



Государственное профессиональное образовательное  
автономное учреждение Ярославской области  
**Ярославский педагогический колледж**

# **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

учебной дисциплины

**ОП.08. Базовые и новые виды физкультурно-  
спортивной деятельности с методикой тренировки:  
ОП.08.05. Лыжный спорт с методикой тренировки**

для специальности  
49.02.01 Физическая культура

Рекомендована методическим советом  
ГПОАУ ЯО Ярославского педагогического колледжа

\_\_\_\_\_ В.Е. Смирнов  
Протокол № \_\_ от \_\_\_\_\_

Утверждена приказом директора ГПОАУ ЯО Ярославского педагогического колледжа  
от 31.08.2018 № 214

Рабочая программа разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура классах (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 27 октября 2014 № 1355)

**Организация-разработчик:** Государственное профессиональное образовательное автономное учреждение Ярославской области Ярославский педагогический колледж

**Разработчик:** \_\_\_\_\_ Ткач О.С., преподаватель ГПОАУ ЯО  
(подпись) Ярославского педагогического колледжа,  
к.п.н.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	14
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	16

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## ОП.08.05. Лыжный спорт с методикой тренировки

### 1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы – программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом по специальности среднего профессионального образования 49.02.01 Физическая культура.

Программа учебной дисциплины может быть использована всеми профессиональными образовательными организациями на территории Российской Федерации, имеющими право на реализацию основной профессиональной образовательной программы по данной специальности.

### 1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Общепрофессиональная дисциплина ОП.08.05. Лыжный спорт с методикой тренировки входит в профессиональный учебный цикл.

### 1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **уметь**:

- планировать, проводить и анализировать занятия по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности (лыжному спорту);
- выполнять профессионально значимые двигательные действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (лыжному спорту);
- использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (лыжного спорта);
- применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений;
- обучать двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (лыжного спорта);
- подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт оборудования и инвентаря;
- использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности (лыжным спортом) в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации;

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **знать**:

- историю и этапы развития базовых видов спорта и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (лыжного спорта);
- терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (лыжного спорта);
- технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (лыжного спорта);
- содержание, формы организации и методику проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (лыжному спорту) в школе;

- методику обучения двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (лыжного спорта);
- особенности и методику развития физических качеств в базовых и новых видах физкультурно-спортивной деятельности (лыжном спорте);
- особенности организации и проведения соревнований по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности (лыжному спорту);
- основы судейства по базовым видам спорта (лыжному спорту);
- разновидности спортивно-оздоровительных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности (лыжным спортом), особенности их эксплуатации;
- технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю.

Изучение дисциплины ОП.08. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой тренировки: ОП.08.05. Лыжный спорт с методикой тренировки способствует формированию у обучающихся следующих общих компетенций: ОК.1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес, ОК.2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество, ОК.3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях, ОК.4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития, ОК.5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности, ОК.6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами, ОК.7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса, ОК.8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации, ОК.9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий, ОК.10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей, ОК.11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм, ОК.12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности.

Изучение дисциплины ОП.08. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой тренировки: ОП.08.05. Лыжный спорт с методикой тренировки способствует формированию у обучающихся следующих профессиональных компетенций: ПК.1.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия, ПК.1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре, ПК.1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения, ПК.1.4. Анализировать учебные занятия, ПК.1.5. Вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре, ПК.2.1. Определять цели и задачи, планировать внеурочные мероприятия и занятия, ПК.2.2. Проводить внеурочные мероприятия и занятия, ПК.2.3. Мотивировать обучающихся, родителей (лиц, их заменяющих) к участию в физкультурно-спортивной деятельности, ПК.2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся, ПК.2.5. Анализировать внеурочные мероприятия и занятия,

ПК.2.6. Вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно-спортивной деятельности, ПК.3.1. Выбирать учебно-методический комплект, разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе федерального государственного образовательного стандарта и примерных основных образовательных программ с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся, ПК.3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов, ПК.3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений, ПК.3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания.

#### **1.4. Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины**

Максимальной учебной нагрузки обучающегося – 156 часов, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 90 часов;
- самостоятельной работы обучающегося – 66 часов.

