



Силабус навчальної дисципліни

«ЛИЖНІ ВИДИ СПОРТУ» (розділ 2)

на 2020 / 2021 навчальний рік

Галузь знань	01 Освіта/Педагогіка
Спеціальність	017 Фізична культура і спорт
ОПП (ОНП)	Фізична культура і спорт
Рівень вищої освіти	перший (бакалаврський)
Форма навчання	денна
Семестр, в якому викладається дисципліна	4а, 8а
Статус дисципліни	обов'язкова
Обсяг дисципліни	90 годин (3 кредита ЕКТС)
Мова викладання	українська
Оригінальність навчальної дисципліни	Авторський курс
Факультет	Економіки і менеджменту
Кафедра	Фізичного виховання і спорту
Розробник	Черненко С. О.
Викладач, який забезпечує проведення лекційних занять	Черненко С. О.
Викладач, який забезпечує проведення практичних/лабораторних занять	Черненко С. О. Єрмоленко О. В.
Локація та матеріально-технічне забезпечення	Аудиторія теоретичного навчання, проектор
Лінк на дисципліну	http://moodle.dgma.donetsk.ua/course/view.php?id=1414

Кількість годин	Лекції	Практичні заняття	Лабораторні заняття	Самостійна робота	Вид підсумкового контролю
90	8	46		36	Залік

Що буде вивчатися (предмет навчання)	Дисципліна «Лижні види спорту» включає організацію навчально-виховного процесу та методику проведення занять з лижного спорту у навчальних закладах освіти. На практичних заняттях студенти вивчають техніку лижних ходів, пізнають комплекси загально-розвиваючих і спеціальних вправ, формують професійно-педагогічні навички, необхідні для самостійної роботи.
Чому це цікаво/потрібно вивчати (мета)	Метою викладання дисципліни є опанування студентами знаннями, вміннями та професійно-педагогічними навичками з лижного спорту, необхідними для самостійної тренерсько-педагогічної, організаторської та виховної сфер діяльності фахівця з фізичного виховання.

Чому можна навчитися (результати навчання)	• творчо використовувати отримані знання під час вирішення педагогічних, навчально-виховних, науково-методичних завдань; • вирішувати теоретичні та практичні завдання у побудові навчально-тренувального процесу лижного спорту з групами різної вікової та фізичної підготовленості • застосовувати у практичній діяльності отримані знання з основ техніки і тактики, методики навчання і тренування; • організовувати та проводити змагання з лижного виду спорту; • планувати процес спортивного тренування різних груп населення; • вести документи контролю та обліку процесу тренувального процесу лижного спорту; • аналізувати, узагальнювати, розповсюджувати передовий досвід, підвищувати свою професійну кваліфікацію.
Як можна користуватися набутими знаннями і вміннями (компетентності)	• здатність ефективно використовувати організаційно-методичні основи навчально-тренувального процесу з лижного спорту: техніку пересування на лижах; основи методики навчання пересування на лижах. • здатність скласти план навчально-тренувального процесу, тематичного плану, конспектів занять; • здатність організовувати та проводити змагання з лижного спорту, виконувати функції судді та представника команди, дотримуватись правил техніки безпеки, страхування, експлуатації спортивного інвентарю та спортивних споруд; • здатність застосовувати методику набору і відбору перспективних дітей у лижну секцію.
Навчальна логістика	Зміст дисципліни: Змістовний модуль 2. ОСНОВИ СПОРТИВНОГО ТРЕНУВАННЯ ДЮСШ ТА НАВЧАЛЬНОЇ РОБОТИ З ЛИЖНОЇ ПІДГОТОВКИ В ЗОШ Тема 1. Етапи навчання в лижному спорті, їх завдання та зміст Тема 2. Загальні основи спортивної підготовки в лижному спорті Тема 3. Організація навчально-тренувального процесу в спортивних школах Види занять: Лекційні, практичні Методи навчання: З словесних методів навчання в процесі викладення дисципліни використовуються: пояснення, розповідь, бесіда, аналіз, навчальна дискусія. Наочні методи: ілюстрування, спостереження, демонстрування (у тому числі відеозаписів з використанням мультимедійного обладнання). Практичні – повторний, фронтальний, поточний.
Пререквізити	Вивчення дисципліни базується на загальних знаннях теорії та методики фізичного виховання, психології, психології спорту, фізіології, біохімії, пов'язано з набуттям знань з дисциплін. Зв'язок з біологічними науками продиктований необхідністю вивчення реакцій організму на вплив засобів фізичного виховання, що визначає розвиток адаптаційних процесів людини.
Постреквізити	Теорія і методика фізичного виховання, біомеханіка, фізіологія людини та рухової активності, теорія і методика дитячо-юнацького спорту, загальна теорія підготовки спортсменів
Політика курсу	Курс передбачає індивідуальну та групову роботу. Усі завдання, передбачені програмою, мають бути виконані у встановлений термін. Якщо здобувач відсутній з поважної причини, він/вона презентує виконані завдання під час консультації викладача. Під час роботи над індивідуальними завданнями не допустимо порушення академічної доброчесності.

