

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
«ПРИКАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТЕФАНІКА»**

Коломийський навчально-науковий інститут

Кафедра педагогіки і психології

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Теорія і методика викладання лижного спорту

Освітня програма : ОР "Бакалавр"

Спеціальність : 014 Середня освіта (фізична культура)

Галузь знань: 01 Освіта/Педагогіка

Затверджено на засіданні кафедри
Протокол № 1 від «26» серпня 2021 р.

ЗМІСТ

1. Загальна інформація
2. Анотація до курсу
3. Мета та цілі курсу
4. Компетентності
5. Результати навчання
6. Організація навчання курсу
7. Система оцінювання курсу
8. Політика курсу
9. Рекомендована література

1. Загальна інформація	
Назва дисципліни	Теорія і методика викладання лижного спорту
Рівень вищої освіти	ОР "Бакалавр"
Викладач (-і)	Чепіль М. В.
Контактний телефон викладача	0997019967
E-mail викладача	mariia.chepil@pnu.edu.ua
Формат дисципліни	нормативна
Обсяг дисципліни	90 год
Посилання на сайт дистанційного навчання	http://www.d-learn.pu.if.ua/index.php?
Консультації	
2. Анотація до курсу	
<p>Програма вивчення навчальної дисципліни «Теорія і методика викладання лижного спорту» складена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки «бакалавр» напрямку 014 «Середня освіта (фізична культура)». Програма вивчення дисципліни «Теорія і методика викладання лижного спорту» розроблена відповідно до вимог Міністерства освіти і науки України, типової програми для вищих навчальних закладів. Предметом вивчення навчальної дисципліни є формування у студентів знань і умінь з лижного спорту, формування здорового способу життя та навики ефективного використання різних засобів фізичного виховання і спорту для збереження та зміцнення здоров'я, психофізичної підготовки і самопідготовки до майбутньої професійної діяльності</p>	
3. Мета та цілі курсу	
<p>Розширення і поглиблення знань та умінь у лижному спорті, у формування професійної підготовленості до практичної діяльності з учнями сучасної школи. Поглиблення розуміння і значення комплексу професійних характеристик як головного орієнтиру у вивченні дисциплін навчального плану; ознайомлення студентів у специфічних умовах вузу з формами і змістом роботи з лижного спорту; набуття потрібних знань, умінь та навичок для успішної практичної діяльності вчителя фізичної культури на професійному рівні.</p>	
4. Компетентності	
Загальні:	
<p>ЗК 2. Знання і розуміння значення та змісту обраної професії; основних концепцій та базових понять у фізичній культурі і спорті, історії розвитку, основ гігієни праці; ЗК 4. Здатність до організаційної роботи, взаємодії в колективі, вміння враховувати психоемоційні особливості окремих осіб, зокрема, та колективу, загалом; ЗК 5. Здатність до самоосвіти і самовдосконалення, постійного підвищення особистого рівня кваліфікації; ЗК 6. Здатність у процесі навчання та при самостійній підготовці до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел, вміння використовувати інформаційні та комунікаційні технології; ЗК 7. Здатність визначати і формулювати професійні завдання, приймати обґрунтовані рішення; ЗК 8. Здатність працювати в команді, виконувати роботу в групі під керівництвом лідера, мати навички, що демонструють здатність до врахування вимог трудової дисципліни і інтересів колективу; ЗК 10. Здатність здійснювати аналіз й осмислення загальнонаукової та професійно орієнтованої літератури, у тому числі іноземної;</p>	

Спеціальні

ПК 1. Здатність формувати в учнів предметні компетентності з фізичного виховання, медико-біологічних та психологічних основ і технологій розвитку рухових умінь і навичок та фізичних якостей, санітарно-гігієнічних основ діяльності у сфері фізичної культури.

ПК 2. Здатність застосовувати сучасні методи й освітні технології навчання у фізичному вихованні.

ПК 3. Здатність здійснювати об'єктивний контроль і оцінювання рівня навчальних досягнень учнів з фізичного виховання

ПК 4. Здатність аналізувати особливості сприйняття та засвоєння учнями навчальної інформації з метою прогнозу ефективності та корекції навчально - виховного процесу з фізичного виховання.

ПК 6. Здатність до аналізу, систематизації та оцінки педагогічного досвіду, здатність до розробки методик та технологій для розвитку рухових умінь і навичок та фізичних (рухових) якостей) на основі розуміння і застосування положень фізіології, морфології, біохімії, біомеханіки

ПК 7. Здатність оволодівати базовими і новими видами фізкультурної діяльності

ПК 10. Здатність самостійно проводити навчальні заняття з фізичної культури з дітьми шкільного віку та учнями в загальноосвітніх установах, освітніх закладах середньої та професійної освіти, позакласну спортивно-масову роботу з учнями.

