Каталог вучэбнай дысцыпліны (модуля)

| | |
|---|---|
| Назва вучэбнай дысцыпліны (модуля) | Лыжны спорт і методыка выкладання |
| Код і назва спецыяльнасці | **1-03 02 01 03** Фізкультурна-аздараўленчая і турысцка-рэкрэацыйная дзейнасць |
| Курс навучання | 2-3 |
| Семестр навучання | 4-6 |
| Колькасць вучэбных гадзін вучэбнай дысцыпліны (модуля):<br>лекцыйныя<br>семінарскія<br>практычныя | <br><br>24<br>16<br>30 |
| Форма справаздачнасці | залік (4 сем.), экзамен (6 сем) |
| Колькасць крэдытаў | 4 |

Змест дысцыпліны

Вучэбная дысцыпліна "Лыжны спорт і методыка выкладання» з'яўляецца базавай тэарэтычнай і практычнай дысцыплінай, якая забяспечвае засваенне студэнтамі тэорыі і методыкі асноў тэхнікі лыжнага спорту, спартыўнай трэніроўкі, павышэнне паказчыкаў фізічнага развіцця, фізічнай падрыхтаванасці і ўмацаванне здароўя студэнтаў.

Змест вучэбнай дысцыпліны выкладзены ў наступных раздзелах:

1. Гісторыя лыжнага спорту.
2. Агульныя пытанні тэорыі і методыкі лыжнага спорту.
3. Інвентар і рыштунак лыжніка.
4. Аналіз тэхнікі і методыкі навучання спосабам перамяшчэння на лыжах.
5. Методыка трэніроўкі.
6. Арганізацыя і правядзенне спаборніцтваў.