

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина»  
Факультет физической культуры и спорта  
Кафедра адаптивной физической культуры и безопасности жизнедеятельности

УТВЕРЖДАЮ:  
Декан факультета



А. В. Савельев  
«04» июля 2022 г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по дисциплине Б1.В.7 Теория и методика обучения лыжному спорту детей с ОВЗ

Направление подготовки/специальность: 49.03.02 - Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Профиль/направленность/специализация: Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Уровень высшего образования: бакалавриат

Квалификация: Бакалавр

год набора: 2022

Тамбов, 2022

**Автор программы:**

Кандидат педагогических наук, доцент Дерябина Галина Ивановна

Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.02 - Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) (уровень бакалавриата) (приказ Министерства образования и науки РФ от «19» сентября 2017 г. № 942).

Рабочая программа принята на заседании Кафедры адаптивной физической культуры и безопасности жизнедеятельности «20» июня 2022 г. Протокол № 10

Рассмотрена и одобрена на заседании Ученого совета Факультета физической культуры и спорта, Протокол от «04» июля 2022 г. № 11.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели и задачи дисциплины.....	4
2. Место дисциплины в структуре ОП бакалавра.....	6
3. Объем и содержание дисциплины.....	6
4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства.....	8
5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	14
6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины.....	15
7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы.....	16

## 1. Цели и задачи дисциплины

### 1.1 Цель дисциплины – формирование компетенций:

ПК-4 Способен проводить педагогическое наблюдение, тестирование психического и физического состояния занимающихся в процессе реабилитационных мероприятий; осуществлять контроль утомляемости и переносимости нагрузок; определять соотношение различных видов нагрузок с учетом специфики заболевания, возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей

ПК-5 Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний

### 1.2 Типы задач профессиональной деятельности, к которым готовятся обучающиеся в рамках освоения дисциплины:

- педагогический
- развивающий
- реабилитационный (восстановительный)

1.3 Дисциплина ориентирована на подготовку обучающихся к профессиональной деятельности в сферах: 01 Образование и наука (в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного образования; в сфере научных исследований), 02 Здравоохранение (в сфере реабилитации в организациях здравоохранения), 03 Социальное обслуживание (в сфере реабилитации в организациях и учреждениях социального обслуживания населения), 05 Физическая культура и спорт (в сфере физического воспитания, в сфере адаптивного физического воспитания, в сфере физической культуры и массового спорта, адаптивного спорта, спортивной подготовки, в сфере управления деятельностью и развитием физкультурно-спортивной организации)

### 1.4 В результате освоения дисциплины у обучающихся должны быть сформированы:

Обобщенные трудовые функции / трудовые функции / трудовые или профессиональные действия (при наличии профстандарта)	Код и наименование компетенции ФГОС ВО, необходимой для формирования трудового или профессионального действия	Индикаторы достижения компетенций
	ПК-4 Способен проводить педагогическое наблюдение, тестирование психического и физического состояния занимающихся в процессе реабилитационных мероприятий; осуществлять контроль утомляемости и переносимости нагрузок; определять соотношение различных видов нагрузок с учетом специфики заболевания, возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей	Оценивает физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время обучения детей с ОВЗ лыжному спорту

	ПК-5 Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний	Корректирует и развивает физическое развитие и функциональное состояние детей с ОВЗ на занятиях лыжным спортом
--	---	--

#### 1.5 Согласование междисциплинарных связей дисциплин, обеспечивающих освоение компетенций:

ПК-4 Способен проводить педагогическое наблюдение, тестирование психического и физического состояния занимающихся в процессе реабилитационных мероприятий; осуществлять контроль утомляемости и переносимости нагрузок; определять соотношение различных видов нагрузок с учетом специфики заболевания, возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей

№ п/п	Наименование дисциплин, определяющих междисциплинарные связи	Форма обучения					
		Очная (семестр)			Заочная (семестр)		
		6	7	8	6	7	8
1	Адаптивная двигательная рекреация			+			+
2	Лечебная физическая культура	+			+		
3	Паралимпийское и Сурдлимпийское движение		+			+	
4	Теория и методика обучения гимнастике детей с ОВЗ	+			+		
5	Теория и методика обучения легкой атлетике детей с ОВЗ		+			+	
6	Теория и методика обучения плаванию детей с ОВЗ		+			+	

