

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
"Амурский государственный университет"

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной и научной  
работе

                    Лейфа                    А.В. Лейфа

« 1 » сентября 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
«ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ЗИМНИХ ВИДОВ СПОРТА»

Направление подготовки 44.04.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы – Спортивные и физкультурно-оздоровительные технологии

Квалификация выпускника – Магистр

Год набора – 2023

Форма обучения – Очная

Курс 1,2 Семестр 2,3

Экзамен 3 сем

Зачет 2 сем

Общая трудоемкость дисциплины 252.0 (академ. час), 7.00 (з.е)

Составитель О.В. Юречко, доцент, канд. пед. наук

Факультет социальных наук

Кафедра психологии и педагогики

Рабочая программа составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта ВО для направления подготовки 44.04.01 Педагогическое образование, утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 22.02.18 № 126

Рабочая программа обсуждена на заседании кафедры психологии и педагогики

01.09.2023 г. , протокол № 1

Заведующий кафедрой Лейфа А.В. Лейфа

СОГЛАСОВАНО

Учебно-методическое управление

Чалкина Н.А. Чалкина

« 1 » сентября 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Научная библиотека

Петрович О.В. Петрович

« 1 » сентября 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Выпускающая кафедра

Лейфа А.В. Лейфа

« 1 » сентября 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Центр цифровой трансформации и  
технического обеспечения

Тодосейчук А.А. Тодосейчук

« 1 » сентября 2023 г.

## 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

### Цель дисциплины:

формирование компетенций, позволяющих магистрантам проектировать основные и дополнительные образовательные программы по зимним видам спорта и разрабатывать научно-методическое обеспечение их реализации

### Задачи дисциплины:

- формирование у магистрантов целостного представления о теории и методике зимних видов спорта;
- формирование у магистрантов системы умений и навыков проведения занятий по зимним видам спорта в различными возрастными группами.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина относится к обязательной части дисциплин (модулей) образовательной программы высшего образования по направлению подготовки магистров 44.04.01 Педагогическое образование. Дисциплина «Теория и методика зимних видов спорта» базируется на освоении дисциплин обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений образовательной программы в частности «Технологии научных исследований в физической культуре и спорте», «Теория и методика базовых и новых видов спорта». Знания, полученные в рамках изучения данной дисциплины используются при выполнении научно-исследовательской работы и подготовки выпускной квалификационной работы.

## 3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

### 3.1 Общефессиональные компетенции и индикаторы их достижения

Категория (группа) общепрофессиональных компетенций	Код и наименование общепрофессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения общепрофессиональной компетенции
Разработка основных и дополнительных образовательных программ	ОПК-2 Способен проектировать основные и дополнительные образовательные программы и разрабатывать научно-методическое обеспечение их реализации	ИД-1ОПК-2 Знает: основные требования к организации образовательного процесса в образовательных организациях разного типа и вида; требования к учебно-методическому обеспечению учебных курсов, дисциплин (модулей) программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, профессионального обучения, профессионального образования, в том числе к современным учебникам, учебным и учебно-методическим пособиям, включая электронные образовательные ресурсы и иным средствам обучения ИД-2 ОПК-2 Умеет: проектировать основные и дополнительные образовательные программы и разрабатывать научно-методическое обеспечение их реализации

		ИД-3 ОПК-2 Владеет навыками осуществления деятельности по проектированию основных и дополнительных образовательных программ и разработки научно-методического обеспечения их реализации
--	--	---

