

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце: **Бюджетное учреждение высшего образования**  
ФИО: Косенок Сергей Михайлович Ханты-Мансийского автономного округа-Югры  
Должность: ректор "Сургутский государственный университет"  
Дата подписания: 20.06.2024 14:44:15  
Уникальный программный ключ:  
e3a68f3eaa1e62674b54f4998099d3d6bfdcf836

УТВЕРЖДАЮ  
Проректор по УМР  
\_\_\_\_\_ Е.В. Коновалова

16 июня 2022 г., протокол УС №6

## Коньки

### рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Теории физической культуры**  
Учебный план b490301-СпТрен-22-4.plx  
Направление 49.03.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА  
Направленность (профиль): Спортивная тренировка

Квалификация **бакалавр**

Форма обучения **очная**

Общая трудоемкость **2 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 72  
в том числе:  
аудиторные занятия 16  
самостоятельная работа 56

Виды контроля в семестрах:  
зачеты 8

#### Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	8 (4.2)		Итого	
	10			
Неделя	10			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лабораторные	16	16	16	16
Итого ауд.	16	16	16	16
Контактная работа	16	16	16	16
Сам. работа	56	56	56	56
Итого	72	72	72	72

Программу составил(и):

*старший преподаватель, Аустер Людмила Владимировна;*

Рабочая программа дисциплины

**Коньки**

разработана в соответствии с ФГОС:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (приказ Минобрнауки России от 19.09.2017 г. № 940)

составлена на основании учебного плана:

Направление 49.03.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Направленность (профиль): Спортивная тренировка

утвержденного учебно-методическим советом вуза от 16.06.2022 протокол № 6.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

**Теории физической культуры**

Зав. кафедрой к.п.н., доцент Лосев В.Ю.

## 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

- 1.1 Целью дисциплины «Коньки» является изучение методических основ учебной и спортивной деятельности, приобретение необходимых знаний, умений и навыков для ведения самостоятельной педагогической работы в области физической культуры и спорта. В результате освоения дисциплины обучающийся должен: знать основы планирования и организации участия спортсменов в соревнованиях различного уровня в избранном виде спорта, знает обязанности судей соревнований, основные требования к местам проведения соревнований и оборудованию; основы организации и проведения соревнований по избранному виду спорта, различного уровня, осуществления объективного судейства соревнований; правила разрешения спортивных споров при проведении соревнований, обеспечивать безопасность соревнований по избранному виду спорта; основы процесса спортивной тренировки, контроля его эффективности с учетом пола, возраста и индивидуальных особенностей занимающихся; основы формирования навыков соревновательной деятельности в соответствии с этапом и программами спортивной подготовки занимающихся; систему отбора обучающихся в группы и секции по виду спорта; основы деятельности, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы в сфере физической культуры, спорта и туризма.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП

Цикл (раздел) ООП: Б1.В.ДВ.04

### 2.1 Требования к предварительной подготовке обучающегося:

- 2.1.1 Гимнастика с методикой преподавания  
2.1.2 Легкая атлетика с методикой преподавания  
2.1.3 Лыжный спорт с методикой преподавания  
2.1.4 Анатомия человека  
2.1.5 Подвижные игры с методикой преподавания

### 2.2 Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

- 2.2.1 Хоккей

## 3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**ПК-3.1:** Осуществляет деятельность, направленную на освоение дополнительной общеобразовательной программы в сфере физической культуры, спорта и туризма

**ПК-1.1:** Осуществляет процесс спортивной тренировки, контроль его эффективности с учетом пола, возраста и индивидуальных особенностей занимающихся

**ПК-1.3:** Формирует навыки соревновательной деятельности в соответствии с этапом и программами спортивной подготовки занимающихся

**ПК-1.4:** Осуществляет отбор обучающихся в группы и секции по виду спорта

**ОПК-13.1:** Организует и проводит соревнования по избранному виду спорта различного уровня, осуществляет объективное судейство соревнований