Оцінювання досягнень	При визначенні загальної оцінки враховуються результати поточного контролю з практичних занять, які відбулися в період, а також результати захисту індивідуальних завдань та самостійної роботи. Іспит/Залік за системою ЕКТС отримують здобувачі, які виконали всі види робіт і набрали не менше 55 зі 100 балів за результатами навчання. 55-100 балів - виставляється, якщо здобувач виявив певні знання основного програмного матеріалу в обсязі, що необхідний для подальшого навчання і роботи, у цілому впорався з поставленим завданням, припустився незначних помилок в арифметичних розрахунках, демонстрував здатність упоратися з виконанням завдань, передбачених програмою на рівні репродуктивного відтворення. 0-54 балів – «Не зараховано» - виставляється, якщо здобувач виявив серйозні прогалини в знаннях основного матеріалу, зробив принципові помилки, не зміг розв'язати типові задачі, провести розрахунки тощо.
Інформаційне забезпечення	Основна література: 1. Антонишин І.І. Розвиток фізичних якостей в школі. – К.: Наукова книга, 2005. -445 с. 2. Васишин О. Зимові види спорту. К.: Вища школа. 2003. – 336 с. 5. 3. Василик О.Д. Лижний спорт: навчальний посібник. К.: ВАТ «Поліграфкнига». 2004. – 478 с. 3. Донченко М., Гордєєва Л. Зимові види спорту. Дніпропетровськ: Пороги. 2003. – 256 с. 4. Завгородній В.П., Вознюк Г.Л., Словиненко Т.С. Тренування з лижних видів спорту. – 2-е видання. – К.: АСК, 2000. – 632 с. 5. Корнієнко В.В. Фізичні навантаження в лижному спорті. – К.: Спортивна книга, 2003. – 116 с. 6. Кучеренко В.М. Технічна підготовка лижника. Навчально-методичний посібник для студентів факультетів фізичного виховання та вчителів фізичної культури. – Тернопіль: ТДПУ, 2003. - 97 с. 7. Ляшенко Ю.І. Лижний спорт в сучасних умовах. – К.: «Знання», КОО, 2002. – 350 с. 8. Романюк В.У. Тренування лижників-гонщиків. – К.: Спортивна книга, 2003. 441 с. 9. Романишин В.К. Фізична підготовка лижників. К.: Спортивна книга. 2004. – 445 с. 10. Про затвердження Правил спортивних змагань з лижних гонок https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0669-19#Text

Розробник:

С.О. Черненко канд.наук з фіз.вих. і спорту, доцент кафедри ФВіС

«___» _____ 2020 р.

Гарант освітньої програми:

к.п.н., доцент

Ю. О. Долинний 

«___» _____ 2020 р.

Розглянуто і схвалено

на засіданні кафедри

Протокол № 21 від 27.08.2020 р.

Завідувач кафедри

 О. М. Олійник

«___» _____ 2020 р.

Затверджую:

Декан факультету економіки і менеджменту

 С. В. Мироненко

«___» _____ 2020 р.