

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

Основная образовательная программа

Направление: 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Профиль: Физическая культура и безопасность жизнедеятельности

Квалификация: бакалавр

Форма обучения: очная

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 «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. Овладение 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 дисциплины выпускник должен обладать следующими компетенциями

Коды компетенций	Результаты освоения ОП	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
ОК-8	готовностью поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность	Знать технологии поддержания должного уровня физической подготовки Уметь поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность Владеть 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 требованиями образовательных	Знать образовательные программы по учебным предметам в соответствии с требованиями образовательных стандартов Уметь реализовывать образовательные программы по учебным предметам Владеть технологиями использования образовательных программ по учебным предметам в соответствии с требованиями

	стандартов	образовательных стандартов
ПК-2	способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики	Знать современные методы и технологии обучения и диагностики Уметь использовать современные методы и технологии обучения и диагностики Владеть навыками рационального применения современных методов и технологий в обучения и диагностике

4. Общая трудоемкость дисциплины составляет 5 зачетных единиц (180 часов).

Всего часов: 180 ч.

Контактная работа: 62 ч.:

- КСР: - ч. Самостоятельная работа: 118 ч.

5. Семестры:

Семестр	Трудоемкость											Самостоятельная работа	Контроль
	Зач. ед.	Часов всего	Контактная работа	Лекции		Практ. групп. и семинары		Практ.мал.гр. и лаб. занятия		Индивид. занятия			
				Ауд.	КСР	Ауд.	КСР	Ауд.	КСР	Ауд.	КСР		
3	2	72	28	2			0,3	26				44	
4	3	108	34	2		2	1,8	30			0,3	74	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.
3.	Лыжный инвентарь, выбор, хранение, уход за ним. Лыжные мази и парафины.
4.	Организация и проведение соревнований и праздников по лыжному спорту. Правила соревнований по лыжным гонкам.

7. Автор(ы) (ФИО, должность, ученое звание):

Коршиков В. М. кандидат педагогических наук, доцент

