

ОПИС ВИБІРКОВОГО ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

Назва освітнього компонента	Лижний спорт з методикою навчання
Факультет	Соціально – психологічної освіти та фізичної культури
Кафедра	Фізичної культури та спорту
ППП НПП або ПП, науковий ступінь, вчене звання (за наявності)	Ільченко Сергій Сергійович, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент
Рівень (рівні) вищої освіти	Другий (магістерський) рівень вищої освіти
Загальний обсяг освітнього компонента	3 кредити ЄКТС /900 годин
Семестр (семестри) вивчення	2 семестр
Форма підсумкового контролю	Залік
Мова викладання	Українська
Форми здобуття освіти та розподіл годин	Денна форма: лекцій – 12 годин, практичних/семінарських – 12 годин, самостійної роботи – 66 годин.
	Заочна форма: лекцій – 6 годин, практичних/семінарських – 6 годин, самостійної роботи – 78 годин.
Коротка анотація та мета	Дисципліна «Лижний спорт з методикою навчання» спрямована на ознайомлення здобувачів освіти з теоретичними основами та практичними навичками у зимових видах спорту. У межах дисципліни розглядаються особливості техніки, тактики, правил безпеки та організації занять з лижного спорту, сноубордингу, ковзанярського спорту, хокею та інших зимових видів рухової активності. Метою дисципліни є формування у здобувачів освіти теоретичних знань і практичних умінь із зимових видів спорту, розвиток фізичних якостей, удосконалення координаційних здібностей, витривалості та навичок безпечної рухової діяльності в умовах зимового середовища.
Компетентності та/або результати навчання, що формуються або поглиблюються	Компетентності, що формуються та поглиблюються здатність застосовувати теоретичні знання та практичні навички з лижного спорту; здатність виконувати основні способи пересування на лижах, гальмування, повороти та подолання перешкод; здатність організовувати та проводити заняття з лижного спорту з урахуванням рівня фізичної підготовленості; здатність розвивати витривалість, силу, швидкість, координацію та спритність засобами лижного спорту; здатність дотримуватися правил безпеки та запобігати травматизму під час занять; Результати навчання Після завершення вивчення дисципліни здобувач освіти: знає історію, теоретичні основи та правила лижного спорту; знає будову, призначення та правила використання лижного спорядження;

	уміє виконувати основні способи пересування на лижах та технічні елементи лижної підготовки; уміє виконувати підйоми, спуски, повороти та гальмування на лижах; уміє добирати та дозувати фізичне навантаження під час занять; застосовує правила безпеки та поведінки на лижній трасі; уміє організовувати самостійні та групові заняття з лижного спорту; використовує засоби лижного спорту для розвитку фізичних якостей і зміцнення здоров'я;
Пререквізити/ рекомендований рівень підготовки	Спортивні споруди та обладнання.
Мінімальна та максимальна чисельність групи	5-12 осіб