Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Байханов Исмаил Баутдинович
Должность: Ректор
Дата подписания: 15.09.2022 10:57:39
Уникальный программный ключ:
442c337cd125e1d014f62698c9d813e502697764

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЧЕЧЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

КАФЕДРА ЧПОРТИВНЫХ ДИСЦИПЛИН

Утверждаю:
Зав. каф.: К.Ш. Дунаев
_____
(подпись)
Протокол № 10 заседания
кафедры от 26.05.2022

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Лыжная подготовка методикой преподавания
(наименование дисциплины (модуля)

44.03.01 Педагогическое образование
(код и направление подготовки)

Профиль(и) подготовки
Физическая культура

Квалификация
бакалавр

Форма обучения
Очная, заочная

Год набора
2022

Грозный, 2022

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ / МОДУЛЯ

1.1. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина Б1.О.07.12 «Лыжный спорт с методикой преподавания» относится к предметно-методическому модулю программы 44.03.01 Педагогическое образование, программа бакалавриата «Физическая культура».

Дисциплина изучается на 1 и 2 курсах (в 2 и 4 семестрах). Дисциплина «Лыжный спорт с методикой преподавания» опирается на компетенции, сформированные при изучении дисциплин (модулей) «Возрастная анатомия, физиология и гигиена», «История физической культуры и спорта», «Гимнастика с методикой преподавания» и «Физическая культура и спорт». Данная дисциплина является основой для изучения дисциплин: «Профессиональная деятельность педагога по физической культуре», «Теория и методика физической культуры и спорта», «Теория и организация адаптивной физической культуры», «Физкультурно-оздоровительные технологии», а так же для прохождения учебной педагогической практики, производственной педагогической практики и преддипломной практики для выполнения выпускной квалификационной работы.

1.2.Цель освоения дисциплины (модуля)

Формирование компетенций в области преподавания дисциплины Лыжный спорт в различных звеньях физического воспитания, в учреждениях среднего общего и высшего образования и реализации программ дополнительного образования с учетом обеспечения охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности, поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности с учетом индивидуальной траектории обучения.

1.3. Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)

Достижение цели освоения дисциплины (модуля) обеспечивается через формирование следующих компетенций *(с указанием шифра компетенции):*

Дисциплина направлена на формирование следующих компетенций выпускника:

УК-7-способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

ПК-5-способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности;

ПК-9 -способен проектировать индивидуальные образовательные маршруты обучающихся по преподаваемым учебным предметам.

Индикаторы достижения компетенций:

УК-7.1. Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности

УК-7.4. Демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.

ПК-5.4. применяет здоровьесберегающие технологии физического воспитания и спортивной тренировки занимающихся с применением общедидактических принципов обучения, принципов спортивной тренировки, реализуемых в различных режимах нагрузки в учебном процессе и внеурочной физкультурно-спортивной деятельности.

ПК-9.3. проектирует и проводит индивидуальные и групповые занятия по физической культуре, кондиционной тренировке, физкультурно-спортивной, тренировочной, соревновательной деятельности занимающихся с особыми образовательными потребностями и возможностями.

Таблица 1

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенций, которые формирует дисциплина (модуль)	Планируемые результаты обучения
УК-7.	УК-7.1. Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности	знать: -основы теории и методики развития физических качеств, способностей, функциональных систем организма с применением средств гимнастики; -критерии оценивания уровня физической подготовленности обучающихся для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности уметь: -применять полученные знания в профессиональной деятельности с участниками образовательного процесса для реализации физкультурно-рекреационных, оздоровительно-реабилитационных, спортивных, профессионально-прикладных и гигиенических задач; -рационально использовать методы и средства гимнастики для оценивания уровня физической подготовленности обучающихся с целью обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; -оценивать эффективность занятий гимнастикой, анализировать технику двигательных действий, определять причины ошибок, находить и корректно применять средства, методы и методические приемы их устранения; владеть: -навыками практического выполнения упражнений, входящих в программу дисциплины «Гимнастика с методикой преподавания», -навыками применения гимнастической терминологии в процессе занятий, общения, воспитательной и консультационной работы;-способами оценивания общих и специфических показателей физической подготовленности различных категорий обучающихся. ПК-5(ПК-5.4.)