## 2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>156</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>90</b>
в том числе:	
теоретические занятия	<b>14</b>
лабораторные работы	<b>-</b>
практические занятия	<b>76</b>
курсовая работа (проект)	<b>не предусмотрено</b>
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>66</b>
в том числе:	
внеаудиторная самостоятельная работа	<b>66</b>
<b>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета (5 и 6 семестры)</b>	

## 2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.08.05. Лыжный спорт с методикой тренировки

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
<b>ОП.08.05. Лыжный спорт с методикой тренировки</b>			<b>14 ч. – теор., 76 ч. – практ., 66 ч. – сам. раб.</b>	
<b>Раздел 1. Лыжной спорт в системе физического воспитания</b>				
<b>Тема 1.1. История, этапы развития и понятийный аппарат лыжного спорта</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>4</b>	2
	1.	<b>История возникновения лыжного спорта</b> Терминология лыжного спорта. Появление и первоначальное использование лыж, исторические источники, история зарождения и развития лыжного спорта. Развитие лыжного спорта в России. Лыжный спорт и лыжная подготовка как две основные формы занятий на лыжах. Лучшие прыжки современности. Использование терминологии лыжного спорта.		
	2.	<b>Виды лыжного спорта</b> Олимпийские виды лыжного спорта: лыжные гонки, прыжки на лыжах с трамплина, лыжное двоеборье, горнолыжный спорт, фристайл, сноубординг, биатлон. Не олимпийские виды лыжного спорта: ачери-биатлон, зимнее спортивное ориентирование, зимний триатлон, кайтинг, лыжный альпинизм, полиатлон.		2
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>2</b>	
	1.	Подготовка мультимедийных презентаций (докладов) по видам лыжного спорта (на выбор студента).		
2.	Формулировка тезисов по теме «Устройство трамплина».			

<b>Тема 1.2.</b> Содержание, формы организации и методика проведения занятий по лыжному спорту и лыжной подготовке	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>4</b>	2
	1.	<b>Организация занятий по лыжному спорту и лыжной подготовке</b> Лыжная подготовка как средство развития физических качеств. Лыжная подготовка как дисциплина учебного плана. Внеклассная работа по лыжной подготовке. Виды занятий по лыжной подготовке. Построение урока и методические требования к уроку. Подведение итогов урока. Выбор мест для проведения занятий. Структура занятия по лыжной подготовке. Особенности организации и проведения занятий по лыжной подготовке зимой в бесснежное время.		
	2.	<b>Разновидности спортивно-оздоровительных сооружений, оборудования и инвентаря</b> Места для организации и проведения соревнований и учебно-тренировочных занятий по лыжному спорту. Специальное оборудование и тренажерные устройства. Посадка лыжника, общий центр тяжести, цикл, длина цикла, длительность цикла, средняя скорость движения в цикле, темп движения, ритм движения, амплитуда движения. Выбор и подготовка лыж, специальный инвентарь и оборудование, смазка для скольжения лыж, основные факторы влияющие на выбор смазки. Использование оборудования и инвентаря для занятий лыжным спортом в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации.	<b>10</b>	2
	<b>Практические занятия</b>			
	1.	Техника безопасности и меры предупреждения травматизма при проведении занятий.		
	2.	Особенности проведения занятий с различными категориями населения.		
	3.	Анализ содержания занятий в дошкольных учреждениях, в школьной программе.		
	4.	Осуществление подбора, хранения и мелкий ремонт оборудования и инвентаря по лыжному спорту.		
	5.	Приемы страховки и само страховки на занятиях по лыжному спорту.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>8</b>	

	1.	Подбор внеклассных мероприятий по лыжной подготовке дошкольников (школьников).		
	2.	Подготовка лыж к занятиям по лыжной подготовке.		
	3.	Составление схемы по теме «Виды занятий по лыжной подготовке».		
	4.	Составление таблицы «Построение урока по лыжной подготовке».		
	5.	Подготовка методических рекомендаций по организации и проведению занятий по лыжной подготовке зимой в бесснежное время.		
	6.	Подготовка доклада на тему «Использование тренажерных устройств при подготовке лыжника».		
	7.	Формулирование требований к выбору места для проведения занятий по лыжной подготовке. Анализ занятия по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности.		
	8.	Подготовка мультимедийной презентации для родителей и детей разных возрастных групп о подготовке к зимнему сезону проведения занятий на улице.		
<b>Тема 1.3.</b> Организация и проведение соревнований по лыжному спорту	<b>Практические занятия</b>		<b>4</b>	
	1.	Организация соревнований по лыжному спорту.		
	2.	Основы судейства на соревнованиях по лыжному спорту.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>2</b>	
	1.	Разработка положения о соревновании по лыжному спорту.		
2.	Разработка календарного плана соревнований по лыжному спорту.			
<b>Раздел 2. Основы техники передвижения на лыжах и методика тренировки</b>				
<b>Тема 2.1.</b> Техники про-	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>6</b>	<b>2</b>