### 3.2 Профессиональные компетенции и индикаторы их достижения

Код и наименование профессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения профессиональной компетенции
ПК-1. Реализация образовательных программ в соответствии с требованиями федеральных образовательных стандартов	ИД-1 ПК-1. Знает: преподаваемый предмет; психолого- педагогические основы и современные образовательные технологии; особенности организации образовательного процесса в соответствии с требованиями образовательных стандартов. ИД-2 ПК1. Умеет использовать педагогически обоснованные формы, методы и приемы организации деятельности обучающихся; применять современные образовательные технологии; создавать образовательную среду, обеспечивающую формирование у обучающихся образовательных результатов, предусмотренных ФГОС и(или) образовательными стандартами, установленными образовательной организацией, и(или) образовательной программой ПКО ИД-3 ПК1. Владеет навыками профессиональной деятельности по реализации программ учебных дисциплин
ПК-3. Способен осуществлять преподавание программ дополнительного образования и обеспечивать их организационно- методическое и педагогическое сопровождение	ИД1 ПК-3. Знает: образовательные программы в области физической культуры и спорта на основе современных требований к методике преподавания в образовательных организациях основного общего, среднего общего и дополнительного образования ИД2 ПК-3. Умеет: образовательные программы в области физической культуры и спорта на основе современных требований к методике преподавания в образовательных организациях основного общего, среднего общего и дополнительного образования ИД3 ПК-3. Владеет навыками по реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта на основе современных требований к методике преподавания в образовательных организациях основного общего, среднего общего и дополнительного образования

## 4. СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 7.00 зачетных единицы, 252.0 академических часов.

2 – Тема (раздел) дисциплины, курсовая работа (проект), промежуточная аттестация

3 – Семестр

4 – Виды контактной работы и трудоемкость (в академических часах)

4.1 – Л (Лекции)

4.2 – Лекции в виде практической подготовки

4.3 – ПЗ (Практические занятия)

4.4 – Практические занятия в виде практической подготовки

4.5 – ЛР (Лабораторные работы)

4.6 – Лабораторные работы в виде практической подготовки

4.7 – ИКР (Иная контактная работа)

4.8 – КТО (Контроль теоретического обучения)

4.9 – КЭ (Контроль на экзамене)

5 – Контроль (в академических часах)

6 – Самостоятельная работа (в академических часах)

7 – Формы текущего контроля успеваемости

1	2	3	4									5	6	7
			4.1	4.2	4.3	4.4	4.5	4.6	4.7	4.8	4.9			
1	Теория и методика зимних видов спорта (лыжные гонки)	2	1		8								36	опрос конспект
2	Теория и методика зимних видов спорта (хоккей)	2	1		10								51.8	конспект
3	Зачет	2								0.2				зачет
4	Теория и методика зимних видов спорта (биатлон)	3	1		8								26	конспект
5	Теория и методика зимних видов спорта (конькобежный спорт)	3	1		8								26	конспект
6	Теория и методика зимних видов спорта (избранный вид)	3	2		10								26	конспект
7	Экзамен	3									0.3	35.7		экзамен
	Итого			6.0	44.0	0.0	0.0	0.2	0.3		35.7	165.8		

## 5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 5.1. Лекции

№ п/п	Наименование темы (раздела)	Содержание темы (раздела)
1	Теория и методика зимних видов спорта (лыжные гонки)	Исторические этапы в развитии лыжного спорта. Лыжный инвентарь, его подбор, хранение и уход. Техника передвижения на лыжах. Методика обучения технике передвижения на лыжах. Основы тренировки в лыжном спорте. Организация, судейство и правила соревнований по лыжному спорту.
2	Теория и методика зимних видов спорта (хоккей)	История, современное состояние и место хоккея с шайбой в отечественной системе физического воспитания. Техника игры в хоккей с шайбой. Обучение и совершенствование техническим приемам игры в хоккей с шайбой. Методика обучения техническим приемам игры в хоккей с шайбой. Тактика игры в хоккей с шайбой (методика обучения и совершенствования индивидуальным, групповым и командным тактическим действиям). Обеспечение техники безопасности при организации и проведении занятий по хоккею с шайбой. Организация и проведение соревнований по хоккею с шайбой. Судейство игры в хоккей с шайбой.
3	Теория и методика зимних видов спорта (биатлон)	Исторические этапы в развитии биатлона. Спортивный инвентарь для занятий биатлоном. Техника передвижения на лыжах и техника стрельбы. Методика обучения технике передвижения на лыжах. Методика обучения технике стрельбы в биатлоне. Основы тренировки в биатлоне. Организация, судейство и правила соревнований по биатлону.
4	Теория и методика зимних видов спорта (конькобежный спорт)	Эволюция методики подготовки конькобежцев. Техника передвижения на коньках в различных дисциплинах и видах спорта на коньках. Методика обучения технике бега на коньках. Методика обучения технике бега на коньках. Основы тренировки в конькобежном спорте. Организация, судейство и правила соревнований по конькобежному спорту.
5	Теория и методика зимних видов спорта (избранный вид)	История, современное состояние и место избранного зимнего вида спорта в системе физического воспитания. Техника избранного зимнего вида спорта. Обучение и совершенствование техническим приемам игры в избранном зимнем виде спорта. Методика обучения техническим приемам избранного зимнего вида спорта. Тактика избранного зимнего вида спорта. Обеспечение техники безопасности при организации и проведении занятий по избранному зимнему виду спорта. Организация и проведение соревнований по избранному зимнему

