



Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка
Факультет фізичної культури
Кафедра легкої атлетики з методикою викладання
Силабус навчальної дисципліни
«Різновиди зимових видів спорту»



Галузь знань:	01 Освіта / Педагогіка		
Спеціальність:	014 Середня освіта (Фізична культура)		
Освітньо-професійна програма:	Середня освіта (Фізична культура)		
Рівень вищої освіти:	перший (бакалаврський)		
Статус дисципліни:	Вибіркова навчальна дисципліна		
Мова викладання:	українська		
Викладачі:		ПІБ:	Воронетський Вадим Борисович
		Посада:	Старший викладач
		Вчений ступінь:	Кандидат педагогічних наук
		Телефон:	067 602 73 06
		E-mail:	voronetskyi@kpnu.edu.ua
		Робоче місце:	Аудиторія кафедри легкої атлетики з методикою викладання
		Профайл викладача:	https://la.kpnu.edu.ua/vidomosti-pro-vykladachiv/voronetskyj-vadym-borysovych/
			ПІБ:
	Посада:		доцент
	Вчений ступінь:		Кандидат наук з фізичного виховання і спорту
	Телефон:		
	E-mail:		honshovskyi@kpnu.edu.ua
Робоче місце:	Аудиторія кафедри легкої атлетики з методикою викладання		
	ПІБ:	Ліщук Василь Володимирович	
	Посада:	доцент	
	Вчений ступінь:		
	Телефон:		
	E-mail:	ztu.lischuk@gmail.com	
	Робоче місце:	Аудиторія кафедри легкої атлетики з методикою викладання	
Профайл викладача:	https://la.kpnu.edu.ua/vidomosti-pro-vykladachiv/lishchuk-vasyl-volodymyrovych/		

		ПІБ: Посада: Вчений ступінь: Телефон: E-mail: Робоче місце: Профайл викладача:	Потапчук Сергій Миколайович викладач кафедри легкої атлетики з методикою викладання 0672892490 potapchuk@kpnu.edu.ua Кафедра теорії і методики фізичного виховання https://fizkultura.kpnu.edu.ua/potapchuk-serhii-mykolaiovych/
		ПІБ: Посада: Вчений ступінь: Телефон: E-mail: Робоче місце: Профайл викладача:	Мельник Тетяна Григорівна викладач кафедри легкої атлетики з методикою викладання 067 999 26 82 melnyk_tatiana@kpnu.edu.ua Аудиторія кафедри легкої атлетики з методикою викладання
Сторінка курсу в MOODLE	https://moodle.kpnu.edu.ua/course/view.php?id=8179		
Консультації	Вівторок 2 і 4 тижні місяця - Навчально-тренувальна база університету - 17.35-19.10		
Анотація до курсу	<p>Навчальна дисципліна «Різновиди зимових видів спорту» в освітньо-професійній програмі «Середня освіта (Фізична культура)» є вибірковою, вільного вибору студента для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура), у першу чергу спрямований на загальну та професійну підготовку конкурентоздатного фахівця з фізичної культури та спорту, який володіє методологією наукового дослідження, сучасними технологіями у сфері зимових видів спорту, в змозі здійснювати, організовувати і проводити заняття та змагання з зимових видів спорту, застосовувати засоби і методів навчання та удосконалення технікою лижного спорту. Навчальна дисципліна передбачає вивчення 13-ти тем, з яких 7 тем розглядатимуться на лекційних заняттях: «Зимові Олімпійські ігри та характеристика видів, що входять в програму ігор», «Різновиди зимових видів спорту, які не входять до програми зимових Олімпійських ігор», «Різновиди лижних видів спорту та їх характеристика», «Різновиди ковзанярських видів спорту та їх характеристика», «Різновиди санних видів спорту та їх характеристика», «Різновиди ігрових зимових видів спорту та їх характеристика», «Різновиди зимові види спорту на механічних транспортних засобах та їх характеристика», відповідно 6-ти тем на практичних заняттях: «Зимові Олімпійські ігри та характеристика видів, що входять в програму ігор», «Різновиди олімпійських лижних видів спорту та їх характеристика», «Різновиди олімпійських санних видів спорту та їх характеристика», «Різновиди олімпійських ковзанярських видів спорту та їх характеристика», «Різновиди олімпійських ігрових зимових видів спорту та їх характеристика», «Різновиди зимових видів спорту, які не входять до програми зимових Олімпійських ігор».</p> <p>Опанування на відповідному рівні навчальною дисципліною «Різновиди зимових видів спорту» дасть можливість здобувачам вищої освіти першого (бакалаврського) рівня опанувати знаннями з зимових видів спорту; забезпечити необхідний рівень розвитку рухових якостей, можливостей функціональних систем організму, що несуть основне навантаження у зимових видах спорту; необхідний рівень спеціальної психічної підготовленості; набудуть теоретичних знань і практичного досвіду, що необхідні для успішної тренувальної і змагальної діяльності; комплексне удосконалення і виявлення у змагальній діяльності різнобічної підготовленості спортсмена.</p>		
Мета та цілі	Мета вивчення вибіркової навчальної дисципліни практичної підготовки «Різновиди зимових видів спорту» полягає у формуванні загальних та фахових компетентностей, програмних результатів навчання, у майбутніх вчителів фізичної культури, які спрямовані на		