		знать: -основные характеристики средств гимнастики, методические особенности гимнастики для обеспечения охраны жизни и здоровья обучающихся, -факторы риска, нормы и правила безопасных организации и проведения занятий по гимнастике; уметь:-разрабатывать и реализовывать в учебном процессе программы обучения упражнениям, комплексы для развития физического и двигательного потенциала, формирования психической кондиции личности, с учетом охраны жизни и здоровья обучающихся, в процессе проведения внеурочных форм занятий;-планировать и проводить мероприятия по профилактике несчастных случаев на занятиях гимнастики, оказывать первую доврачебную помощь пострадавшим; владеть:-способами применения средств гимнастики для воспитания физических качеств, укрепления здоровья занимающихся, формирования здорового образа жизни на основе потребностей в физической активности, -системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств обучающихся -способами планирования и проведения мероприятия по профилактике травматизма и оказания первой медицинской помощи.
ПК-5	ПК-5-способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности	знать: -основные характеристики средств гимнастики, методические особенности гимнастики для обеспечения охраны жизни и здоровья обучающихся, -факторы риска, нормы и правила безопасных организации и проведения занятий по гимнастике; уметь: -разрабатывать и реализовывать в

		учебном процессе программы обучения упражнениям, комплексы для развития физического и двигательного потенциала, формирования психической кондиции личности, с учетом охраны жизни и здоровья обучающихся, в процессе проведения внеурочных форм занятий;-планировать и проводить мероприятия по профилактике несчастных случаев на занятиях гимнастики, оказывать первую доврачебную помощь пострадавшим; владеть: -способами применения средств гимнастики для воспитания физических качеств, укрепления здоровья занимающихся, формирования здорового образа жизни на основе потребностей в физической активности, -системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств обучающихся -способами планирования и проведения мероприятия по профилактике травматизма и оказания первой медицинской помощи.
ПК-9	ПК-9 - способен проектировать индивидуальные образовательные маршруты обучающихся по преподаваемым учебным предметам.	Знать: -средства и методы обучения, воспитания и развития с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся, -методические приемы развития необходимых умений и навыков для взаимодействия с участниками образовательного процесса -факторы, определяющие эффективность проектирования индивидуальных образовательных маршрутов обучающихся по учебному предмету, гимнастика. уметь: -выполнять технологии обучения, воспитания и развития с учетом

		социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся; -подбирать и применять на занятиях гимнастики адекватные поставленным задачам современные научно обоснованные средства и методы обучения, и организационные приемы работы с занимающимися. -на основе требований стандарта организовывать учебный процесс для решения физкультурно-рекреационных, оздоровительно-реабилитационных, спортивных, профессионально-прикладных и гигиенических задач, дляподдержания активности и инициативности, самостоятельности обучающихся, на основе оценки их физического и функционального состояния. владеть: -способностью разрабатывать и проектировать индивидуальные программы и методики освоения обучающимися основных разделов гимнастики, -навыками рациональной организации и проведения занятий гимнастикой в соответствии с требованиями образовательных стандартов, содержанием действующих образовательных программ и спецификой контингента занимающихся.

1.4. Объем дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 108ч/3 з.е.

Таблица 2

Вид учебной работы	**Количество академ. часов**			
	Очно		**Заочно**	
4.1. Объем контактной работы обучающихся с	**40**	40	8	**8**
4.1.1. аудиторная работа	**а**	а	а	**а**
в том числе:				
лекции	10	10	4	4

практические занятия, семинары, в том числе практическая подготовка	30	30	4	4
лабораторные занятия				
4.1.2. внеаудиторная работа	**в**	в	в	**в**
в том числе:				
индивидуальная работа обучающихся с				
курсовое проектирование/работа				
групповые, индивидуальные консультации и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем				
4.2. Объем самостоятельной работы обучающихся				
в том числе часов, выделенных на подготовку к	32	68	100	64

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

2.1. Тематическое планирование дисциплины (модуля):

ОЧНО: Лекционные - 6 ч; Практические - 36 ч; Самостоятельные – 66ч. Всего часов 108 ч.
ЗАОЧНО: Лекционные - 2 ч; Практические - 4 ч; Самостоятельные – 93ч. Всего часов 108 ч.

Таблица 3

№ п/п	Наименование темы (раздела) дисциплины (модуля	Общая трудоёмкость в акад. часах		Трудоёмкость по видам учебных занятий (в акад. часах)							
				Лекции		Практ. занятия		Лаб. занятия		Сам. работа	
		Очно	Заочн.	Очно	Заочн.	Очно	Заочн.	Очно	Заочн.	Очно	Заочн.
1	Место и значение лыжного спорта в системе физического воспитания: Место и значение лыжного спорта в системе физического воспитания дошкольников, учащейся молодежи и взрослого населения. Место и роль лыжного спорта в допризывной подготовке молодежи и в системе подготовки военнослужащих. Возникновение, развитие и распространение лыж. Применение лыж в быту и в военном деле. Основные вехи в истории развития лыжного спорта в нашей стране и за рубежом. Соревнования по лыжным гонкам, эволюция техники, тактики, правил соревнований. Достижения российских лыжников-гонщиков.	6	**4**	2	**2**	4	**2**			5	
2	Лыжный инвентарь, выбор, хранение и уход									5	