		виду спорта. Судейство избранного зимнего вида спорта.
--	--	--

## 5.2. Практические занятия

Наименование темы	Содержание темы
Теория и методика зимних видов спорта (лыжные гонки)	<p>Общая схема движений в попеременных и одновременных ходах. Силы, действующие на лыжника при движении по склону. Характеристика основных элементов техники: отталкивание палками, отталкивание лыжами, свободное скольжение, подседание, пережат.</p> <p>Классические ходы и их разновидности. Попеременные лыжные ходы (двухшажный лыжный ход, четырёхшажный лыжный ход), одновременные лыжные ходы (безшажный лыжный ход, одношажный лыжный ход, двухшажный лыжный ход). Способы подъёма в гору на лыжах. Обычным способом, ёлочкой, полуёлочкой, лесенкой, беговым шагом, скользящим шагом, ступающим шагом.</p> <p>Коньковые ходы и их разновидности Попеременный двухшажный коньковый ход, одновременный одношажный коньковый ход, одновременный двухшажный коньковый ход. Коньковый ход без использования палок. Полуконьковый ход. Техника и методика обучения коньковым ходам. Техника перехода с одного конькового хода на другой коньковый ход в зависимости от рельефа дистанции.</p> <p>Способы подъёма в гору. Способы спуска с горы. Способы подъёма в гору обычным способом (ступающим шагом, скользящим шагом, беговым шагом). Техника и методика обучения подъёма в гору Ёлочкой и условия его применения. Техника и методика обучения подъема в гору Полуёлочкой и условия его применения. Техника и методика обучения подъём в гору Лесенкой и условия его применения. Способы торможения и повороты Торможение плугом, полу плугом. Торможение уступом. Торможение преднамеренным падением. Торможение палками. Торможение боковым соскальзыванием. Повороты на месте переступанием вокруг носков лыж, вокруг пяток лыж, махом, прыжком. Повороты в движении полуплугом, переступанием, упором, плугом и на параллельных лыжах. Цели и задачи спортивной подготовки лыжника- гонщика. Закономерности и принципы системы подготовки в лыжном спорте. Содержание подготовки лыжника- гонщика. Основные средства подготовки лыжников- гонщиков. Методы подготовки, воспитания и обучения в лыжном спорте. Методы тренировки: равномерный, переменный, повторный, интервальный, контрольный и соревновательный. Круговая тренировка и игровой метод. Варианты и сочетания методов. Подготовленность и спортивная форма</p>

	<p>лыжника. Периодизация круглогодичной тренировки. Педагогический контроль и самоконтроль. Этапы многолетней подготовки лыжников. Лыжная подготовка в образовательных учреждениях, системе дополнительного образования. Организация, судейство и правила соревнований по лыжному спорту. Организация, судейство и правила соревнований по лыжному спорту. Сдача контрольных нормативов по правилам соревнований по лыжному спорту.</p>
Теория и методика зимних видов спорта (хоккей)	<p>Организация и методика проведения практических занятий по хоккею. Практическое овладение техникой и методикой обучения игре хоккей. Классификация, общие понятия и анализ техники игры. Техника передвижений. Техника владения клюшкой и шайбой. Техника игры в нападении. Техника игры в защите. Техника игры вратаря. Тактика игры. Общие понятия и классификация. Индивидуальная, групповая, командная тактика игры в защите и нападении. Методика построения учебно-тренировочных занятий по хоккею</p>
Теория и методика зимних видов спорта (биатлон)	<p>Техника стрельбы. Специальные подготовительные и подводящие стрелковые упражнения с пневматической винтовкой для начального обучения. Общие положения техники стрельбы. Изготовка при стрельбе из положения лежа. Изготовка при стрельбе из положения стоя. Техника передвижения на лыжах с оружием. Общие основы техники. Передвижение попеременными ходами. Передвижение одновременными ходами. Основной «коньковый» способ передвижения.</p>
Теория и методика зимних видов спорта (конькобежный спорт)	<p>Техника передвижения на коньках в скоростном беге, фигурном катании на коньках и шорт-треке. Особенности методики обучения в скоростном беге на коньках, фигурном катании на коньках и шорт-треке. Тренировка в скоростном беге, фигурном катании на коньках и шорт-треке. Организация и проведение соревнований в скоростном беге на коньках, фигурном катании на коньках и шорт-треке.</p>
Теория и методика зимних видов спорта (избранный вид)	<p>Техника избранного зимнего вида спорта. Методика обучения в избранном зимнем виде спорта. Тренировка в избранном зимнем виде спорта. Организация и проведение соревнований в избранном зимнем виде спорта.</p>