курсу	підготовку висококваліфікованого фахівця, оволодіння ним вміннями і навичками, щодо здійснення фізкультурно-оздоровчої та навчально-тренувальної роботи з різним контингентом населення.
Методи навчання	Словесні: пояснення (при тлумаченні понять, явищ, термінів), розповідь, навчальна дискусія; наочні: демонстрація, ілюстрування; практичні: дослідницький метод, виконання практичних завдань; метод проблемного викладання.
Формат курсу	Стандартний курс (очний, заочний, комбіноване навчання, наприклад очний курс із елементами дистанційного навчання в системі Moodle).
Результати навчання	<p>- здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми в галузі середньої освіти, що передбачає застосування теорій та методів фізичного виховання і спорту, характеризується комплексністю та невизначеністю педагогічних умов організації навчально-виховного процесу в основній (базовій) середній школі.</p> <p>уміти:</p> <ul style="list-style-type: none"> - дати письмову або усну відповідь на питання про техніку різних зимових видів спорту; - обирати, готувати місця та інвентар для безпечного проведення занять з зимових видів спорту; - керувати групою на місці та в русі, під час пересування до місця занять та під час проведення занять; - виявляти та виправляти помилки в техніці занять різними зимовими видами спорту; - організувати і проводити змагання з зимових видів спорту; - організувати страхування і самострахування, надавати невідкладну допомогу під час занять та змагань на лижах і ковзанах. <p>володіти:</p> <ul style="list-style-type: none"> - термінологією в обсязі матеріалу, що вивчався; - вміннями використовувати засоби зимових видів спорту або їх елементів у професійній діяльності; - вміннями розробки та ведення технічної документації для організації, підготовки і проведення спортивних змагань із зимових видів спорту; - навичками організатора спортивно-масових заходів, організації і суддівства спортивних змагань із зимових видів спорту.
Компетентності:	<p><i>Загальні компетентності:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - здатність працювати в команді; - здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях; - здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями. <p><i>Фахові компетентності:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - здатність використовувати під час навчання та виконання професійних завдань базові знання з теорії і методики фізичного виховання та спортивної підготовки; - здатність до загальної орієнтації у застосуванні основних теоретичних положень та технологій оздоровчо-рекреаційної рухової активності; - здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар; - здатність розв'язувати практичні проблеми за невизначених умов в окремих напрямках фізичної культури і спорту; - використання професійно-профільних знань і практичних умінь та навичок з теорії і методики лижного спорту; - здатність до пошуку, аналізу інформації щодо новітніх способів рухової активності, в тому числі у горах, на снігу, у мандрівках та використання її у процесі життєдіяльності; - здатність застосовувати знання та уміння для ведення здорового способу життя, використання зимових видів спорту в системі фізичного виховання різних груп населення; - здатність організовувати заняття з рухової активності з використанням засобів зимових видів спорту для фізичного удосконалення та оздоровлення людини; - уміння застосовувати сучасні засоби, методи та технології під час фізкультурно-оздоровчої діяльності; - уміння використовувати системний підхід при визначенні обсягів фізичного навантаження для осіб, які застосовують засоби зимових видів спорту з метою