ПК-5 Способен развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний

№ п/п	Наименование дисциплин, определяющих междисциплинарные связи	Форма обучения			
		Очная (семестр)		Заочная (семестр)	
		6	7	6	7
1	Профессионально-ориентированная практика		+		+

2	Теория и методика обучения гимнастике детей с ОВЗ	+		+	
3	Теория и методика обучения легкой атлетике детей с ОВЗ		+		+
4	Теория и методика обучения плаванию детей с ОВЗ		+		+

## 2. Место дисциплины в структуре ОП бакалавриата:

Дисциплина «Теория и методика обучения лыжному спорту детей с ОВЗ» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений, учебного плана ОП по направлению подготовки 49.03.02 - Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура).

Дисциплина «Теория и методика обучения лыжному спорту детей с ОВЗ» изучается в 4 семестре.

## 3. Объем и содержание дисциплины

3.1. Объем дисциплины: 3 з.е.

Очная: 3 з.е.

Заочная: 3 з.е.

Вид учебной работы	Очная (всего часов)	Заочная (всего часов)
<b>Общая трудоёмкость дисциплины</b>	<b>108</b>	<b>108</b>
Контактная работа	36	8
Лекции (Лекции)	8	2
Практические (Практ. раб.)	28	6
Самостоятельная работа (СР)	36	91
Экзамен	36	9

3.2. Содержание курса:

№ темы	Название раздела/темы	Вид учебной работы, час.						Формы текущего контроля
		Лекции		Практ. раб.		СР		
		О	З	О	З	О	З	
4 семестр								
1	Методика обучения лыжному спорту детей с поражениями опорно-двигательн ого аппарата.	2	1	7	2	9	25	Собеседование
2	Методика обучения лыжному спорту детей с нарушением зрения.	2	1	7	2	9	25	Собеседование; Тестирование

3	Методика обучения плаванию детей с нарушением слуха.	2	-	7	1	9	25	Собеседование
4	Методика обучения лыжному спорту детей с интеллектуальными нарушениями.	2	-	7	1	9	16	Собеседование; Тестирование

### **Тема 1. Методика обучения лыжному спорту детей с поражениями опорно-двигательного аппарата. (ПК-4)**

#### **Лекция.**

Дисциплины лыжного спорта для лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата. Принципы обучения двигательным действиям детей с поражениями опорно-двигательного аппарата.

#### **Практическое занятие.**

Средства и методы обучения лыжному спорту детей с ПОДА. Средства и методы развития физических качеств в паралимпийских видах лыжного спорта.

Обучение детей с ПОДА технике различных спортивных дисциплин лыжного спорта.

Материально-техническое обеспечение тренировочного процесса в лыжном спорте для лиц с ПОДА.

#### **Задания для самостоятельной работы.**

Функциональные классы в лыжном спорте лиц с ПОДА.

### **Тема 2. Методика обучения лыжному спорту детей с нарушением зрения. (ПК-5)**

#### **Лекция.**

Дисциплины лыжного спорта для лиц с нарушением зрения. Принципы обучения двигательным действиям детей с нарушением зрения.

#### **Практическое занятие.**

Средства и методы обучения лыжному спорту детей с нарушением зрения. Средства и методы развития физических качеств в паралимпийских видах лыжного спорта. Обучение детей со зрительными нарушениями технике лыжных ходов. Материально-техническое обеспечение тренировочного процесса в лыжном спорте для детей с нарушением зрения.

#### **Задания для самостоятельной работы.**

Функциональные классы в лыжном спорте лиц со зрительными нарушениями.

### **Тема 3. Методика обучения плаванию детей с нарушением слуха. (ПК-4)**

#### **Лекция.**

Дисциплины лыжного спорта для лиц с нарушением слуха. Принципы обучения двигательным действиям детей с нарушением слуха.

