

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Косенок Сергей Михайлович  
Должность: ректор  
Дата подписания: 01.07.2025 09:23:05  
Уникальный программный ключ:  
e3a68f3eaa1e62674b54f4998099d3d6bfdcf836

## Оценочные материалы промежуточной аттестации

### Лыжный спорт с методикой преподавания

Код, направление подготовки	49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Направленность (профиль)	Адаптивное физическое воспитание
Форма обучения	очная
Кафедра-разработчик	Медико-биологических основ физической культуры
Выпускающая кафедра	Медико-биологических основ физической культуры

#### (2 семестр)

Типовые задания для контрольной работы (реферативного типа)

**«Формы организации и проведения занятий по лыжному спорту с учетом индивидуальных особенностей занимающихся (возраста, нозологических форм заболеваний)»**

*Для написания реферата на вышеуказанную тему, обучающийся выбирает одну группу нозологии (например, нарушения слуха, или нарушения зрения, или др.), возрастной диапазон до 18 лет (дошкольники, младший школьный возраст, средний, старший) или после 18 лет (юношеский, первый, второй зрелый возраст, пожилые люди), учитывается также пол занимающихся или другие особенности.*

#### (3 семестр)

Типовые задания для контрольной работы (реферативного типа)

**«Формы организации и проведения занятий по лыжному спорту с учетом индивидуальных особенностей занимающихся (возраста, нозологических форм заболеваний)»**

*Для написания реферата на вышеуказанную тему, обучающийся выбирает одну группу нозологии (например, нарушения слуха, или нарушения зрения, или др.), возрастной диапазон до 18 лет (дошкольники, младший школьный возраст, средний, старший) или после 18 лет (юношеский, первый, второй зрелый возраст, пожилые люди), учитывается также пол занимающихся или другие особенности.*

#### (4 семестр)

Типовые задания для контрольной работы (реферативного типа)

**«Объективные и субъективные факторы, влияющие на выбор вида лыжного спорта лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья»**

Типовые вопросы к экзамену

1. Характеристика видов лыжного спорта, основные особенности. Характеристика соревновательной деятельности.
2. Выбор гоночных лыж и палок для классических ходов. Технология обработки лыж. Требования по хранению инвентаря в летних и зимних условиях.
3. Подготовка мест занятий по лыжной подготовке с учетом индивидуальных особенностей обучающихся (возраста, нозологических форм заболеваний).
4. Техника безопасности при организации занятий по лыжной подготовке с учетом возраста, нозологических форм заболеваний учащихся, климатических особенностей региона.
5. Техника попеременного двухшажного хода (фазовый анализ, задачи фаз).

6. Техника одновременного бесшажного хода (фазовый анализ, задачи фаз).
7. Техника одновременного одношажного хода – скоростной и основной варианты (фазовый анализ, задачи фаз).
8. Техника одновременного двухшажного хода.
9. Основы методики обучения технике попеременного двухшажного хода (основные средства, последовательность обучения, дозирование нагрузки). Особенности методики обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
10. Основы методики обучения технике одновременного бесшажного хода (основные средства, последовательность обучения, дозирование нагрузки). Особенности методики обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
11. Основы методики обучения технике одновременного одношажного хода – скоростной и основной варианты (основные средства, последовательность обучения, дозирование нагрузки). Особенности методики обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
12. Основы методики обучения технике одновременного двухшажного (основные средства, последовательность обучения, дозирование нагрузки). Особенности методики обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
13. Основные способы поворотов на лыжах на месте. Техника выполнения. Особенности методики обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
14. Основные способы преодоления подъемов. Техника выполнения. Особенности методики обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
15. Основные способы спуска со склонов. Техника выполнения. Особенности методики обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
16. Основные способы преодоления поворотов в движении. Техника выполнения. Особенности методики обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
17. Анализ техники и методика обучения коньковым ходам. Одновременный полуконьковый ход. Особенности методики обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
18. Анализ техники и методика обучения коньковым ходам. Коньковый ход без отталкивания руками (с махами и без махов руками). Особенности методики обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
19. Анализ техники и методика обучения коньковым ходам. Одновременный двухшажный коньковый ход. Особенности методики обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
20. Анализ техники и методика обучения коньковым ходам. Одновременный одношажный коньковый ход. Особенности методики обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
21. Анализ техники и методика обучения коньковым ходам. Попеременный коньковый ход. Особенности методики обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
22. Организация и содержание лыжной подготовки в программе общеобразовательной и коррекционной школы (классные, внеклассные занятия).
23. Требования к планированию содержания уроков по лыжной подготовке для учащихся, имеющих отклонения в состоянии здоровья.
24. Организация и содержание занятий лыжной подготовкой среди различных групп населения, с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний.
25. Педагогический контроль в учебном процессе по лыжной подготовке. Контроль нагрузки по внешним и внутренним признакам.
26. Организационная работа с родителями учащихся с отклонениями в состоянии здоровья, занимающихся лыжной подготовкой.
27. Отбор и спортивная ориентация в лыжном спорте.
28. Требования, предъявляемые к организации и проведению учебно-тренировочных занятий в лыжном спорте.
29. Средства восстановления в учебно-тренировочном процессе по лыжному спорту.
30. Организация и проведение соревнований в лыжном спорте с учетом медицинской, спортивно-функциональной классификации спортсменов.