

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Липецкий государственный педагогический университет  
имени П.П. Семенова–Тян–Шанского»**

**Основная образовательная программа**

Направление: 44.03.01 Педагогическое образование

Профиль: Физическая культура

Квалификация: бакалавр

Форма обучения: заочная

Срок обучения: 5 лет

Год начала подготовки: 2016 г.

**Аннотация рабочей программы дисциплины  
Лыжный спорт**

**1. Цель дисциплины:**

- приобретение теоретических знаний и практических навыков, необходимых для преподавания дисциплины.

**2. Место дисциплины в структуре ООП бакалавриата:**

Дисциплина реализуется в рамках вариативной части (Б1.В.ДВ.4.1)

- дисциплина «Лыжный спорт» относится к разделу Б1.В.ОД.7. и включает в себя: Историю развития лыжного спорта, его место и значение в системе физического воспитания граждан страны, теорию и методику его преподавания. Владение техникой основных способов передвижения на лыжах. Приобретение знаний, умений и навыков, необходимых для успешной самостоятельной педагогической работы.

**3. Требования к результатам освоения дисциплины:**

В результате освоения ОП бакалавриата обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине:

<b>Коды компетенций</b>	<b>Результаты освоения ОП</b>	<b>Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине</b>
ОК-8	готовностью поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность	<b>Знать</b> технологии поддержания должного уровня физической подготовки <b>Уметь</b> поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность <b>Владеть</b> навыками квалифицированного применения обоснованных средств и методов для поддержания должного уровня физической подготовки
ПК-1	• готовностью реализовывать образовательные программы по учебным предметам в соответствии с	<b>Знать</b> образовательные программы по учебным предметам в соответствии с требованиями образовательных стандартов <b>Уметь</b> реализовывать образовательные программы по учебным предметам <b>Владеть</b> технологиями использования

	требованиями образовательных стандартов	образовательных программ по учебным предметам в соответствии с требованиями образовательных стандартов
ПК-2	способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики	<b>Знать</b> современные методы и технологии обучения и диагностики <b>Уметь</b> использовать современные методы и технологии обучения и диагностики <b>Владеть</b> навыками рационального применения современных методов и технологий в обучения и диагностике

**4. Общая трудоемкость дисциплины** составляет 6 зачетных единиц (216 часов).  
Всего часов: 216 ч. Контактная работа: 8 ч.: - аудиторная: 8 ч.; - КСР: - 2,1ч.  
Самостоятельная работа: 208 ч.

#### 5. Семестры:

Семестр	Трудоемкость											Контроль	
	Зач. ед.	Часов всего	Контактная работа	Лекции		Практ. групп. и семинары		Практ.мал.гр. и лаб. занятия		Индивид. занятия			Самостоятельная работа
				Ауд.	КСР	Ауд.	КСР	Ауд.	КСР	Ауд.	КСР		
3	2	72	2,3	2				2	0,3			68	
4	3	108	3,8			2	1,5				0,3	140	Э

\* 3 – зачет, О – зачет с оценкой, Э - экзамен

#### 6. Основные разделы дисциплины:

1.	Предмет и задачи дисциплины «Лыжный спорт». Основы техники передвижения на лыжах. Техника одновременных и попеременных классических лыжных ходов. Методика обучения классическим лыжным ходам.
2.	Основы горнолыжной техники. Методика обучения отдельным элементам горнолыжной техники. Техника коньковых лыжных ходов и методика обучения. Учебная работа по лыжной подготовке. Урок как основная форма занятий по лыжной подготовке в школе. Внеклассная и внешкольная работа по лыжному спорту.

**7. Автор(ы)** (ФИО, должность, ученое звание):  
Коршиков В.М., доцент, к.п.н.

