

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
ІМЕНІ ІВАНА БОБЕРСЬКОГО

Кафедра зимових видів спорту

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

**Теорія і методика обраного виду спорту та спортивно
педагогічне вдосконалення**

IV - курс

(шифр і назва навчальної дисципліни)

**Програма
дисципліни спеціалізації
підготовки бакалавр**

галузь знань: 1 Освіта
(шифр і назва)

спеціальність: **17 Фізична культура і спорт**
(шифр і назва спеціальності)

Інститут, факультет, відділення; факультет фізичної культури і спорту
(назва інституту, факультету, відділення)

ЛЬВІВ 2024

Робоча програма з дисципліни «Теорія і методика обраного виду спорту та спортивно педагогічне вдосконалення» для студентів IV курсу за спеціальністю
17 Фізична культура і спорт

VII – VIII семестри.

Розробник: Клемба А.О. Ковцун В.В.

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри зимових видів спорту

Протокол від “ ____ ” _____ 2024 року № _____

Завідувач кафедри зимових видів спорту

_____ (Казмірук А.В.)
(підпис) (прізвище та ініціали)

Робоча програма затверджена на засіданні Ради факультету фізичної культури і спорту

Протокол від. “ ____ ” _____ 20__ року № _____

Голова _____ (Розторгуй М.С.)
(підпис) (прізвище та ініціали)

1. Опис навчальної дисципліни «ТіМОВС та СПВ» IV курс

Найменування показників	Спеціальність, рівень вищої освіти	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 9	Галузь знань <u>01 Освіта</u> (шифр і назва)	Дисципліна спеціалізації зимові види спорту	
Модулів – 2	Спеціальність (професійне спрямування): <u>017 Фізична культура і спорт</u>	Рік підготовки:	
Змістових модулів – 4		4-й	
Індивідуальне науково-дослідне завдання (назва)		Семестр	
Загальна кількість годин – 270		7 – 8-й	
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 8 самостійної роботи студента – 5	Рівень вищої освіти: <u>бакалавр</u>	Лекції	
		16 год.	- год.
		Практичні, семінарські	
		144 год.	- год.
		Лабораторні	
		-	-
		Самостійна робота	
		110 год.	- год.
		Індивідуальні завдання: -	
		Вид контролю: залік, іспит	

2. Мета та завдання навчальної дисципліни «ТіМОВС та СПВ»

Мета навчальної дисципліни – підготовка кваліфікованих фахівців з фізичної культури та спорту, яка включає оволодіння необхідними для професійної діяльності знаннями, вміннями і навичками, організації і проведення конвенційних занять з лижних видів спорту, з особами різних вікових груп, статі, стану здоров'я та фізичною підготовленістю.

Завдання :

- оволодіти методикою проведення оздоровчих занять на лижах;
- ознайомитись з особливостями планування навантаження в лижних гонках в навчальному році у загально освітніх школах;
- оволодіти системою планування навчально-тренувального процесу – як основи професійної діяльності в зимових видах спорту.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен

знати:

- методичні аспекти оздоровчо-тренувального впливу занять на лижах;
- особливості професійно-педагогічної діяльності тренера-викладача з фізичного виховання;
- систему планування навчального процесу з фізичного виховання та спорту в навчальних закладах III – IV рівнів акредитації з лижних видів спорту;

уміти:

- методично правильно навчити техніці класичних і ковзанярських ходів;
- використовувати методичні прийоми навчання і їх використання на заняттях з лижної підготовки;
- організовувати і проводити власні дослідження;
- проводити аналіз результатів наукових досліджень.

3. Програма навчальної дисципліни «ТіМОВС та СПВ»

Модуль 1

Теоретико-методичні основи лижного спорту

Змістовий модуль 1. Методичні аспекти оздоровчих занять на лижах.

Тема 1. Основні (фізіологічні, педагогічні) аспекти оздоровчого впливу занять з лижних видів спорту. Методика, планування та дозування навантаження в оздоровчих заняттях на лижах.

Рухові вправи та особливості їх використання на заняттях (аналітичний огляд). Характеристика фізіологічного впливу рухових вправ на організм людини. Педагогічні аспекти оздоровчого заняття на лижах. Методика проведення кондиційних занять і їх спрямованість. Максимально допустима ЧСС при фізичних навантаженнях на лижах. Система тіловиховання та її структура.