#### **Практическое занятие.**

Средства и методы обучения лыжному спорту детей с нарушением слуха. Средства и методы развития физических качеств в сурдлимпийских видах лыжного спорта. Обучение детей с нарушениями слуха технике лыжных ходов. Материально-техническое обеспечение тренировочного процесса в лыжном спорте для детей с нарушениями слуха.

#### **Задания для самостоятельной работы.**

Функциональные классы в лыжном спорте у лиц с нарушениями слуха.

### **Тема 4. Методика обучения лыжному спорту детей с интеллектуальными нарушениями. (ПК-5)**

#### **Лекция.**

Дисциплины лыжного спорта для лиц с интеллектуальными нарушениями. Принципы обучения двигательным действиям детей с интеллектуальными нарушениями.

### **Практическое занятие.**

Средства и методы обучения лыжному спорту детей с интеллектуальными нарушениями. Средства и методы развития физических качеств в дисциплинах лыжного спорта для лиц с нарушением интеллекта. Обучение технике лыжных ходов детей с интеллектуальными нарушениями. Материально-техническое обеспечение тренировочного процесса в лыжном спорте у лиц с интеллектуальными нарушениями.

### **Задания для самостоятельной работы.**

Функциональные классы в плавании лиц с нарушениями интеллекта.

## **4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства**

### **4.1. Распределение баллов:**

4 семестр

- текущий контроль – 50 баллов
- контрольные срезы – 2 среза по 10 баллов каждый
- ответ на экзамене: не более 30 баллов

### **Распределение баллов по заданиям:**

№ темы	Название темы / вид учебной работы	Формы текущего контроля / срезы	Мак. кол-во баллов	Методика проведения занятия и оценки
1.	Методика обучения лыжному спорту детей с поражениями опорно-двигательного аппарата.	Собеседование	20	14-20 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием специализированной терминологии; 7-13 баллов – студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием специализированной терминологии; 1-6 баллов – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему; Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается



2.	Методика обучения лыжному спорту детей с нарушением зрения.	Собеседование	10	<p>8-10 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием специализированной терминологии;</p> <p>4-7 баллов – студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием специализированной терминологии;</p> <p>1-3 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему;</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается</p>
		Тестирование(контрольный срез)	10	<p>Тест состоит из 25 вопросов.</p> <p>8-10 – студент правильно отвечает на 75-100% вопросов в тесте</p> <p>4-7 балла – студент правильно отвечает на 50-74% вопросов в тесте</p> <p>1-3 балл – студент правильно отвечает на 25-50% вопросов в тесте.</p> <p>Менее 25% правильных ответов баллов не дает</p>
3.	Методика обучения плаванию детей с нарушением слуха.	Собеседование	10	<p>8-10 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием специализированной терминологии;</p> <p>4-7 баллов – студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием специализированной терминологии;</p> <p>1-3 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему;</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается</p>
4.	Методика обучения лыжному спорту детей с интеллектуальными нарушениями.	Собеседование	10	<p>8-10 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием специализированной терминологии;</p> <p>4-7 баллов – студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием специализированной терминологии;</p> <p>1-3 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему;</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается</p>

		<b>Тестирование(контрольный срез)</b>	10	Тест состоит из 25 вопросов. 8-10 – студент правильно отвечает на 75-100% вопросов в тесте 4-7 балла – студент правильно отвечает на 50-74% вопросов в тесте 1-3 балл – студент правильно отвечает на 25-50% вопросов в тесте. Менее 25% правильных ответов баллов не дает
5.	Ответ на экзамене		30	10-17 баллов – студент раскрыл основные вопросы и задания билета на оценку «удовлетворительно» 18-24 баллов – студент раскрыл основные вопросы и задания билета на оценку «хорошо», 25-30 баллов – студент раскрыл основные вопросы и задания билета на оценку «отлично».
6.	Итого за семестр		100	

Итоговая оценка по экзамену выставляется в 100-балльной шкале и в традиционной четырехбалльной шкале. Перевод 100-балльной рейтинговой оценки по дисциплине в традиционную четырехбалльную осуществляется следующим образом:

100-балльная система	Традиционная система
85 - 100 баллов	Отлично
70 - 84 баллов	Хорошо
50 - 69 баллов	Удовлетворительно
Менее 50	Неудовлетворительно

#### 4.2 Типовые оценочные средства текущего контроля

##### Собеседование

Тема 1. Методика обучения лыжному спорту детей с поражениями опорно-двигательного аппарата. Основы техники безопасности при проведении занятий по лыжному спорту для детей с поражением опорно-двигательного аппарата.

