**Учебной практики по «Лыжному спорту»**

**для специальности:**

**1-88 02 01 «Спортивно-педагогическая деятельность**

**(по направлениям)»;**

**1-88 02 01 -01 «Спортивно-педагогическая деятельность**

**(тренерская работа с указанием вида спорта)»**

Учебная практика по «Лыжному спорту» является частью образовательной подготовки студентов факультета физической культуры, формой организации учебного процесса; позволяет познакомиться с будущей профессиональной деятельностью; овладеть профессиональными умениями и навыками; организуется с учетом будущей специальности и специализации.

Практика выполняет адаптационную, обучающую, воспитывающую, развивающую, диагностическую функции.

*Целью учебной практики* по лыжному спорту является привитие устойчивого интереса к занятиям различными видами лыжного спорта, достижение физического совершенства и наиболее высоких спортивных результатов, повышение уровня физической работоспособности приобретение практических навыков организации, методики обучения, развития физических качеств, оздоровления в условиях учебной практики с использованием содержания спортивно-педагогических дисциплин учебного плана.

Задачи учебной практики: ознакомление с методикой подготовки лыжников в снежное и бесснежное время года; овладение навыками использования специально – подготовительных и имитационных упражнений в изучении техники классических и коньковых способов передвижения;освоение методики развития физических качеств лыжника: силы, быстроты, выносливости, координационных способностей;формирование умений организации и проведения соревнований по лыжным гонкам;обучение студентов профессиональным навыкам и умениям по подготовке лыжного инвентаря к занятиям, по организации учебно-тренировочных занятий;повышение уровня физической подготовленности студентов с использованием средств лыжного спорта.

В результате прохождения учебной практики по « Лыжному спорту» студент должен

*знать:* основы техники классических и коньковых способов передвижения; факторы риска, нормы и правила безопасных организаций и проведения занятий и соревнований по лыжному спорту; вопросы материально-технического обеспечения учебно-тренировочного процесса в лыжном спорте; правила проведения соревнований по лыжному спорту; методику оздоровительных и физкультурно-спортивных занятий на лыжах с различными возрастными группами населения; особенности формирования двигательных навыков и развития физических качеств при занятиях лыжным спортом; энергосберегающие технологии, обеспечивающие сохранение и укрепление здоровья;

*уметь:* анализировать технику двигательных действий, определять причины ошибок, находить и корректно применять средства, методы и методические приемы их устранения; планировать и проводить мероприятия по предупреждению травматизма на занятиях лыжным спортом; технически правильно выполнять, объяснять и показывать программные упражнения; составлять документы планирования и контроля, работать с психолого-педагогической, методической, специальной литературой; проводить занятия по обучению, совершенствованию техники передвижения на лыжах с подбором специально-подготовительных упражнений и упражнений, направленных на исправление ошибок с учетом возраста и подготовленности занимающихся.

*владеть:* навыками практического выполнения упражнений, входящих в программу дисциплины «Лыжный спорт и методика преподавания»; навыками использования специальной терминологии, профессиональной речи и жестикуляции в процессе занятий, общения, воспитательной и консультационной работы; навыками первой помощи при травмах на занятиях лыжным спортом; рациональной организацией и проведением занятий и соревнований по лыжному спорту в соответствии с содержанием программы учебной практики по лыжному спорту; техникой судейства спортивных соревнований по лыжному спорту.

*Для достижения цели и решения поставленных задач основными направлениями деятельности студента на практике являются*:

- непосредственное знакомство с системой организации учебно-воспитательной, физкультурно-оздоровительной работы в условиях учебной практики по лыжному спорту;

- организация и проведение массовых физкультурных мероприятий и спортивных соревнований по лыжному спорту;

- выполнение функций членов судейских бригад на соревнованиях по лыжному спорту;

- проектирование и планирования учебно-тренировочного занятия по лыжному спорту;

- обеспечение уровня двигательной активности, соответствующей состоянию и потребностям занимающихся;

- использование занятий по лыжному спорту как средства восстановления и укрепления здоровья, приобщения к здоровому образу жизни.

В результате прохождения практики студенты должны закрепить и развитьпредусмотренные в образовательном стандарте Республике Беларусь ОСВО 1-88 02 01- 2013. Специальность 1-88 02 01«Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям)»:

*академические компетенции* (АК):

АК-1 - уметь применять базовые научно – теоретические знания для решения практических и теоретических задач;

АК-2- владеть системным и сравнительным анализом;

АК-3- владеть исследовательскими навыками;

АК-4-уметь работать самостоятельно;

АК-5 –творчески подходить к решению задач профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта;

АК-6 - владеть междисциплинарным подходом при решении проблем;

АК-7 –иметь навыки, связанные с использованием современных информационных технологий ;

АК-8 –обладать навыками устной и письменной коммуникации;

АК-9- уметь учиться, повышать свою квалификацию в течение всей жизни);

*социально – личностные компетенции* (СЛК):

СЛК-1-обладать качеством гражданственности;

СЛК-2 – уметь работать в команде;

СЛК-3 – совершенствовать и развивать свой интеллектуальный и общекультурный уровень, добиваться нравственного и физического совершенствования своей личности;

СЛК-6 – уметь использовать в практической деятельности основы законодательства и правовые нормы;

СЛК-8- проявлять инициативу, в том числе и в нестандартных ситуациях);

*профессиональные компетенции (ПК):*

ПК- 1-формировать у занимающихся физическую культуру личности;

ПК -2 – воспитывать ответственность за результаты учебной деятельности;

ПК-3 – формировать в процессе физического воспитания у занимающихся систему научных знаний, двигательных умений, навыков и готовность их использовать в различных сферах человеческой деятельности;

ПК-4- осуществлять планирование, организацию и контроль образовательного процесса, спортивной и физкультурно-оздоровительной деятельности;

ПК-5- работать с научно – методической литературой;

ПК-21-осуществлять физическую, техническую, тактическую, психологическую спортивную подготовку ;

ПК-25 – обеспечивать безопасность спортивной подготовки, осуществлять профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь;

ПК-26 – выбирать и использовать эффективные средства восстановления после физических нагрузок и травм;

ПК-27 – осваивать и использовать современные методики физического воспитания;

ПК-28 –формировать знания двигательные умения и навыки;

ПК-29 – нормировать и контролировать физическую нагрузку;

ПК-30 – организовывать и проводить соревнования, спортивно – массовые и физкультурно- оздоровительные мероприятия),

ПК-31 – обеспечить безопасность спортивной подготовки, осуществлять профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь;

 ПК-32–осуществлять пропаганду физической культуры, спорта и туризма, здорового образа.

Основными *методами* (технологиями) обучения, адекватно отвечающими целям практики, являются:

- частично-поисковый и исследовательский методы;

- коммуникативные технологии, основанные на активных формах и методах обучения;

- игровые технологии (деловые, ролевые, имитационные игры).

Учебная практика по лыжному спорту студентов 1 курса `факультета физической культуры, обучающихся в дневной форме получения высшего образования по специальности «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа с указанием вида спорта)» проводится в течение недели, в количестве 36 часов согласно учебному плану, на спортивной базе УО «Мозырский государственный педагогический университет имени И.П.Шамякина».