

АНОТАЦІЇ ВИБІРКОВИХ ДИСЦИПЛІН

Назва курсу	Основи ковзанярської та лижної підготовки
Кредити ЄКТС, години	3 кредити ЄКТС, 34 години – практичні: 10 годин– лекції.
Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський)
Статус	Вибіркова циклу загальної підготовки для здобувачів вищої освіти 2019 року набору
Семестр	Другий
Кафедра	Теорії і методики фізичного виховання.
Цільова аудиторія	Здобувачі вищої освіти всіх освітніх програм
Мова викладання	Українська
Методи викладання	Словесні: розповідь, пояснення, лекція; Наочні: демонстрація, ілюстрація; Практичні: навчання вправ по частинах, підвідні вправи, імітаційні вправи.
Форми організації занять	Лекція, презентація, практична групова робота.
Актуальність дисципліни	Засвоєння дисципліни сприятиме всебічному розвитку особистості. Під час навчання студенти отримують як практичні так і теоретичні знання з лижної підготовки. Знайомляться з методикою організації та проведення занять з лижного спорту. Розглядається особливості гігієни та техніки безпеки. З фізіології спорту відомо що заняття лижним спортом формують морально-вольові якості та розвивають аеробні можливості організму. Курс лижної підготовки знайомить з передовими тенденціями розвитку інвентарю та історією успіху вітчизняних та закордонних спортсменів.
Мета	<ul style="list-style-type: none"> - формування у студентів знання історії сучасного стану розвитку лижного спорту, основних правил змагань; - ТіМ викладання лижного спорту передбачає підготовку кваліфікованих викладачів з фізичного виховання та оволодіння необхідних знань з- ТіМ навчання і тренування з видів лижного спорту; - проведення навчально-тренувальних занять в секціях лижного спорту, колективах фізичної культури, ДЮСШ; - в організації та проведенні змагань; - сприяння та підготовці майбутніх спеціалістів в області фізичної культури та спорту.
Завдання	<p>знати:</p> <ul style="list-style-type: none"> - історію розвитку лижного спорту в Україні; - значення лижного спорту в системі фізичного виховання; - види лижного спорту; - основи техніки лижного спорту; - основи методики навчання в лижному спорті; - організація та проведення змагань з лижних перегонів; - ТіМ розвитку фізичних якостей; - техніку безпеки та профілактику на заняттях з лижного спорту. <p>вміти: .</p> <ul style="list-style-type: none"> - володіти технікою класичних та ковзанярських лижних ходів;

	<ul style="list-style-type: none"> - володіти технікою способів подолання підйомів, спусків і поворотів на лижах в русі; - володіти методикою навчання лижного спорту; - підготувати інвентар до занять; - надати першу медичну допомогу.
Компетентності	<p>Здатність проведення досліджень на відповідному рівні, пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел</p> <p>Здатність впливати на формування цілей команди, її соціально-психологічний клімат в потрібному для досягнення цілей напрямку.</p> <p>Навички здійснення безпечної діяльності в умовах професії.</p> <p>Здатність приймати нестандартні рішення</p> <p>Готовність брати на себе відповідальність за свої рішення в рамках професійної компетенції.</p> <p>Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.</p> <p>Спеціальні (фахові) компетентності:</p> <p>Цілісне уявлення про сучасну теорію і методики підготовки спортсменів різної кваліфікації.</p> <p>Спроможність застосовувати досягнення сучасної науки в ході аналізу процесу підготовки спортсменів. Здатність вирішувати нестандартні проблеми в процесі підготовки спортсменів.</p> <p>Здатність управляти своїм фізичним і психічним станом з метою результативності викладацької діяльності.</p> <p>Здатність до попередження та толерантного вирішення міжособистісних конфліктів у спортивній діяльності.</p> <p>Здатність розв'язувати практичні проблеми за невизначених умов в окремих напрямках фізичної культури і спорту.</p>
Політика курсу	<p>Для заохочення студентів передбачено систему додаткових балів. У разі відсутності студента з поважних причин (хвороба, виїзд на змагання, збори - відсутність підтверджується відповідними документами), він повинен попередити викладача обираючи для себе зручний спосіб (наприклад, в усній формі особисто викладачу, відправивши повідомлення на Viber або на електронну пошту). Ми завжди зможемо прийняти альтернативні заходи для виконання завдань. Студенту, який не зміг вчасно виконати завдання надається можливість працювати за індивідуальним графіком, розробленим викладачем.</p> <p style="text-align: center;">Методи контролю</p> <p>Оцінювання якості знань студентів, в умовах організації навчального процесу за кредитно-модульною системою здійснюється шляхом поточного, модульного, підсумкового (семестрового) контролю за 100-бальною шкалою оцінювання, за шкалою ECTS та національною шкалою оцінювання.</p> <p style="text-align: center;">Залікові вимоги:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Навчальна практика = 10 балів 2. Задача техніки лижних ходів: (40 балів.) <ol style="list-style-type: none"> а) Одночасним однокроковим лижний хід = 10 балів б) Одночасний двокроковий лижний хід = 10 балів в) Двокроковий поперемінний лижний хід = 10 балів г) Способи поворотів в русі = 10 балів 3. Контрольні роботи = 20 балів 4. Опитування та доповнення = 15 балів 5. Залікова гонка = 15 балів <p>Чол. 5 км – 30.00(хв) .</p>

	Жін. 3 км – 20.00(хв).
Підсумковий контроль	Залік
Викладач	Кандидат педагогічних наук Брояковський Олександр Вікторович.