

АННОТАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ЛЫЖНОГО СПОРТА

1 Цели и задачи изучения дисциплины

1.1 Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Теория и методика лыжного спорта» является формирование: системы знаний, умений и навыков теоретической, методической и практической профессиональной подготовки в данном виде спорта.

1.2 Задачи дисциплины

Изучение дисциплины «Теория и методика лыжного спорта» направлено на формирование у студентов следующих компетенций: ПК-1 – готовностью реализовывать образовательные программы по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов. В соответствие с этим ставятся следующие задачи дисциплины.

1. Формирование системы знаний, умений и навыков теоретической, методической и практической профессиональной подготовки выпускника к работе в области лыжного спорта.

2. Ознакомление с структурными основами, видами, типами и классификацией применения средств и методов лыжного спорта.

3. Обеспечение знаниями сущности закономерностей (принципов) педагогического процесса и системы физического воспитания, о двигательных действиях как основе предмета обучения, о целостном представлении закономерностей формирования двигательных умений и навыков в лыжном спорте.

4. Изучение основ воспитания физических качеств школьников, содержания и форм деятельности преподавателя, планирования процесса лыжной подготовки, целостные представления о закономерностях формирования физических качеств на основе двигательных умений и навыков в лыжном спорте.

5. Обеспечение знаний, умений и навыков профессиональной деятельности педагога, структуры процесса обучения, технологии проведения основных форм занятий по лыжному спорту, о содержании принципов, средств и методов организации планирования и педагогического контроля по лыжной подготовке школьников, студентов и взрослого населения.

6. Формирование системы знаний теории лыжного спорта, организации и содержания разделов спортивной тренировки, цикличности многолетней подготовки спортсменов, структуры и методики проведения занятий с различными категориями спортсменов, классификацию спортивных соревнований, разновидности форм планирования, контроля и судейства спортивных мероприятий.

7. Стимулирование самостоятельной деятельности по освоению содержания дисциплины и формированию необходимых знаний.

1.3 Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Теория и методика лыжного спорта» относится к вариативной части Блока 1 дисциплины (модули) основной образовательной программы.

Для освоения дисциплины «Теория и методика лыжного спорта» студенты используют знания, умения и виды деятельности, сформированные в процессе изучения предмета «Физическая культура», «Анатомия», «Физиология» на предыдущем уровне образования.

Дисциплины, на которых базируется данная дисциплина: спортивные дисциплины вариативной части Блока 1 дисциплины (модули) «Теория и методика гимнастики», «Теория и методика легкой атлетики».

Дисциплины, для которых данная дисциплина является предшествующей: «Методика обучения физической культуре», «Спортивная метрология».

1.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование специальных компетенций (ПК): ПК-1 готовностью реализовывать образовательные программы по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов

№ п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть
1.	ПК-1	готовность реализовывать образовательные программы по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов	- основы упражнений применяемых в лыжном спорте; - основные этапы, принципы, средства и методы обучения в лыжном спорте; - основы теории и методики преподавания лыжного спорта; - основы возрастно-половых закономерностей развития двигательных способностей и формирования двигательных навыков при занятиях в лыжном спорте	- формулировать конкретные задачи преподавания лыжного спорта в учреждениях системы среднего полного образования, разным группам населения с учетом их состояния здоровья, возраста, уровня физического развития и физической подготовленности;	- практического выполнения упражнений, входящих в программу дисциплины «Лыжный спорт и методика преподавания»; - применения специальной терминологии в процессе занятий, общения, воспитательной и консультационной работы;

2. Структура и содержание дисциплины

2.1 Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 2 зач.ед. (72 часа), их распределение по видам работ представлено в таблице (для студентов ОФО).

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр (часы)
		5
Контактная работа		
В том числе:		
Занятия лекционного типа	8	8
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)	26	26
Лабораторные занятия		
Иная контактная работа		
Контроль самостоятельной работы (КСР)	2	2
Промежуточная аттестация (ИКР)	0,2	0,2
Самостоятельная работа (всего)		
В том числе:		
Курсовая работа	–	–
Проработка учебного (теоретического) материала	15,8	15,8

Выполнение индивидуальных заданий (подготовка к устному опросу, практическому занятию)	10	10	
Подготовка к текущему контролю	10	10	
Контроль			
Подготовка к зачету			
Общая трудоемкость	час.	72	72
	в том числе контактная работа	36,2	36,2
	зач. ед.	2	2

2.2 Структура дисциплины

Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины.

Разделы дисциплины, изучаемые в 5 семестре (*очная форма*)

№	Наименование разделов	Всего	Количество часов			
			Аудиторная работа			Внеаудиторная работа
			ЛК	ПЗ	ЛР	СР
1	2	3	4	5	6	7
5 семестр						
1	Зарождение и развитие лыжного спорта в России	7	2			5
2	Основы системы спортивной подготовки в лыжном спорте	7	2			5
3	Основы техники передвижения на лыжах (основные понятия)	18	2	6		10
4	Методика обучения передвижению на лыжах	37,8	2	20		15,8
Итого по дисциплине			8	26	0	35,8

Примечание: ЛК – лекции, ПЗ – практические занятия / семинары, ЛР – лабораторные занятия, СР – самостоятельная работа.

