

**Відгук**  
на відкрите практичне заняття  
Лозюка Мирослава Юрійовича

Згідно плану-графіка проведення відкритих занять викладачами кафедри Соціальна робота 16.10.2024 р. старший викладач кафедри Лозюк М.Ю. провів відкрите заняття з курсу «Фізична культура (Фізичне виховання). Основи здорового способу життя. Психологія стресу і стресостійкості особистості» для студентів I-го курсу.

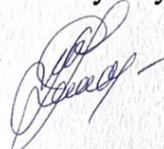
Тема практичного заняття: «Розвиток сили, вибухової сили. Стрибки з місця, техніка відштовхування у стрибках в довжину з місця».

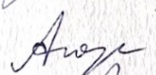
Заняття було проведено у змішаному форматі за таким планом:

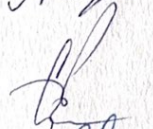
1. Загальнофізична розминка.
2. Розгляд змісту понять: сила, вибухова сила, швидкісна сила, абсолютна сила, відносна сила.
3. Вправи для розвитку сили.
4. Стрибки з місця. Техніка відштовхування у стрибках в довжину з місця.

Всі студенти, які були присутні під час заняття в тренажерній залі, виконали вправи для розвитку сили, а також засвоїли техніку відштовхування у стрибках в довжину.

Викладачу Лозюку Мирославу Юрійовичу протягом заняття вдалось у доступній формі висвітлити подану тему та на практиці продемонструвати яким чином можна розвивати вибухову та швидкісну силу.

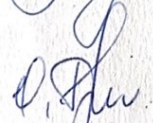
ознайомили:  Песоха Н. А.

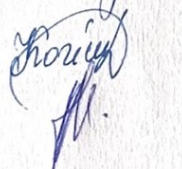
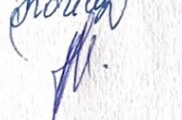
 Ануров О. А.

 Чоней В. С.

 Пастаєвський С. В.

 Тюрн С. М.

 Іанвуч О. П.

 Козіца В. В.  
 Шинкаєв І. П.