	фізичного самовдосконалення і оздоровлення.		
Пререквізити	Історія фізичної культури, Вступ до спеціальності, Біохімія, Анатомія людини з основами спортивної морфології, здобувачі вищої освіти повинні уміти кваліфіковано використовувати засоби та методи навчання та удосконалення з зимових видів спорту.		
Пореквізити	Ритміка і хореографія, Теорія і методика викладання атлетизму, Спортивні поруди і обладнання		
Обсяг і ознаки курсу	Найменування показників	Характеристика навчального курсу	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
	Рік навчання/ рік викладання	3-й	3-й
	Семестр вивчення	6-й	6-й
	Кількість кредитів ЄКТС	4	4
	Загальний обсяг годин	120	120
	Кількість годин навчальних занять	40	16
	Лекційні заняття	20	6
	Практичні заняття	20	10
	Семінарські заняття	-	-
	Лабораторні заняття	-	-
Самостійна та індивідуальна робота	80	104	
Форма підсумкового контролю	залік	залік	
Технічне й програмне забезпечення /обладнання	<p>Викладання освітнього компоненту «Різновиди зимових видів спорту» потребує наявності ноутбуку як мінімум для викладача, мобільних пристроїв у здобувачів вищої освіти з підключенням до інтернету, для комунікації у зовнішньому орієнтованому динамічному середовищі Moodle:</p> <ul style="list-style-type: none"> -виконання тестових завдань для поточного контролю; -виконання завдань самостійної роботи; -виконання домашніх завдань. <p>Вивчення курсу потребує використання обладнання з зимових видів спорту.</p>		
Політики курсу	<p><i>Академічна доброчесність.</i> Очікується, що відповіді здобувачів будуть їх оригінальними дослідженнями чи міркуваннями, передбачатимуть недопущення академічної недоброчесності (відсутність посилань на використані джерела, фабрикування джерел, списування, втручання в роботу інших здобувачів тощо). Виявлення ознак академічної недоброчесності в письмовій роботі здобувача є підставою для її незарахування викладачем, незалежно від обсягу плагіату чи обману.</p> <p>«Кодекс академічної доброчесності Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка» https://drive.google.com/file/d/1LIOReajanExMEnG2DvgdaFNACYWU00UL/view</p> <p>«Положення про дотримання академічної доброчесності педагогічними, науково-педагогічними, науковими працівниками та здобувачами вищої освіти в Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка» https://drive.google.com/file/d/0B_EBvdN4dQSIMUozdmc2Ti0xY3MzMS1hbjlXLVVQSDZmNjU4/view?resourcekey=0-WAE6ceQZqhHelYoJoPZ3Kg</p> <p><i>Відвідування занять.</i> Відповідно до пункту 9.2 «Правил внутрішнього розпорядку К-ПНУ імені Івана Огієнка» https://drive.google.com/file/d/1kXGZVxEIcG0Cmy33EvqF2c2E7hGHUrT8/view</p> <p>здобувачі вищої освіти зобов'язані: дотримуватися вимог законодавства, Статуту Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка» https://drive.google.com/file/d/1mSgohpxhjS9dAP9pippTiBvdTLCVr5H/view</p> <p>відвідувати усі види навчальних занять; вчасно інформувати деканат про неможливість відвідувати навчальні заняття, складати і перескладати заліки тощо, останні – у зв'язку з поважними причинами; подати підтверджувальні документи, які засвідчують поважну причину, що унеможливила відвідування навчальних занять, складання (перескладання) заліків тощо; ліквідувати академічну заборгованість у встановлені терміни.</p> <p><i>Визнання результатів неформальної та (або) інформальної освіти.</i> У випадку, якщо здобувач освіти отримав знання у неформальній та інформальній освіті, зарахування результатів навчання здійснюється згідно Положення про визнання результатів навчання, отриманих у формальній, неформальній та/або інформальній освіті у Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка (Порядок визнання результатів навчання здобувачів вищої освіти, отриманих шляхом здобуття неформальної/інформальної освіти в Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка), зокрема, якщо їх тематика відповідає змісту навчальної дисципліни (окремій темі або змістовому</p>		