2.3 Примерная тематика курсовых работ

Курсовые работы не предусмотрены учебным планом.

3. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины.

3.1 Основная литература:

1 Жданкина, Е. Ф. Физическая культура. Лыжная подготовка : учеб. пособие для вузов / Е. Ф. Жданкина, И. М. Добрынин ; под науч. ред. С. В. Новаковского. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 125 с. — (Серия : Университеты России). — ISBN 978-5-9916-9912-9. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/F85899AE-6038-4F41-AE66-292E66B579FD.

2 Корельская, И. Е. Лыжный спорт с методикой преподавания [Электронный ресурс]: учебное пособие / И. Е. Корельская ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Северный (Арктический) федеральный университет имени М. В. Ломоносова. – Архангельск : САФУ, 2015. – 114 с. - Библиогр.: с. 110. - ISBN 978-5-261-01062-3. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=436420>

3.2 Дополнительная литература:

1 Гилазиева, С. Р. Терминология общеразвивающих упражнений [Электронный ресурс] : учебное пособие / С. Р. Гилазиева, Т. В. Нурматова, М. Р. Валетов ; Министерство образования и науки Российской Федерации. - Оренбург : ОГУ, 2015. -

120 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-7410-1284-0 ; - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=438997>

2 Мухина, М.П. Физкультурное образование школьников [Электронный ресурс]: учебное пособие / М.П. Мухина ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск : Издательство СибГУФК, 2014. - 399 с. : табл. ; - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429366>

3 Современные аспекты спортивной тренировки лыжников и биатлонистов за рубежом [Электронный ресурс]: научно-методическое пособие / Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта ; сост. Ю.В. Корягина, В.А. Аикин. - Омск : Издательство СибГУФК, 2015. - 68 с. : ил. - Библиогр. в кн. ; - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459435>

4 Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта лыжные гонки [Электронный ресурс] — Электрон. дан. — Москва : Советский спорт, 2014. — 26 с. — URL: <https://e.lanbook.com/book/69812>.

3.3. Периодические издания:

1. Образовательные технологии (г. Москва) – URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1395271>

2. Педагогические измерения – URL: <http://dlib.eastview.com/browse/publication/19029/udb/1270>

3. Теория и практика физической культуры – URL: <https://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1358796>

4. Школьные технологии – URL: <http://dlib.eastview.com/browse/publication/18866/udb/1270>

5. Физическая культура и спорт в современном мире [Электронный ресурс]. – URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?titleid=50822>

6. Физическая культура, спорт и здоровье [Электронный ресурс]. – URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?titleid=51351>

7. Физическое воспитание и спортивная тренировка. – URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?titleid=51013>

8. Физическое воспитание студентов [Электронный ресурс]. – URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?titleid=28661>

4 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины.

1. Научная педагогическая электронная библиотека (НПЭБ) [сетевая информационно-поисковая система Российской академии образования, многофункциональный полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: <http://elib.gnpbu.ru>.

2. **Научная электронная библиотека статей и публикаций «eLibrary.ru»** : российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины, образования [5600 журналов, в открытом доступе – 4800] : сайт. – URL: <http://elibrary.ru>.

3. **Научная электронная библиотека. Монографии, изданные в издательстве Российской Академии Естествознания** [полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: <https://www.monographies.ru/>.

4. **Официальный интернет-портал правовой информации. Государственная система правовой информации** [полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: <http://publication.pravo.gov.ru>.

5. Российское образование : федеральный портал. – URL: <http://www.edu.ru/>.

6. Университетская информационная система РОССИЯ (УИС РОССИЯ) : сайт. – URL: <http://www.uisrussia.msu.ru/>.

7. Федеральная государственная информационная система «Национальная электронная библиотека» [на базе Российской государственной библиотеки] : сайт. – URL: <http://xn—90ax2c.xn--p1ai/>.

8. **Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов** [для общего, среднего профессионального, дополнительного образования; полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: <http://fcior.edu.ru>.

9. **ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»** [учебные, научные издания, первоисточники, художественные произведения различных издательств; журналы; мультимедийная коллекция: аудиокниги, аудиофайлы, видеокурсы, интерактивные курсы, экспресс-подготовка к экзаменам, презентации, тесты, карты, онлайн-энциклопедии, словари] : сайт. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=main_ub_red.

10. **ЭБС «Юрайт»** [раздел «ВАША ПОДПИСКА: Филиал КубГУ (г. Славянск-на-Кубани): учебники и учебные пособия издательства «Юрайт»] : сайт. – URL: <https://www.biblio-online.ru/catalog/E121B99F-E5ED-430E-A737-37D3A9E6DBFB>.

11. **ЭБС издательства «Лань»** [учебные, научные издания, первоисточники, художественные произведения различных издательств; журналы] : сайт. – URL: <http://e.lanbook.com>.

