

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:

ФИО: Худин Александр Николаевич

Должность: Ректор

Дата подписания: 27.01.2021 14:29:43

Уникальный программный ключ:

08303ad8de1c60b987361de7085acb509ac5dad43141536271a0ee37e79a19

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

"Курский государственный университет"

Кафедра теории и методики физической культуры

УТВЕРЖДЕНО

протокол заседания

Ученого совета от 24.04.2017 г., №10

Рабочая программа дисциплины

Лыжный спорт

Направление подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование

Профиль подготовки: Преподавание физической культуры

Квалификация: бакалавр

Факультет физической культуры и спорта

Форма обучения: очная

Общая трудоемкость 3 ЗЕТ

Виды контроля в семестрах:
экзамен(ы) 5

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	5 (3.1)		Итого	
	уп	рп		
Неделя	18			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	18	18	18	18
Практические	36	36	36	36
Итого ауд.	54	54	54	54
Контактная работа	54	54	54	54
Сам. работа	18	18	18	18
Часы на контроль	36	36	36	36
Итого	108	108	108	108

Рабочая программа дисциплины Лыжный спорт / сост. А.Н. Гонтаренко, к.п.н. доцент каф. ТиМФК, П.В. Павлов, к.п.н. доцент каф. ТиМФК; Курск. гос. ун-т. - Курск, 2017. - с.

Рабочая программа составлена в соответствии со стандартом, утвержденным приказом Минобрнауки России от 04 декабря 2015 г. № 1426 "Об утверждении ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование (уровень бакалавриата)" (Зарегистрировано в Минюсте России 11 января 2016 г. № 40536)

Рабочая программа дисциплины "Лыжный спорт" предназначена для методического обеспечения дисциплины основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование профиль Преподавание физической культуры

Составитель(и):

А.Н. Гонтаренко, к.п.н. доцент каф. ТиМФК _____ 20____ г.

, П.В. Павлов, к.п.н. доцент каф. ТиМФК _____ 20____ г.

© Курский государственный университет, 2017

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1	формирование профессиональной компетентности на основе овладения знаниями, умениями и навыками в теории, методике и практике лыжного спорта будущими бакалаврами физической культуры для дальнейшей трудовой деятельности в учебных заведениях, коллективах физической культуры и спортивных школах.
-----	--

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП

Цикл (раздел) ООП:	Б1.В.ОД
--------------------	---------

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**ОПК-6: готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся****Знать:**

влияние занятий лыжным спортом на развитие организма обучающихся и состояние здоровья;
- гигиенические требования к форме одежды и погодным

Уметь:

- выбрать и подготовить площадку для обучения лыжным ходам;
- выбрать, разметить и подготовить тренировочный круг для занятия лыжной подготовкой
- подготовить занимающихся и проверить готовность инвентаря с учетом погодных условий.

Владеть:

- способами прокладки лыжни и разметки лыжной трассы;
- технологией установки и проверки качества установки креплений.

ПК-2: способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики**Знать:**

- методы и организацию комплексного контроля в занятиях лыжным спортом;
- основы научной и методической деятельности в сфере лыжного спорта;
- применение мультимедийных технологий в подготовке лыжников.

Уметь:

- проводить научно-исследовательскую и методическую работу по проблемам физического воспитания, оздоровительной физической культуры и спортивной тренировки средствами лыжного спорта;
- проводить соревнования по лыжному спорту для детей, подростков, взрослых и спортсменов различной квалификации;

Владеть:

- технологией обучения различных категорий людей технике передвижения на лыжах;
- технологией начального обучения занимающихся технике классических и коньковых лыжных ходов;
- технологией начального обучения занимающихся технике классических и коньковых лыжных ходов;
- технологией совершенствования техники классических и коньковых лыжных ходов;

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем	Вид занятий	Семестр / Курс	Часов	Интеракт.
	Раздел 1. Лекционный	Раздел			
1.1	Место лыжного спорта в системе физического воспитания	Лек	5	9	0
1.2	История развития лыжного спорта	Лек	5	9	0
	Раздел 2. Практический	Раздел			
2.1	Место лыжного спорта в системе физического воспитания.	Пр	5	10	0