## 6. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА

№ п/п	Наименование темы (раздела)	Содержание темы (раздела)	Трудоемкость в академических часах
1	Теория и методика	Чтение специальной литературы	36

	зимних видов спорта (лыжные гонки)	Конспект	
2	Теория и методика зимних видов спорта (хоккей)	Чтение специальной литературы Конспект	51.8
3	Теория и методика зимних видов спорта (биатлон)	Чтение специальной литературы Конспект	26
4	Теория и методика зимних видов спорта (конькобежный спорт)	Чтение специальной литературы Конспект	26
5	Теория и методика зимних видов спорта (избранный вид)	Чтение специальной литературы Конспект	26

## 7. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

При освоении дисциплины используются различные сочетания видов контактной работы с методами и формами активизации познавательной деятельности студентов для достижения запланированных результатов обучения и формирования компетенций.

На лекционных и практических занятиях используются активные и интерактивные формы проведения занятий (проблемная лекция, анализ конкретных ситуаций, задачный метод, групповая работа).

При работе используется диалоговая форма ведения лекций с постановкой и решением проблемных задач, обсуждением дискуссионных моментов и т.д.

При проведении практических занятий создаются условия для максимально самостоятельного выполнения заданий. При проведении практических занятий используется работа в малых группах, с освоением методики зимних видов спорта. Для успешного проведения практических занятий студенты разрабатывают методические конспекты, которые подлежат обязательной проверке преподавателем. Каждый обучающийся должен продемонстрировать свои компетенции (знания, умения и навыки) в роли преподавателя на практическом (лабораторном) занятии.

Любое практическое занятие включает самостоятельную проработку теоретического материала и изучение методики решения практических задач. Некоторые задачи содержат элементы научных исследований, которые могут потребовать углубленной самостоятельной проработки теоретического материала.

При организации внеаудиторной самостоятельной работы по данной дисциплине преподавателю рекомендуется использовать следующие ее формы: конспектирование темы по вопросам; выполнение индивидуального домашнего задания; выполнение практических заданий для самостоятельной проработки студентами; самостоятельное изучение темы; составление конспектов занятий; подготовка раздаточного материала; выполнение тренировочных упражнений; выполнение реконструктивной самостоятельной работы; выполнение творческой самостоятельной работы; подготовка к индивидуальному собеседованию

## 8. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Вопросы к зачету (2 семестр)

1. Исторические этапы в развитии лыжного спорта.
2. Лыжные гонки как вид спорта
3. Лыжный инвентарь, его подбор, хранение и уход.
4. Техника передвижения на лыжах
5. Методика обучения технике передвижения на лыжах
6. Основы тренировки в лыжном спорте

7. Лыжная подготовка в образовательных учреждениях
8. Лыжная подготовка системе дополнительного образования
9. Совершенствование техники передвижения на лыжах
10. Организация, судейство и правила соревнований по лыжному спорту.
11. История, современное состояние и место хоккея с шайбой в отечественной системе физического воспитания.
12. Техника игры в хоккей с шайбой.
13. Обучение и совершенствование техническим приемам игры в хоккей с шайбой.
14. Методика обучения техническим приемам игры в хоккей с шайбой.
15. Тактика игры в хоккей с шайбой (методика обучения и совершенствования индивидуальным действиям)
16. Тактика игры в хоккей с шайбой (методика обучения и совершенствования групповым тактическим действиям)
17. Тактика игры в хоккей с шайбой (методика обучения и совершенствования командным тактическим действиям)
18. Обеспечение техники безопасности при организации и проведению занятий по хоккею с шайбой.
19. Организация и проведение соревнований по хоккею с шайбой.
20. Судейство игры в хоккей с шайбой.