12. Электронная библиотека диссертаций Российской государственной библиотеки [авторефераты – в свободном доступе] : сайт. – URL: <http://diss.rsl.ru/>.

5. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем, профессиональных баз данных

5.1 Перечень информационных технологий.

– Компьютерное тестирование по итогам изучения дисциплины.

– Проверка домашних заданий и консультирование посредством электронной почты.

5.2 Перечень необходимого программного обеспечения.

1. Офисный пакет приложений «Apache OpenOffice»
2. Приложение позволяющее просматривать и воспроизводить медиаконтент PDF-файлов «Adobe Acrobat Reader DC»
3. Программы, демонстрации видео материалов (проигрыватель) «WindowsMediaPlayer».
4. Программа просмотра интернет контента (браузер) «Google Chrome »
5. Офисный пакет приложений «LibreOffice»
6. Программа файловый архиватор «7-zip»
7. Двухпанельный файловый менеджер «FreeCommander»
8. Программа просмотра интернет контента (браузер) «Mozilla Firefox»

5.3 Перечень информационных справочных систем :

1. Федеральный центр образовательного законодательства : сайт. – URL: <http://www.lexed.ru>.

2. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования. – URL: <http://www.fgosvo.ru>.

3. Научная электронная библиотека статей и публикаций «eLibrary.ru» : российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины, образования [база данных Российского индекса научного цитирования] : сайт. – URL: <http://elibrary.ru>.

4. Энциклопедиум [Энциклопедии. Словари. Справочники : полнотекстовый ресурс свободного доступа] // ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» : сайт. – URL: <http://enc.biblioclub.ru/>.

- 5 Электронный каталог Кубанского государственного университета и филиалов. – URL: <http://212.192.134.46/MegaPro/Web/Home/About>.
- 6 Calend.ru. Календарь событий : информационно-справочный ресурс. – URL: <http://www.calend.ru/>.
- 7 Электронный каталог Кубанского государственного университета и филиалов. – URL: <http://212.192.134.46/MegaPro/Web/Home/About>.
- 8 Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов [для преподавания и изучения учебных дисциплин начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования; полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: <http://school-collection.edu.ru>.
- 9 Единое окно доступа к образовательным ресурсам : федеральная информационная система свободного доступа к интегральному каталогу образовательных интернет-ресурсов и к электронной библиотеке учебно-методических материалов для всех уровней образования: дошкольное, общее, среднее профессиональное, высшее, дополнительное : сайт. – URL: <http://window.edu.ru>.
- 10 КиберЛенинка : научная электронная библиотека [научные журналы в полнотекстовом формате свободного доступа] : сайт. – URL: <http://cyberleninka.ru>.
- 11 Лекториум : видеокolleкции академических лекций вузов России : сайт. – URL: <https://www.lektorium.tv>.
- 12 Энциклопедиум [Энциклопедии. Словари. Справочники : полнотекстовый ресурс свободного доступа] // ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» : сайт. – URL: <http://enc.biblioclub.ru/>.

5.4 Перечень профессиональных баз данных

- 1 Базы данных компании «Ист Вью» [раздел: Периодические издания (на рус. яз.) включает коллекции: Издания по общественным и гуманитарным наукам; Издания по педагогике и образованию; Издания по информационным технологиям; Статистические издания России и стран СНГ] : сайт. – URL: <http://dlib.eastview.com>.
- 2 Scopus : международная реферативная и справочная база данных цитирования рецензируемой литературы [научные журналы, книги, материалы конференций] (интерфейс – русскоязычный, публикации – на англ. яз.) : сайт. – URL: <https://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic>.
- 3 Web of Science (WoS, ISI) : международная аналитическая база данных научного цитирования [журнальные статьи, материалы конференций] (интерфейс – русскоязычный, публикации – на англ. яз.) : сайт. – URL: <http://webofknowledge.com>.
- 4 Официальный интернет-портал правовой информации. Государственная система правовой информации [полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: <http://publication.pravo.gov.ru>.
- 5 Государственная политика в сфере спорта и международного сотрудничества // Министерство спорта Российской Федерации. – URL: <https://www.minsport.gov.ru/sport/high-sport/>
- 6 Федеральный научный центр физической культуры и спорта. – URL: http://vniifk.ru/about_vniifk.php
- 7 Подготовка спортивного резерва // Министерство спорта Российской Федерации. – URL: <https://www.minsport.gov.ru/sport/podgotovka/>
- 8 Детский центр физической реабилитации и спорта. – URL: <http://grossko.ru/>
- 9 ГТО. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» : официальный сайт. – URL: <https://user.gto.ru/>
- 10 Takzdorovo.ru. Ты сильнее. Минздрав утверждает! - портал о здоровом образе жизни. Официальный ресурс Министерства здравоохранения Российской Федерации. – URL: <http://www.takzdorovo.ru>
- 11 Союз биатлонистов России [http://biathlonrus.com/\(link is external\)](http://biathlonrus.com/(link is external))

Автор-составитель Пологова И.В., старший преподаватель кафедры физической культуры и естественно-биологических дисциплин филиала КубГУ в г. Славянске-на-Кубани.