

**АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ ТЕОРИЯ И
МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ БАЗОВЫМ ВИДАМ СПОРТА
(ЛЫЖНАЯ ПОДГОТОВКА)**

Направление подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профиль подготовки «Спортивный менеджмент», II семестр.

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целями освоения дисциплины Теория и методика обучения базовым видам спорта (Лыжная подготовка) являются: создать представление о теоретических основах использования лыжной подготовки в физкультурно-спортивной деятельности в процессе обучения и как фактора обеспечения здоровья, организационных и нормативных основах соревновательной деятельности, овладеть технологиями планирования и проведения занятий и спортивно-массовых мероприятий для осуществления профессиональной образовательной и рекреационной деятельности.

Задачи курса:

- изучение студентами истории возникновения лыжного спорта, его места и значения в системе физического воспитания, овладение техникой основных способов передвижения на лыжах, прикладных упражнений;
- приобретение знаний, умений и навыков, необходимых для успешной самостоятельной организационной работы по лыжной подготовке и лыжному спорту.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Дисциплина Теория и методика обучения базовым видам спорта (Лыжная подготовка) относится к базовой части.

Пререквизиты дисциплины: «Анатомия человека», «История физической культуры и спорта», «Физическая культура и спорт».

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих общекультурных компетенций:

- способность планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста. (ОПК-1);
- способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке. (ОПК-3);
- способность обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь. (ОПК-7).

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Тема 1. История развития лыжного спорта.

Тема 2. Снаряжение лыжника-гонщика

Тема 3. Лыжные мази парафины и эмульсии.

Тема 4. Основы техники одновременных ходов.

Тема 5. Одновременный одношажный ход.

Тема 6. Одновременный 2-х шажный ход.

Тема 7. Методика обучения передвижения на лыжах.

Тема 7.1. Учить поворотам на месте и в движении.

Тема 7.2. Учить способам подъемов и спусков.

Тема 8. Учить классическим способом передвижения на лыжах.


Тема 9. Организация соревнований по лыжным гонкам.

Тема 9.1. Судейство соревнований по лыжным гонкам. Тестовые испытания.

5. ВИД АТТЕСТАЦИИ – зачет

6. КОЛИЧЕСТВО ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦ - 3 зачетных единицы, 108 час.

Составитель: к. б. н., доцент кафедры ТМФКСД Гаврилов В. В. 

Зав. кафедрой ТМФКСД к. п. н., доцент Власов А.В. 

Председатель учебно-методической комиссии направлений

49.03.01  д. б. н., профессор Т. Е. Батоцыренова

Директор ИФКС  к. п. н., доцент А. В. Гадалов

Дата:  Печать института