	за ним, оборудование: Экипировка лыжника-гонщика. Эволюция лыжного инвентаря. Виды лыж и их характеристики. Основные критерии выбора лыж. Лыжные палки: строение, разновидности, подбор. Факторы, влияющие на выбор мазей и парафинов. Хранение и ремонт лыжного инвентаря, уход за ним. Лыжные стадионы. Выбор и подготовка лыжных трасс. Требования к лыжным трассам для учебных занятий, соревнований, прогулок. Особенности лыжных трасс для классического и свободного стиля.										
3	Лыжный инвентарь, Основы техники передвижения на лыжах: Классификация способов передвижения на лыжах. •Классические лыжные ходы. •Коньковые лыжные ходы. •Подъемы на лыжах. •Торможение на лыжах. •Повороты на лыжах. •Переходы с хода на ход.	8		4		4				5	
4	Методика обучения передвижению на лыжах: •Методика обучения лыжным ходам: методическая последовательность изучения техники лыжных ходов, основные методы и средства обучения. Характерные ошибки, возникающие у занимающихся при изучении техники классических и коньковых лыжных ходов, их предупреждение и исправление. •Методика обучения преодолению подъемов, спусков и неровностей: методическая									6	

	последовательность, основные методы и средства обучения. Типичные ошибки, возникающие у занимающихся при изучении техники преодоления подъемов, спусков и неровностей, их предупреждение и исправление. •Методика обучения способам торможений и поворотов: методическая последовательность, основные методы и средства обучения. Типичные ошибки, возникающие у занимающихся при изучении техники торможений и поворотов, их предупреждение и исправление. •Факторы риска, нормы и правила безопасных организации и проведения занятий по лыжному спорту. •Уроклыжной подготовки и его особенности. Типы уроков лыжной подготовки. Структура и содержание урока лыжной подготовки. Дозировка нагрузки. План-конспект урока лыжной подготовки. •Методы организации занимающихся на уроках лыжной подготовки. •Неурочные формы занятий										
5	Методика организации занятий по лыжному спорту: •Лыжный спорт в дошкольном возрасте •Лыжный спорт в 1-4 классах •Лыжный спорт в 5-9 классах •Лыжный спорт в 10-11 классах •Лыжный спорт учащейся молодежи	6		2		2				5	
6	Организация и проведение соревнований:	6	4	2	4	2	4				

	•Классификация и правила соревнований по лыжным гонкам. •Основная документация соревнований по лыжным гонкам: календарный план соревнований, положение о соревнованиях, программа соревнований. •Состав судейской коллегии и требования к судейству соревнований по лыжным гонкам.•Жеребьевка участников и виды стартов. Определение результатов в соревнованиях по лыжным гонкам.										

Часы, отведенные на лабораторные занятия, все считаются как практическая подготовка. Из часов практических занятий через косую линию указываются часы, отведенные на практическую подготовку.

1.2. Содержание разделов дисциплины (модуля):

Таблица 4

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание дисциплины (дидактические единицы) *(для педагогических профилей наполняется с учетом ФГОС основного общего и среднего общего*
1	Место и значение лыжного спорта в системе физического воспитания	Работа с конспектом лекций, изучение и конспектирование основной и дополнительной литературы по данной теме, составление библиографического списка, составление глоссария.
2	Лыжный инвентарь, выбор, хранение и уход за ним, оборудование	Изучение и конспектирование основной и дополнительной литературы по данной теме, составление плана и тезисов, составление в тетради схемы, рисунков, иллюстрирующих ответ, подготовка к коллоквиуму
3	Основы техники передвижения на лыжах	Изучение и конспектирование основной и дополнительной литературы по данной теме, подготовка к практической работе, подготовка презентации
4	Методика обучения передвижению на лыжах	Изучение и конспектирование основной и дополнительной литературы по данной теме, подготовка к практической работе, подготовка презентации

5	Методика организации занятий по лыжному спорту	Ознакомление с нормативными документами, решение ситуационных производственных (профессиональных) задач, работа над индивидуальным проектом и подготовка к его защите
6	Организация и проведение соревнований	Ознакомление с нормативными документами, решение ситуационных производственных (профессиональных) задач