Тема 2. Методика обучения лыжному спорту детей с нарушением зрения.

Основы техники безопасности при проведении занятий по лыжному спорту у детей с нарушением зрения.

Тема 3. Методика обучения плаванию детей с нарушением слуха.

Основы техники безопасности при проведении занятий по лыжному спорту у детей с нарушением слуха.

Тема 4. Методика обучения лыжному спорту детей с интеллектуальными нарушениями.

Основы техники безопасности при проведении занятий по лыжному спорту у детей с интеллектуальными нарушениями.

##### Тестирование

Тема 2. Методика обучения лыжному спорту детей с нарушением зрения.

1 Частота проведения Паралимпийских игр:

а – 1 раз в 2 года;

**б- 1 раз в 4 года;**

в – ежегодно.

2 Перечислите 5 видов спорта, которыми могут заниматься здоровые люди и люди с отклонениями в состоянии здоровья.

3 Назовите 3 вида адаптивного спорта, которым занимаются только люди с отклонениями в состоянии здоровья.

4 Как называются соревнования для людей с патологией зрения:

**а – паралимпиада;**

**б – сурдлимпийские игры;**

**в- специальная олимпиада.**

5 Как называются соревнования для людей с нарушением интеллекта:

**а – паралимпиада;**

**б – сурдлимпийские игры;**

**в- специальная олимпиада.**

6 Первые игры для инвалидов были проведены в 1948 году в английском городе Сток Мендвилль. Они стартовали в день начала Олимпиады, проходившей в:

**1 Лондоне;**

**2 Токио;**

**3 Альбервилле;**

**4 Риме.**

7 С какого года проводятся паралимпийские игры:

**-1960;**

**- 1984;**

**- 1976;**

**- 1988**

8 Летние паралимпийские игры проводятся на тех же аренах, на которых соревновались здоровые олимпийцы с:

**- 1960;**

**- 1972;**

**- 1980;**

**- 1988**

9 Зимние паралимпийские игры проводятся на тех же аренах, на которых соревновались здоровые олимпийцы с:

**- 1980;**

**- 1984;**

**- 1988;**

**- 1992**

10 Какие виды спорта проводятся с первых паралимпийских игр:

**1 тяжелая атлетика;**

**2 теннис;**

**3 легкая атлетика;**

**4 фехтование;**

**5 велогонки.**

Тема 4. Методика обучения лыжному спорту детей с интеллектуальными нарушениями.

**1 1. Специализированный процесс, содействующий успеху в конкретной деятельности (вид профессии, спорта и др.), предъявляющий специализированные требования к двигательным способностям человека, называется:**

**а. спортивной тренировкой;**

**б. специальной физической подготовкой;**

- в. физическим совершенством;
- г. профессионально-прикладной физической подготовкой.

**1 2. СПОРТ - это:**

- а. часть физической культуры, исторически сложившаяся в форме соревновательной деятельности и специальной практики подготовки человека к соревнованиям.**
- б. форма социального движения, целью которого является содействие повышению уровня физической культуры населения, целенаправленной деятельности государственных и общественных организаций, граждан по развитию физической культуры.
- в. специализированный процесс всестороннего физического воспитания, направленный на достижение высоких спортивных результатов.

**1 3. Выносливость по отношению к определенной двигательной деятельности называется:**

- а. аэробной выносливостью;
- б. анаэробной выносливостью;
- в. анаэробно-аэробной выносливостью;
- г. специальной выносливостью.**

**1 4. Интервал отдыха, гарантирующий к моменту очередного повторения упражнения восстановление работоспособности до исходного уровня, называют:**

- а. полным (ординарным);**
- б. суперкомпенсаторным;
- в. активным;
- г. строго регламентированным.