2.2	Виды лыжного спорта и их характеристика, классификация и терминология	Пр	5	10	0
2.3	История развития лыжного спорта	Пр	5	16	0
Раздел 3. Самостоятельная работа		Раздел			
3.1	Лыжный инвентарь, выбор, хранение и уход за ним, оборудование, для ухода за инвентарем, лыжные мази.	Ср	5	4	0
3.2	Основы техники передвижения на лыжах	Ср	5	4	0
3.3	Методика обучения передвижению на лыжах	Ср	5	4	0
3.4	Организация и проведение соревнований по лыжному спорту и лыжных походов	Ср	5	6	0

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания для текущей аттестации

«Оценочные материалы для текущей аттестации одобрены протоколом заседания кафедры теории и методики физической культуры от «02» марта 2017 года № «7» и являются приложением к рабочей программе дисциплины».

5.2. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации

«Оценочные материалы для текущей аттестации одобрены протоколом заседания кафедры теории и методики физической культуры от «02» марта 2017 года № «7» и являются приложением к рабочей программе дисциплины».

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Заглавие	Эл. адрес	Кол-
Л1.1	Корельская И. Е. - Лыжный спорт с методикой преподавания - Архангельск: САФУ, 2015.	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=436420	1
Л1.2	Луценко С. А., Михайлов А. В., Тухто С. В., Заходякина К. Ю., Луценко С. А. - Базовые виды двигательной деятельности и методики обучения. Лыжный спорт: Учебно-методическое пособие - Санкт-Петербург: Институт специальной педагогики и психологии, 2013.	http://www.iprbookshop.ru/29969	1

6.1.2. Дополнительная литература

	Заглавие	Эл. адрес	Кол-
Л2.1	Корельская И. Е. - Лыжный спорт с методикой преподавания: учебное пособие - Архангельск: САФУ, 2015.	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=436420	1
Л2.2	- Обучение классическим лыжным ходам: учебно-методическое пособие - Москва: Спорт, 2016.	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=460918	1
Л2.3	- Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта лыжные гонки: стандарт - Москва: Советский спорт, 2014.	http://www.iprbookshop.ru/57665.html	1
Л2.4	Бутин И.М. - Лыжный спорт: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. - М.: Академия, 2000.		27
Л2.5	Раменская Т.И. - Специальная подготовка лыжника: учеб. книга - М.: СпортАкадемПресс, 2001.		5

6.1.3. Методические разработки

	Заглавие	Эл. адрес	Кол-
Л3.1	- Лыжные гонки: программа - М.: Советский спорт, 2005.		3

6.3.1 Перечень программного обеспечения

7.3.1.1	Microsoft Windows 7 Prof Open License: 47810017
7.3.1.2	Microsoft Office Professional 2003 Open License: 41902857
7.3.1.3	7-Zip Свободная лицензия GNU LGPL
7.3.1.4	Adobe Acrobat Reader DC Бесплатное программное обеспечение
7.3.1.5	Google Chrome Свободная лицензия BSD

7.3.1.6	Gnuplot Собственная свободная лицензия разработчика
7.3.1.7	
6.3.2 Перечень информационных справочных систем	
7.3.2.1	- Электронная библиотечная система «Научная библиотека КГУ» http://www.lib.kursksu.ru/ ;
7.3.2.2	- Электронно-библиотечная система IPRBooks http://www.iprbookshop.ru/ ;
7.3.2.3	- Электронная библиотека Юрайт http://www.biblio-online.ru/
7.3.2.4	- Российский образовательный портал http://www.school.edu.ru/default.asp ;
7.3.2.5	- Научная электронная библиотека http://elibrary.ru/ ;
7.3.2.6	- Федеральная университетская компьютерная сеть России http://www.runnet.ru/ ;
7.3.2.7	- Информационная система "Единое окно доступа к образовательным ресурсам" http://window.edu.ru/ .
7.3.2.8	- Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту http://lib.sportedu.ru
7.3.2.9	- Университетская информационная система «Россия» - http://uisrussia.msu.ru

