УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой
_____ О.Д.Левченко
15.06.2026

ПРОГРАММНЫЕ ЗАЧЕТНО-ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ
ПО УЧЕБНОЙ ПРАКТИКЕ ПО ЛЫЖНОМУ СПОРТУ

для студентов **1 курса дневной, 2 курса заочной форм** получения образования
для специальностей:
6-05-1012-01 «Физическая культура»;
6-05-1012-02 «Тренерская деятельность (с указанием вида спорта)»;
6-05-1012-03 «Физическая реабилитация и эрготерапия»;
6-05-1012-04 «Организация и управление физической культурой, спортом и туризмом»

Форма проведения: устная

1. Продемонстрировать технику лыжных ходов на подъеме 3–5°. Одна попытка: женщины – 70 м, мужчины – 100 м (оценивается техника):

– передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом, интенсивность средняя;

– передвижение на лыжах одновременным двухшажным коньковым ходом, интенсивность средняя;

2. Продемонстрировать технику лыжных ходов на равнине. Одна попытка: женщины – 70 м, мужчины – 100 м (оценивается техника):

– передвижение на лыжах одновременным бесшажным ходом, интенсивность средняя;

– передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом – стартовый вариант, интенсивность средняя;

3. Продемонстрировать горнолыжную технику на склоне. Одна попытка (оценивается техника):

– выполнить поворот переступанием с внутренней лыжи;

– выполнить торможение «плугом»;

– преодолеть подъем скользящим шагом на лыжах.

4. Принять участие в спортивных соревнованиях по лыжным гонкам:

Мужчины – 5 км (свободный стиль)		Женщины – 3 км (свободный стиль)	
Отметка	мин, с	Отметка	мин, с
10	21.58	10	14.56
9	22.10	9	15.10
8	22.30	8	15.30
7	23.00	7	16.00
6	23.30	6	16.30

5	24.00	5	17.00
4	24.30	4	17.30
3	25.00	3	18.00
2	25.30	2	18.30
1	26.00	1	19.00

5. Выполнить задания учебной практики (рабочая тетрадь по учебной практике по лыжному спорту).

Приложение 1

Министерство спорта Республики Беларусь

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ
ПО УЧЕБНОЙ ПРАКТИКЕ ПО ЛЫЖНОМУ СПОРТУ

Учебная программа учреждения высшего образования
по учебной дисциплине для специальностей:

6-05-1012-01 «Физическая культура»;
6-05-1012-02 «Тренерская деятельность (с указанием вида спорта)»;
6-05-1012-03 «Физическая реабилитация и эрготерапия»;
6-05-1012-04 «Организация и управление физической культурой, спортом и туризмом»

Студента _____ группы, _____ курса, факультета_____
_____
(фамилия, имя, отчество)
Сроки практики: с _____по _____
Руководитель практики от кафедры: _____
Отметка: _____

20 ___/20 __ учебный год

Задание 1. Нарисовать учебную площадку и составить комплекс упражнений для обучения одному из классических способов передвижения на лыжах: попеременному двухшажному или одновременному бесшажному, или одновременному одношажному (стартовый вариант) (8–10 упражнений).

№ п/п	Содержание упражнения	Организационно-методические указания

Задание 2. Нарисовать учебный склон и составить комплекс упражнений для обучения одного из способов преодоления спуска на лыжах: (стойки: высокая или низкая, или основная, или аэродинамическая) (4–6 упражнений).

№ п/п	Содержание упражнения	Организационно-методические указания

Задание 3. Нарисовать учебный склон и составить комплекс упражнений для обучения одного из способов поворотов в движении на лыжах: переступанием или «плугом», или «упором» (8–10 упражнений).

№ п/п	Содержание упражнения	Организационно-методические указания

Задание 4. Нарисовать учебный склон и составить комплекс упражнений для обучения одного из способов торможений на лыжах: «плугом» или «упором» (6–8 упражнений).

№ п/п	Содержание упражнения	Организационно-методические указания

Задание 5. Нарисовать учебно-тренировочную лыжню и составить комплекс упражнений для развития общей выносливости лыжника-гонщика (6–8 упражнений).

№ п/п	Содержание упражнения	Дозировка	Организационно-методические указания

Задание 6. Разработать положение о спортивном соревновании по лыжным гонкам.