фессионально-значимых двигательных действий	1.	<b>Основы техники лыжного спорта</b> Способы передвижения на лыжах: по назначению и по способу отталкивания ногами. Лыжный инвентарь и экипировка лыжника. Терминология и основные понятия техники передвижения на лыжах. Использование сил в передвижении на лыжах. Терминология изученных базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (лыжного спорта).		
	2.	<b>Техника классических лыжных ходов</b> Попеременный двухшажный ход. Одновременный бесшажный ход. Одновременный одношажный ход (скоростной вариант). Одновременный одношажный ход (затяжной вариант). Одновременный двухшажный ход. Попеременный четырехшажный ход.		2
	3.	<b>Техника коньковых лыжных ходов</b> Одновременный полуконьковый ход. Одновременный двухшажный коньковый ход. Одновременный одношажный коньковый ход. Попеременный двухшажный коньковый ход. Коньковый ход без отталкивания руками: ход с махами рук и ход без махов руками. Комбинированные ходы.		2
	4.	<b>Техника подъемов, спусков, торможений и поворотов</b> Способы преодоления подъемов и их выбор. Виды стоек при спуске и их выбор. Виды торможения: торможение лыжами, остановка падением. Виды техник поворотов: поворот переступанием, поворот «плугом», поворот «упором», поворот на параллельных лыжах.		2
	<b>Практические занятия</b>		<b>10</b>	
	1.	Отработка техники выполнения классических лыжных ходов.		
	2.	Отработка техники выполнения коньковых лыжных ходов.		
	3.	Отработка техники выполнения подъемов, спусков, торможения и поворотов.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>14</b>	
	1.	Самостоятельная отработка техники лыжных ходов.		
2.	Составление таблицы по теме «Техники лыжного спорта» (задачи, средства, методические указания).			
3.	Составление алгоритмов обучения лыжным ходам (по видам лыжных ходов).			

<b>Тема 2.2.</b> Методика обучения двигательным действиям в лыжном спорте	<b>Практические занятия</b>		<b>48</b>	
	1.	Методика обучения подъемам, спускам и торможениям.		
	2.	Методика обучения попеременному двухшажному ходу.		
	3.	Методика обучения попеременному четырехшажному ходу.		
	4.	Методика обучения одновременному бесшажному ходу.		
	5.	Методика обучения одновременному одношажному ходу.		
	6.	Методика обучения одновременному двухшажному ходу.		
	7.	Методика обучения комбинированным классическим лыжным ходам.		
	8.	Методика обучения коньковым лыжным ходам.		
	9.	Методика обучения переходу с хода на ход.		
	10.	Методика обучения подъемам на лыжах.		
	11.	Методика обучения спускам на лыжах.		
	12.	Методика обучения торможению на лыжах.		
	13.	Методика обучения поворотам на лыжах.		
	14.	Обучение технике передвижения на лыжах в бесснежное время года с помощью имитационных упражнений.		
	15.	Особенности обучения передвижению на лыжероллерах.		
	16.	Проведение фрагмента урока лыжной подготовки.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>38</b>	
	1.	Составление комплексов упражнений и конспектов по методике обучения техникам лыжного спорта.		
	2.	Планирование и анализ занятий по лыжной подготовке.		
	3.	Самостоятельная отработка техники лыжных ходов.		
	4.	Подготовка к проведению пробных занятий или разных частей урока с разными возрастными группами.		
	5.	Подготовка к сдаче техники лыжных ходов, преодоления препятствий, подъемов, спусков, поворотов, торможений.		
<b>Тема 2.3.</b> Особенности и методика развития фи-	<b>Практические занятия</b>		<b>4</b>	
	1.	Особенности физических качеств лыжника.		

