

Аннотация рабочей программы дисциплины «Лыжная подготовка с методикой преподавания» для направления подготовки 44.03.05 «Физическая культура и Дополнительное образование (спортивная подготовка)»

Цель дисциплины формирование у студентов компетенций, связанных с умением поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности средствами лыжной подготовки. Изучение студентами теории и методики преподавания лыжного спорта, овладение техникой лыжного спорта, приобретение необходимых знаний, умений и навыков для самостоятельной педагогической работы, как в системе основного, так и дополнительного образования.

Задачи дисциплины:

В результате изучения дисциплины решается определенный круг задач, реализация которых, направлена на то, что студент должен

Знать:

- научно-теоретические основы лыжного спорта, историю зарождения и развития;
- технику передвижения на лыжах;
- основные принципы, средства и методы обучения и начальной (оздоровительно-кондиционной и спортивной) тренировки в лыжном спорте;
- средства и методы общей и специальной физической подготовки лыжников;
- психолого-педагогические закономерности и принципы индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями;
- методику обучения технике передвижения на лыжах;
- особенности и методику проведения лыжной подготовки в различных звеньях системы физического воспитания, в том числе дополнительного образования, включая организацию и проведение соревнований по лыжному спорту;
- меры профилактики травматизма при занятиях лыжной подготовкой;

Уметь:

- подбирать и использовать современные научно обоснованные средства и методы обучения технике передвижения на лыжах;
- подбирать и использовать современные научно обоснованные средства и методы для развития физических качеств, а также начальной (оздоровительно-кондиционной и спортивной) тренировки в лыжном спорте;
- оценивать эффективность занятий лыжной подготовкой с позиции их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья занимающихся;
- разрабатывать и реализовывать индивидуальные образовательные маршруты, индивидуальные программы развития и индивидуально-ориентированные образовательные программы с учетом личностных и возрастных особенностей обучающихся;
- выбирать и реализовывать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения;
- формулировать цели и задачи при проведении лыжной подготовки в различных звеньях системы физического воспитания, в том числе дополнительного образования в соответствии с требованиями стандартов и учетом состояния здоровья, возраста, уровня физического развития, физической подготовленности занимающихся, имеющихся условий для занятий;
- подбирать и применять на занятиях лыжной подготовкой адекватные поставленным целям и задачам современные научно обоснованные средства и методы обучения, воспитания и тренировки, организационные приемы работы с занимающимися;

- оценивать эффективность занятий лыжной подготовкой, анализировать технику двигательных действий, определять причины ошибок, находить и корректно применять средства, методы и методические приемы их устранения

- планировать и проводить профилактические мероприятия по предупреждению травматизма в процессе занятий лыжной подготовкой.

Владеть:

- навыками практического выполнения упражнений, входящих в программу дисциплины «Лыжная подготовка с методикой преподавания»;

- навыками и опытом составления комплексов физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья занимающихся;

- методами разработки (совместно с другими специалистами) программ индивидуального развития обучающегося;

- технологиями реализации индивидуально-ориентированных образовательных программ обучающихся;

- навыками и опытом отбора учебного содержания занятий лыжной подготовкой для их реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями федеральных стандартов;

- навыками и опытом рациональной организации и проведения занятий лыжной подготовкой, а также оценки их эффективности в соответствии с требованиями федеральных стандартов, содержанием действующих программ и спецификой контингента занимающихся;

- навыками организации и проведения соревнований по лыжной подготовке;

- навыками и опытом использования специальной терминологии в процессе занятий.

Цель дисциплины формирование у студентов компетенций, связанных с умением поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности средствами лыжной подготовки. Изучение студентами теории и методики преподавания лыжного спорта, овладение техникой лыжного спорта, приобретение необходимых знаний, умений и навыков для самостоятельной педагогической работы, как в системе основного, так и дополнительного образования.

Задачи дисциплины:

В результате изучения дисциплины решается определенный круг задач, реализация которых, направлена на то, что студент должен

Знать:

- научно-теоретические основы лыжного спорта, историю зарождения и развития;

- технику передвижения на лыжах;

- основные принципы, средства и методы обучения и начальной (оздоровительно-кондиционной и спортивной) тренировки в лыжном спорте;

- средства и методы общей и специальной физической подготовки лыжников;

- психолого-педагогические закономерности и принципы индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями;

- методику обучения технике передвижения на лыжах;

- особенности и методику проведения лыжной подготовки в различных звеньях системы физического воспитания, в том числе дополнительного образования, включая организацию и проведение соревнований по лыжному спорту;

- меры профилактики травматизма при занятиях лыжной подготовкой;

Уметь:

- подбирать и использовать современные научно обоснованные средства и методы обучения технике передвижения на лыжах;
- подбирать и использовать современные научно обоснованные средства и методы для развития физических качеств, а также начальной (оздоровительно-кондиционной и спортивной) тренировки в лыжном спорте;
- оценивать эффективность занятий лыжной подготовкой с позиции их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья занимающихся;
- разрабатывать и реализовывать индивидуальные образовательные маршруты, индивидуальные программы развития и индивидуально-ориентированные образовательные программы с учетом личностных и возрастных особенностей обучающихся;
- выбирать и реализовывать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения;
- формулировать цели и задачи при проведении лыжной подготовки в различных звеньях системы физического воспитания, в том числе дополнительного образования в соответствии с требованиями стандартов и учетом состояния здоровья, возраста, уровня физического развития, физической подготовленности занимающихся, имеющихся условий для занятий;
- подбирать и применять на занятиях лыжной подготовкой адекватные поставленным целям и задачам современные научно обоснованные средства и методы обучения, воспитания и тренировки, организационные приемы работы с занимающимися;
- оценивать эффективность занятий лыжной подготовкой, анализировать технику двигательных действий, определять причины ошибок, находить и корректно применять средства, методы и методические приемы их устранения
- планировать и проводить профилактические мероприятия по предупреждению травматизма в процессе занятий лыжной подготовкой.

Владеть:

- навыками практического выполнения упражнений, входящих в программу дисциплины «Лыжная подготовка с методикой преподавания»;
- навыками и опытом составления комплексов физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья занимающихся;
- методами разработки (совместно с другими специалистами) программ индивидуального развития обучающегося;
- технологиями реализации индивидуально-ориентированных образовательных программ обучающихся;
- навыками и опытом отбора учебного содержания занятий лыжной подготовкой для их реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями федеральных стандартов;
- навыками и опытом рациональной организации и проведения занятий лыжной подготовкой, а также оценки их эффективности в соответствии с требованиями федеральных стандартов, содержанием действующих программ и спецификой контингента занимающихся;
- навыками организации и проведения соревнований по лыжной подготовке;
- навыками и опытом использования специальной терминологии в процессе занятий.

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

3.1 Универсальные компетенции и индикаторы их достижения

Категория (группа)	Код и наименование универсальных	Код и наименование индикатора достижения универсальных компетенции
--------------------	----------------------------------	--

универсальных компетенций	компетенции	
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<p>ИД-1 ук-7 Знать: основы здорового образа жизни и здоровьесберегающие технологии</p> <p>ИД-2 ук-7 Уметь: использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности</p> <p>ИД-3 ук-7 Владеть: навыками поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, соблюдает нормы здорового образа жизни</p>
Психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности	ОПК-6 Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации и обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями ОПК-6 Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации и обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями	<p>ИД-1 оПК-5 Знать: психолого-педагогические закономерности и принципы индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями; подходы к выбору и особенности использования педагогических технологий в профессиональной деятельности, необходимых для индивидуализации обучения в контексте задач инклюзии; теории социализации личности, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации; основы психодиагностики и основные признаки отклонения в развитии детей</p> <p>ИД-2 оПК-5 Уметь: разрабатывать и реализовывать индивидуальные образовательные маршруты, индивидуальные программы развития и индивидуально-ориентированные образовательные программы с учетом личностных и возрастных особенностей обучающихся; выбирать и реализовывать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания в контексте задач инклюзивного образования; оценивать их результативность; использовать конструктивные воспитательные усилия родителей (законных представителей) обучающихся, оказывать помощь семье в решении вопросов воспитания ребенка</p> <p>ИД-3 оПК-5 Владеть: методами разработки (совместно с другими специалистами) программ индивидуального развития обучающегося; приемами анализа документации специалистов (врачи, психологи и т.п.); технологиями реализации индивидуально-ориентированных образовательных</p>

		программ обучающихся
Педагогическая	ПК-1 Способен реализовывать образовательные программы в соответствии с требованиями федеральных образовательных стандартов	<p>ПКО</p> <p>-1.1. Знает: образовательные программы в области физической культуры и спорта на основе современных требований к методике преподавания в образовательных организациях основного общего, среднего общего и дополнительного образования</p> <p>-1.2. Умеет: реализовывать образовательные программы в области физической культуры и спорта на основе современных требований к методике преподавания в образовательных организациях основного общего, среднего общего и дополнительного образования</p> <p>-1.3. Владеет навыками по реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта на основе современных требований к методике преподавания в образовательных организациях основного общего, среднего общего и дополнительного образования</p>

3. Содержание дисциплины

Тема 1. Исторические этапы в развитии лыжного спорта. Лыжная подготовка в системе физического воспитания на современном этапе

Тема 2. Лыжный инвентарь, его подбор, хранение и уход.

Тема 3. Техника передвижения на лыжах

Тема 4. Методика обучения технике передвижения на лыжах

Тема 5. Основы тренировки в лыжном спорте

Тема 6. Лыжная подготовка в образовательных учреждениях, системе дополнительного образования

Тема 7. Совершенствование техники передвижения на лыжах

Тема 8. Организация, судейство и правила соревнований по лыжному спорту.