Тема 2. Передумови виникнення, хронологія змагань та нозологічні групи учасників змагань зимових Паралімпійських ігор.

Загальна характеристика Паралімпійського руху, періодизація Паралімпійських Ігор, нозологічні групи спортсменів на Паралімпійських Іграх. Особливості проведення масових змагань для осіб з особливими потребами. Склад суддівської колегії і послідовність її роботи. Планування змагань (календар, положення, програма).

Змістовий модуль 2. Науково-дослідна робота студентів.

Тема 3. Характеристика методів дослідження. Вимоги до написання наукової роботи.

Теоретичний аналіз і узагальнення, педагогічне тестування, медико-біологічні методи дослідження (антропометрія), соціологічні методи (опитування, анкетування), педагогічне спостереження, методи математичної статистики, педагогічний експеримент, психодіагностичні. Деякі аспекти у виборі методів дослідження.

Тема 4. Організація і проведення власних наукових досліджень студентами.

Аналіз літератури (документів) і передової практики; вибір теми; визначення завдань дослідження; розробка гіпотези; складання плану

проведення дослідження; підбір досліджуваних; підбір методів дослідження; організація умов проведення досліджень; збір матеріалів дослідження; математична і статистична обробка матеріалів; оформлення результатів дослідження.

Модуль 2

Особливості системи планування навчального процесу та діяльності тренера з фізичного виховання та спорту

Змістовий модуль 1. Особливості професійно-педагогічної діяльності тренера-викладача з фізичного виховання та спорту.

Виховна робота, як важлива складова в проведенні занять на лижах. Основні форми і методи виховної роботи. Планування виховної роботи. Сучасні вимоги до педагога. Педагогічні здібності тренера-викладача.

Тема 5. Завдання та функції тренера–викладача. Вимоги до особистості.

Загальні функції: визначення цілі, прогнозування, планування, розробка і прийняття управлінського рішення, організація дій, облік, контроль і оцінка діяльності, робота з інформацією.

Спеціальні функції: експертно-консультативна, виховна, представницька.

Тема 6. Стили, типи та досвід тренера-викладача на заняттях з лижних видів спорту.

Особливості педагогічної діяльності на заняттях з лижного спорту. Соціально-психологічна характеристика педагога з фізичного виховання і спорту, вимоги до взаємин у системі "тренер – спортсмен".

Змістовий модуль 2. Система планування навчально-тренувального процесу в зимових видах спорту.

Матеріально технічне забезпечення занять з лижного спорту. Тренажери та їх призначення на заняття з лижного спорту. Наукове забезпечення занять з лижних перегонів.

Тема 7. Основи планування у фізичному вихованні та спорті. Предмет, види і методи планування (на прикладі зимових видів спорту).

Види планування (перспективне та поточне). Основні види робіт при плануванні занять. Яких цілей потрібно досягти та яких правил слід дотримуватись при плануванні навчального процесу в сфері фізичного виховання та спорту.

Тема 8. Облік в системі фізичного виховання та спорту (на прикладі зимових видів спорту).

Основи планування на заняттях з лижного спорту Що слід розуміти під «обліком» та які аспекти потрібно враховувати в системі фізичного виховання та спорту. Вимоги до показників контролю. Оцінка і контроль за рівнем розвитку фізичних якостей. Загальні поняття контролю. Тестовий контроль (на прикладі конвенційного тренування на лижах).

4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин					
	денна форма					
	усього	у тому числі				
		л	п/сем	лаб	інд	с.р.
1	2	3	4	5	6	7
Модуль 1. Теоретико-методичні основи лижного спорту VII семестр						
Змістовий модуль 1. Методичні аспекти оздоровчих тренувань на лижах.						
Тема 1. Основні (фізіологічні, педагогічні) аспекти оздоровчого впливу занять з лижних видів спорту. Методика, планування та дозування навантаження в оздоровчих заняттях на лижах.	32	2	16	-	_*	14*
Тема 2. Передумови виникнення, хронологія змагань та нозологічні групи учасників змагань зимових Паралімпійських ігор.	24	2	14	-	_*	8*
Разом за змістовим модулем 1	56	4	30	-	_*	22*
Змістовий модуль 2. Науково-дослідна робота студентів.						
Тема 1. Характеристика методів дослідження. Вимоги до написання наукової роботи.	28	4	16	-	_*	8*
Тема 2. Організація і проведення власних наукових досліджень студентами.	30	-	18	-	_*	12*
Разом за змістовим модулем 2	58	4	34	-	_*	20*