ПК 11. Здатність самостійно проводити заняття з в шкільній секції спортивного напрямку, здійснювати профілактику травматизму

ПК 13. Здатність оцінювати фізичні здібності і функціональний стан учнів, адекватно вибирати засоби і методи рухової діяльності для корекції стану учнів з урахуванням їх індивідуальних особливостей.

ПК 15. Здатність до організаційної роботи у сфері фізкультурно-оздоровчої роботи у навчальних закладах, позашкільних закладах учнівської молоді (зі спортивного туризму й орієнтування), літніх дитячих оздоровчих таборак

5. Результати навчання

ПРЗ 1. Знає та вміє застосовувати на практиці основні положення фізіології, біомеханіки, морфології, психології, біохімії для розвитку фізичних (рухових) якостей, формування рухових умінь і навичок людей різних вікових груп, володіє засобами інтегрального гармонійного (розумового, духовного і фізичного) розвитку людини.

ПРЗ 2. Усвідомлює витoki і еволюцію формування теорії спортивного тренування, медико-біологічні та психологічні основи і технологію фізичного виховання представників різних вікових груп, санітарно-гігієнічні основи діяльності у сфері фізичної культури і спорту

ПРЗ 4. Володіє актуальними технологіями педагогічного контролю і корекції, засобами і методами управління станом людини.

ПРЗ 5. Знає закони і принципи розучування рухових умінь і навичок, володіє теорією і методикою розвитку рухових умінь і навичок в базових видах рухової активності.

ПРУ 2. Спроможний розвивати педагогічну думку, методи педагогічного контролю і контролю якості навчання, актуальні дидактичні технології.

ПРУ 3. Володіє педагогічними, медико-біологічними, інформаційними технологіями для формування здорового способу життя, розвитку рухових умінь і навичок, розвитку фізичних (рухових) якостей у представників різних груп населення і вміє самостійно розробляти методик і технології для інтегрального гармонійного розвитку людини.

ПРУ 4. Володіє руховими вміннями і навичками в обраному виді спорту на рівні кваліфікованого спортсмена.

ПРУ 5. Володіє руховими навичками в базових видах спорту на рівні масових розрядів; вдосконалює руховий арсенал шляхом формування рухових умінь і навичок в інших видах спорту.

ПРУ 6. Вміє розробляти навчально-методичні матеріали (робочі програми, навчально-тематичні плани) на основі освітнього стандарту та зразкових програм з урахуванням виду освітньої установи, особливостей класу / групи та окремих учнів.

ПРЗ 9. Знає закономірності розвитку фізичних (рухових) якостей в різних видах рухової активності.
 ПРУ 8. Вміє визначати цілі і завдання, планувати навчальні заняття, розробляти необхідну документацію для проведення занять з фізичної культури та спорту.
 ПРУ 9. Здатний скласти планувальну і звітну документацію, організувати та проводити масові фізкультурні заходи та спортивні змагання

6. Організація навчання курсу

Обсяг курсу

Вид заняття	Загальна кількість годин
лекції	8
практичні	22
самостійна робота	60

Ознаки курсу

Семестр	Спеціальність	Курс (рік навчання)	Нормативний/ вибірковий
4	Середня освіта (фізична культура)	2	нормативний

Тематика курсу

Тема, план	Форма заняття	Література	Завдання, год	Вага оцінки	Термін виконання
Тема 1. Історія розвитку лижного спорту	Лекція Сам. робота	Згідно списку рекомендованої літератури	2 год. 6 год	5 бал.	Протягом семестру
Тема 2. Види лижного спорту	Лекція Сам. робота	Згідно списку рекомендованої літератури	2 год. 8 год	5 бал.	Протягом семестру
Тема 3. Інвентар і спорядження для занять лижним спортом	Лекція Практичне Сам. робота	Згідно списку рекомендованої літератури	2 год. 2 год 6 год	5 бал.	Протягом семестру
Тема 4. Основи техніки одночасних лижних ходів, поперемінних лижних ходів та ковзанярських лижних ходів	Лекція Сам. робота	Згідно списку рекомендованої літератури	2 год. 6 год	5 бал.	Протягом семестру
Тема 5. Техніка і методика навчання способом пересування на лижах	Практичне Сам. робота	Згідно списку рекомендованої літератури	4 год. 8 год	10 бал.	Протягом семестру
Тема 6. Методика навчання основам	Практичне Сам. робота	Згідно списку рекомендованої літератури	6 год. 8 год	10 бал.	Протягом семестру

