

Кафедра теории и методики лыжного спорта

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА  
ПО ДИСЦИПЛИНЕ  
ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ БАЗОВЫМ ВИДАМ СПОРТА:  
ЛЫЖНАЯ ПОДГОТОВКА**

Основная профессиональная образовательная программа  
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки

**49.03.01-** Физическая культура

Направленность (профиль):  
**Спортивная тренировка в избранном виде спорта**

Квалификация: **Бакалавр**

Форма обучения: **заочная**

1 курс 1 семестр

<i><b>Базовый модуль</b></i>					
№ занятия	Посещаемость /балл	Содержание занятий и виды контроля	Кол-во баллов min/ max	Накопительная «стоимость»/ балл	Кол-во часов самостоятельной работы на подготовку к видам контроля
1	2	3	4	5	
<b>Первый семестр</b>					
1		Л.: Классификация видов лыжного спорта и их характеристика. <u>1 текущий контроль:</u> Реферат на тему: Классификация видов лыжного спорта и характеристика одного из них.	2/10	10,0	10
2		С.З.: Классификация и терминология в лыжном спорте. Техника и методика обучения способам передвижения на лыжах. П.З.: Изучение техники программных способов передвижения на лыжах: ОБХ, П2Х, ООХ			
		<u>2 текущий контроль:</u> Задачи решаемые «школой лыжника» и средства для их решения – ПИСЬМЕННАЯ РАБОТА.	2/10	20,0	5
3		С.З.: Организация занятий по лыжной подготовке в различных звеньях системы физического воспитания Л.З.: Подготовка лыжного инвентаря к занятиям и соревнованиям П.З.: Изучение и закрепление программных			

		способов передвижения на лыжах.			
		Контрольная работа: Разработка конспекта урока, проведение фрагмента	15/30	50,0	15
4		С.З.: Использование лыжной подготовки в рекреационной деятельности П.З.: Подготовка и участие в соревнованиях по лыжной подготовке			
		<u>3 текущий контроль</u> а) Выполнение норматива на 3 км дистанции. б) Оценка техники программных способов передвижения на лыжах.	2/4 2/6	60,0	
<b>Рубежный контроль</b> – тестирование (кафедраальный)			<b>5/10</b>	70,0	2
<b>Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ)</b> может быть поставлен по сумме баллов за посещаемость и успеваемость по итогам текущих и рубежных контролей			<b>22/30</b>	<b>100</b>	<b>26</b>
<b>Итоговая сумма баллов за I семестр</b>			<b>50/100</b>	<b>100</b>	<b>58</b>

<i>Дополнительный модуль (1 семестр)</i>			
<b>№ п.п.</b>	<b>Сроки проведения</b>	<b>Виды деятельности</b>	<b>Количество баллов</b>
1	По расписанию преподавателя	Написание реферата на тему «Классификация видов лыжного спорта и их краткая характеристика»	<b>8</b>
2	По расписанию преподавателя	Написание фрагмента конспекта урока по лыжной подготовке	<b>8</b>
3	По расписанию преподавателя	Выполнение письменной работы «Школа лыжника»	<b>8</b>
4	По расписанию преподавателя	Учебная практика	<b>8</b>
5	По расписанию преподавателя	Участие в лыжной гонке на 3 км.	<b>4</b>
6	По расписанию преподавателя	Демонстрация техники лыжных ходов	<b>6</b>
7	По расписанию преподавателя	Опрос по теме: Техника и методика обучения способам передвижения на лыжах	<b>8</b>