

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ТОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ (НИ ТГУ)

Факультет физической культуры

УТВЕРЖДАЮ:
Декан ФФК
В.Г. Шилько

Оценочные материалы по дисциплине

ЛЫЖНЫЙ СПОРТ

по направлению подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) подготовки:
Технологии спортивной подготовки

Форма обучения
Очная

Квалификация
Бакалавр

Год приема
2024

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель ОПОП
Т.А. Шилько

Председатель УМК
Ю.А. Карвунис

Томск – 2024

1. Компетенции и индикаторы их достижения, проверяемые данными оценочными материалами

Целью освоения дисциплины является формирование следующих компетенций:

ОПК-3 Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке.

ОПК-4 Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта.

Результатами освоения дисциплины являются следующие индикаторы достижения компетенций:

ИОПК 3.1 Осуществляет профессиональную физкультурно-спортивную деятельность в соответствии с ФГОС дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего и дополнительного образования.

ИОПК 3.2 Планирует и проводит учебные и тренировочные занятия по физической культуре с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.

ИОПК 3.3 Анализирует эффективность технологий двигательного и когнитивного обучения и физической подготовки. Организует и осуществляет контроль и оценку физкультурно-спортивных достижений обучающихся.

ИОПК 4.2 Разрабатывает планы занятий и наиболее эффективные методики проведения тренировок. Проверяет наличие и достаточность материально-технических ресурсов, погодных, санитарно-гигиенических условий для проведения тренировочных занятий.

2. Этапы формирования компетенций и виды оценочных средств

№	Этапы формирования компетенций (разделы дисциплины/модуля/практики)	Код и наименование результатов обучения	Вид оценочного средства (тесты, задания, кейсы, вопросы и др.)
1.	Тема 1. Теоретические основы лыжного спорта.	ИОПК-3.1	Тест, дидактическая игра
2	Тема 2. Основы техники передвижения на лыжах.	ИОПК-3.1	Тест, задание
3	Тема 3. Техника передвижения на лыжах классическими ходами.	ИОПК-3.3	Тест, задание
4	Тема 4. Методика обучения передвижению на лыжах классическими ходами.	ИОПК-3.2	Тест, задание
5	Тема 5. Техника передвижения на лыжах коньковыми ходами.	ИОПК-3.3	Тест, задание
6	Тема 6. Методика обучения передвижению на лыжах коньковыми ходами.	ИОПК-3.2	Тест, задание
7	Тема 7. Методика воспитания физических качеств и способностей средствами лыжного спорта	ИОПК-3.2	Тест, задание
8	Тема 8. Организация и судейство соревнований по лыжному спорту.	ИОПК-3.1 ИОПК-3.3	Тест, задание
9	Тема 9. Методика воспитания выносливости в лыжных гонках.	ИОПК-3.2	Тест, задание
10	Тема 10. Методика воспитания силовой выносливости в лыжных	ИОПК-3.2	Тест, задание

	гонках.		
11	Тема 11. Методика воспитания координационных способностей в лыжных гонках.	ИОПК-3.2	Тест, задание
12	Тема 12. Планирование тренировочного процесса в лыжных гонках.	ИОПК-4.2	Тест, задание

3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки образовательных результатов обучения

3.1. Типовые задания для проведения текущего контроля успеваемости по дисциплине/модулю/практике (тесты, задания, задачи, деловые игры и др.).

Задание (кейс) по теме 4.

Индикатор компетенции, на формирование которого направлено задание:

ИОПК-3.1 - Осуществляет профессиональную физкультурно-спортивную деятельность в соответствии с ФГОС дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего и дополнительного образования.

ЗАДАНИЕ

Составьте комплекс упражнений из 7-9 упражнений для школьников, направленный на разучивание ступающего лыжного шага. При описании упражнений обязательно указать:

- 1) для чего каждое конкретное упражнение используется (для какой конкретно фазы «ступаемого шага»);
- 2) исходное положение;
- 3) последовательность выполнения упражнений друг за другом.