физических качеств в лыжном спорте	2.	Методика развития физических качеств лыжника. Использование терминологии базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>2</b>	
	1.	Разработка комплекса упражнений по развитию физических качеств.		
			Всего:	<b>156</b>

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета «Методика физического воспитания», универсального спортивного зала, открытого стадиона, лыжной базы.

Оборудование учебного кабинета:

- рабочие места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя, оборудованное персональным компьютером, проектором, экраном, колонками;
- комплект учебно-методических материалов;
- наглядные пособия (схемы, таблицы, портреты спортсменов и др.);
- технические средства обучения: компьютер с лицензионным программным обеспечением и выходом в Интернет, мультимедийный проектор, колонки.

Оборудование лыжной базы: лыжи, лыжные палки, смазка для скольжения лыж.

#### **3.2 Информационное обеспечение обучения**

Основные источники:

1. Жданкина Е.Ф. Физическая культура. Лыжная подготовка [Электронный ресурс]: учебное пособие / Е.Ф. Жданкина, И.М. Добрынин; под науч. ред. С.В. Новаковского.- М.: Юрайт, 2018
2. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Лыжный спорт [Текст]: учебник / Г.А. Сергеев, Е.В. Мурашко, Г.В. Сергеева и др.; под ред. Г.А. Сергеева.- М.: Издательский центр «Академия», 2013, 2015- 176 с.
3. Теория и методика избранного вида спорта [Электронный ресурс]: учебное пособие / под ред. С.Е. Шивринской.- М.: Юрайт, 2018

Дополнительные источники:

1. Антонова, О.Н., Кузнецов, В.С., Лыжная подготовка: Методика преподавания: Учебное пособие для студентов средних педагогических учебных заведений. – М.: Физическая культура, 1999. – 208 с.
2. Логинов, В.А. Правила соревнований по лыжным гонкам подготовлены под общей редакцией В.А. Логинова при участии рабочей группы в составе: А.Г. Баталов, Н.А. Щелканов, А.В. Кубеев, И.В. Беломестнов / 2007. – 160 с.
3. Раменская, Т.И., Специальная подготовка лыжника. – М.: СпортАкадемПресс, 2001.
4. Раменская Т.И., Техническая подготовка лыжника – М.: Физическая культура и спорт, 2000.
5. Раменская Т.И., Лыжный спорт. Учебник для вузов / Т.И. Раменская, А.Г. Баталов. – М.: Флинтнаука, 2004.

Интернет-источники:

1. <http://www.skisport.ru/> - электронный журнал «Лыжный спорт».
2. <http://www.flgr.ru/> - сайт Федерации лыжных гонок России.

Профессиональные журналы:

1. Физическая культура в школе [Текст]: научно-методический журнал. - М.: ООО «Школьная пресса» - Выходит 8 раз в год.

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

**Контроль и оценка** результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения теоретических и практических занятий (в том числе, семинарских), а также выполнения обучающимися индивидуальных и групповых заданий.