ПОЛОЖЕНИЕ
о (республиканских, областных, городских, районных спортивных соревнованиях) по лыжным гонкам

I. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ

_____
_____
_____
_____
_____
_____

II. УЧАСТНИКИ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ
(образец)

№ п/п	Организации	Мужчины	Женщины	Представитель	Тренер	Общее количество
1	г. Минск	5	5	1	1	12
2	Витебская область	5	5	1	1	12
	и т. д.					

№ п/п	Организации	Возрастная категория участников	Возрастная категория участников	Представитель	Тренер	Общее количество

III. СРОКИ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

(образец)

№ п/п	Наименование спортивных соревнований	Сроки и место проведения	Вид спортивных соревнований
1	Чемпионат Республики Беларусь по лыжным гонкам	18–21 марта г. Минск	Лично-командные (л/к)

№ п/п	Наименование спортивных соревнований	Сроки и место проведения	Вид спортивных соревнований
1			

IV. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ

_____
_____
_____
_____
_____

V. ПОРЯДОК ОПРЕДЕЛЕНИЯ И НАГРАЖДЕНИЯ ПОБЕДИТЕЛЕЙ

_____
_____
_____
_____
_____

VI. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ

_____
_____
_____
_____
_____

VII. ПОРЯДОК ПОДАЧИ ПРОТЕСТОВ

_____
_____
_____
_____

Задание 7. Составить протокол старта и официальных спортивных результатов одного из форматов спортивных соревнований по лыжным гонкам: индивидуальный старт через 30 сек., масс-старт, эстафета или спринт.

ПРОТОКОЛ СТАРТА СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ЛЫЖНЫМ ГОНКАМ

_____

(наименование спортивных соревнований)

Место проведения: _____

Дата: _____

Начало спортивных соревнований: _____

Группа участников: _____

Стартовый номер участника	Фамилия, имя	Год рождения	Спортивная квалификация	Организация	Время старта
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					

ОФИЦИАЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ
ПО ЛЫЖНЫМ ГОНКАМ

_____

(наименование спортивных соревнований)

Место проведения: _____

Дата: _____

Начало спортивных соревнований: _____

Группа участников: _____

_____

Место	№ уч-ка	Фамилия, имя	Год рожде-ния	Спортив-ная квали-фикация	Органи-зация	Резуль-тат	Выпол-ненный норматив	Очки
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								

Стартовали: _____ Не стартовали: _____

Закончили дистанцию: _____ Не закончили дистанцию: _____

Главный судья
спортивных соревнований _____ _____
(подпись) (ФИО) (судейская категория)

Главный секретарь
спортивных соревнований _____ _____
(подпись) (ФИО) (судейская категория)

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТА
по учебной практике по лыжному спорту

Баллы	Показатели оценки
10 (десять) баллов, зачтено	Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине, а также по основным вопросам, выходящим за ее пределы; точное использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы; безупречное владение инструментарием учебной дисциплины, умение его эффективно использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; выраженная способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации; полное и глубокое усвоение основной, дополнительной литературы по изучаемой учебной дисциплине; умение свободно ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку, использовать научные достижения других дисциплин; творческая самостоятельная работа на практических занятиях, активное творческое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий
9 (девять) баллов, зачтено	Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; точное использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его эффективно использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; полное усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; умение ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку; систематическая, активная самостоятельная работа на практических занятиях, творческое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий
8 (восемь) баллов, зачтено	Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине в объеме учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы и обобщения; владение инструментарием учебной дисциплины (методами комплексного анализа, техникой информационных технологий), умение его использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; способность самостоятельно решать сложные проблемы в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; умение ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку; активная самостоятельная работа на практических занятиях, систематическое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий
7 (семь) баллов, зачтено	Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; использование научной терминологии (в том числе на

	иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы и обобщения; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; свободное владение типовыми решениями в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку; самостоятельная работа на практических, участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий
6 (шесть) баллов, зачтено	Достаточно полные и систематизированные знания в объеме учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; использование необходимой научной терминологии, грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обобщения и обоснованные выводы; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении учебных и профессиональных задач; способность самостоятельно применять типовые решения в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине и давать им сравнительную оценку; активная самостоятельная работа на практических занятиях, периодическое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий
5 (пять) баллов, зачтено	Достаточные знания в объеме учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; использование научной терминологии, грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать выводы; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении учебных и профессиональных задач; способность самостоятельно применять типовые решения в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им сравнительную оценку; самостоятельная работа на практических занятиях, фрагментарное участие в групповых обсуждениях, достаточный уровень культуры исполнения заданий
4 (четыре) балла, зачтено	Достаточный объем знаний в рамках образовательного стандарта высшего образования; усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; использование научной терминологии, логическое изложение ответа на вопросы, умение делать выводы без существенных ошибок; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении стандартных (типовых) задач; умение под руководством преподавателя решать стандартные (типовые) задачи; умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им оценку; работа под руководством преподавателя на практических и занятиях, допустимый уровень культуры исполнения заданий
3 (три) балла, не зачтено	Недостаточно полный объем знаний в рамках образовательного стандарта высшего образования; знание части основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; использование научной терминологии, изложение ответа на вопросы с существенными, логическими ошибками; слабое владение инструментарием учебной дисциплины, некомпетентность в решении стандартных (типовых) задач; неумение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях изучаемой учебной