**1 5. Спортивная тренировка — это:**

- а. повторное выполнение спортивного упражнения с целью достижения наиболее высокого результата;
- б. планируемый педагогический процесс, включающий обучение спортсмена спортивной технике и тактике и развитие его физических способностей;**
- в. собственно соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, а также специфические отношения, нормы и достижения в сфере этой деятельности;
- г. упорядоченная организация деятельности по обеспечению совершенствования человека в сфере спорта.

**1 6. Основными специфическими средствами спортивной тренировки в видах спорта, характеризующихся активной двигательной деятельностью, являются:**

- а. восстановительные средства (парная баня, массаж, гидропроцедуры);
- б. продукты повышенной биологической ценности и специальные питательные смеси;
- в. физические упражнения;**
- г. мобилизующие, корригирующие (поправляющие), релаксирующие средства.

**1 7. В спортивной тренировке под термином метод следует понимать:**

- а. наиболее важные педагогические правила рационального построения тренировочного процесса;
- б. способ применения основных средств тренировки и совокупность приемов и правил деятельности спортсмена и тренера;**
- в. исходные закономерности, которые определяют организацию учебно- тренировочного процесса;
- г. конкретные указания тренеру о том, как нужно поступить в типичной педагогической ситуации.

**1 8. Принципы спортивной тренировки представляют собой:**

- а. наиболее важные педагогические правила рационального построения тренировочного процесса, в которых синтезированы научные данные и передовой практический опыт тренерской работы;**
- б. способы применения основных средств тренировки и совокупность приемов и правил деятельности спортсмена и тренера;
- в. внешнее выражение согласованной деятельности тренера и спортсменов, осуществляемой в определенном порядке режима;

г. путь достижения (реализации) цели и задач спортивной тренировки.

### 1 9. ПОВТОРНЫЙ МЕТОД:

а. Предусматривает выполнение упражнений с регламентированными паузами отдыха.

**б. Выполнение упражнений с максимальной или регламентированной интенсивностью и произвольной продолжительностью интервалов отдыха до необходимой степени восстановления.**

в. Характеризуется однократной непрерывной работой с переменной интенсивностью.

### 1 10. Основным критерием эффективности многолетней спортивной подготовки является:

а. максимальный фонд двигательных умений и навыков;

б. наивысший уровень развития физических качеств;

в. здоровье спортсмена;

**г. наивысший спортивный результат, достигнутый в оптимальных возрастных границах для данного вида спорта.**

## 4.3 Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме экзамена

### Типовые вопросы экзамена (ПК-4, ПК-5)

1. Основы техники безопасности на занятиях по лыжному спорту. Ознакомление, обучение и овладение двигательными навыками и техникой лыжных ходов. Техника выполнения лыжных ходов. Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма средствами лыжного спорта. Специальная физическая подготовка в различных видах лыжного спорта. Способы и методы самоконтроля при занятиях лыжным спортом. Особенности организации и планирования занятий по лыжному спорту в связи с выбранной профессией.

### Типовые задания для экзамена (ПК-4, ПК-5)

1. Разработать конспект занятий по лыжному спорту для детей различных нозологических групп (ПОДА, нарушения слуха, нарушения зрения, интеллектуальные нарушения).

2. Назовите методы обучения лыжному спорту детей различных нозологических групп (ПОДА, нарушения слуха, нарушения зрения, интеллектуальные нарушения).

3. Осуществите тестовый контроль физических качеств на занятиях по лыжному спорту у детей различных нозологических групп (ПОДА, нарушения слуха, нарушения зрения, интеллектуальные нарушения).