#### Вопросы к экзамену (3 семестр)

1. Исторические этапы в развитии биатлона.
2. Спортивный инвентарь для занятий биатлоном.
3. Техника передвижения на лыжах и техника стрельбы.
4. Методика обучения технике передвижения на лыжах.
5. Методика обучения технике стрельбы в биатлоне.
6. Основы тренировки в биатлоне.
7. Организация, судейство и правила соревнований по биатлону.
8. Эволюция методики подготовки конькобежцев.
9. Техника передвижения на коньках в различных дисциплинах и видах спорта на коньках.
10. Методика обучения технике бега на коньках.
11. Методика обучения технике бега на коньках.
12. Основы тренировки в конькобежном спорте.
13. Организация, судейство и правила соревнований по конькобежному спорту.
14. История, современное состояние и место избранного зимнего вида спорта в системе физического воспитания.
15. Техника избранного зимнего вида спорта.
16. Обучение и совершенствование техническим приемам игры в избранном зимнем виде спорта.
17. Методика обучения техническим приемам избранного зимнего вида спорта.
18. Тактика избранного зимнего вида спорта.
19. Обеспечение техники безопасности при организации и проведению занятий по избранному зимнему виду спорта.
20. Организация и проведение соревнований по избранному зимнему виду спорта.

#### Демонстрация технических элементов (тестирование):

##### Критерии оценки:

- 5 баллов – когда точно соблюдены все технические требования, предъявляемые к выполнению двигательного действия, оно выполнено слитно, уверено, свободно.
- 4 балла – когда двигательное действие выполнено в соответствии с предъявленными требованиями, слитно, свободно, но при этом допущено не более двух незначительных ошибок.
- 3 балла – когда двигательное действие выполнено в своей основе верно, но с одной значительной или более чем с тремя незначительными ошибками.

2 балл – когда при выполнении двигательного действия допущена грубая ошибка или число других ошибок больше трех.

Примечание: грубая ошибка – искажает основу техники двигательного действия, значительная ошибка – невыполнение общей детали или характеристики двигательного действия, незначительная ошибка – лишь неточное выполнение деталей или характеристик, ведущее к снижению эффективности действия.

2 семестр

Лыжные гонки

Прохождение отрезка 100 м на технику:

- попеременный двухшажный ход
- одновременные ходы;
- коньковый ход;
- преодоление спуска;
- преодоление подъема

Хоккей

Упражнение 1. Комплексное упражнение

Слаломный бег (обводка пяти стоек) с последующим броском в ворота. Тест направлен на оценку быстроты техники ведения, обводки и завершающего броска шайбы в ворота и проводится следующим образом. Старт и ведение шайбы с линии ворот, в средней зоне обводка пяти стоек, расположенных на прямой линии на расстоянии 4,5 м друг от друга. После обводки пятой стойки выполняется завершающий бросок в ворота, при этом шайба должна пересечь линию ворот надо льдом и в тот момент регистрируется время выполнения теста (с). На выполнение теста даются три попытки, засчитывается лучшая попытка.

Упражнение 2. Бег лицом вперед с переступанием (30 м., сек).

Упражнение 3. Бег спиной вперед с переступанием (30 м., сек.): так же, как и в предыдущем тесте, только бег спиной вперед.

Упражнение 4. Бросок шайбы по воротам на точность. Выполняются броски по воротам с расстояния 7 метров на точность в количестве 20 раз. Оценивалось количество попаданий в цель.