	<p>модулю).</p> <p><i>В неформальній освіті:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -закінчення професійних курсів, семінарів або тренінгів, тематика яких відповідає змісту навчальної дисципліни (окремій темі або змістовому модулю); -підготовка конкурсної наукової роботи; -призове місце на Всеукраїнському конкурсі студентських наукових робіт; -призове місце на Всеукраїнській студентській олімпіаді -отримання сертифікату судді 1-ї, 2-ї або національної категорії у своєму виді спорту або суміжних видах. <p><i>В інформальній освіті:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -наявність наукової публікації; -волонтерська діяльність; -підготовка школярів-призерів інтелектуальних та творчих конкурсів з фізичної культури та спорту, дитячих змагань різного рівня; -наявність особистих спортивних досягнень (переможці, призери Чемпіонатів Світу, Європи, України, діючий МСМК, МС, КМС, I розряд. 							
Схема курсу	Денна форма навчання							
	Назви змістових модулів і тем	Кількість годин						
		у тому числі	разом	лекційні заняття	семінарські заняття	практичні заняття	лабораторні заняття	самостійна робота
Форми та методи оцінювання	Денна форма навчання							
	Змістовий модуль 1.							
	Основи теорії та техніки практичного виконання пересування на лижах							
	Разом годин	120	20	20		80		
	Заочна форма навчання							
	Змістовий модуль 1.							
Основи теорії та техніки практичного виконання пересування на лижах.								
Разом годин	120	6	10	-	104	-		
Форми та методи оцінювання	<p>Максимальний бал оцінки поточної успішності студентів на навчальних заняттях рівний 12-ти. Поточне та контрольне оцінювання здобувачів вищої освіти спеціальності 014 Середня освіта Фізична культура СВО «бакалавр» здійснюється із використанням таких форм та методів: усне опитування, тестування, практичне проведення фрагментів навчальних занять з зимових видів спорту, демонстрація, вирішення проблемних ситуацій, виконання творчих завдань, створення презентацій навчального матеріалу, аналіз виконаної роботи, модульна контрольна робота, залік.</p>							
Критерії оцінювання	«Відмінно» (40-35 балів)	<p>Здобувач вищої освіти виявляє глибокі фундаментальні теоретичні знання, повно викладає вивчений матеріал, виявляє розуміння предмета висловлювання, розуміє можливість різних тлумачень однієї і тієї ж проблеми, вміє оцінювати аргументи для її доведення, формулює своє бачення проблеми, виявляє розуміння матеріалу, може обґрунтовувати свої судження, застосовувати знання на практиці у нестандартних ситуаціях, наводити необхідні приклади, викладає матеріал логічно, послідовно, вживає мовні засоби відповідно до норм української літературної мови.</p>						
Критерії оцінювання	«Добре» (34-29 балів)	<p>Якщо відповідь здобувача відповідає тим самим вимогам, що і для оцінки „відмінно”, але при цьому студент допускає 1-2 помилки, які сам виправляє, і 1-2 недоліки в послідовності викладу матеріалу та мовному оформленні висловлювання. Здобувач вміє наводити власні приклади на підтвердження нових думок, може застосовувати вивчений матеріал у стандартних та дещо змінених ситуаціях.</p>						
Критерії оцінювання	«Задовільно» (28-24 балів)	<p>Здобувач виявляє знання і розуміння основних положень предмета, але викладає матеріал неповно і допускає неточності у визначенні понять; не вміє досить глибоко і доказово обґрунтовувати свої судження і наводити приклади; не в змозі захистити проект побудови системи роботи з певних тем дисципліни; викладає матеріал</p>						