## 4.4. Шкала оценивания промежуточной аттестации

Оценка	Компетенции	Дескрипторы (уровни) – основные признаки освоения (показатели достижения результата)
«отлично» (85 - 100 баллов)	ПК-4	Эффективно оценивает физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время обучения детей с ОВЗ лыжному спорту
	ПК-5	Самостоятельно корректирует и развивает физическое развитие и функциональное состояние детей с ОВЗ на занятиях лыжным спортом
«хорошо» (70 - 84 баллов)	ПК-4	Достаточно эффективно оценивает физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время обучения детей с ОВЗ лыжному спорту
	ПК-5	С помощью преподавателя корректирует и развивает физическое развитие и функциональное состояние детей с ОВЗ на занятиях лыжным спортом

«удовлетворительно» (50 - 69 баллов)	ПК-4	Удовлетворительно оценивает физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время обучения детей с ОВЗ лыжному спорту
	ПК-5	Под строгим контролем корректирует и развивает физическое развитие и функциональное состояние детей с ОВЗ на занятиях лыжным спортом
«неудовлетворительно» (менее 50 баллов)	ПК-4	Не оценивает физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время обучения детей с ОВЗ лыжному спорту
	ПК-5	Не способен корректировать и развивать физическое развитие и функциональное состояние детей с ОВЗ на занятиях лыжным спортом

## 5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

### 5.1 Методические указания по организации самостоятельной работы обучающихся:

Приступая к изучению дисциплины, в первую очередь обучающимся необходимо ознакомиться содержанием рабочей программы дисциплины (РПД), которая определяет содержание, объем, а также порядок изучения и преподавания учебной дисциплины, ее раздела, части.

Для самостоятельной работы важное значение имеют разделы «Объем и содержание дисциплины», «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» и «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы».

В разделе «Объем и содержание дисциплины» указываются все разделы и темы изучаемой дисциплины, а также виды занятий и планируемый объем в академических часах.

В разделе «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» указана рекомендуемая основная и дополнительная литература.

В разделе «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы» содержится перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем, необходимых для освоения дисциплины.

### 5.2 Рекомендации обучающимся по работе с теоретическими материалами по дисциплине

При изучении и проработке теоретического материала необходимо:

- просмотреть еще раз презентацию лекции в системе MOODLe, повторить законспектированный на лекционном занятии материал и дополнить его с учетом рекомендованной дополнительной литературы;
- при самостоятельном изучении теоретической темы сделать конспект, используя рекомендованные в РПД источники, профессиональные базы данных и информационные справочные системы;
- ответить на вопросы для самостоятельной работы, по теме представленные в пункте 3.2 РПД.
- при подготовке к текущему контролю использовать материалы фонда оценочных средств (ФОС).

### 5.3 Рекомендации по работе с научной и учебной литературой

Работа с основной и дополнительной литературой является главной формой самостоятельной работы и необходима при подготовке к устному опросу на семинарских занятиях, к дебатам, тестированию, экзамену. Она включает проработку лекционного материала и рекомендованных источников и литературы по тематике лекций.

Конспект лекции должен содержать реферативную запись основных вопросов лекции, в том числе с опорой на размещенные в системе MOODLe презентации, основных источников и литературы по темам, выводы по каждому вопросу. Конспект может быть выполнен в рамках распечатки выдачи презентаций лекций или в отдельной тетради по предмету. Он должен быть аккуратным, хорошо читаемым, не содержать не относящуюся к теме информацию или рисунки.

Конспекты научной литературы при самостоятельной подготовке к занятиям должны содержать ответы на каждый поставленный в теме вопрос, иметь ссылку на источник информации с обязательным указанием автора, названия и года издания используемой научной литературы. Конспект может быть опорным (содержать лишь основные ключевые позиции), но при этом позволяющим дать полный ответ по вопросу, может быть подробным. Объем конспекта определяется самим студентом.

В процессе работы с основной и дополнительной литературой студент может:

- делать записи по ходу чтения в виде простого или развернутого плана (создавать перечень основных вопросов, рассмотренных в источнике);
- составлять тезисы (цитирование наиболее важных мест статьи или монографии, короткое изложение основных мыслей автора);
- готовить аннотации (краткое обобщение основных вопросов работы);
- создавать конспекты (развернутые тезисы).