<i>Усього годин</i>	114	8	64	-	-*	42*
Модуль 2. Особливості системи планування навчального процесу та діяльності викладача з фізичного виховання та спорту						
Змістовий модуль 1. Особливості професійно-педагогічної діяльності тренера-викладача з фізичного виховання.						
Тема 1. Завдання та функції тренера-викладача. Вимоги до особистості.	44	2	24	-	-*	18*
Тема 2. Стили, типи та досвід тренера-викладача на заняттях з лижних видів спорту	34	2	16	-	-*	16*
Разом за змістовим модулем 1	78	4	40	-	-*	34*
Змістовий модуль 2. Система планування навчально-тренувального процесу в зимових видах спорту.						
Тема 1. Основи планування у фізичному вихованні та спорті. Предмет, види і методи планування (на прикладі зимових видів спорту).	40	4	20	-	-	16
Тема 2. Облік в системі фізичного виховання та спорту (на прикладі зимових видів спорту).	38	-	20	-	-*	18
Разом за змістовим модулем 2	78	4	40	-	-*	34
<i>Усього годин</i>	156	8	80	-	-*	68
<i>Усього за рік</i>	270	16	144	-	-*	110
ІНДЗ			-	-		-

* Самостійні та індивідуальні заняття поза сіткою годин.

5. Теми лекційних занять

Модуль 1

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Методичні аспекти оздоровчого тренування в зимових видах спорту (на прикладі лижних перегонів).	2
2.	Передумови виникнення, хронологія змагань та нозологічні групи учасників змагань зимових Паралімпійських ігор.	2
3.	Характеристика методів дослідження. Вимоги до написання наукової роботи.	4
	Разом	8

Модуль 2

4.	Завдання та функції тренера викладача на заняттях. Вимоги до особистості.	2
5.	Стили, типи та досвід тренера на заняттях з лижних видів спорту.	2

6.	Планування та облік в системі фізичному вихованні та спорті (на прикладі зимових видів спорту).	4
	Разом	8

6. Теми практичних та семінарських занять

Модуль 1

№ з/п	Назва теми	Кількість Годин
1.	Визначення основних понять оздоровчого заняття на лижах.	4
2.	Оздоровчі ефекти занять на лижах.	2
3.	<i>Історія виникнення зимових Паралімпійських ігор, хронологія змагань та нозологічні групи.</i>	4
4.	Характеристика фізіологічного впливу рухових вправ на організм людини.	4
5.	Визначення рівня функціонального стану осіб різного віку та статі.	4
6.	Тестування РФС за методикою К. Купера (тест Купера 12 – хв. біг).	4
7.	<i>Методичні особливості проведення оздоровчих занять на лижах.</i>	4
8.	Вибір величини навантаження та інтенсивності руху.	4
9.	Комплексні програми середньої загальноосвітньої школи (фізична культура: лижна підготовка).	4
10.	<i>Вимоги до написання науково – дослідної роботи.</i>	4
11.	Організація та проведення власних наукових досліджень.	8
12.	Вибір адекватних методів дослідження. Підготовка апаратури для дослідження протоколів реєстрації результатів дослідження.	4
13.	Обробка результатів дослідження.	4
14.	Аналіз і узагальнення отриманих результатів.	4
15.	Загальна фізична підготовка (спортивні ігри, естафети, кроси, походи).	6
	Разом	64

Модуль 2

1.	<i>Професійно-педагогічна діяльності тренера-викладача з зимових видів спорту.</i>	4
2.	<i>Система планування навчально-тренувального процесу з лижних видів спорту.</i>	6
3.	Управлінська функція тренера-викладача.	4
4.	Загальні та спеціальні функції тренера-викладача.	6
5.	Соціально-психологічні якості особистості.	4
6.	Соціально-психологічні стилі тренера-викладача.	4
7.	Практичний досвід спортивно -педагогічної роботи.	18
8.	Визначення поняття планування в фізичному вихованні.	4

	Етапи, види планування в зимових видах спорту.	
9.	Предмет планування в зимових видах спорту.	4
10.	Планування в системі спортивних школах, клубах та профільних навчальних закладах. Облікова документація.	6
11.	Спортивно-педагогічна майстерність тренера-викладача з лижних видів спорту.	6
12.	Особливості планування в лижних видах спорту, структура заняття.	6
13.	Загальна фізична підготовка (спортивні ігри, естафети, кроси, походи).	8
	Разом	80