**ОПК-13.2:** Разрешает спортивные споры при проведении соревнований, обеспечивает безопасность соревнований по избранному виду спорта

**ОПК-4.3: Планирует и организует участие спортсменов в соревнованиях различного уровня в избранном виде спорта, знает обязанности судей соревнований, основные требования к местам проведения соревнований и оборудованию**

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен**

<b>3.1</b>	<b>Знать:</b>
3.1.1	основы планирования и организации участия спортсменов в соревнованиях различного уровня в избранном виде спорта, обязанности судей соревнований, основные требования к местам проведения соревнований и оборудованию;
3.1.2	основы организации и проведения соревнований по избранному виду спорта, различного уровня, осуществления объективного судейства соревнований;
3.1.3	правила разрешения спортивных споров при проведении соревнований, обеспечивать безопасность соревнований по избранному виду спорта;
3.1.4	основы процесса спортивной тренировки, контроля его эффективности с учетом пола, возраста и индивидуальных особенностей занимающихся;
3.1.5	основы формирования навыков соревновательной деятельности в соответствии с этапом и программами спортивной подготовки занимающихся;
3.1.6	систему отбора обучающихся в группы и секции по виду спорта;
3.1.7	основы деятельности, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы в сфере физической культуры, спорта и туризма.
<b>3.2</b>	<b>Уметь:</b>
3.2.1	планировать и организовывать участие спортсменов в соревнованиях различного уровня в избранном виде спорта, знать обязанности судей соревнований, основные требования к местам проведения соревнований и оборудованию;
3.2.2	обеспечить организацию и проведение соревнований по избранному виду спорта, различного уровня, осуществлять объективное судейство соревнований;
3.2.3	разрешать спортивные споры при проведении соревнований, обеспечивать безопасность соревнований по избранному виду спорта;
3.2.4	осуществлять процесс спортивной тренировки, контроль его эффективности с учетом пола, возраста и индивидуальных особенностей занимающихся;
3.2.5	формировать навыки соревновательной деятельности в соответствии с этапом и программами спортивной подготовки занимающихся;
3.2.6	осуществлять отбор обучающихся в группы и секции по виду спорта;
3.2.7	осуществлять деятельность, направленную на освоение дополнительной общеобразовательной программы в сфере физической культуры, спорта и туризма.
<b>3.3</b>	<b>Владеть:</b>
3.3.1	планированием и организацией участия спортсменов в соревнованиях различного уровня в избранном виде спорта, знает обязанности судей соревнований, основные требования к местам проведения соревнований и оборудованию;
3.3.2	организацией и проведением соревнования по избранному виду спорта, различного уровня, осуществляет объективное судейство соревнований;
3.3.3	разрешением спортивных споров при проведении соревнований, обеспечивает безопасность соревнований по избранному виду спорта;
3.3.4	осуществлением процесса спортивной тренировки, контроль его эффективности с учетом пола, возраста и индивидуальных особенностей занимающихся;
3.3.5	формирует навыки соревновательной деятельности в соответствии с этапом и программами спортивной подготовки занимающихся;
3.3.6	осуществлением отбора обучающихся в группы и секции по виду спорта;
3.3.7	осуществлением деятельности, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы в сфере физической культуры, спорта и туризма.



**4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

<b>Код занятия</b>	<b>Наименование разделов и тем /вид занятия/</b>	<b>Семестр / Курс</b>	<b>Часов</b>	<b>Компетенции</b>	<b>Литература</b>	<b>Примечание</b>
	<b>Раздел 1. Техника бега на коньках</b>					
1.1	Тема 1.Техника и методика обучения специальным упражнениям простого катания, с учетом пола, возраста и индивидуальных особенностей занимающихся, для отбора обучающихся в группы и секции по виду спорта. /Лаб/	8	2	ПК-1.1 ПК-1.4	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4	
1.2	Техника и методика обучения специальным упражнениям простого катания, с учетом пола, возраста и индивидуальных особенностей занимающихся, для отбора обучающихся в группы и секции по виду спорта. /Ср/	8	12	ПК-1.1 ПК-1.4	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4	
1.3	Тема 2. Техника и методика обучения торможениям, для обеспечения безопасности на учебных занятиях и соревнований по избранному виду спорта /Лаб/	8	2	ОПК-13.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4	
1.4	Техника и методика обучения торможениям, для обеспечения безопасности на учебных занятиях и соревнований по избранному виду спорта /Ср/	8	12	ОПК-13.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4	
1.5	Тема 3. Обучение специальным упражнениям в скоростном беге на коньках. Освоение дополнительной общеобразовательной программы в сфере физической культуры и спорта, для формирования навыков соревновательной деятельности в соответствии с этапом и программами спортивной подготовки занимающихся /Лаб/	8	2	ПК-1.3 ПК-3.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4	
1.6	Обучение специальным упражнениям в скоростном беге на коньках. Освоение дополнительной общеобразовательной программы в сфере физической культуры и спорта, для формирования навыков соревновательной деятельности в соответствии с этапом и программами спортивной подготовки занимающихся /Ср/	8	10	ПК-1.3 ПК-3.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4	
1.7	Тема 4. Техника и методика обучения скоростному бегу на коньках в процессе спортивной тренировки, контроля его эффективности с учетом пола, возраста и индивидуальных особенностей занимающихся. Совершенствование элементов скоростного бега на коньках для формирования навыков соревновательной деятельности в соответствии с этапом и программами спортивной подготовки /Лаб/	8	4	ПК-1.3 ПК-3.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4	



1.8	Техника и методика обучения скоростному бегу на коньках в процессе спортивной тренировки, контроля его эффективности с учетом пола, возраста и индивидуальных особенностей занимающихся. Совершенствование элементов скоростного бега на коньках для формирования навыков соревновательной деятельности в соответствии с этапом и программами спортивной подготовки /Ср/	8	6	ПК-1.3 ПК-3.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4	
1.9	Тема 5. Совершенствование техники скоростного бега на коньках на коротких и длинных дистанциях, для организации участия спортсменов в соревнованиях различного уровня в избранном виде спорта /Лаб/	8	2		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4	
1.10	Совершенствование техники скоростного бега на коньках на коротких и длинных дистанциях, для организации участия спортсменов в соревнованиях различного уровня в избранном виде спорта /Ср/	8	6	ОПК-4.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4	
1.11	Тема 6. Подвижные игры в совершенствовании техники скоростного бега на коньках, в процессе спортивной тренировки, контроля его эффективности с учетом пола, возраста и индивидуальных особенностей занимающихся. Использование игрового метода в системе отбора обучающихся в группы и секции по виду спорта /Лаб/	8	2	ПК-1.1 ПК-1.4	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4	
1.12	Подвижные игры в совершенствовании техники скоростного бега на коньках, в процессе спортивной тренировки, контроля его эффективности с учетом пола, возраста и индивидуальных особенностей занимающихся. Использование игрового метода в системе отбора обучающихся в группы и секции по виду спорта /Ср/	8	4	ПК-1.1 ПК-1.4	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4	
1.13	Тема7. Организация и проведения соревнований по конькобежному спорту, с учетом знаний обязанностей судей соревнований, основных требований к местам проведения соревнований и оборудованию, обеспечение безопасности соревнований. Приобретает навыки соревновательной деятельности в соответствии с этапом и программами спортивной подготовки /Лаб/	8	2	ПК-1.3 ОПК-4.3 ОПК-13.1 ОПК-13.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4	
1.14	Организация и проведения соревнований по конькобежному спорту, с учетом знаний обязанностей судей соревнований, основных требований к местам проведения соревнований и оборудованию, обеспечение безопасности соревнований. Приобретает навыки соревновательной деятельности в соответствии с этапом и программами спортивной подготовки /Ср/	8	6	ПК-1.3 ОПК-4.3 ОПК-13.1 ОПК-13.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4	



1.15	Контрольная работа /Контр.раб./	8	0	ПК-1.1 ПК-1.3 ПК-1.4 ПК-3.1 ОПК-4.3 ОПК-13.1 ОПК-13.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	Контрольная работа
1.16	Зачет /Зачёт/	8	0	ПК-1.1 ПК-1.3 ПК-1.4 ПК-3.1 ОПК-4.3 ОПК-13.1 ОПК-13.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1	Зачет

## 5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

### 5.1. Контрольные вопросы и задания

Представлено отдельным документом

### 5.2. Темы письменных работ

Представлено отдельным документом

### 5.3. Фонд оценочных средств

Представлено отдельным документом

## 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### 6.1. Рекомендуемая литература

#### 6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л1.1	Аустер Л. В.	Методика обучения технике бега на коньках: учебно-методическое пособие	Сургут: Издательство СурГУ, 2004	50
Л1.2	Аустер Л. В., Аустер А. В., Ветошников А. Ю., Беспалов Ю. Г., Маштакова М. Н.	Техника бега на коньках (шорт-трек): учебно-методическое пособие	Сургут: Издательский центр СурГУ, 2015	35
Л1.3	Департамент образования и молодежной политики Ханты- Мансийского автономного округа - Югры, ГОУ ВПО "Сургутский государственный университет Ханты- Мансийского автономного округа - Югры", Кафедра спортивных дисциплин	Основные правила соревнований по легкой атлетике, лыжным гонкам, плаванию и шорт-треку: методическое пособие	Сургут: Издательский центр СурГУ, 2010, Электронный ресурс	1

#### 6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л2.1	Стенин Б. А., Половцев В. Г.	Конькобежный спорт	М.: Просвещение, 1990	9



	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л2.2	Аикин В.А., Михалев В.И., Корягина Ю.В., Реуцкая Е.А.	Совершенствование подготовки резерва спортивных сборных команд Российской Федерации в шорт-треке, биатлоне, легкой атлетике (виды на выносливость): учебно- методическое пособие	Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014, Электронный ресурс	1

#### 6.1.3. Методические разработки

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л3.1	Мостовая Т. Н.	Физическая культура. Подвижные игры в системе физического воспитания в ВУЗе: Учебно-методическое пособие для высшего образования	Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2016, Электронный ресурс	1

#### 6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

Э1	Медиацентр с уникальной подборкой обучающих видео времен СССР по разным видам спорта	http://tv.sportedu.ru-		
Э2	АРБИКОН URL: <a href="http://www.arbicon.ru">http://www.arbicon.ru</a>			
Э3	URL: <a href="http://eurosport.ru/short-trek">eurosport.ru/short-trek</a> . URL: <a href="http://eurosport.ru/short-trek">eurosport.ru/short-trek</a> .			
Э4	URL: <a href="http://ru.wikipedia.org/wiki/Шорт-трек">ru.wikipedia.org/wiki/Шорт-трек</a> . URL: <a href="http://ru.wikipedia.org/wiki/Шорт-трек">ru.wikipedia.org/wiki/Шорт-трек</a> .			

#### 6.3.1 Перечень программного обеспечения

6.3.1.1 Операционные системы Microsoft Windows, пакет прикладных программ Microsoft Office

#### 6.3.2 Перечень информационных справочных систем

6.3.2.1	СПС «КонсультантПлюс» - <a href="http://www.consultant.ru/">www.consultant.ru/</a>
6.3.2.2	СПС «Гарант» - <a href="http://www.garant.ru/">www.garant.ru/</a>

### 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1	Учебные занятия проводятся на открытой плоскостной площадке (каток) и в спортивном корпусе с/к "Дружба". В учебной работе используется специальный инвентарь: коньки хоккейные, коньки роликовые, слайды.
-----	---