

**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Мордовский государственный педагогический
университет имени М.Е. Евсевьева»**

Факультет физической культуры

Кафедра теории и методики физической культуры
и безопасности жизнедеятельности

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**ТЕХНОЛОГИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ:
ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА**

Направление подготовки: 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Профиль подготовки: Физическая культура. Безопасность жизнедеятельности

Форма обучения: Очная

Разработчики:

Акамов В. В., канд. пед. наук, доцент кафедры теории и методики физической культуры и безопасности жизнедеятельности

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры теории и методики физической культуры и безопасности жизнедеятельности, протокол № 7 от 18.02.2021 года

Зав. кафедрой _____ Якимова Е. А.

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании кафедры теории и методики физической культуры и безопасности жизнедеятельности, протокол № 1 от 30.08.2021 года

Зав. кафедрой _____ Якимова Е. А.

1. Цель и задачи изучения дисциплины

Цель изучения дисциплины – формирование у студентов знаний о легкой атлетике как раздела предмета физическая культура и вида спорта, об истории возникновения легкой атлетики, методике обучения и преподавания легкоатлетических видов, правилах соревнований; овладение студентами основами правовых знаний в профессиональной деятельности и умениями использовать их в своей повседневной практической работе в сфере физической культуры и спорта.

Задачи дисциплины:

- вооружить студентов комплексом знаний необходимых для проведения занятий по физической культуре по разделу «Легкая атлетика», профилактике травматизма и обеспечения безопасности при проведении занятий;
- сформировать у студентов представление о средствах, методах и принципах построения занятий по легкой атлетике;
- вооружить студентов комплексом знаний, умений и навыков, необходимых для организации судейства соревнований по легкой атлетике;
- обучить студентов технике легкоатлетических видов;
- развивать физическую подготовленность студентов, подготовить их к сдаче зачетных нормативов;
- ознакомить студентов с методикой обучения в легкой атлетике, методам исправления ошибок;
- обучить использовать специальные и подводящие упражнения при обучения легкоатлетическим упражнениям с учётом возрастных особенностей занимающихся;
- сформировать у студентов представление о возможностях применения легкоатлетических упражнений для развития физических качеств в группах с различной физической подготовленностью;
- вооружить студентов комплексом знаний по планированию и контролю (документы планирования, протоколы, отчеты) проведения учебно-тренировочных занятий и соревнований по легкой атлетике;
- сформировать у студентов умения анализировать законодательные и иные нормативно-правовые акты, относящиеся к будущей профессиональной деятельности.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина К.М.06.03 «Технологии физкультурно-спортивной деятельности: легкая атлетика» изучается на 4, 5 курсе, в 8, 9 семестрах.

Для изучения дисциплины требуется: базовые знания о легкой атлетики, сформированные в рамках предыдущих дисциплин "Физическая культура и спорт", "Организация и проведение соревнований по легкой атлетике" об истории легкой атлетики, о методике обучения технике легкоатлетических упражнений, о правилах соревнований, положительном влиянии легкоатлетических упражнений на формирование личности человека, их оздоровительный эффект.

Изучению дисциплины К.М.06.03 «Технологии физкультурно-спортивной деятельности: легкая атлетика» предшествует освоение дисциплин (практик):

- К.М.05.04 Производственная (педагогическая) практика (летняя вожатская практика);
- К.М.06.34 Производственная (педагогическая) практика;
- К.М.02.04 Учебная (ознакомительная) практика;
- К.М.06.33 Учебная (технологическая (проектно-технологическая) практика;
- К.М.06.01 Технологии физкультурно-спортивной деятельности: спортивные и подвижные игры;
- К.М.05.01 Психология воспитательных практик;