7. Самостійна робота

Модуль 1

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Розробка та обґрунтування програми оздоровчих занять на лижах.	6
2.	Написання конспекту основної частини оздоровчого заняття.	4
3.	Вибір методів моніторингу навантаження.	2
4.	Підготовка контингенту обстежуваних для проведення дослідження.	16
5.	Оволодіння методикою роботи з тестуючою апаратурою. Розробка протоколів реєстрації результатів дослідження.	14
	Разом	42

Модуль 2

1.	Функції тренера на заняттях з лижних видів спорту.	18
2.	Спостереження за педагогічною майстерністю тренера-викладача на заняттях.	16
3.	Ознайомлення з методичними основами планування навчального процесу в лижних видах спорту.	16
4.	Вибір засобів для заняття з лижної підготовки у Навчально-тренувальному процесі спортсменів.	18
	Разом	68

8. Методи контролю

Поточний контроль здійснюється під час проведення практичних та семінарських занять в усній та письмовій формах.

- Опитування.
- Перевірка завдань самостійної роботи.

- Перевірка матеріалів самопідготовки.

9. Завдання для студентів які навчаються за індивідуальним графіком

Самостійні роботи:

- Написання конспекту основної частини оздоровчого заняття.
- Розробка та обґрунтування програми оздоровчих занять на лижах.
- Словник термінів «Термінологія в обраному виді спорту».
- Вибір засобів для заняття з лижної підготовки у навчально-тренувальному процесі спортсменів.

Підсумковий контроль – VII семестр – залік, VIII семестр – екзамен (денна форма навчання).

10. Залікові вимоги практичної підготовки

1. Відвідування занять.
2. Опитування та доповнення.
3. Письмова робота.
4. Навчальна практика.
5. Участь у спортивно – масових заходах та змаганнях.
6. Конспект лекцій та виконання практичних завдань.

Залікові вимоги теоретичної підготовки

1. Теоретичні методи дослідження.
2. Емпіричні методи дослідження в ЗВС.
3. Форми представлення результатів власних досліджень.
4. Зміст висновків по роботі.
5. Визначення поняття «здоров'я».
6. Завдання оздоровчих занять на лижах.
7. Фізіологічні аспекти оздоровчих занять на лижах.
8. Переваги кондиційних занять на лижах.
9. Дозування навантаження в оздоровчих заняттях.
10. Допустима величина інтенсивності в залежності від віку і статі.
11. Визначення поняття «фізичне виховання і спорт».
12. Програми оздоровчих занять на лижах.
13. Планування в лижному спорті.
14. Види планів і методи планування.
15. Планування в системі фізичного виховання.
16. Планово-звітна документація тренера-викладача.
17. Плани, план-конспекти, конспекти занять з лижного спорту.
18. Особливості професійно-педагогічної діяльності тренера-викладача в лижному спорті.

19. Соціально-психологічні якості особистості.
20. Виховна робота тренера-викладача.
21. Типи темпераменту і їх прояв у різних видах лижного спорту.
22. Управлінська діяльність тренера-викладача на заняттях.

Екзаменаційні питання

1. Зміст наукової роботи студентів IV курсу кафедри ЗВС. Індивідуальний план виконання наукової роботи.
2. Класифікація змагань в зимових видах спорту.
3. Методика розвитку спритності в обраному виді спорту.
4. Експериментально-емпіричний рівень дослідження і його зміст в зимових видах спорту.
5. Основні документи планування змагань.
6. Функції педагога в сфері фізичного виховання.
7. Спостереження як метод дослідження.
8. Характеристика календарного плану змагань з зимових видів спорту.
9. Соціально-психологічні якості педагога з фізичного виховання та їх роль у зимових видах спорту.
10. Вимірювання – як метод наукового дослідження.
11. Характеристика положення про змагання.
12. Цілеспрямованість і її роль у формуванні звички – самостійне заняття фізичними вправами.
13. Опишіть методи дослідження, які ви використовували у своїй роботі.
14. Характеристика програми змагань (на прикладі зимових олімпійських ігор).
15. Роль емоцій у формуванні мотивів.
16. Науковий експеримент і його види.
17. Обладнання лижного стадіону.
18. Визначення поняття – темперамент і його роль у фізичному вихованні і педагогічній діяльності.
19. Зміст і завдання теоретичних досліджень.
20. Приміщення для учасників змагань і обслуговування змагань.
21. Класифікація видів темпераменту (сила і урівноваженість нервових процесів).
22. Контент-аналіз і його характеристика.
23. Головна суддівська колегія та її склад.
24. Особливості поведінки холериків і флегматиків на заняттях з лижної підготовки.
25. Метод експертних оцінок і його характеристика.
26. Склад суддівської колегії.
27. Особливості поведінки сангвініка на заняттях в обраному виді спорту.
28. Метод теоретичного узагальнення і його зміст.
29. Авторитарний і демократичний стиль педагога і її прояв у обраному виді спорту.

