

Теми практичних та семінарських занять
з навчальної дисципліни
«Теорія і методика обраного виду спорту та спортивно-педагогічне
вдосконалення»
(спеціалізація – лижний спорт)
для студентів **4 курсу, бакалавр**
спеціальності 014.11 „Середня освіта (фізична культура)”

Модуль 1

№ з/п	Назва теми	Кількість Годин
1.	Визначення основних понять оздоровчого заняття на лижах.	4
2.	Оздоровчі ефекти занять на лижах.	6
3.	Історія виникнення зимових Паралімпійських ігор, хронологія змагань та нозологічні групи.	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.	Методичні особливості проведення оздоровчих занять на лижах.	4
8.	Вибір величини навантаження та інтенсивності руху.	6
9.	Комплексні програми середньої загальноосвітньої школи (фізична культура: лижна підготовка).	8
10.	Вимоги до написання науково – дослідної роботи.	4
11.	Організація та проведення власних наукових досліджень.	12
12.	Вибір адекватних методів дослідження. Підготовка апаратури для дослідження протоколів реєстрації результатів дослідження.	8
13.	Обробка результатів дослідження.	6
14.	Аналіз і узагальнення отриманих результатів.	8
15.	Загальна фізична підготовка (спортивні ігри, естафети, кроси, походи).	14
	Разом	96

Модуль 2

1.	Професійно-педагогічна діяльності вчителя-викладача з фізичного виховання.	4
2.	Планування процесу з фізичного виховання студентів у навчальних закладах III – VI рівня акредитації з лижних видів спорту.	6
3.	Управлінська функція викладача.	4
4.	Загальні та спеціальні функції викладача.	6
5.	Соціально-психологічні якості особистості.	4

6.	Соціально-психологічні стилі викладача.	4
7.	Практичний досвід педагогічної роботи.	18
8.	Визначення поняття планування в фізичному вихованні. Етапи, види планування в лижних видах спорту.	4
9.	Предмет планування в лижному спорті.	4
10.	Планування в системі загально освітньої школи. Облікова документація.	6
11.	Педагогічна майстерність 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