	дисциплины; пассивность на практических занятиях, низкий уровень культуры исполнения заданий
2 (два) балла, не зачтено	Фрагментарные знания в рамках образовательного стандарта высшего образования; знания отдельных литературных источников, рекомендованных учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; неумение использовать научную терминологию учебной дисциплины, наличие в ответе грубых, логических ошибок; пассивность на практических занятиях, низкий уровень культуры исполнения заданий
1 (один) балл, не зачтено	Отсутствие знаний и компетенций в рамках образовательного стандарта высшего образования, отказ от ответа, неявка на аттестацию без уважительной причины

ПРОГРАММНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К ЗАЧЕТУ

Раздел I. МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОВЕДЕНИЯ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ЛЫЖНОЙ ПОДГОТОВКЕ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ОБРАЗОВАНИЯ

Тема 1. ТЕХНОЛОГИЯ РАЗРАБОТКИ ПЛАНА-КОНСПЕКТА УЧЕБНОГО ЗАНЯТИЯ ПО ЛЫЖНОЙ ПОДГОТОВКЕ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ОБРАЗОВАНИЯ

Формы организации занятий по лыжной подготовке: урочная и внеурочная. Урок как основная форма организации образовательного процесса. Типы учебных занятий по лыжной подготовке: вводные, учебные, тренировочные, смешанные и контрольные.

Структура и содержание учебного занятия по лыжной подготовке: подготовительная часть, основная и заключительная часть. Продолжительность по времени каждой части учебного занятия.

Структура и содержание подготовительной части учебного занятия. Подбор упражнений.

Структура и содержание основной части учебного занятия. Нормирование нагрузок для развития двигательных способностей обучающихся. Подбор упражнений и физической нагрузки для обучения технике передвижения на лыжах и развития физических качеств в зависимости от возраста, пола, состояния здоровья, особенностей физического развития и физической подготовленности обучающихся.

Организационно-методические указания, ориентирующие на качественное обучение технике передвижения на лыжах.

Структура и содержание заключительной части учебного занятия.

Внеурочные формы: прогулки, походы, экскурсии, спортивные соревнования.

Организация учебного занятия по лыжной подготовке: получение лыжного инвентаря, передвижение к месту занятий, подготовка мест занятий. Обеспечение правил безопасного проведения учебных занятий по лыжной подготовке. Температурные нормы проведения учебных занятий.

Тема 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ЛЫЖНОЙ ПОДГОТОВКЕ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ОБРАЗОВАНИЯ

Структура и содержание учебных занятий по лыжной подготовке в учреждениях дошкольного образования. Продолжительность по времени каждой части физкультурного занятия, постановка задач, подбор упражнений и физической нагрузки. Организация физкультурного занятия: одежда, лыжный инвентарь, выбор места, температурные нормы.

Обеспечение правил безопасности проведения физкультурных занятий по лыжной подготовке.

Структура и содержание урока по лыжной подготовке в учреждениях общего среднего образования. Продолжительность по времени каждой части урока, постановка задач, подбор упражнений и физической нагрузки. Организация урока: одежда, лыжный инвентарь, выбор места, температурные нормы.

Обеспечение правил безопасности проведения урока по лыжной подготовке.

Структура и содержание урока по лыжной подготовке в учреждениях среднего специального образования. Продолжительность по времени каждой части урока, постановка задач, подбор упражнений и физической нагрузки. Организация урока: одежда, лыжный инвентарь, выбор места, температурные нормы.

Обеспечение правил безопасности проведения урока по лыжной подготовке.

Структура и содержание учебного занятия по лыжной подготовке в учреждениях высшего образования. Продолжительность по времени каждой части учебного занятия, постановка задач, подбор упражнений и физической нагрузки. Организация учебного занятия: одежда, лыжный инвентарь, выбор места, температурные нормы.