30. Місце методів теоретичного дослідження у вашій роботі.
31. Обов'язки головного секретаря.
32. Характеристика лижного спорядження.
33. Моделювання і аналогія – як метод наукового дослідження.
34. Підготовка і обладнання лижних трас.
35. Профілактика травматизму.
36. Прудкість – визначення поняття, та її роль у сезонних видах спорту.
37. Визначення понять «фізична культура», «фізичне виховання». Лижна підготовка, як засіб фізичного виховання.
38. Профілактика переохолодження і обмороження на заняттях з лижного спорту.
39. Передумови розвитку прудкості (швидкості).
40. Лижна підготовка, як засіб підвищення життєвих сил людини, відпочинку і відновлення.
41. Використання тренажерів на заняттях з лижного спорту.
42. Методичні особливості розвитку прудкості у зимових видах спорту.
43. Вплив кондиційного тренування на лижах на функціональний стан організму.
44. Класифікація тренажерних пристроїв за переважною спрямованістю.
45. Методика розвитку силових якостей.
46. Розвиток рухових якостей на заняттях з лижної підготовки.
47. Використання тренажерів для спрямованого розвитку витривалості і вдосконалення в техніці способів руху на лижах.
48. Витривалість, її види, прояв у зимових видах спорту.
49. Лижна підготовка – засіб загартування, профілактики серцево-судинних захворювань.
50. Характеристика навчального майданчика, навчальної і навчально-тренувальної лижні.
51. Силкові якості: визначення поняття, види.
52. Кондиційне тренування на лижах і старіння.
53. Сучасні тенденції вдосконалення спортивного спорядження в обраному виді спорту
54. Методика розвитку силових якостей.
55. Вибір місця проведення занять з лижної підготовки.
56. Зимові Олімпійські ігри в Пекіні 2022р.
57. Характеристика зимових видів спорту на витривалість.
58. Дозування навантаження в оздоровчому тренуванні на лижах.
59. Характеристика конспекту уроку з лижної підготовки.
60. Методи розвитку витривалості в лижних регіонах.
61. Дидактичні принципи і їх реалізація на заняттях лижної підготовки.
62. Зміст основної частини уроку лижної підготовки, спрямованого на розвиток рухових якостей.
63. Визначення поняття гнучкості. Види гнучкості.
64. Характеристика оздоровчих програм з лижної підготовки.

65. Розвиток рухових якостей школярів на уроках лижної підготовки (9,10 кл).
66. Методика розвитку гнучкості засобами обраного виду спорту.
67. Дозування інтенсивності пересування на лижах у заняттях з особами старшого віку.
68. Наукове забезпечення фізичного виховання широких верств населення.
69. Спритність та її роль у зимових видах спорту.
70. Завдання уроків лижної підготовки для дітей шкільного віку.
71. Спеціальні вправи для розвитку провідних якостей в обраному виді спорту.

11. Розподіл балів, які отримують студенти Розподіл балів за VII семестр

Поточне тестування та самостійна робота VII семестр				Сума
Змістовий модуль №1		Змістовий модуль № 2		
T1	T2	T1	T2	100
20	30	20	30	

Розподіл балів за VIII семестр

Поточне тестування та самостійна робота VIII семестр			Сума
Змістовий модуль №1		Змістовий модуль № 2	
T1	T2	Підсумковий тест (іспит)	100
35	15	50	

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проєкту (роботи), практики	для заліку
90-100	A	відмінно	зараховано
82-89	B	добре	
75-81	C		
68-74	D		
61-67	E	задовільно	
35-60	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ЗНАНЬ