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
1	2
Умение планировать, проводить и анализировать занятия по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности (лыжному спорту)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- контроль выполнения самостоятельной работы;</li> <li>- анализ и оценка конспектов занятий и мероприятий;</li> <li>- решение обучающимися проблемных задач;</li> <li>- организация письменного и устного контроля;</li> <li>- оценка результатов практических занятий</li> </ul>
Умение выполнять профессионально значимые двигательные действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (лыжному спорту)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- контроль выполнения самостоятельной работы;</li> <li>- решение обучающимися проблемных задач;</li> <li>- оценка результатов сдачи обучающимися нормативов;</li> <li>- оценка результатов практических занятий</li> </ul>
Умение использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (лыжного спорта)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- контроль выполнения самостоятельной работы;</li> <li>- анализ и оценка конспектов занятий и мероприятий;</li> <li>- решение обучающимися проблемных задач;</li> <li>- оценка подготовленных докладов, презентаций;</li> <li>- проведение терминологических диктантов</li> </ul>
Умение применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений	<ul style="list-style-type: none"> <li>- анализ результатов своей самостоятельной работы по теме (рефлексия);</li> <li>- контроль выполнения самостоятельной работы;</li> <li>- анализ и оценка конспектов занятий и мероприятий;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- решение обучающимися проблемных задач;</li> <li>- оценка результатов сдачи обучающимися нормативов;</li> <li>- оценка результатов практических занятий</li> </ul>
Умение обучать двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (лыжного спорта)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- контроль выполнения самостоятельной работы;</li> <li>- анализ и оценка конспектов занятий и мероприятий;</li> <li>- оценка результатов сдачи обучающимися нормативов;</li> <li>- оценка результатов практических занятий</li> </ul>
Умение подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт оборудования и инвентаря	<ul style="list-style-type: none"> <li>- контроль выполнения самостоятельной работы;</li> <li>- решение обучающимися проблемных задач;</li> <li>- оценка результатов практических занятий</li> </ul>
Умение использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности (лыжным спортом) в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации	<ul style="list-style-type: none"> <li>- контроль выполнения самостоятельной работы;</li> <li>- анализ и оценка конспектов занятий и мероприятий;</li> <li>- решение обучающимися проблемных задач</li> </ul>
Знание истории и этапов развития базовых видов спорта и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (лыжного спорта)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- контроль выполнения самостоятельной работы;</li> <li>- оценка результатов практических занятий;</li> <li>- организация письменного и устного опросов</li> </ul>
Знание терминологии базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (лыжного спорта)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- контроль выполнения самостоятельной работы;</li> <li>- проведение терминологических диктантов;</li> <li>- оценка результатов практических занятий;</li> <li>- организация письменного и устного опросов</li> </ul>
Знание техники профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (лыжного спорта)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- контроль выполнения самостоятельной работы;</li> <li>- анализ и оценка конспектов занятий и мероприятий;</li> <li>- оценка результатов сдачи обучающи-</li> </ul>

	<p>мися нормативов;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка результатов практических занятий</li> </ul>
<p>Знание содержания, форм организации и методики проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (лыжному спорту) в школе</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- контроль выполнения самостоятельной работы;</li> <li>- анализ и оценка конспектов занятий и мероприятий;</li> <li>- оценка результатов сдачи обучающимися нормативов;</li> <li>- оценка результатов практических занятий</li> </ul>
<p>Знание методики обучения двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (лыжного спорта)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- контроль выполнения самостоятельной работы;</li> <li>- анализ и оценка конспектов занятий и мероприятий;</li> <li>- оценка результатов практических занятий</li> </ul>
<p>Знание особенностей и методики развития физических качеств в базовых и новых видах физкультурно-спортивной деятельности (лыжном спорте)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- контроль выполнения самостоятельной работы;</li> <li>- анализ и оценка конспектов занятий и мероприятий;</li> <li>- решение обучающимися проблемных задач;</li> <li>- оценка результатов практических занятий</li> </ul>
<p>Знание особенностей организации и проведения соревнований по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности (лыжному спорту)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- контроль выполнения самостоятельной работы;</li> <li>- решение обучающимися проблемных задач;</li> <li>- оценка результатов практических занятий</li> </ul>
<p>Знание основ судейства по базовым видам спорта (лыжному спорту)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- контроль выполнения самостоятельной работы;</li> <li>- анализ и оценка конспектов мероприятий;</li> <li>- решение обучающимися проблемных задач;</li> <li>- организация письменного и устного контроля</li> </ul>
<p>Знание разновидностей спортивно-оздоровительных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности (лыжным спортом), особенностей их эксплуатации</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- контроль выполнения самостоятельной работы;</li> <li>- анализ и оценка конспектов занятий и мероприятий;</li> <li>- решение обучающимися проблемных задач;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка подготовленных докладов, презентаций;</li> <li>- оценка результатов практических занятий</li> </ul>
Знание техники безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю	<ul style="list-style-type: none"> <li>- контроль выполнения самостоятельной работы;</li> <li>- анализ и оценка конспектов занятий и мероприятий;</li> <li>- решение обучающимися проблемных задач;</li> <li>- оценка подготовленных докладов, презентаций;</li> <li>- оценка результатов практических занятий</li> </ul>

**Разработчик:**

<b>Место работы</b>	<b>Должность</b>	<b>Ф.И.О</b>
ГПОАУ ЯО Ярославский педагогический колледж	преподаватель	О.С. Ткач