одночасних та поперемінних лижних ходів		літератури			
Тема 7. Методика навчання ковзанярських лижних ходів	Практичне Сам. робота	Згідно списку рекомендованої літератури	4 год. 8 год	10 бал.	Протягом семестру
Тема 8. Організація і проведення змагань з лижних перегонів	Практичне Сам. робота	Згідно списку рекомендованої літератури	6 год. 10 год	10 бал.	Протягом семестру

7. Система оцінювання курсу

Загальна система оцінювання курсу	Шкала оцінювання: національна та ECTS		
	Сума балів за всівиди навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою для екзамену, курсового проекту (роботи), практики
	90 – 100	A	відмінно
	80–89	B	добре
	70–79	C	
	60–69	D	задовільно
	50–59	E	
	26–49	FX	незадовільно з можливістю повторного складання
	0-25	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни
<p>Фактична кількість балів, отримана студентом за результатами поточного контролю та підсумками, переводиться в державну оцінку за такими критеріями: А – оцінка «відмінно» (90-100 балів) виставляється за глибокі знання навчального матеріалу, що міститься в основних і додаткових рекомендованих літературних джерелах, вміння аналізувати явища, які вивчаються, у їх взаємозв'язку і розвитку, чітко, лаконічно, логічно послідовно відповідати на поставлені питання, вміння застосовувати теоретичні положення при розв'язуванні практичних задач; В – оцінка «добре» (80-89 балів) виставляється за міцні знання навчального матеріалу, включаючи розрахунки, аргументовані відповіді на поставлені питання; С – оцінка «добре» (70-79 балів) виставляється за міцні знання навчального матеріалу, включаючи розрахунки, аргументовані відповіді на поставлені питання, які, однак, містять певні (несуттєві)</p>			

	неточності; D – оцінка «задовільно» (60-69 балів) виставляється за посередні знання навчального матеріалу, мало аргументовані відповіді; E – оцінка «задовільно» (50-59 балів) виставляється за слабкі знання навчального матеріалу, неточні або мало аргументовані відповіді, з порушенням послідовності його викладання; FX – оцінка «незадовільно» з можливістю повторного складання екзамену (26-49 балів) виставляється за незнання значної частини навчального матеріалу, суттєві помилки у відповідях на питання; F – оцінка «незадовільно» з обов'язковим повторним вивченням модуля (навчальної дисципліни) (0-25 балів) виставляється за незнання значної частини навчального матеріалу, суттєві помилки у відповідях на питання, незнання основних фундаментальних положень. Екзаменаційна оцінка – сума балів за практичні роботи, виконані протягом семестру(60%), контрольну роботу(10%) і письмові відповіді та практичне завдання екзаменаційного білету(30%).
Вимоги до письмової роботи	
Практичні заняття	виконання 50% практичних робіт
Умови допуску до підсумкового контролю	виконання 50% практичних робіт
8. Політика курсу	
<p>Жодні форми порушення академічної доброчесності не толеруються. У випадку таких подій – реагування відповідно до Положення 1 і Положення 2.</p> <p>Програма курсу побудована так, що студенти засвоюють навички та вміння з атлетичної гімнастики, силових видів спорту на лекційних і практичних заняттях. Кожен етап засвоєння вмінь з атлетизму проходить так, щоб студент вмів самостійно застосувати ці знання у повсякденному житті та за професійною діяльністю. Підсумком вивчення дисципліни є іспит.</p>	
9. Рекомендована література	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Базилевич Н.О. Лижний спорт. Навчально-методичний посібник. Переяслав-Хмельницький, 2010. 161с. 2. Березовський В. А. Види лижного спорту : навч.-метод. посіб.для студ. інст. та факультетів фіз. вих. та спорту Київ., 2012. 176 с. 3. Власенко С. О. Лижний спорт з методикою викладання : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл.]Чернігів, 2002. 356 с. 4. Глазунов С. І., Озеров Є. О., Організація практичних занять з лижної підготовки : навч. посіб. Київ. : НАОУ, 2005. 168 с 5. Дудорова Л. Ю. Лижний спорт : навчально-методичний посібник для ст-ів ф-тів фіз. вих. педагог. інститутів та університетів. Вінниця, 2003. 123 с. 6. Лижна підготовка: Навчально-методичний посібник. Львів: Військовий інститут, 2006. 84 с. 7. Тимошенко Б. М. Лижний спорт : навчально-методичний посібник. Кам янець-Подільський, 2008. 280 с. 8. Яців Я. М. Лижний спорт : навчально-методичний посібник . Івано-Франківськ : Видавництво ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника», 2013. 100 с. 	

Викладач: Чепіль М. В.