		непослідовно і допускає помилки в мовному оформленні викладу.						
«Незадовільно» (23 і менше балів)	Здобувач виявляє незнання більшої частини вивченого матеріалу, не володіє методичним апаратом, допускає помилки у формулюванні понять, які спотворюють їх зміст, не вміє самостійно побудувати систему вивчення певних тем, хаотично і невпевнено викладає матеріал. Здобувач неспроможний виконати стандартні завдання навіть після навідних питань викладача.							
Денна форма здобуття вищої освіти (залік)								
<table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>Поточний контроль</td> <td>МКР</td> <td>Разом</td> </tr> <tr> <td>70 балів</td> <td>30 балів</td> <td>100 балів</td> </tr> </table>			Поточний контроль	МКР	Разом	70 балів	30 балів	100 балів
Поточний контроль	МКР	Разом						
70 балів	30 балів	100 балів						
Заочна форма здобуття вищої освіти (залік)								
<table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>Поточний контроль</td> <td>МКР</td> <td>Разом</td> </tr> <tr> <td>70 балів</td> <td>30 балів</td> <td>100 балів</td> </tr> </table>			Поточний контроль	МКР	Разом	70 балів	30 балів	100 балів
Поточний контроль	МКР	Разом						
70 балів	30 балів	100 балів						
	Об'єм пройденого матеріалу	Бали що нарах. за 12-бальною системою оцінювання						
	1. Конспект в робочому зошиті лекційного курсу (самостійна робота).	4-12						
	2. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – Лекційне заняття 1. Зимові Олімпійські ігри та характеристика видів, що входять в програму ігор.	4-12						
	3. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – Лекційне заняття 2 Різновиди зимових видів спорту, які не входять до програми зимових Олімпійських ігор.	4-12						
	4. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – Лекційне заняття 3. Різновиди лижних видів спорту та їх характеристика	4-12						
	5. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – Лекційне заняття 4. Різновиди ковзанярських видів спорту та їх характеристика.	4-12						

	6. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE Лекційне заняття 5 Різновиди санних видів спорту та їх характеристика	4-12
	7. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – Лекційне заняття 6 Різновиди ігрових зимових видів спорту та їх характеристика.	4-12
	8. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – Лекційне заняття 7 Різновиди зимових видів спорту на механічних транспортних засобах та їх характеристика.	4-12
	9. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – Практичне заняття 1. Зимові Олімпійські ігри та характеристика видів, що входять в програму ігор.	4-12
	10. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – Практичне заняття 2 Різновиди зимових видів спорту, які не входять до програми зимових Олімпійських ігор.	4-12
	11. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – Практичне заняття 3. Різновиди лижних видів спорту та їх характеристика	4-12
	12. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – Практичне заняття 4. Різновиди ковзанярських видів спорту та їх характеристика.	4-12
	13. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE Практичне заняття 5 Різновиди санних видів спорту та їх характеристика	4-12
	14. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – Практичне заняття 6 Різновиди ігрових зимових видів спорту та їх характеристика.	4-12

	15. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – Практичне заняття 7 Різновиди зимових видів спорту на механічних транспортних засобах та їх характеристика.	4-12
Інформаційне забезпечення з фонду та депозитарію Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка	<ol style="list-style-type: none"> 1. Березовський В.А., Подгаєцький А.В. Види лижного спорту : [навч.-метод. посіб.для студ. інст. та факультетів фіз. вих. та спорту] – К., 2012. – 176 с. 2. Ворона В. В., Ратов А.М. Лижний спорт: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів напрямків підготовки «Фізичне виховання» і «Спорт» тренерів ДЮСШ та вчителів фізичної культури – Суми : СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2019. – 202 с. 3. Нечаєв В. М., Нестеренко А.Ю., Стефанишин О.М. Лижні гонки : правила змагань / упор. [та ін.] – К., 2012. – 56 с. 4. Ажіппо О. Ю. Структура фізичної підготовленості юних лижників-гонщиків // Теорія та методика фізичного виховання. – 2010. – №12. – С.7–11. 5. Бурла А. О. Технічна та фізична підготовка юних біатлоністів : навч. посібн. – Суми : Сумський державний університет, 2015. – 182 с. 6. Яців Я. М. Лижний спорт : навчально-метод. посібн. – Івано-Франківськ : Видавництво ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника», 2013. – 100 с. 	
Локація	Згідно з розкладом https://kpmu.edu.ua/rozklad-zaniat/	

Розробники силабуса



Василь ЛІЩУК



Вадим ВОРОНЕЦЬКИЙ



Вадим ГОНШОВСЬКИЙ



Сергій ПОТАПЧУК



Тетяна МЕЛЬНИК

Завідувач кафедри теорії та методики фізичного виховання



Леонід ГУРМАН