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
7.1	Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, 305000, г. Курск, ул. Радищева, д. 33, ауд. 162
7.2	
7.3	Моноблок ASUS ET2220I – 1 шт.
7.4	
7.5	Мультимедиа проектор Optoma – 1 шт.
7.6	
7.7	Экран настенный для проектора – 1 шт.
7.8	
7.9	Стул – 30 шт.
7.10	
7.11	Стол – 15 шт.
7.12	
7.13	Доска аудиторная – 1 шт.
7.14	
7.15	Помещение для самостоятельной работы, 305000, г. Курск, ул. Радищева, д. 33, ауд. 146
7.16	
7.17	Стол – 61 шт.
7.18	
7.19	Стул – 162 шт.
7.20	
7.21	Моноблок (MSI MS-A912) – 27 шт. Моноблок (ASUS ET2220I) – 13 шт.
7.22	
7.23	
7.24	Спортивный зал, ауд. 701,
7.25	305000, г. Курск, ул. Радищева, 29:
7.26	Бревно гимнастическое переменной высоты – 1 шт
7.27	
7.28	Брусья гимнастические, женские – 1 шт
7.29	
7.30	Брусья гимнастические, мужские – 2 шт
7.31	
7.32	Дорожка гимнастическая – 1 шт
7.33	
7.34	Канат – 2 шт
7.35	
7.36	Конь гимнастический маховый – 3 шт

7.37	
7.38	Мат гимнастический 1х2х0.1м – 2 шт
7.39	
7.40	Мостик гимнастический – 2 шт
7.41	
7.42	Перекладина гимнастическая универсальная высокая – 1 шт
7.43	
7.44	Профессиональная стойка, баскетбольная – 2 шт
7.45	
7.46	Скамья гимнастическая 3м – 6 шт
7.47	
7.48	Станок хореографический 2м напольный – 5 шт
7.49	
7.50	Стеллаж практик MS 220/100/60(комплект) – 2 шт
7.51	
7.52	Стенка гимнастическая – 7 шт
7.53	
7.54	Стол для настольного тенниса с сеткой в комплекте – 6 шт

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1. Методические указания по освоению дисциплины (модуля)

Студентам необходимо ознакомиться с содержанием рабочей программы, с целями и задачами дисциплины, ее связями с другими дисциплинами образовательной программы, методическими разработками, имеющимися на кафедре.

1.1. Указания по подготовке к занятиям лекционного типа

Изучение дисциплины требует систематического и последовательного накопления знаний, поэтому студентам рекомендуется перед очередной лекцией просмотреть по конспекту материал предыдущей. При затруднениях в восприятии материала следует обращаться к основным литературным источникам, к лектору (по графику его консультаций) или к преподавателю на занятиях семинарского типа.

1.2. Указания по подготовке к занятиям семинарского типа

При подготовке к семинарским занятиям необходимо изучить соответствующие разделы основной и дополнительной литературы, методические и практические материалы, в том числе и в сети Интернет

1.3. Методические указания по выполнению самостоятельной работы

Самостоятельная работа студентов включает в себя выполнение заданий по подготовке документации учебных походов и соревнований, которые ориентированы на более глубокое усвоение материала изучаемой дисциплины. «Методических указаниях по самостоятельной работе по дисциплине утвержденных на заседании кафедры 29.09.2014 протокол № 2, находятся на кафедре «ТиМФК» в свободном доступе для студентов.

К дополнению к основной и дополнительной литературе при изучении дисциплины важным является систематическое обращение студентов к различным справочникам, энциклопедиям, интернет ресурсам, нормативным документам и картографическим материалам.

Особенностями работы с измерительными приборами и методиками являются: учет условий применения и требований Инструкции по эксплуатации и мер техники безопасности.