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

3.1. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Таблица 5

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Вид самостоятельной работы обучающихся
1	Место и значение лыжного спорта в системе физического воспитания	*Подготовка к устному опросу или тестированию по темам практических занятий.*
2	Лыжный инвентарь, выбор, хранение и уход за ним, оборудование.	*Подготовка к устному опросу или тестированию по темам практических занятий.*
3	Основы техники передвижения на лыжах	*Подготовка к устному опросу или тестированию по темам практических занятий.*
4	Методика обучения передвижению на лыжах	*Подготовка к устному опросу или тестированию по темам практических занятий.*
5	Методика организации занятий по лыжному спорт	*Подготовка к устному опросу или тестированию по темам практических занятий.*
6	Организация и проведение соревнований	*Подготовка к устному опросу или тестированию по темам практических занятий*

3.1 Учебно-методическое и информационное обеспечение программы дисциплины (модуля)

3.1.1. Основная и дополнительная литература

Таблица 6

№ п/п	Автор, название литературы, город, издательство, год	Количество часов,	Количество	Количество	Режим доступа ЭБС/ электронный носитель (CD, DVD)	Обеспеченность обучающихся
Основная литература						
	1. Михалёнок, Е. В. Лыжный спорт и методика преподавания. Курс лекций : учебник для вузов / Е. В. Михалёнок, И. Л. Александрович. — 4-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. —				ЭБС Лань: URL: https://e.lanbook.com/book/185326	100 %

	84 с. — ISBN 978-5-8114-8922-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/185326 (дата обращения: 26.08.2022). — Режим доступа: для авториз. пользователей.					
	2. Баянкина, Д. Е. Подвижные игры и игровые задания как средства повышения интереса учащихся к занятиям лыжной подготовкой : учебно-методическое пособие / Д. Е. Баянкина, О. В. Баянкин. — Барнаул : АлтГПУ, 2019. — 180 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/119510 (дата обращения: 26.08.2022). — Режим доступа: для авториз. пользователей.				ЭБС Лань URL: https://e.lanbook.com/book/119510	
	3. Ерохова, Н. В. Теория и методика лыжного спорта : учебно-методическое пособие / Н. В. Ерохова, А. В. Чуракова. — Мурманск : МАГУ, 2017. — 111 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/140995 (дата обращения: 26.08.2022). — Режим доступа: для авториз. пользователей.				ЭБС Лань URL: https://e.lanbook.com/book/140995	
	Дополнительная литература					
	1. Мелентьева, Н. Н. Лыжный спорт. Обучение спускам со склонов и торможениям на лыжах : учебное пособие для вузов / Н. Н. Мелентьева, Н. В. Румянцева. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 76 с. — ISBN 978-5-8114-8254-2. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/173801 (дата обращения: 26.08.2022). — Режим доступа: для авториз. пользователей..				ЭБС Лань: URL: https://e.lanbook.com/book/173801	100 %
	2. Баянкина, Д. Е. Организация и методика проведения тренировочных занятий биатлонистов по стрельбе : учебно-методическое пособие / Д. Е. Баянкина. — Барнаул : АлтГПУ, 2019. — 146 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/119509 (дата обращения: 26.08.2022). — Режим доступа: для авториз. пользователей.				ЭБС Лань: URL: https://e.lanbook.com/book/119509	100 %

	3. Фарбей, В. В. Современные взгляды на биатлон будущего : монография / В. В. Фарбей, В. В. Фарбей. — Санкт-Петербург : РГПУ им. А. И. Герцена, 2018. — 407 с. — ISBN 978-5-8064-2520-2. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/136686 (дата обращения: 26.08.2022). — Режим доступа: для авториз. пользователей.				ЭБС Лань: URL: https://e.lanbook.com/book/136686	100 %

3.1.2. Интернет-ресурсы

1. ЛИЦЕНЗИОННЫЙ ДОГОВОР № 6312/20 на предоставление доступа к элек-тронно-библиотечной системе IPRbooks от 05.02.2020 г. (срок действия договора с 09.02.2020 г. до 09.02.2023г) (www.iprbookshop.ru)
2. ДОГОВОР № 4710 на оказание услуг по предоставлению доступа к «Образовательной платформе ЮРАЙТ» от 05.08.2021г. (срок действия договора с 06.08.2021 по 05.08.2022г.). (https://urait.ru/)
3. Договор № 2 на оказание услуг ЭБС «Лань» от 18.01.2022 г. (https://e.lanbook.com/) (срок действия договора с 08.02.2022г. по 07.02.2023г.)
4. Договор о сотрудничестве с НГПУ от 21.07.2016г. МЭБ (Межвузовская элек-тронная библиотека) НГПУ. (https://icdlib.nspu.ru/) (доступ по IPадресам)