#### 5.4. Рекомендации по подготовке к отдельным заданиям текущего контроля

Собеседование предполагает организацию беседы преподавателя со студентами по вопросам практического занятия с целью более обстоятельного выявления их знаний по определенному разделу, теме, проблеме и т.п. Все члены группы могут участвовать в обсуждении, добавлять информацию, дискутировать, задавать вопросы и т.д.

Устный опрос может применяться в различных формах: фронтальный, индивидуальный, комбинированный. Основные качества устного ответа подлежащего оценке:

- правильность ответа по содержанию;
- полнота и глубина ответа;
- сознательность ответа;
- логика изложения материала;
- рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи;
- своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе;
- использование дополнительного материала;
- рациональность использования времени, отведенного на задание.

Устный опрос может сопровождаться презентацией, которая подготавливается по одному из вопросов практического занятия. При выступлении с презентацией необходимо обращать внимание на такие моменты как:

- содержание презентации: актуальность темы, полнота ее раскрытия, смысловое содержание, соответствие заявленной темы содержанию, соответствие методическим требованиям (цели, ссылки на ресурсы, соответствие содержания и литературы), практическая направленность, соответствие содержания заявленной форме, адекватность использования технических средств учебным задачам, последовательность и логичность презентуемого материала;
- оформление презентации: объем (оптимальное количество), дизайн (читаемость, наличие и соответствие графики и анимации, звуковое оформление, структурирование информации, соответствие заявленным требованиям), оригинальность оформления, эстетика, использование возможности программной среды, соответствие стандартам оформления;
- личностные качества: ораторские способности, соблюдение регламента, эмоциональность, умение ответить на вопросы, систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы;
- содержание выступления: логичность изложения материала, раскрытие темы, доступность изложения, эффективность применения средств ИКТ, способы и условия достижения результативности и эффективности для выполнения задач своей профессиональной или учебной деятельности, доказательность принимаемых решений, умение аргументировать свои заключения, выводы.

## 6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### 6.1 Основная литература:

1. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание : учеб. пособие. - М.: Академия, 2005. - 429 с.
2. Петрова, Н. Л., Баранов, В. А. Плавание. Начальное обучение с видеокурсом. - 2022-04-01; Плавание. Начальное обучение с видеокурсом. - Москва: Человек, 2013. - 148 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/27584.html>

## 6.2 Дополнительная литература:

1. Петрова Н. Л., Баранов В. А. Плавание: начальное обучение с видеокурсом : практическое пособие. - Москва: Человек, 2013. - 149 с. - Текст : электронный // ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [сайт]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461426>

## 6.3 Иные источники:

1. Всероссийская федерация плавания - <https://russwimming.ru>
2. Гуманитарная электронная библиотека - <http://www.lib.ua-ru.net/katalog/41.html>
3. Журнал "Педагогика" - <http://www.pedagogika-rao.ru/>

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы**

Для проведения занятий по дисциплине необходимо следующее материально-техническое обеспечение: учебные аудитории для проведения занятий лекционного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, помещения для самостоятельной работы.

Учебные аудитории и помещения для самостоятельной работы укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Помещения для самостоятельной работы укомплектованы компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования, обеспечивающие тематические иллюстрации (проектор, ноутбук, экран/ интерактивная доска).

Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

Microsoft Office Профессиональный плюс 2007

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Российская национальная библиотека. – URL: <http://nlr.ru>
2. Российская государственная библиотека. – URL: <https://www.rsl.ru>
3. Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru. – URL: <https://elibrary.ru>
4. Научная электронная библиотека Российской академии естествознания. – URL: <https://www.monographies.ru>
5. Официальный сайт Всероссийского центра изучения общественного мнения (ВЦИОМ). – URL: <https://wciom.ru>

## **Электронная информационно-образовательная среда**

[https://auth.tsutmb.ru/authorize?response\\_type=code&client\\_id=moodle&state=xyz](https://auth.tsutmb.ru/authorize?response_type=code&client_id=moodle&state=xyz)

Взаимодействие преподавателя и студента в процессе обучения осуществляется посредством мультимедийных, гипертекстовых, сетевых, телекоммуникационных технологий, используемых в электронной информационно-образовательной среде университета.