3 семестр

Биатлон

Преодоление дистанции 5 км со стрельбой из положения лежа и стоя (оценка по двум исходным положениям)

- 5 попаданий – отлично
- 4 попадания - хорошо
- 3 попадания – удовлетворительно
- 2 попадания - неудовлетворительно

Конькобежный спорт

Преодоление дистанции 500 м скоростным бегом на коньках на технику

Избранный вид зимнего вида спорта

Демонстрации основного технического элемента техники избранного вида спорта

Критерии оценки методического конспекта:

- полнота и правильность оформления конспекта.
  - степень осознанности, понимания содержания конспекта и распределение материала по графам.
  - методически грамотное оформление конспекта в определенной последовательности.
1. В конспекте должны обязательно представлены задачи по обучению двигательным

действиям и развитию физических качеств. Количество задач может быть любым в зависимости от возможности их реализации, но минимально две. Формулировка задач на уроке должна начинаться с глагола (учить, продолжать учить, закреплять и т.п.). Задачи должны быть конкретными и реальными.

2. Если поставлена задача, то должны быть средства ее реализации.

3. В разделе «Средства» выделены наименование частей урока.

4. Упражнения записаны в соответствии с гимнастической терминологией.

5. Дозировка определяется в любых показателях, но с учетом наиболее полной характеристики показателей объема и интенсивности нагрузки.

6. Для каждого задания разработаны приемы по организационно- методическому обеспечению.

7. Учебные задания представлены в таком порядке, в каком они будут выполняться на занятии.

Оценка «5» или при рейтинговой системе 5 баллов

Цели и задания практического занятия достигнуты в полном объеме, отчетный материал оформлен, показано глубокое знание материала

Оценка «4» или при рейтинговой системе 4 балла

Цели и задания практического занятия в основном достигнуты, отчетный материал оформлен с незначительными замечаниями, показано знание материала

Оценка «3» или при рейтинговой системе 3 балла

Цели и задания практического занятия в основном достигнуты, имеются замечания по оформлению материала, показано слабое знание материала

## **9. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **а) литература**

1. Багаутдинова, Н. В. Спортивный отбор и ориентация в конькобежном спорте : учебное пособие / Н. В. Багаутдинова, К. В. Диких. — Омск : СибГУФК, 2021. — 84 с. — ISBN 978-5-91930-177-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/241973> (дата обращения: 21.05.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

2. Зиганшин, О. З. Организация и судейство спортивных соревнований в избранном виде спорта (футбол, хоккей, хоккей с мячом) : учебное пособие / О. З. Зиганшин, К. Н. Костин, П. Д. Попов. — Хабаровск : ДВГАФК, 2020. — 131 с. — ISBN 978-5-8028-0235-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/201980> (дата обращения: 21.05.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

3. Правила вида спорта «Лыжные гонки»: приказ Министерства спорта РФ от 01 ноября 2017 г. № 949. — Саратов : Вузовское образование, 2022. — 82 с. — ISBN 978-5-4487-0846-6. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/123585.html> (дата обращения: 31.08.2022). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

4. Реуцкая, Е. А. Лыжный спорт: теория и методика : учебное пособие / Е. А. Реуцкая, Я. С. Романова. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. — 198 с. — ISBN 978-5-91930-147-9. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/109711.html> (дата обращения: 21.05.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

5. Реуцкая, Е. А. Отбор и ориентация в системе подготовки спортсменов в лыжных гонках и биатлоне : учебное пособие / Е. А. Реуцкая. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2021. — 103 с. — ISBN 978-5-91930-176-9. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/121204.html> (дата обращения: 21.05.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

6. Совершенствование подготовки резерва спортивных сборных команд Российской

Федерации в шорт-треке, биатлоне, легкой атлетике (виды на выносливость): методические рекомендации / составители В. А. Аикин [и др.]. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. — 71 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/65039.html> (дата обращения: 21.05.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

7. Теория и методика избранного вида спорта: учебное пособие для вузов / Т.А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С.Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514967> (дата обращения: 21.05.2023).