3.2. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Для осуществления образовательного процесса по дисциплине необходима следующая материально-техническая база:

Таблица 7

Помещения для осуществления образовательного процесса	Перечень основного оборудования (с указанием кол-ва посадочных мест)	Адрес (местоположение)
Аудитории для проведения лекционных занятий		
Лекционная аудитория - ауд.	Аудиторная доска, (столы ученические, стулья ученические) на 48 посадочных мест, компьютер - 1, проектор -1, интерактивная доска- 1	Уч. корпус №3 г. Грозный, ул. С Кишиевой , 33
Аудитории для проведения практических занятий, контроля успеваемости		
Компьютерный класс - ауд.	Компьютеры с выходом в Интернет и доступом в электронную информационно-образовательную среду вуза, технические средства для	Уч. корпус №3 г. Грозный, ул. С Кишиевой , 33
	отображения мультимедийной или текстовой информации: мультимедиа проектор, экран, акустическая система. Количество посадочных мест - 30.	

Аудитория для практических занятий - ауд.	Технические средства для отображения мультимедийной или текстовой информации: мультимедиа проектор, экран, акустическая система. Количество посадочных мест - 30.	Уч. корпус №3 г. Грозный, ул. С Кишиевой , 33
Помещения для самостоятельной работы		
Читальный зал библиотеки ЧГПУ	Компьютеры с выходом в Интернет и доступом в электронную информационно-образовательную среду вуза. Количество посадочных мест - 50.	Электронный читальный зал. этаж 1 Библиотечно-компьютерный центр г. Грозный, ул. С Кишиевой , 33

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ / МОДУЛЯ

4.1. Характеристика оценочных средств

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины / модуля осуществляется преподавателем в процессе проведения практических и лабораторных занятий, контрольных работ, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований и т.д.

Таблица 8

№ п/п	Наименование темы (раздела) с контролируемым содержанием	Код и наименование проверяемых компетенций	Оценочные средства	
			текущий контроль	промежуточная аттестация
1.	Место и значение лыжного спорта в системе физического воспитания	УК-7	Устный, письменный.	Тестирование
2.	Лыжный инвентарь, выбор, хранение и уход за ним, оборудование	УК-7	Устный, письменный.	Тестирование
3	Основы техники передвижения на лыжах	УК-7, ПК-9	Устный, письменный.	Тестирование
4	Методика обучения передвижению на	УК-7, ПК-9	Устный, письменный.	Тестирование
5	Методика организации занятий по лыжному спорту	УК-7, ПК-5	Устный, письменный.	Тестирование
6	Организация и проведение соревнований	УК-7, ПК-5	Устный, письменный.	Тестирование

4.2. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости

4.2.1. Наименование оценочного средства: ***тест***

Методические материалы: приводятся вопросы и/или типовые задания, критерии оценки.

- Составить комплекс упражнений, применяемых при освоении техник классических лыжных ходов.
- Составить комплекс упражнений, применяемых при освоении техник коньковых лыжных ходов.
- Составить комплекс упражнений, применяемых при освоении техник спусков и подъемов на лыжах.
- Составить комплекс упражнений, применяемых при освоениитехник поворотов на месте и в движении на лыжах.
- Разработать перечень упражнений по начальному обучению лыжным ходам –освоению владения лыжным инвентарем.
- Разработать конспекты игр, применяемых при начальном обучении классическим лыжным ходам.
- Разработать конспекты игр, применяемых при начальном обучении коньковым лыжным ходам.
- Разработать конспекты игр, применяемых при начальном обучении способам спуска и подъема на лыжах.
- Подготовка положения соревнований по лыжному спорту на различных уровнях образования.
- Составить глоссарий терминов лыжного спорта и лыжной подготовки.
- Разработать тест контроля знаний по темам «Лыжный инвентарь, выбор, хранение и уход за ним, оборудование», «Основы техники передвижения на лыжах».
- Составить таблицу характерных ошибок (включая причины их возникновения и последствия), возникающих у занимающихся при изучении техники передвижения классическими лыжными ходами.
- Составить таблицу характерных ошибок (включая причины их возникновения и последствия), возникающих у занимающихся при изучении техники передвижения коньковыми лыжными ходами.
- Составить таблицу характерных ошибок (включая причины их возникновения и последствия), возникающих у занимающихся при изучении техник спусков и подъемов на лыжах.
- Составить таблицу характерных ошибок (включая причины их возникновения и последствия), возникающих у занимающихся при изучении техник способов поворотов на месте и в движении.
- Разработать положение о школьных соревнованиях по лыжному спорту.
- Разработать положение о соревнованиях по лыжному спорту по месту

жительства.