з навчальної дисципліни «TiMOBC та СПВ» для студентів IV курсу VII семестр

1	Відвідування занять	15 балів	заняття – 0,2 б.
2	Опитування та доповнення	30 балів	повна відповідь – 2 б. доповнення – 1 б.
3	Письмова робота	15 балів	реферат
4	Навчальна практика	20 балів	від 5 до 20 балів (за проведення заняття з написанням конспекту)
5	Участь у спортивно – масових заходах та змаганнях	20 балів	від 5 до 20 балів

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ЗНАНЬ

з навчальної дисципліни «ТіМОВС та СПВ» для студентів IV курсу VIII семестр

1	Відвідування занять	10 балів	заняття – 0,22 б.
2	Опитування та доповнення	10 балів	повна відповідь – 2 б. доповнення – 1 б.
3	Письмова робота	10 балів	реферат
4	Навчальна практика	10 балів	від 5 до 20 балів (за проведення заняття з написанням конспекту)
5	Участь у спортивно – масових заходах та змаганнях	10 балів	від 5 до 20 балів
6	Іспит	50 балів	

12. Методичне забезпечення

Модуль 1

Змістовий модуль 1. Методичні аспекти оздоровчих занять на лижах.

Тема 1. Основні (фізіологічні, педагогічні) аспекти оздоровчого впливу занять з лижних видів спорту. Методика, планування та дозування навантаження в оздоровчих тренуваннях на лижах.

Рухові вправи та особливості їх використання на заняттях (аналітичний огляд). Характеристика фізіологічного впливу рухових вправ на організм людини. Педагогічні аспекти оздоровчого заняття на лижах. Методика проведення кондиційних занять і їх спрямованість. Максимально допустима ЧСС при фізичних навантаженнях на лижах. Система тіловиховання та її структура.

Практичне заняття. Визначення основних понять оздоровчого заняття на лижах. Оздоровчі ефекти занять на лижах.

Самостійна робота. Розробка та обґрунтування програми заняття на лижах. Написання конспекту основної частини оздоровчого заняття.

Реферат на тему: Оздоровчий ефекти від занять лижними перегонами під час дозвілля.

Вимоги до реферату: Структура реферату.

1. Титульний аркуш:
 - назва навчального закладу;
 - кафедра;
 - назва реферату;
 - виконавець (П.І.П., група, факультет);
 - місто, рік.
 2. Зміст (план).
 3. Вступ.
 4. Основні розділи і підрозділи реферату з посиланнями на літературні джерела наведені у списку літератури (у квадратних дужках, наприклад [3], де «3» - порядковий номер джерела).
 5. Висновки.
- Захист реферату.

Тема 2. Передумови виникнення, хронологія змагань та нозологічні групи учасників змагань зимових Паралімпійських ігор.

Загальна характеристика Паралімпійського руху, періодизація Паралімпійських Ігор, нозологічні групи спортсменів на Паралімпійських Іграх. Особливості проведення масових змагань для осіб з інвалідністю. Склад суддівської колегії і послідовність її роботи. Планування змагань (календар, положення, програма).

Практичне заняття. Історія виникнення зимових Паралімпійських ігор, хронологія змагань та нозологічні групи.

Змістовий модуль 2. Науково-дослідна робота студентів.

Тема 3. Характеристика методів дослідження. Вимоги до написання наукової роботи.

Теоретичний аналіз і узагальнення, педагогічне тестування, медико-біологічні методи дослідження (антропометрія), соціологічні методи (опитування, анкетування), педагогічне спостереження, методи математичної статистики, педагогічний експеримент, психодіагностичні. Деякі аспекти у виборі методів дослідження.

Практичне заняття. Вибір адекватних методів дослідження. Підготовка апаратури для дослідження протоколів реєстрації результатів дослідження.

Самостійна робота. Вибір методів моніторингу навантаження. Підготовка контингенту обстежуваних для проведення дослідження.

Тема 4. Організація і проведення власних наукових досліджень студентами.

Аналіз літератури (документів) і передової практики; вибір теми; визначення завдань дослідження; розробка гіпотези; складання плану проведення дослідження; підбір досліджуваних; підбір методів дослідження; організація умов проведення досліджень; збір матеріалів дослідження; математична і статистична обробка матеріалів; оформлення результатів дослідження.

Практичне заняття. Організація та проведення власних наукових досліджень. Обробка результатів дослідження. Аналіз і узагальнення отриманих результатів.