Критерий	Зачтено	Требуется доработка	Не зачтено
Содержание разработанного комплекса упражнений	Комплекс упражнений разработан грамотно, учтены все критерии задания.	Комплекс упражнений разработан с ошибками, указано меньше 7 упражнений, учтено 75% критерий.	Комплекс упражнений разработан с грубыми ошибками, не учтены критерии задания.

Задание (кейс) по теме 8.

Индикатор компетенции, на формирование которого направлено задание:

ИОПК-3.3 - Анализирует эффективность технологий двигательного и когнитивного обучения и физической подготовки. Организует и осуществляет контроль и оценку физкультурно-спортивных достижений обучающихся.

ЗАДАНИЕ

Примите участие в судействе соревнований по лыжным гонкам или в приеме норматива ВФСК ГТО «Бег на лыжах». Составьте отчет соревнований, где необходимо указать:

- 1) название мероприятия;
- 2) дата и место его проведения;
- 3) состав участников (пол, возраст);

- 4) результаты соревнований;
- 5) количество спортсменов, выполнивших разряды / количество спортсменов, сдавшие норматив на знаки отличия;
- 6) расписать судейскую бригаду (кол-во человек на каждой станции);
- 7) указать главного судью.

Критерий	Зачтено	Требуется доработка	Не зачтено
Содержание отчёта	Отчет составлен грамотно с соблюдением всех критерий.	Отчет составлен с ошибками с учетом 75% критерий.	Задание не выполнено.

Задание (кейс) по теме 12.

Индикатор компетенции, на формирование которого направлено задание:

ИОПК-3.2 - Планирует и проводит учебные и тренировочные занятия по физической культуре с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.

ИОПК-4.2 - Разрабатывает планы занятий и наиболее эффективные методики проведения тренировок. Проверяет наличие и достаточность материально-технических ресурсов, погодных, санитарно-гигиенических условий для проведения тренировочных занятий.

ЗАДАНИЕ

Разработайте план-конспект занятия со студентами по лыжной подготовке. Проведите занятие по разработанному плану-конспекту со студентами и составьте отчет. Используйте видео- и фото-материалы.

В плане конспекте обязательно указать:

- 1) тема занятия;
- 2) решаемые задачи занятия;
- 3) место проведения занятия;
- 4) время проведения занятия;
- 5) содержание каждой части занятия;
- 6) дозировка каждого упражнения;
- 7) организационно- методические указания к каждому упражнению.

В отчете отразить краткие итоги проведенного занятия.

КРИТЕРИАЛЬНАЯ МАТРИЦА ОЦЕНИВАНИЯ

Критерий	Зачтено	Требуется доработка	Не зачтено
Содержание разработанной плана-конспекта	План-конспект разработан грамотно, содержится полная информация, есть фото- и видео-материалы, отражены краткие итоги проведенного занятия.	План-конспект разработан с ошибками, учтены 75% критерий его составления, нет видео- и фото-материалов, отражены краткие итоги проведенного занятия.	План-конспект разработан с ошибками, учтены 50% критерий его составления, нет видео- и фото-материалов, отчет содержит несодержательную информацию или полностью отсутствует.

Пример тестовых заданий

1. Как выполняется отталкивание в коньковых ходах?

- Нажимом
- Скользящим упором
- Разворотом
- Махом

2. Какой из названных коньковых ходов не существует в классификации?

- Одношажный
- Двухшажный
- Попеременный
- Бесшажный

3.2. Типовые задания для проведения промежуточной аттестации по дисциплине/модулю/практике (содержащие комплект экзаменационных вопросов и заданий для экзамена и др.)