Критерии оценивания результатов тестирования

Таблица 9

Уровень освоения	**Критерии**	**Баллы**
Высокий и достаточный уровень	Выполнены правильно все или больше половины задания теста (тест зачтен 51-100% правильных ответов)	6-10
Недостаточный уровень	Выполнено правильно меньше половины заданий (тест зачтен 0-50% правильных ответов)	0-5

4.3. Оценочные средства для промежуточной аттестации

Представлено в приложении №1.

Автор(ы) рабочей программы дисциплины (модуля):

Зав. кафедрой СД, к.п.н., доцент Дунаев К.Ш.

(подпись)

СОГЛАСОВАНО:

Директор библиотеки Арсангириева Т.А.

(подпись)

Приложение 1

Оценочные средства
для проведения промежуточной аттестации по дисциплине
«Лыжная подготовка с методикой преподавания»

Направление подготовки
44.03.01 Педагогическое образование

Профили подготовки
Физическая культура
Форма обучения: очная и заочная
Год приема: 2022

1. **Характеристика оценочной процедуры:**

Семестр - 4
Форма аттестации – экзамен

2. **Примерные оценочные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности**

1. Факторы риска, нормы и правила безопасных организации и проведения занятий по лыжной подготовке. Подготовка мест занятий по лыжному спорту
2.Основные травмы на занятиях лыжным спортом. Методические приемы по профилактике травматизма на практических занятиях по лыжной подготовке
3.Урок как основная форма занятий по лыжной подготовке. Специфические особенности проведения уроков в естественных природных условиях
4.Типология и характеристика уроков лыжной подготовки
5.Структура и содержание урока по лыжной подготовке. Особенности и значение каждой части урока
6.Характеристика подготовительной, основной и заключительной части урока по лыжной подготовке
7.Формы организации и проведения занятий по лыжной подготовке
8.План-конспект урока по лыжной подготовке (постановка задач, планирование средств и методов, дозировка упражнений, содержание организационно-методических указаний)
9.Методы организации занимающихся на уроках лыжной подготовки
10.Этапы обучения способам передвижения на лыжах: образование навыка, закрепление навыка, совершенствование навыка.
11.Методы обучения способам передвижения на лыжах. Характеристика словесных (наглядных) методов обучения
12.Дидактические принципы, регламентирующие процесс овладения техникой передвижения на лыжах (сознательности и активности, систематичности, доступности и индивидуализации, наглядности), и их характеристика
13.Основные средства обучения способам передвижения на лыжах: общеразвивающие, подводящие и имитационные упражнения, в том числе с применением лыжероллеров и других специальных тренажеров
14.Классификация практических методов обучения способам передвижения на лыжах. Характеристика соревновательного (игрового) методов обучения
15.Лыжная подготовка дошкольников: задачи, организационные формы, условия проведения, особенности
16.Лыжная подготовка дошкольников: содержание занятий, специфика, основные средства, методы, методические приемы

17.Задачи и содержание программного материала занятий лыжным спортом в общеобразовательной школе
18.Лыжная подготовка младших школьников (учащихся средних, старших классов): особенности организации занимающихся, содержание и методика проведения уроков, учет климато-географических и погодных условий
19.Учет успеваемости школьников на уроках лыжной подготовки
20.Занятия лыжным спортом в высших учебных заведениях. Задачи, организацияи содержание работы по лыжному спорту на подготовительном учебном отделении (специальном учебном отделении, на отделении спортивного совершенствования)
21.Значение игрового метода обучения на занятиях по лыжной подготовке с дошкольниками (учащимися младших, средних, старших классов, студентами высших учебных заведений). Применение игр для комплексного овладения способами передвижения на лыжах
22.Оздоровительное значение занятий по лыжной подготовке. Приемы избегания монотонного однообразия в лыжной подготовке, характерного для циклических упражнений
23.Прикладное значение занятий лыжной подготовкой со школьниками. Методические особенности лыжной подготовки школьников, последовательность обучения лыжным ходам
24.Особенности подготовки тренировочной лыжни. Особенности выбора мест занятий на различных этапах обучения (образование навыка, закрепление навыка, совершенствование навыка)
25.Классификация соревнований по лыжным гонкам
26.Основная документация соревнований по лыжным гонкам: календарный план соревнований, положение о соревнованиях, программа соревнований
27.Характеристика календарного плана (программы) соревнований по лыжным гонкам
28.Основные разделы положения о соревнованиях. Составить положение о внутришкольных соревнованиях по лыжным гонкам
29.Судейская коллегия соревнований по лыжным гонкам: состав и основные обязанности
30.Виды жеребьевки участников соревнований по лыжным гонкам. Виды стартов в лыжных гонках
31.Определение результатов соревнований по лыжным гонкам: индивидуальные, командные, эстафеты
32.Подготовка мест соревнований по лыжным гонкам. Особенности лыжных трасс для классического и свободного стиля.