Обеспечение правил безопасности проведения учебных занятий по лыжной подготовке.

Тема 3. МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ОБУЧЕНИЮ ТЕХНИКЕ ПЕРЕДВИЖЕНИЯ НА ЛЫЖАХ

Выбор и подготовка мест занятий (учебной площадки, учебно-тренировочной лыжни) для обучения технике классических способов передвижения на лыжах: попеременного двухшажного хода, одновременного бесшажного хода, одновременного одношажного хода.

Постановка задач, подбор упражнений и физической нагрузки для обучения классическим ходам в зависимости от возраста, пола, состояния здоровья, особенностей физического развития и физической подготовленности обучающихся.

Обеспечение правил безопасного проведения учебных занятий по лыжной подготовке.

Тема 4. МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ОБУЧЕНИЮ СПОСОБОВ СПУСКОВ, СПОСОБОВ ПРЕОДОЛЕНИЯ ПОДЪЕМОВ, ТОРМОЖЕНИЙ, ПОВОРОТОВ В ДВИЖЕНИИ

Выбор и подготовка учебного склона для обучения способам спусков, способов преодоления подъемов, торможений, поворотов в движении.

Постановка задач, подбор упражнений и физической нагрузки для обучения технике способов преодоления подъемов, спусков, торможений, поворотов в движении в зависимости от возраста, пола, состояния здоровья,

особенностей физического развития и физической подготовленности обучающихся.

Обеспечение правил безопасного проведения учебных занятий по лыжной подготовке на учебных склонах.

Раздел II. ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ И СПОРТИВНО-МАССОВЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ ПО ЛЫЖНОЙ ПОДГОТОВКЕ

Тема 5. ПЛАНИРОВАНИЕ, ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ И СПОРТИВНО-МАССОВЫХ МЕРОПРИЯТИЙ В РАЗЛИЧНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ ОБРАЗОВАНИЯ

Основные документы физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий по лыжной подготовке в различных учреждениях образования: календарный план физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий, положение о спортивном соревновании, программа спортивного соревнования, сценарии церемонии открытия, награждения и закрытия спортивных соревнований, смета, протоколы спортивных соревнований, отчет о спортивном соревновании.

Основные разделы положения о проведении (регламенте проведения) спортивного соревнования: наименование спортивного соревнования; место и сроки его проведения (информация о дне прибытия и убытия участников спортивного соревнования). Организаторы спортивного соревнования. Цель и задачи; участвующие организации и участники; программа спортивного соревнования. Порядок подачи заявок на участие; порядок организации судейства. Порядок организации медицинского обеспечения, включающий при необходимости требования к наименованиям должностей (специальностей) медицинских работников и их количеству. Порядок определения и награждения победителей (призеров). Порядок пересмотра и признания недействительными спортивных результатов в случае спортивной дисквалификации; порядок подачи протестов и их рассмотрения. Условия финансирования, в том числе предусматривающие в случае установления для направляющих организаций заявочных (организационных, регистрационных, аккредитационных) взносов их размер, порядок внесения с указанием расходов, на которые будут направлены данные взносы. иные разделы, регулирующие отношения, связанные с проведением спортивных соревнований либо участием в них, в том числе разделы, предусматривающие распределение прав и обязанностей между организаторами спортивных соревнований (при наличии нескольких организаторов спортивных мероприятий).

Физкультурно-оздоровительные мероприятия и их организация во внеурочное время: лыжная прогулка, лыжный поход, экскурсия, праздник, Всемирный день снега.