Самостійна робота. Оволодіння методикою роботи з тестуючою апаратурою. Розробка протоколів реєстрації результатів дослідження.

Модуль 2

Змістовий модуль 1. Особливості професійно-педагогічної діяльності тренера-викладача з фізичного виховання та спорту.

Тема 5. Завдання та функції тренера–викладача. Вимоги до особистості.

Загальні функції: визначення цілі, прогнозування, планування, розробка і прийняття управлінського рішення, організація дій, облік, контроль і оцінка діяльності, робота з інформацією.

Спеціальні функції: експертно-консультативна, виховна, представницька.

Практичне заняття. Управлінська функція тренера-викладача. Загальні та спеціальні функції тренера-викладача. Професійно-педагогічна діяльність тренера-викладача з фізичного виховання. Планування навчально-тренувального процесу в спортивних школах, клубах та профільних навчальних закладах.

Самостійна робота. Спостереження за педагогічною майстерністю тренера-викладача на заняттях.

Тема 6. Стилi, типи та досвiд тренера-викладача на заняттях з лижних видiв спорту.

Особливості педагогічної діяльності на заняттях з лижного спорту. Соціально-психологічна характеристика педагога з фізичного виховання і спорту, вимоги до взаємин у системі «тренер – спортсмен».

Практичне заняття. Соціально-психологічні якості особистості. Соціально-психологічні стилі тренера. Практичний досвід педагогічної роботи.

Самостійна робота. Спостереження за педагогічною майстерністю тренера-викладача на заняттях.

Змістовий модуль 2. Система планування навчально-тренувального процесу в зимових видах спорту.

Тема 7. Основи планування у фізичному вихованні та спорті. Предмет, види і методи планування (на прикладі зимових видів спорту).

Види планування (перспективне та поточне). Основні види робіт при плануванні занять. Яких цілей потрібно досягти та яких правил слід дотримуватись при плануванні навчального процесу в сфері фізичного виховання та спорту.

Практичне заняття. Предмет планування в лижному спорті. Педагогічна майстерність тренера-викладача з лижних видів спорту.

Самостійна робота. Ознайомлення з методичними основами планування навчального процесу в лижних видах спорту.

Тема 8. Облік в системі фізичного виховання та спорту(на прикладі зимових видів спорту).

Основи планування на заняттях з лижного спорту Що слід розуміти під «обліком » та які аспекти потрібно враховувати в системі фізичного виховання та спорту. Вимоги до показників контролю. Оцінка і контроль за рівнем розвитку фізичних якостей. Загальні поняття контролю. Тестовий контроль (на прикладі конвенційного тренування на лижах).

Практичне заняття. Особливості планування в лижних видах спорту, структура заняття.

Самостійна робота. Вибір засобів для заняття з лижної підготовки у Навчальному процесі студентів.

Рекомендована література

Базова

1. Келлер В. С. Функція управління у системі підготовки спортсменів / Теорія та практика фіз. культури, 2015. № 6. С. 57–58.
2. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання : підручник для студентів вищ.навч.закл. фіз.виховання і спорту / за ред. Т.Ю.Круцевич. – К.: Олимпийская литература. 2012.-т.1.-389 с.
3. Теорія і методика лижного спорту (лижні перегони) : навч.-метод. посіб. / Казмірук А.В., Ковцун В.В., Зіньків О.В., [та ін.]. – Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2021. – 124 с.
4. Передерій А. В. Теоретико-методичні підходи до періодизації багаторічної підготовки спортсменів у адаптивному спорті / Передерій А. В., Розторгуй М. С. // Спортивний вісник Придніпров'я. –2016. – № 1. – С. 91–95.
5. Розторгуй М. Підготовка спортсменів з інвалідністю на етапі спортивно-реабілітаційної підготовки в силових видах спорту / Марія Розторгуй, Аліна Передерій // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. – 2018. – № 1(41). – С. 61–66.

6. Organizational basics implementation of the programs of Special Olympics / Yevgenij Prystupa, Alina Perderiy, Yuriy Briskin, Maryan Pityn // Harvard Journal of Fundamental and Applied Studies. – 2015, – N 1(7), Vol. 8. – P. 266–272.