Критерии оценивания результатов тестирования

Таблица 10

Уровень освоения	***Критерии***	***Баллы***
Максимальный уровень	Выполнены правильно все задания теста (тест зачтен 86-100% правильных ответов)	30
Средний уровень	Выполнено правильно больше половины заданий (тест зачтен 71- 85% правильных ответов)	20
Минимальный необходимый уровень	Выполнено правильно меньше половины заданий (тест зачтен 51-70% правильных ответов)	10
Недостаточный уровень	Выполнено правильно меньше половины заданий (тест зачтен 0-50% правильных ответов)	0

1. Критерии и шкала оценивания устного ответа обучающегося на экзамене (зачете)

Максимальное количество баллов на экзамене (зачете) – 30, из них:
1. Ответ на первый вопрос, содержащийся в билете – 15 баллов.
2. Ответ на второй вопрос, содержащийся в билете – 15 баллов.

Таблица 11

№ n/n	Характеристика ответа	Баллы
1.	Обучаемый продемонстрировал: глубокие исчерпывающие знания и понимание программного материала; содержательные, полные, правильные и конкретные ответы на все вопросы, включая дополнительные; свободное владение основной и дополнительной литературой, рекомендованной учебной программой	**13-15**
2.	Обучаемый продемонстрировал: твердые и достаточно полные знания программного материала; правильное понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых процессов и явлений; последовательные, правильные, конкретные ответы на поставленные вопросы при свободном устранении замечаний по отдельным вопросам; достаточное владение литературой, рекомендованной учебной программой	**10-12**
3	Обучаемый продемонстрировал: твердые знания и понимание основного программного материала; правильные, без грубых ошибок, ответы на поставленные вопросы при устранении неточностей и несущественных ошибок в освещении отдельных положений при наводящих вопросах преподавателя; недостаточно полное владение литературой, рекомендованной учебной программой	**7-9**
4.	Обучаемый продемонстрировал: неправильные ответы на основные вопросы; грубые ошибки в ответах; непонимание сущности излагаемых вопросов; неуверенные и неточные ответы на дополнительные вопросы; не владеет основной литературой, рекомендованной учебной программой	**6 и менее**

Расчет итоговой рейтинговой оценки

Таблица 12

До 50 баллов включительно	«неудовлетворительно»
От 51 до 70 баллов	«удовлетворительно»
От 71 до 85 баллов	«хорошо»
От 86 до 100 баллов	«отлично»

2. Уровни сформированности компетенций по итогам освоения дисциплины (модуля)

Таблица 13

Индикаторы достижения компетенции (ИДК)	**Уровни сформированности компетенций**			
	«отлично»	**«хорошо»**	**«удовлетворительно»**	**«неудовлетворительно»**
	86-100	**71-85**	**51-70**	**Менее 51**
	«зачтено»			**«не зачтено»**
Код и наименование формируемой компетенции				
УК-7, ПК-5, ПК-9	**Знает** Обучаемый продемонстрировал: глубокие исчерпывающие знания и понимание программного материала; содержательные, полные, правильные и конкретные ответы на все вопросы, включая дополнительные; свободное владение основной и	**Знает** Обучаемый продемонстрировал: твердые и достаточно полные знания программного материала; правильное понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых процессов и явлений;	**Знает** Обучаемый продемонстрировал: твердые знания и понимание основного программного материала; правильные, без грубых ошибок, ответы на поставленные вопросы при устранении неточностей и несущественных	**Не знает** Обучаемый продемонстрировал: неправильные ответы на основные вопросы; грубые ошибки в ответах; непонимание сущности излагаемых вопросов; неуверенные и неточные ответы на дополнительные вопросы; не владеет основной литературой,

