09.04.2020)**

4. Основи техніки змагальних вправ у важкій атлетиці. **(10.04.2020)**

Тиждень методичної підготовки **(14– 17 квітня 2020 року)**

1. Термінологія атлетичних видів спорту. Класифікація та характеристика силових вправ. **(14.04.2020)**

2. Основи техніки змагальних вправ у пауерліфтингу. **(15.04.2020)**

3. Основи техніки змагальних вправ у гирьовому спорті. **(16.04.2020)**

4. Основи техніки змагальних вправ у бодібілдінгу. **(17.04.2020)**

Тиждень методичної підготовки **(21 – 24 квітня 2020 року)**

1. Історія розвитку атлетичних видів спорту. **(21.04.2020)**

2. Силова підготовка інвалідів у корекційно- реабілітаційній програмі**. (22.04.2020)**

3. Тренажери та пристрої у тренувальному процесі спортсменів- паралімпійців. **(23.04.2020)**

4. Особливості змагальної діяльності спортсменів-інвалідів у атлетичних видах спорту (пауерліфтингу, бодібілдінгу). **(24.04.2020)**

***Форма контрольного заходу – наявність конспектів в паперовому вигляді (довільно у зошиті), термін перевірки дистанційно.*** ***Результати ваших рукописних робіт надсилати у вигляді фото на мою корпоративну скриньку*** ***kdrobot@ksu.ks.ua*** ***.***

РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

*Основні джерела*

1. Андрейчук В. Я. Методичні основи гирьового спорту : навч. посіб. / В. Я. Андрейчук. – Л. : Тріада плюс, 2007. – 500 с.

2. Ашмарин Б. А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании : [пособие для студ., асп. и препод. ин-тов физ. культуры] / Ашмарин Б. А. – М. : Физкультура и спорт, 1978. – 233 с.

3. Бельский И. В. Основы специальной силовой подготовки высококвалифицированных спортсменов в тяжелоатлетических видах спорта / И. В. Бельский. – Минск: Технопринт, 2000. – 206 с.

4. Василевський В. В. Основи гирьового спорту / В. В. Василевський. – Л. : НП, 2004. – 52 с.

5. Вейдер Д. Строительство тела по системе Джо Вейдера (перевод с английского) / Д. Вейдер. – М. : Физкультура и спорт, 1992. – 112 с.

6. Верхошанский Ю. В. Основы специальной силовой подготовке в спорте / Ю. В. Верхошанский. – М. : Физкультура и спорт, 1977. – 53 с. 7

7. Виноградов Г. П. Атлетизм: теорія и методика тренировки: [учебн. для студ. высших учеб. заведений физ. воспитания и спорта] / Г. П. Виноградов. – М. : Советский спорт, 2009. – 328 с.

8. Воробьев А. Н. Анатомия силы / А. Н. Воробьев, Ю. К. Сорокин. – М. : Физкультура и спорт, 1987. – 80 с.

9. Воробьев А. Н. Тяжелая атлетика : учеб. для ин-тов физ. культуры / А. Н. Воробьев. – Изд. 4-е. – М. : Физкультура и спорт, 1988. – 238 с.