7. Roztorhui M. The training system of athletes with disabilities in strength sports / Mariia Roztorhui, Alina Perederiy, Yuriy Briskin, Olexandr Tovstonoh // Sportlogia. – Banja Luka, 2018. – Т. 14, N 1. – P. 98–106.

8. Ефективність використання зв'язуючих вправ у навчанні техніці лижних ходів (на прикладі позмінного чотирикрокового класичного ходу) [Електронний ресурс] / Клемба А., Гайдаш Л., Зіньків О. Любіжанін Ю. // Проблеми та перспективи розвитку науки на початку третього тисячоліття у країнах СНД : матеріали Х Міжнар. наук.- практ. інтернет-конф. – Переяслав-Хмельницький, 2013. – С. 307 – 309.

10. Лапутін А.М. Біомеханіка спорту / А.М. Лапутін, В.В. Гамалій, О.А. Архипов, В.О. Кашуба, М.О. Носко, Т.О. Хабінець – К., 2001. – 318 с.

12. Виноградський Б.А. Визначні постаті олімпійських конкурсів мистецтв /

Б.А. Виноградський, А. І. Литвинець, І. О. Литвинець, О. В. Зіньків : Вісник Чернігівського нац. пед. ун-ту ім. Т. Г. Шевченка. – Чернігів. 2015. - Вип. 129, т. 4. – С. 113 – 118.

13. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів Ч.2 Тернопіль: навчальна книга - Богдан; 2002-248с.

14. Клемба А. Особливості розвитку здатності оцінювати і управляти ритмічними характеристиками техніки руху на лижах / А. О. Клемба, Ю. Г. Любіжанін, О. В. Ченікало // Проблеми та перспективи розвитку науки на початку третього тисячоліття у країнах Європи та Азії : матеріали XLVIII Міжнар. наук.-практ. конф. – Переяслав-Хмельницький : Переяслав-Хмельницький держ. пед. ун-т ім. Г. Сковороди, 2017.

15. Клемба А. О. Методичні аспекти оздоровчого тренування на лижах / А. О. Клемба, Ю. Г. Любіжанін, О. В. Ченікало // Проблеми та перспективи розвитку науки на початку третього тисячоліття у країнах Європи та Азії :

матеріали XLVIII Міжнар. наук.-практ. конф. – Переяслав-Хмельницький : Переяслав-Хмельницький держ. пед. ун-т ім. Г. Сковороди, 2019.

16. Теорія і методика фізичного виховання : підручник для студентів вищ. навч. закл. фіз.виховання і спорту / за ред. Т. Ю.Круцевич. – Київ : Олімпійська література. 2008. – т.1. – 391 с.

18. Ярошик М. Я. Вплив дисципліни „Теорія і методика лижних видів спорту” на емоційний стан студентів ВНЗ сфери фізичного виховання і спорту України / М. Я. Ярошик, М. В. Стефанишин // Спортивна медицина, лікувальна фізкультура та валеологія – 2012 : матеріали XVI Міжнар. наук.-практ. конф. – Одеса, 2012. – С. 192–194

19. Герцик М. С., Вацеба О. М. Вступ до спеціальності галузі “Фізичне виховання і спорт” / Герцик М. С., Вацеба О. М. – Львів, 2002.

20. Єрмолова В. М. 10 уроків із П’єром де Кубертенем: метод. посіб. / В.М. Єрмолов. – Київ, 2016. – 236 с.

Інформаційні ресурси

Інтернет ресурси :

1. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: www.fis-ski.com
2. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: www.sfu.org.ua
3. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: www.rider.kiev.ua
4. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://paralympic.org.ua/ua>
5. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.ukrinform.ua/rubric-sports/3899294-paralimpijski-igri-dla-ukraini-istoria-geroizmu-paraatletiv-ta-voli-do-peremogi.html>
6. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BF%D0%B8%D1%81%D0%BE%D0%BA_%D0%BF%D0%B0%D1%80%D0%B0%D0%BB%D

[1%96%D0%BC%D0%BF%D1%96%D0%B9%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%B8%D1%85_%D1%87%D0%B5%D0%BC%D0%BF%D1%96%D0%BE%D0%BD%D1%96%D0%B2_%D0%A3%D0%BA%D1%80%D0%B0%D1%97%D0%BD%D0%B8](#)

7. [Електронний ресурс]. – Режим доступу:
<https://paralympic.org.ua/ua/news/nacionalna-paralimpijska-zbirna-komanda-ukrayini-na>