	дополнительной литературой, рекомендованной учебной программой	последовательные, правильные, конкретные ответы на поставленные вопросы при свободном устранении замечаний по отдельным вопросам; достаточное владение литературой, рекомендованной учебной программой	ошибок в освещении отдельных положений при наводящих вопросах преподавателя; недостаточно полное владение литературой, рекомендованной учебной программой	рекомендованной учебной программой
	Умеет Обучаемый продемонстрировал: понимание программного материала; умение свободно решать практические контрольные задания (ситуационные задачи, краткие формулировки действий (комплекса действий), которые следует выполнить или описание результата, который нужно получить и др.); логически последовательные, содержательные, полные, правильные и конкретные ответы (решения) на все поставленные задания (вопросы), включая дополнительные; свободное владение основной и дополнительной литературой, рекомендованной учебной программой	**Умеет** Обучаемый продемонстрировал: понимание программного материала; умение решать практические контрольные задания (ситуационные задачи, краткие формулировки действий (комплекса действий), которые следует выполнить или описание результата, который нужно получить и др.); логически последовательные, правильные и конкретные ответы (решения) на основные задания (вопросы), включая дополнительные; устранение 9 замечаний по отдельным элементам задания (вопроса); владение основной и дополнительной литературой, рекомендованной учебной программой	**Умеет** Обучаемый продемонстрировал: понимание основного программного материала; умение, без грубых ошибок, решать практические контрольные задания (ситуационные задачи, краткие формулировки действий (комплекса действий), которые следует выполнить или описание результата, который нужно получить и др.); правильные, без грубых ошибок, ответы (решения) на основные задания (вопросы), включая дополнительные, устранение, при наводящих вопросах преподавателя, замечаний по отдельным элементам задания (вопроса); недостаточное полное владение литературой, рекомендованной учебной программой	**Не умеет** Обучаемый продемонстрировал: непонимание основного программного материала; неумение решать практические контрольные задания (ситуационные задачи, краткие формулировки действий (комплекса действий), которые следует выполнить или описание результата, который нужно получить и др.); не дал правильные ответы (решения) на основные задания (вопросы), включая дополнительные; не устранил, при наводящих вопросах преподавателя, замечания и грубые ошибки по заданию (вопросу); не владеет основной учебной литературой, рекомендованной учебной программой
	Владеет Обучаемый продемонстрировал: понимание программного материала; умение свободно решать комплексные практические задания (решения задач по нестандартным	**Владеет** Обучаемый продемонстрировал: понимание программного материала; умение решать комплексные практические задания (решения задач по нестандартным	**Владеет** Обучаемый продемонстрировал: понимание основного программного материала; умение, без грубых ошибок, решать комплексные практические задания (решения задач по нестандартным	**Не владеет** Обучаемый продемонстрировал: непонимание основного программного материала; неумение, решать комплексные практические задания (решения задач по нестандартным

	ситуациям (подготовки или экспертизы документов, решения задач анализа и оценки и т.п.); успешно защитил индивидуальный или групповой проект или портфолио, при наличии объективных практических результатов, характеризующих уровень сформированности компетенции(ий); логически последовательные, полные, правильные и конкретные ответы в ходе защиты задания (проекта, портфолио), включая дополнительные уточняющие вопросы (задания); свободное владение основной и дополнительной литературой, рекомендованной учебной программой	ситуациям (подготовки или экспертизы документов, решения задач анализа и оценки и т.п.); достаточно успешно защитил индивидуальный или групповой проект или портфолио, при наличии практического результата, характеризующего уровень сформированности компетенции; продемонстрировал логически последовательные, достаточно полные, правильные ответы в ходе защиты задания (проекта, портфолио), включая дополнительные; самостоятельно устранил замечания по отдельным элементам задания (вопроса); владение основной и дополнительной литературой, рекомендованной учебной программой	ситуациям (подготовки или экспертизы документов, решения задач анализа и оценки и т.п.); защитил, с устранением ошибок, индивидуальный или групповой проект или портфолио, при наличии практического результата, характеризующего уровень сформированности компетенции; без грубых ошибок дал ответы на поставленные вопросы при устранении неточностей и ошибок в решениях в ходе 10 защиты задания (проекта, портфолио) при наводящих вопросах преподавателя; недостаточно полное владение литературой, рекомендованной учебной программой	ситуациям (подготовки или экспертизы документов, решения задач анализа и оценки и т.п.); не смог защитить индивидуальный или групповой проект или портфолио, при наличии грубых ошибок дал неправильные ответы на поставленные вопросы при устранении неточностей и ошибок в решениях в ходе защиты задания (проекта, портфолио) при наводящих вопросах преподавателя; не владеет основной учебной литературой, рекомендованной учебной программой

Приложение 2

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ
РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ / МОДУЛЯ
Лыжная подготовка с методикой преподавания
(наименование дисциплины / модуля)
Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование

Профиль: Физическая культура

(год набора _____, форма обучения _____)
на 20___ / 20___ учебный год

В рабочую программу дисциплины / модуля вносятся следующие изменения:

№ n/n	**Раздел рабочей программы (пункт)**	**Краткая характеристика вносимых изменений**	**Основание для внесения изменений**