ВОПРОСЫ К ЗАЧЕТУ

1. Формы организации занятий по лыжной подготовке: урочная и внеурочная.
2. Урок как основная форма организации образовательного процесса.
3. Типы учебных занятий по лыжной подготовке: вводные, учебные, тренировочные, смешанные и контрольные.
4. Структура и содержание учебного занятия по лыжной подготовке: подготовительная часть, основная и заключительная часть. Продолжительность по времени каждой части учебного занятия.
5. Структура и содержание подготовительной части учебного занятия. Подбор упражнений.
6. Структура и содержание основной части учебного занятия. Нормирование нагрузок для развития двигательных способностей обучающихся. Подбор упражнений и физической нагрузки для обучения технике передвижения на лыжах и развития физических качеств в зависимости от возраста, пола, состояния здоровья, особенностей физического развития и физической подготовленности обучающихся.
7. Организационно-методические указания, ориентирующие на качественное обучение технике передвижения на лыжах.
8. Структура и содержание заключительной части учебного занятия.
9. Внеурочные формы: прогулки, походы, экскурсии, спортивные соревнования.
10. Организация учебного занятия по лыжной подготовке: получение лыжного инвентаря, передвижение к месту занятий, подготовка мест занятий. Обеспечение правил безопасного проведения учебных занятий по лыжной подготовке. Температурные нормы проведения учебных занятий.
11. Структура и содержание учебных занятий по лыжной подготовке в учреждениях дошкольного образования. Продолжительность по времени каждой части физкультурного занятия, постановка задач, подбор упражнений и физической нагрузки. Организация физкультурного занятия: одежда, лыжный инвентарь, выбор места, температурные нормы.
12. Обеспечение правил безопасности проведения физкультурных занятий по лыжной подготовке.
13. Структура и содержание урока по лыжной подготовке в учреждениях общего среднего образования. Продолжительность по времени каждой части урока, постановка задач, подбор упражнений и физической нагрузки. Организация урока: одежда, лыжный инвентарь, выбор места, температурные нормы. Обеспечение правил безопасности проведения урока по лыжной подготовке.
14. Структура и содержание урока по лыжной подготовке в учреждениях среднего специального образования. Продолжительность по времени каждой части урока, постановка задач, подбор упражнений и физической нагрузки. Организация урока: одежда, лыжный инвентарь, выбор места, температурные нормы. Обеспечение правил безопасности проведения урока по лыжной подготовке.

15. Структура и содержание учебного занятия по лыжной подготовке в учреждениях высшего образования. Продолжительность по времени каждой части учебного занятия, постановка задач, подбор упражнений и физической нагрузки. Организация учебного занятия: одежда, лыжный инвентарь, выбор места, температурные нормы. Обеспечение правил безопасности проведения учебных занятий по лыжной подготовке.
16. Выбор и подготовка мест занятий (учебной площадки, учебно-тренировочной лыжни) для обучения технике классических способов передвижения на лыжах: попеременного двухшажного хода, одновременного бесшажного хода, одновременного одношажного хода.
17. Постановка задач, подбор упражнений и физической нагрузки для обучения классическим ходам в зависимости от возраста, пола, состояния здоровья, особенностей физического развития и физической подготовленности обучающихся. Обеспечение правил безопасного проведения учебных занятий по лыжной подготовке**.**
18. Выбор и подготовка учебного склона для обучения способам спусков, способов преодоления подъемов, торможений, поворотов в движении.
19. Постановка задач, подбор упражнений и физической нагрузки для обучения технике способов преодоления подъемов, спусков, торможений, поворотов в движении в зависимости от возраста, пола, состояния здоровья, особенностей физического развития и физической подготовленности обучающихся. Обеспечение правил безопасного проведения учебных занятий по лыжной подготовке на учебных склонах.
20. Основные документы физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий по лыжной подготовке в различных учреждениях образования: календарный план физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий, положение о спортивном соревновании, программа спортивного соревнования, сценарии церемонии открытия, награждения и закрытия спортивных соревнований, смета, протоколы спортивных соревнований, отчет о спортивном соревновании.
21. Основные разделы положения о проведении (регламенте проведения) спортивного соревнования: наименование спортивного соревнования; место и сроки его проведения (информация о дне прибытия и убытия участников спортивного соревнования). Организаторы спортивного соревнования.
22. Цель и задачи; участвующие организации и участники; программа спортивного соревнования.
23. Порядок подачи заявок на участие; порядок организации судейства. Порядок организации медицинского обеспечения, включающий при необходимости требования к наименованиям должностей (специальностей) медицинских работников и их количеству.
24. Порядок определения и награждения победителей (призеров).
25. Порядок пересмотра и признания недействительными спортивных результатов в случае спортивной дисквалификации; порядок подачи протестов и их рассмотрения.

26. Условия финансирования, в том числе предусматривающие в случае установления для направляющих организаций заявочных (организационных, регистрационных, аккредитационных) взносов их размер, порядок внесения с указанием расходов, на которые будут направлены данные взносы. иные разделы, регулирующие отношения, связанные с проведением спортивных соревнований либо участием в них, в том числе разделы, предусматривающие распределение прав и обязанностей между организаторами спортивных соревнований (при наличии нескольких организаторов спортивных мероприятий).
27. Физкультурно-оздоровительные мероприятия и их организация во внеурочное время: лыжная прогулка, лыжный поход, экскурсия, праздник, Всемирный день снега.