**Календарний план з фізичного виховання.**

для студентів1курсу легка атлетика

підготовки фахівців другого (магістерського) рівня вищої освіти

галузь знань 22 Охорона здоров’я

спеціальність 226 Фармація, промислова фармація

освітня програма Технології фармацевтичних препаратів

на 2017-2018 н.р. (вересень – грудень 2017 р.)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №з/п | Назва теми | Обсяг у годинах | Дата проведення | Бали |
| 5,0 | 4,0 |  |  |
| 1 | Тема 1. Техніка безпеки на заняттях легкою атлетикою. Ознайомлення з технікою виконання спеціальних легкоатлетичних вправ. | 4 | 4 | 4.09-17.09 | 2-3 |
| 2 | Тема 2. Ознайомлення з технікою бігу на короткі дистанції (біг по прямій та повороту). | 4 | 4 | 18.09-17.09 | 2-4 |
| 3 | Тема 3. Ознайомлення з технікою стрибків у довжину з місця та розбігу. Розвиток швидкісно-силових якостей з допомогою стрибкових вправ. | 4 | 4 | 02.10-15.10 | 2-4 |
| 4 | Тема 4. Ознайомлення з технікою бігу на середні дистанції та кросового бігу. | 4 | 4 | 16.10-29.10 | 3-4 |
| 5 | Тема 5.Контроль змістовного модуля 1. | 2 | 2 | 30.10-05.11 | 12-20 |
| 6 | Тема 6. Ознайомлення з загально-розвиваючими та спеціально-біговими вправами легкоатлета. Вивчення техніки метання м’яча. | 4 | 4 | 06.11-19.11 | 2-3 |
| 7 | Тема 7. Ознайомлення з технікою естафетного бігу. Біг по віражу та передача естафетної палочки. | 4 | 4 | 20.11-03.12 | 2-4 |
| 8 | Тема 8. Удосконалення техніки бігу на середні та довгі дистанції. Загальна фізична підготовка. | 4 | 4 | 04.12-17.12 | 2-4 |
| 9 | Тема 9. Ознайомлення з технікою спортивної ходьби. Оволодіння основними засобами розвитку витривалості.  | 4 | 4 | 18.12-24.12 | 3-4 |
| 10 | Тема 10. Контроль змістовного модуля 2. Оцінка практичних умінь та навичок у розділі «Легка атлетика», а також підрахунок рейтингових балів за осінній семестр. | 2 | 2 | 25.12-6.01 | 12-20 |
|  | Разом за модулем 1. | 36 | 36 |  |  |

Зав. кафедрою фізичного виховання

та здоров’я В. С. Лобода