

**Бюджетное учреждение высшего образования**  
Ханты-Мансийского автономного округа-Югры  
"Сургутский государственный университет"

УТВЕРЖДАЮ  
Проректор по УМР

\_\_\_\_\_ Е.В. Коновалова

15 июня 2023 г., протокол УМС №5

## Коньки

### рабочая программа дисциплины (модуля)

|                         |   |               |              |
|-------------------------|---|---------------|--------------|
| Закреплена за кафедрой  | <b>Теории физической культуры</b>   |               |              |
| Учебный план            | b490304-Спорт 23-1.plx<br>Направление 49.03.04 Спорт<br>Направленность (профиль): Теория и методика спортивной тренировки |               |              |
| Квалификация            | <b>Тренер по виду спорта. Преподаватель</b>   |               |              |
| Форма обучения          | <b>очная</b>  |               |              |
| Общая трудоемкость      | <b>2 ЗЕТ</b>  |               |              |
| Часов по учебному плану | 72  | Виды контроля | в семестрах: |
| в том числе:            |   | зачеты 8      |              |
| аудиторные занятия      | 16  |               |              |
| самостоятельная работа  | 56  |               |              |

#### Распределение часов дисциплины по семестрам

| Семестр<br>(<Курс>.<Семестр на<br>курсе>) | 8 (4.2) |    | Итого |    |
|---|---------|----|-------|----|
|   | уп      | рп |       |    |
| Неделя                                    | 9 2/6   |    |       |    |
| 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 49.03.04 Спорт (приказ Минобрнауки России от 25.09.2019 г. № 886)

составлена на основании учебного плана:

Направление 49.03.04 Спорт

Направленность (профиль): Теория и методика спортивной тренировки

утвержденного учебно-методическим советом вуза от 15.06.2023 протокол № 5.

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 проектирования общеобразовательных программ в сфере физической культуры и спорта;   |
| 1.2 | реализации общеобразовательных программ в сфере физической культуры и спорта;  |
| 1.3 | осуществления деятельности, направленной на реализацию дополнительной общеобразовательной программы в сфере физической культуры, спорта и туризма; |
| 1.4 | реализации контроля тренировочного и образовательного процессов.   |

**2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП**

|                    |  |
|--------------------|--|
| Цикл (раздел) ООП: | Б1.В.ДВ.04   |
| <b>2.1</b>         | <b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>   |
| 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              | Подвижные игры с методикой преподавания  |
| <b>2.2</b>         | <b>Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b> |
| 2.2.1              | Хоккей   |
| 2.2.2              | Производственная практика, преддипломная практика  |

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

**ПК-2.1:** Проектирует общеобразовательные программы в сфере физической культуры и спорта

**ПК-2.2:** Реализует общеобразовательные программы в сфере физической культуры и спорта

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

**ПК-4.2:** Реализует контроль тренировочного и образовательного процессов

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен**

|            |  |
|------------|--|
| <b>3.1</b> | <b>Знать:</b>  |
| 3.1.1      | основы проектирования общеобразовательных программ в сфере физической культуры и спорта;   |
| 3.1.2      | основы реализации общеобразовательных программ в сфере физической культуры и спорта;   |
| 3.1.3      | осуществление деятельности, направленной на реализацию дополнительной общеобразовательной программы в сфере физической культуры, спорта и туризма; |
| 3.1.4      | основы реализации контроля тренировочного и образовательного процессов.  |
| <b>3.2</b> | <b>Уметь:</b>  |
| 3.2.1      | проектировать общеобразовательные программы в сфере физической культуры и спорта;  |
| 3.2.2      | реализовать общеобразовательные программы в сфере физической культуры и спорта;  |
| 3.2.3      | осуществлять деятельность, направленную на реализацию дополнительной общеобразовательной программы в сфере физической культуры, спорта и туризма;  |
| 3.2.4      | реализовать контроль тренировочного и образовательного процессов.  |
| <b>3.3</b> | <b>Владеть:</b>  |
| 3.3.1      | основами проектирования общеобразовательных программ в сфере физической культуры и спорта;   |
| 3.3.2      | основами реализации общеобразовательных программ в сфере физической культуры и спорта;   |

|       |   |
|-------|---|
| 3.3.3 | осуществлением деятельности, направленной на реализацию дополнительной общеобразовательной программы в сфере физической культуры, спорта и туризма; |
| 3.3.4 | основами реализации контроля тренировочного и образовательного процессов.   |

| 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) |  |                |       |                      |   |            |
|---|--|----------------|-------|----------------------|---|------------|
| Код занятия                                   | Наименование разделов и тем /вид занятия/  | Семестр / Курс | Часов | Компетенции          | Литература  | Примечание |
|   | <b>Раздел 1. Техника бега на коньках</b>   |                |       |                      |   |            |
| 1.1   | Тема 1.История возникновения и современное состояние развития конькобежного спорта в России и за рубежом с целью проектирования программы в сфере физической культуры и спорта /Лаб./          | 8              | 0     | ПК-2.1               | Л1.1 Л1.2<br>Л1.3Л2.1<br>Л2.2Л3.1 Л3.2<br>Э1 Э2 Э3 Э4 |            |
| 1.2   | История возникновения и современное состояние развития конькобежного спорта в России и за рубежом с целью проектирования программы в сфере физической культуры и спорта /Ср/                   | 8              | 4     | ПК-2.1               | Л1.1 Л1.2<br>Л1.3Л2.1<br>Л2.2Л3.1 Л3.2<br>Э1 Э2 Э3 Э4 |            |
| 1.3   | Тема 2.Техника и методика обучения специальным упражнениям простого катания с целью осуществления, направленной на реализацию программы в сфере физической культуры .Техника торможения /Лаб./ | 8              | 2     | ПК-2.2 ПК-3.1        | Л1.1 Л1.2<br>Л1.3Л2.1<br>Л2.2Л3.1 Л3.2<br>Э1 Э2 Э3 Э4 |            |
| 1.4   | Техника и методика обучения специальным упражнениям простого катания с целью осуществления, направленной на реализацию программы в сфере физической культуры. Техника торможения /Ср/          | 8              | 10    | ПК-2.2 ПК-3.1        | Л1.1 Л1.2<br>Л1.3Л2.1<br>Л2.2Л3.1 Л3.2<br>Э1 Э2 Э3 Э4 |            |
| 1.5   | Тема 3. Обучение специальным упражнениям в скоростном беге на коньках с целью осуществления, направленной на реализацию программы в сфере физической культуры /Лаб./                           | 8              | 4     | ПК-3.1               | Л1.1 Л1.2<br>Л1.3Л2.1<br>Л2.2Л3.1 Л3.2<br>Э1 Э2 Э3 Э4 |            |
| 1.6   | Обучение специальным упражнениям в скоростном беге на коньках с целью осуществления, направленной на реализацию программы в сфере физической культуры /Ср/                                     | 8              | 10    | ПК-3.1               | Л1.1 Л1.2<br>Л1.3Л2.1<br>Л2.2Л3.1 Л3.2<br>Э1 Э2 Э3 Э4 |            |
| 1.7   | Тема 4. Техника и методика обучения скоростному бегу на коньках с целью осуществления, направленной на реализацию программы в сфере физической культуры /Лаб./                                 | 8              | 6     | ПК-2.1 ПК-2.2 ПК-3.1 | Л1.1 Л1.2<br>Л1.3Л2.1<br>Л2.2Л3.1 Л3.2<br>Э1 Э2 Э3 Э4 |            |
| 1.8   | Техника и методика обучения скоростному бегу на коньках с целью осуществления, направленной на реализацию программы в сфере физической культуры /Ср/   | 8              | 10    | ПК-2.1 ПК-2.2 ПК-3.1 | Л1.1 Л1.2<br>Л1.3Л2.1<br>Л2.2Л3.1 Л3.2<br>Э1 Э2 Э3 Э4 |            |
| 1.9   | Тема 5. Подвижные игры в совершенствовании техники скоростного бега на коньках с целью реализации контроля образовательного процесса /Лаб./  | 8              | 2     | ПК-2.1 ПК-4.2        | Л1.1 Л1.2<br>Л1.3Л2.1<br>Л2.2Л3.1 Л3.2<br>Э1 Э2 Э3 Э4 |            |
| 1.10  | Подвижные игры в совершенствовании техники скоростного бега на коньках с целью реализации контроля образовательного процесса /Ср/  | 8              | 8     | ПК-2.1 ПК-4.2        | Л1.1 Л1.2<br>Л1.3Л2.1<br>Л2.2Л3.1 Л3.2<br>Э1 Э2 Э3 Э4 |            |

|      |   |   |   |                             |   |                    |
|------|---|---|---|-----------------------------|---|--------------------|
| 1.11 | Темаб. Организация и проведения соревнований по конькобежному спорту с целью реализации контроля образовательного процесса /Лаб./ | 8 | 2 | ПК-3.1 ПК-4.2               | Л1.1 Л1.2<br>Л1.3Л2.1<br>Л2.2Л3.1 Л3.2<br>Э1 Э2 Э3 Э4 |                    |
| 1.12 | Организация и проведения соревнований по конькобежному спорт с целью реализации контроля образовательного процесса /Ср/           | 8 | 8 | ПК-3.1 ПК-4.2               | Л1.1 Л1.2<br>Л1.3Л2.1<br>Л2.2Л3.1 Л3.2<br>Э1 Э2 Э3 Э4 |                    |
| 1.13 | /Контр.раб./  | 8 | 6 | ПК-2.1 ПК-2.2 ПК-3.1 ПК-4.2 | Л1.1 Л1.2<br>Л1.3Л2.1<br>Л2.2Л3.1 Л3.2<br>Э1 Э2 Э3 Э4 | Контрольная работа |
| 1.14 | Коньки /Знает/  | 8 | 0 | ПК-2.1 ПК-2.2 ПК-3.1 ПК-4.2 | Л1.1 Л1.2<br>Л1.3Л2.1<br>Л2.2Л3.1 Л3.2<br>Э1 Э2 Э3 Э4 | Зачет              |

## 5. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

### 5.1. Оценочные материалы для текущего контроля и промежуточной аттестации

Представлены отдельным документом

### 5.2. Оценочные материалы для диагностического тестирования

Представлены 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        |
| Л3.2 | Аустер Л. В., Ветошников А. Ю. | Коньки: методические рекомендации  | Сургут: Издательский центр СурГУ, 2019, электронный ресурс                                | 1        |

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

|    |  |
|----|--|
| Э1 | Медиацентр с уникальной подборкой обучающих видео времен СССР по разным видам спорта <a href="http://tv.sportedu.ru">http://tv.sportedu.ru</a> -медиацентр |
| 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> .  |
| Э4 | 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 | Операционная система Microsoft Windows, пакет прикладных программ Microsoft Office |
|---------|--|

### 6.3.2 Перечень информационных справочных систем

|         |   |
|---------|---|
| 6.3.2.1 | СПС «Консультант Плюс» - <a href="http://www.consultant.ru/">www.consultant.ru/</a> |
| 6.3.2.2 | СПС «Гарант» - <a href="http://www.grant.ru/">www.grant.ru/</a>                     |

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

|     |   |
|-----|---|
| 7.1 | Спортивный зал №1 универсальный зал для проведения занятий семинарского типа (практических занятий), лабораторных занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, оснащен: скамейки, шведские стенки, маты, слайды, коньки хоккейные, коньки роликовые. |
|-----|---|