Экзаменационные вопросы по дисциплине «Теория и методика обучения базовым видам спорта (лыжный спорт)»

1. Значение лыжной подготовки. История развития лыж
 2. Общая характеристика и правила проведения соревнований по лыжным гонкам и сноуборда
 3. Общая характеристика и правила проведения соревнований по прыжкам на лыжах с трамплина и фристайла
 4. Общая характеристика и правила проведения соревнований по лыжному двоеборью и горным лыжам
 5. Общая характеристика и правила проведения соревнований по биатлону
 6. Экипировка лыжника (характеристика лыж, палок, креплений, лыжных ботинок)
 7. Классификация способов передвижения, основные понятия техники передвижения на лыжах
 8. Терминология теории лыжного спорта
 9. Взаимодействие сил при передвижении лыжника
 10. Задачи, формы лыжной подготовки в общеобразовательном учреждении.
- Типы и структура уроков по лыжам
11. Метеоусловия и проведение уроков по лыжам
 12. Структура снега и выбор мазей в зависимости от погодных условий
 13. Этапы и задачи обучения, содержание уроков по лыжам
 14. Структура методики обучения двигательным действиям на уроках по лыжам
 15. Игры на лыжной подготовке
 16. Методика обучения передвижению на лыжах младших школьников (школа лыжника, ступающий шаг, спуски)
 17. Методика обучения скользящему шагу
 18. Методика обучения преодоления спусков
 19. Методика обучения преодоления подъемов
 20. Методика обучения поворотам и разворотам
 21. Методика обучения торможениям

22. Методика обучения попеременному двухшажному ходу
23. Методика обучения одновременному бесшажному ходу
24. Методика обучения одновременному одношажному ходу
25. Методика обучения одновременному двухшажному ходу

4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания образовательных результатов обучения

4.1. Методические материалы для оценки текущего контроля успеваемости по дисциплине/модулю/практике.

1. Оценка теста

Работа позволяет оценить остаточные знания по пройденным темам дисциплины. Список тем контрольных работ:

Тема 1. Теоретические основы лыжного спорта.
Тема 2. Основы техники передвижения на лыжах.
Тема 3. Техника передвижения на лыжах классическими ходами.
Тема 4. Методика обучения передвижению на лыжах классическими ходами.
Тема 5. Техника передвижения на лыжах коньковыми ходами.
Тема 6. Методика обучения передвижению на лыжах коньковыми ходами.
Тема 7. Методика воспитания физических качеств и способностей средствами лыжного спорта
Тема 8. Организация и судейство соревнований по лыжному спорту.
Тема 9. Методика воспитания выносливости в лыжных гонках.
Тема 10. Методика воспитания силовой выносливости в лыжных гонках.
Тема 11. Методика воспитания координационных способностей в лыжных гонках.
Тема 12. Планирование тренировочного процесса в лыжных гонках.

Критерии оценивания работы:

За полный правильный ответ на вопрос теста – 1 балл

Ответ неполный – 0,5 балла

Ответа нет или ответ неверный – 0 балла

Каждый тест включает в себя по 10 вопросов.

4.2. Методические материалы для проведения промежуточной аттестации по дисциплине/модулю/практике.

Результаты экзамена определяются оценками «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

Оценка «отлично» ставится, если обучающийся при ответе на вопросы билета продемонстрировал владение на высоком уровне учебным материалом в рамках содержащихся в билете вопросов, корректное использование педагогической терминологии. Ответ обучающегося отличала полнота, конкретность и внутренняя логика.

Оценка «хорошо» ставится, если обучающийся при ответе на вопросы билета продемонстрировал твердое владение учебным материалом в рамках вопросов билета. При этом при ответе студент допустил некоторые неточности, не имеющие принципиального характера, которые обучающийся смог исправить после соответствующих замечаний преподавателя, или незначительно была нарушена внутренняя логика ответа.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если при ответе на вопросы билета студент продемонстрировал общее понимание и владение учебным материалом, но допустил незначительное количество ошибок или, если были выявлены незначительные пробелы в знаниях основных вопросов программы. Вместе с тем студент оказался

неспособен ответить на дополнительные вопросы экзаменатора, продемонстрировал недостаточное знакомство с основной и дополнительной литературой. Структура ответа не соответствовала требованию логичности изложения.

Оценка «неудовлетворительно» ставится, если обучающийся при ответе на вопросы билета продемонстрировал незнание или непонимание учебного материала, неспособность ответить на дополнительные вопросы преподавателя. Также оценка «неудовлетворительно» ставится в случае нарушения обучающимся процедуры экзамена.

Информация о разработчиках

Загородникова Дарья Михайловна, старший преподаватель кафедры физической культуры и спорта.