8. Тузова, Е. Н. Обучение базовым элементам фигурного катания: учебно-методическое пособие / Е. Н. Тузова. — Москва : Спорт-Человек, 2015. — 96 с. — ISBN 978-5-906131-63-8. — Текст : электронный // Лань : электронно- библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/97432> (дата обращения: 21.05.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

9. Туренков, А. Н. Конькобежный спорт: электронное учебное пособие : учебное пособие / А. Н. Туренков, А. Д. Белоусов, Н. В. Трусова. — Кемерово : КемГУ, 2015. — 141 с. — ISBN 978-5-8353-1785-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/80074> (дата обращения: 21.05.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

10. Туренков, А. Н. Лыжный спорт: организация и проведение соревнований : учебное пособие / А. Н. Туренков. — Кемерово : КемГУ, 2009. — 112 с. — ISBN 978-5-8353-0637-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/30176> (дата обращения: 21.05.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

б) программное обеспечение и Интернет-ресурсы

№	Наименование	Описание
1	Автоматизированная информационная библиотечная система «ИРБИС 64»	Лицензия коммерческая по договору №945 от 28 ноября 2011 года.
2	Операционная система Linux	GNU-лицензия (GNU General Public License)
3	Электронная библиотечная система «IPRbooks» <a href="http://www.iprbookshop.ru">http://www.iprbookshop.ru</a>	Электронно-библиотечная система IPRbooks – научно-образовательный ресурс для решения задач обучения в России и за рубежом. Уникальная платформа ЭБС IPRbooks объединяет новейшие информационные технологии и учебную лицензионную литературу. Контент ЭБС IPRbooks отвечает требованиям стандартов высшей школы, СПО, дополнительного и дистанционного образования. ЭБС IPRbooks в полном объеме соответствует требованиям законодательства РФ в сфере образования
4	Электронно-библиотечная система издательства «Лань»	Электронный ресурс, включающий в себя как электронные версии книг издательства «Лань» и других ведущих издательств учебной литературы, так и электронные версии периодических изданий по естественным, техническим и гуманитарным наукам.
5	ЭБС ЮРАЙТ <a href="https://urait.ru/">https://urait.ru/</a>	Фонд электронной библиотеки составляет более 4000 наименований и постоянно пополняется новинками, в большинстве своем это учебники и учебные пособия для всех уровней профессионального образования от

		ведущих научных школ с соблюдением требований новых ФГОСов.
6	<a href="https://www.dissercat.com/">https://www.dissercat.com/</a>	Научная электронная библиотека диссертаций и авторефератов disserCat — это самый крупный каталог научных работ в российском интернете.

в) профессиональные базы данных и информационные справочные системы

№	Наименование	Описание
1	<a href="https://www.consultant.ru/">https://www.consultant.ru/</a>	База данных законодательства РФ «Консультант Плюс»: кодексы, законы, указы, постановления Правительства РФ
2	<a href="https://scholar.google.ru/">https://scholar.google.ru/</a>	GoogleScholar — поисковая система по полным текстам научных публикаций всех форматов и дисциплин.
3	<a href="https://elibrary.ru/">https://elibrary.ru/</a>	Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU - российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования
4	<a href="https://www.runnet.ru">https://www.runnet.ru</a>	RUNNet (RussianUNiversityNetwork) - научно-образовательная телекоммуникационная сеть, обеспечивающими интеграцию с зарубежными научно-образовательными сетями (NationalResearchandEducationNetworks, NREN) и с Интернет.
5	<a href="http://window.edu.ru">http://window.edu.ru</a>	Единое окно доступа к образовательным ресурсам

## 10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Занятия по дисциплине проводятся в специальных помещениях представляющих собой учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, а также текущего контроля и промежуточной аттестации.

Для практических занятий используется специальное спортивное оборудование и инвентарь, специализированные спортивные сооружения.

Специальные помещения укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации для большой аудитории. Все помещения, в которых проводятся занятия, соответствуют действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам.

Каждый обучающийся обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронно-библиотечным системам и к электронной информационно-образовательной среде университета.

Перечень материально-технического обеспечения включает лекционные аудитории (оборудованные видеопроекторным оборудованием для презентаций, средствами звуковоспроизведения, экраном и имеющие выход в сеть в Интернет), помещения для проведения практических занятий (оборудованные учебной мебелью), библиотеку (имеющую рабочие места для студентов, оснащенные компьютерами с доступом к базам данных и сети Интернет), компьютерные классы. Учебный процесс обеспечен необходимым комплектом лицензионного программного обеспечения.

Самостоятельная работа обучающихся осуществляется в помещениях, оснащенных компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета».