

Учреждение образования  
«Белорусский государственный университет физической культуры»

Кафедра велосипедного, конькобежного и конного спорта

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий кафедрой велосипедного,  
конькобежного и конного спорта  
\_\_\_\_\_ М.И.Дворяков

**ПРОГРАММНЫЕ ЗАЧЕТНО-ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ**  
к зачету и экзамену по учебной дисциплине «Основы теории и методика  
избранного вида спорта» для студентов 1 курса дневной формы получения  
образования специальности 6-05-1012-02 «Тренерская деятельность  
(конькобежный спорт)» на 2024/2025 учебный год

Рассмотрены на заседании кафедры  
велосипедного, конькобежного и конного  
спорта 25.06.2024 протокол № 13

Минск 2024

### Контрольные вопросы

к экзамену по учебной дисциплине «Основы теории и методика избранного вида спорта» специальности 6-05-1012-02 «Тренерская деятельность (конькобежный спорт)» для студентов 1 курса дневной формы получения образования на 2024/2025 учебный год

1. Анализ недостатков в спортивной подготовке высококвалифицированных спортсменов в конькобежном спорте.
2. Антидопинговые правила Республики Беларусь.
3. Вариативность тактических приёмов в условиях спортивных соревнований.
4. Возникновении конькобежного спорта на территории Республики Беларусь.
5. Выдающиеся спортсмены белорусского конькобежного спорта.
6. Выносливость, средства и методы её развития в конькобежном спорте.
7. Деятельность Всемирного антидопингового агентства (ВАДА).
8. Классификация спортсменов в конькобежном спорте: принципы, признаки, нормативные документы.
9. Конькобежный спорт как средство физического воспитания.
10. Координационные способности, средства и методы их развития в конькобежном спорте.
11. Критерии отбора при комплектовании ГНП. Комплектование учебных групп и их наполняемость. Переводные требования по годам обучения на этапе начальной подготовки.
12. Международный союз конькобежцев (ISU), его устав и организация.
13. Методика организации и проведения контроля уровня физической подготовленности в СУСУ.
14. Нормативные требования наполняемости учебных групп. Критерии отбора при комплектовании ГНП.
15. Обеспечение безопасности спортсменов в конькобежном спорте.
16. Общественное объединение «Белорусский союз конькобежцев».
17. Обязанности главного судьи и главного секретаря на соревнованиях по конькобежному спорту.
18. Организация и проведение соревнований в конькобежном спорте.
19. Основные термины в конькобежном спорте (в технике, тактике, тренировке).
20. Основы спортивной тактики в конькобежном спорте. Значение и роль тактики в достижении высоких результатов в конькобежном спорте.
21. Особенности судейства командных, личных и лично-командных спортивных соревнований.
22. Особенности техники скоростного бега на коньках по повороту на различные дистанции.

23. Особенности техники скоростного бега на коньках по прямой на различные дистанции.
24. Планирование занятий в группах начальной подготовки. Основные формы организации занятий. Основные методы обучения.
25. Понятие о технике скоростного бега на коньках.
26. Правила прохождения дистанции в конькобежном спорте.
27. Предпосылки возникновения и этапы развития конькобежного спорта.
28. Проведение первых спортивных соревнований по конькобежному спорту.
29. Программа спортивных соревнований по конькобежному спорту на Олимпийских играх, чемпионатах мира и Европы.
30. Программа спортивных соревнований по конькобежному спорту на чемпионатах Республики Беларусь.
31. Профилактика несчастных случаев на занятиях по конькобежному спорту. Оказание первой помощи.
32. Процедурные правила допинг-контроля, вне соревновательное и тестирование во время соревнований.
33. Работа стартовой и финишной судейской бригады.
34. Развитие конькобежного спорта за истекшее четырехлетие.
35. Силовые способности, средства и методы их развития в конькобежном спорте.
36. Система определения победителей, организация жеребьевки на различных этапах спортивных соревнований.
37. Скоростные способности, средства и методы их развития в конькобежном спорте.
38. Содержание и периодичность видов контроля в учебно-тренировочном процессе на этапе начальной подготовки в конькобежном спорте.
39. Содержание общей физической подготовки на этапе начальной подготовки.
40. Содержание основных разделов действующих программ для специализированных учебно-спортивных учреждениях и училищах олимпийского резерва.
41. Содержание положения о спортивном соревновании по конькобежному спорту.
42. Содержание специальной физической подготовки на этапе начальной подготовки.
43. Состав судейской комиссии на спортивных соревнованиях по конькобежному спорту и их обязанности.
44. Спортивные разряды и звания, требования Единой спортивной классификации Республики Беларусь.
45. Спортивные результаты выступления белорусских спортсменов на Олимпийских играх, чемпионатах мира и Европы.

46. Страховка и самостраховка конькобежцев. Особенности работы тренера на льду.
47. Структура, порядок разработки и утверждения программы для СУСУ.
48. Техника скоростного бега на коньках на длинных дистанциях.
49. Техника скоростного бега на коньках на коротких дистанциях.
50. Техника скоростного бега на коньках со старта.
51. Требования к оборудованию дистанции на соревнованиях по конькобежному спорту.
52. Участники спортивных соревнований, их права и обязанности.
53. Физические качества, определяющие успешность в конькобежном спорте.
54. Характеристика документации планирования и регламентации работы ДЮСШ и СДЮШОР.
55. Цель, задачи и требования к программно-методическому обеспечению учебно-тренировочного процесса в СУСУ.
56. Цель, задачи, и продолжительность этапа начальной подготовки в конькобежном спорте.
57. Элементы техники и двигательных действий в беге на коньках (посадка конькобежца, свободное скольжение, отталкивание, смещение, маховые действия, постановка конька на лед).

### Контрольные вопросы

к зачету по учебной дисциплине «Основы теории и методика избранного вида спорта» специальности 6-05-1012-02 «Тренерская деятельность (конькобежный спорт)» для студентов **1 курса** дневной формы получения образования на 2024/2025 учебный год

1. Анализ недостатков в спортивной подготовке высококвалифицированных спортсменов в конькобежном спорте.
2. Антидопинговые правила Республики Беларусь.
3. Возникновение конькобежного спорта на территории Республики Беларусь.
4. Выдающиеся спортсмены белорусского конькобежного спорта.
5. Выносливость, средства и методы её развития в конькобежном спорте.
6. Деятельность Всемирного антидопингового агентства (ВАДА).
7. Классификация спортсменов в конькобежном спорте: принципы, признаки, нормативные документы.
8. Конькобежный спорт как средство физического воспитания.
9. Координационные способности, средства и методы их развития в конькобежном спорте.
10. Международный союз конькобежцев (ISU), его устав и организация.
11. Обеспечение безопасности спортсменов в конькобежном спорте.
12. Общественное объединение «Белорусский союз конькобежцев».
13. Обязанности главного судьи и главного секретаря на соревнованиях по конькобежному спорту.
14. Организация и проведение соревнований в конькобежном спорте.
15. Основные термины в конькобежном спорте (в технике, тактике, тренировке).
16. Особенности судейства командных, личных и лично-командных спортивных соревнований.
17. Правила прохождения дистанции в конькобежном спорте.
18. Предпосылки возникновения и этапы развития конькобежного спорта.
19. Проведение первых спортивных соревнований по конькобежному спорту.
20. Программа спортивных соревнований по конькобежному спорту на Олимпийских играх, чемпионатах мира и Европы.
21. Программа спортивных соревнований по конькобежному спорту на чемпионатах Республики Беларусь.
22. Профилактика несчастных случаев на занятиях по конькобежному спорту. Оказание первой помощи.
23. Процедурные правила допинг-контроля, вне соревновательное и тестирование во время соревнований.
24. Работа стартовой и финишной судейской бригады.
25. Развитие конькобежного спорта за истекшее четырехлетие.

26. Силовые способности, средства и методы их развития в конькобежном спорте.
27. Система определения победителей, организация жеребьевки на различных этапах спортивных соревнований.
28. Содержание положения о спортивном соревновании по конькобежному спорту.
29. Содержание специальной физической подготовки на этапе начальной подготовки.
30. Состав судейской комиссии на спортивных соревнованиях по конькобежному спорту и их обязанности.
31. Спортивные разряды и звания, требования Единой спортивной классификации Республики Беларусь.
32. Спортивные результаты выступления белорусских спортсменов на Олимпийских играх, чемпионатах мира и Европы.
33. Страховка и самостраховка конькобежцев. Особенности работы тренера на льду.
34. Требования к оборудованию дистанции на соревнованиях по конькобежному спорту.
35. Участники спортивных соревнований, их права и обязанности.
36. Физические качества, определяющие успешность в конькобежном спорте.

## ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

### ОРГАНИЗАЦИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Самостоятельная работа студентов может осуществляться в двух основных формах, отличающихся степенью самостоятельности её выполнения:

управляемая самостоятельная работа (УСР), предусматривающая самостоятельное выполнение студентами учебного или исследовательского задания при опосредованном контроле и управлении преподавателя (указания со стороны преподавателя, рекомендации, научно-методическое и информационное обеспечение и др.);

собственно, самостоятельная работа (СР), организуемая студентом в рациональное с его точки зрения время, мотивируемая собственными познавательными потребностями и контролируемая им самим.

УСР включает:

а) темы, которые переводятся из общего объёма часов аудиторной работы;

б) перечень и формы заданий, которые выполняются студентами самостоятельно и сроки их выполнения;

в) специальные формы контроля.

Основными формами УСР являются:

- a. изучение специальной литературы;
- b. написание тематических докладов, рефератов и т. д.;
- c. выполнение практических заданий;
- d. работа в библиотеке, архиве, музее и др.

### ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ЗАДАНИЙ УПРАВЛЯЕМОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ (УСР)

1. Составление положения о проведении спортивных соревнований республиканского уровня по конькобежному спорту.

2. Составление плана-конспекта учебно-тренировочного занятия направленного на обучение техники скоростного бега на коньках.

3. Средства и методы обучения в конькобежном спорте.

4. Составление комплекса упражнений, направленного на развитие силовых способностей у спортсменов в конькобежном спорте.

5. Составление комплекса упражнений, направленного на развитие скоростных способностей у спортсменов в конькобежном спорте.

6. Составление комплекса упражнений, направленного на развитие выносливости у спортсменов в конькобежном спорте;

7. Использование тренером активных и интерактивных форм проведения занятий;

8. Формы организации учебно-тренировочного процесса.

## ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА РЕФЕРАТОВ

1. Требования к правилам безопасности проведения занятий по физической культуре и спорту.
2. Классификация и терминология в конькобежном спорте.
3. История и этапы развития конькобежного спорта.
4. Методика обучения технике скоростного бега на коньках.
5. Спортивный инвентарь конькобежца.
6. Специфические особенности проведения занятий по конькобежному спорту.
7. Преимущества и недостатки в конькобежном спорте как способа передвижения по льду.
8. Виды конькобежного спорта, входящих в программу Олимпийских игр, чемпионатов мира и Европы.
9. Особенности программ спортивных соревнований на Олимпийских играх, чемпионатах мира и Европы.
10. Наиболее значимые тенденции для современного развития конькобежного спорта.
11. Анализ состояния конькобежного спорта в мире и Республике Беларусь.
12. Динамика спортивных результатов в одном из видов конькобежного спорта.
13. Государственные организации, отвечающие за развитие конькобежного спорта.
14. Отличительные особенности влияния отдельных государственных организаций на развитие конькобежного спорта.
15. Цель и задачи работы общественных организаций, отвечающих за развитие конькобежного спорта.
16. Наиболее значимые для развития конькобежного спорта исторические события.
17. Особенности развития конькобежного спорта как вида спорта на различных его этапах.
18. Наиболее значимые события в развитии конькобежного спорта в Республике Беларусь.
19. Современное состояние конькобежного спорта в Республике Беларусь.
20. Итоги спортивного года.
21. Содержание отдельных пунктов положения о соревновании.
22. Оргкомитет спортивных соревнований по конькобежному спорту. Функциональные обязанности состава оргкомитета спортивных соревнований.
23. Конструктивные особенности соревновательной дистанции.
24. Требования к разметке соревновательной дистанции. Особенности размещения отдельных элементов разметки соревновательной дистанции.

25. Действия спортсменов в зоне старта, предусмотренные правилами соревнований. Правильные и ошибочные действия спортсменов в зоне старта.

26. Особенности техники скоростного бега на коньках на различных дистанциях.

27. Биомеханические особенности двигательной деятельности спортсмена в конькобежном спорте в периоде основных рабочих движений.

28. Основные кинематические характеристики скоростного бега на коньках.

29. Особенности применения различных средств контроля эффективности спортивной подготовки в конькобежном спорте.

30. Методика обработки данных, полученных с использованием различных средств контроля эффективности спортивной подготовки в конькобежном спорте.

31. Особенности применения различных методов контроля эффективности спортивной подготовки в конькобежном спорте.

### ПРИМЕРНЫЕ ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

1. СМ-1, «Общие основы теории в конькобежном спорте».
2. СМ-2, «Физические качества конькобежцев, средства и методы их развития».
3. СМ-3, «Техника и тактика в конькобежном спорте».
4. СМ-4, «Организационно-методическая структура обеспечения учебно-тренировочного процесса на этапе начальной подготовки».
5. СМ-5, «Теория и методика обучения».
6. СМ-6, «Организационно-методическая структура обеспечения учебно-тренировочного процесса на учебно-тренировочном этапе».

СМ-7, «Основы деятельности спортивно-оздоровительных лагерей»

### КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

№ п/п	Отметка	Критерии
1	10 (десять) баллов, зачтено	систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы УО по учебной дисциплине, модулю, а также по основным вопросам, выходящим за её пределы; точное использование научной терминологии, грамотное, логически правильное изложение ответов на вопросы, умение делать обоснованные выводы и обобщения; безупречное владение инструментарием учебной дисциплины, модуля, умение его эффективно использовать в постановке и решении научных и

		<p>профессиональных задач;  выраженная способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации;  полное и глубокое усвоение основной и дополнительной литературы по изучаемой учебной дисциплине, модулю;  умение свободно ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку, использовать научные достижения других учебных дисциплин;  творческая самостоятельная работа на практических, семинарских занятиях, активное творческое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий</p>
2	9 (девять) баллов, зачтено	<p>систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы УО по учебной дисциплине, модулю;  точное использование научной терминологии, грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы;  владение инструментарием учебной дисциплины, модуля, 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 УО по учебной дисциплине, модулю;  полное усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой УО по учебной дисциплине, модулю;  умение ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине, модулю и давать им аналитическую оценку;  систематическая, активная самостоятельная работа на практических, семинарских занятиях, творческое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий</p>
3	8 (восемь) баллов, зачтено	<p>систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы УО по учебной дисциплине, модулю в объеме учебной программы УО по учебной дисциплине, модулю;  использование научной терминологии, грамотное,</p>

		<p>логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы и обобщения;</p> <p>владение инструментарием учебной дисциплины, модуля (методами комплексного анализа, техникой информационных технологий), умение его использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач;</p> <p>способность самостоятельно решать сложные проблемы в рамках учебной программы УО по учебной дисциплине, модулю;</p> <p>усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой УО по учебной дисциплине, модулю;</p> <p>умение ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине, модулю и давать им аналитическую оценку;</p> <p>активная самостоятельная работа на практических, семинарских занятиях, систематическое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий</p>
4	7 (семь) баллов, зачтено	<p>систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы УО по учебной дисциплине, модулю;</p> <p>использование научной терминологии, грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы и обобщения;</p> <p>владение инструментарием учебной дисциплины, модуля, умение его использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач;</p> <p>свободное владение типовыми решениями в рамках учебной программы УО по учебной дисциплине, модулю;</p> <p>усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой УО по учебной дисциплине, модулю;</p> <p>умение ориентироваться в основных теориях, концепциях, направлениях по изучаемой учебной дисциплине, модулю и давать им аналитическую оценку;</p> <p>самостоятельная работа на практических, семинарских, лабораторных занятиях, участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий</p>

5	6 (шесть) баллов, зачтено	<p>достаточно полные и систематизированные знания в объеме учебной программы УО по учебной дисциплине, модулю;</p> <p>использование необходимой научной терминологии, грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обобщения и обоснованные выводы;</p> <p>владение инструментарием учебной дисциплины, модуля, умение его использовать в решении учебных и профессиональных задач;</p> <p>способность самостоятельно применять типовые решения в рамках учебной программы УО по учебной дисциплине, модулю;</p> <p>усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой УО по учебной дисциплине, модулю;</p> <p>умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине, модулю и давать им сравнительную оценку;</p> <p>активная самостоятельная работа на практических, семинарских занятиях, периодическое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий</p>
6	5 (пять) баллов, зачтено	<p>достаточные знания в объеме учебной программы УО по учебной дисциплине, модулю;</p> <p>использование научной терминологии, грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать выводы;</p> <p>владение инструментарием учебной дисциплины, модуля, умение его использовать в решении учебных и профессиональных задач;</p> <p>способность самостоятельно применять типовые решения в рамках учебной программы УО по учебной дисциплине, модулю;</p> <p>усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой УО по учебной дисциплине, модулю;</p> <p>умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине, модулю и давать им сравнительную оценку;</p> <p>самостоятельная работа на практических, семинарских занятиях, фрагментарное участие в групповых обсуждениях, достаточный уровень</p>

		культуры исполнения заданий
7	4 (четыре) балла, зачтено	<p>достаточный объем знаний в объеме учебной программы УО по учебной дисциплине, модулю; усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой УО по учебной дисциплине, модулю;</p> <p>использование научной терминологии, логическое изложение ответа на вопросы, умение делать выводы без существенных ошибок;</p> <p>владение инструментарием учебной дисциплины, модуля, умение его использовать в решении стандартных (типовых) задач;</p> <p>умение под руководством преподавателя решать стандартные (типовые) задачи;</p> <p>умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине, модулю и давать им оценку;</p> <p>работа под руководством преподавателя на практических, семинарских занятиях, допустимый уровень культуры исполнения заданий</p>
8	3 (три) балла, не зачтено	<p>недостаточно полный объем знаний в объеме учебной программы УО по учебной дисциплине, модулю;</p> <p>знание части основной литературы, рекомендованной учебной программой УО по учебной дисциплине, модулю;</p> <p>использование научной терминологии, изложение ответа на вопросы с существенными, логическими ошибками;</p> <p>слабое владение инструментарием учебной дисциплины, модуля, некомпетентность в решении стандартных (типовых) задач;</p> <p>неумение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях изучаемой учебной дисциплины, модуля;</p> <p>пассивность на практических, семинарских занятиях, низкий уровень культуры исполнения заданий</p>
9	2 (два) балла, не зачтено	<p>фрагментарные знания в объеме учебной программы УО по учебной дисциплине, модулю;</p> <p>знания отдельных литературных источников, рекомендованных учебной программой УО по учебной дисциплине, модулю;</p> <p>неумение использовать научную терминологию</p>

		учебной дисциплины, модуля, наличие в ответе грубых, логических ошибок; пассивность на практических, семинарских занятиях, низкий уровень культуры исполнения заданий
10	1 (один) балл, не зачтено	отсутствие знаний и компетенций в объеме учебной программы УО по учебной дисциплине, модулю, отказ от ответа, неявка на аттестацию без уважительной причины

### ПЕРЕЧЕНЬ ИСПОЛЬЗУЕМЫХ СРЕДСТВ ДИАГНОСТИКИ РЕЗУЛЬТАТОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Десятибалльная шкала представляет собой систему измерения учебных достижений студента, в которой отметка уровня знаний выражается последовательным рядом чисел (баллов) «1», «2», «3», «4», «5», «6», «7», «8», «9», «10». При оценке знаний студентов отметками в баллах по десятибалльной шкале учитываются критерии оценки результатов учебной деятельности студентов в учреждениях высшего образования по десятибалльной шкале.

Положительными являются отметки не ниже 4 (четырёх) баллов. Отметки 1 (один), 2 (два), 3 (три) являются неудовлетворительными.

Результаты промежуточной аттестации студентов в форме зачета оцениваются отметками «зачтено», «не зачтено». Положительной является отметка «зачтено», отметка «не зачтено» является неудовлетворительной.