К.М.04.01 Психология;
 К.М.03.01 Возрастная анатомия, физиология и гигиена;
 К.М.06.02 Технологии физкультурно-спортивной деятельности: гимнастика;
 К.М.07.02 Практикум по проектированию учебных занятий по физической культуре и безопасности жизнедеятельности;
 К.М.07.03 Современные технологии обучения в физической культуре и спорте;
 К.М.06.04 Технологии физкультурно-спортивной деятельности: лыжный спорт;
 К.М.01.04 Нормативно-правовые основы профессиональной деятельности;
 К.М.07.04 Современные средства оценивания результатов обучения в предметной области;
 К.М.03.04 Физическая культура и спорт;
 К.М.06.05 Технологии физкультурно-спортивной деятельности: тяжелая атлетика;
 К.М.03.05 Элективные курсы по физической культуре и спорту;
 К.М.01.05 Профессиональная этика;
 К.М.06.06 Технологии физкультурно-спортивной деятельности: единоборства;
 К.М.06.07 Технологии физкультурно-спортивной деятельности: спортивный туризм;
 К.М.06.09 История и социология физической культуры и спорта;
 К.М.06.12 Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности;
 К.М.06.13 Биомеханика двигательных действий;
 К.М.06.14 Психология физической культуры и спорта;
 К.М.06.15 Теория и методика физической культуры;
 К.М.06.ДВ.01.03 Современные направления оздоровительных видов физической культуры;
 ФТД.01Повышение спортивного мастерства.
 Освоение дисциплины К.М.06.03 «Технологии физкультурно-спортивной деятельности: легкая атлетика» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):
 К.М.08.04 Производственная (научно-исследовательская работа) практика;
 К.М.08.03 Учебная (научно-исследовательская работа (получение первичных навыков научно-исследовательской работы)) практика;
 К.М.04.04 Производственная (педагогическая) практика;
 К.М.06.08 Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование;
 К.М.06.10 Физиология физического воспитания;
 К.М.06.ДВ.02.02 Методика занятий по физической культуре со школьниками специальных медицинских групп;
 К.М.06.ДВ.02.04 Рекреация детей и молодежи средствами физической культуры;
 Область профессиональной деятельности, на которую ориентирует дисциплина «Технологии физкультурно-спортивной деятельности: легкая атлетика», включает: 01 Образование и наука (в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного образования).
 Типы задач и задачи профессиональной деятельности, к которым готовится обучающийся, определены учебным планом.

3. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

Компетенция в соответствии ФГОС ВО	
Индикаторы достижения компетенций	Образовательные результаты
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	
УК-7.1 Понимает оздоровительное, образовательное и	знать: - оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося,

воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.	основы организации физкультурно-спортивной деятельности; уметь: - использовать знания оздоровительного, образовательного и воспитательного значения физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности; владеть: - навыками понимания оздоровительного, образовательного и воспитательного значения физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.
УК-7.2 Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	знать: - особенности определения личного уровня сформированности показателей физического развития и физической подготовленности; уметь: - определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности; владеть: - навыками определения личного уровня сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.
УК-7.3 Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.	знать: - основы отбора и формирования комплексов физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья; уметь: - отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья; владеть: - навыками отбора и формирования комплексов физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.
УК-7.4 Демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.	знать: - особенности применения комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности; уметь: - применять комплексы избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности; владеть: - навыками применения комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.

ОПК-2. Способен участвовать в разработке основных и дополнительных образовательных программ, разрабатывать отдельные их компоненты (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий)	
ОПК-2.1 Разрабатывает программы учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), программы дополнительного образования в соответствии с нормативно-правовыми актами в сфере образования.	знать: - основы разработки программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) ; - основы разработки программ дополнительного образования в соответствии с нормативно-правовыми актами в сфере образования; уметь: - разрабатывать программы учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) ; - разрабатывать программы дополнительного образования в соответствии с нормативно-правовыми актами в сфере образования; владеть: - навыками разработки программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей); - навыками разработки программ дополнительного образования в соответствии с нормативно-правовыми актами в сфере образования.
ОПК-2.2 Проектирует индивидуальные образовательные маршруты освоения программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), программ дополнительного образования в соответствии с образовательными потребностями обучающихся.	знать: - основы проектирования индивидуальных образовательных маршрутов освоения программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей); - основы проектирования индивидуальных образовательных маршрутов освоения программ дополнительного образования в соответствии с образовательными потребностями обучающихся; уметь: - проектировать индивидуальные образовательные маршруты освоения программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей); - проектировать индивидуальные образовательные маршруты освоения программ дополнительного образования в соответствии с образовательными потребностями обучающихся; владеть: - проектировать индивидуальные образовательные маршруты освоения навыками проектирования индивидуальных образовательных маршрутов программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей); - навыками проектирования индивидуальных образовательных маршрутов освоения программ дополнительного образования в соответствии с образовательными потребностями обучающихся.
ОПК-2.3 Осуществляет отбор педагогических и других технологий, в том числе информационно-коммуникационных, используемых при разработке основных и дополнительных образовательных программ и их элементов.	знать: - основы осуществления отбора педагогических и других технологий, в том числе информационно-коммуникационных, используемых при разработке основных и дополнительных образовательных программ и их элементов; уметь: - основы осуществления отбора педагогических и других технологий, в том числе информационно-коммуникационных, используемых при разработке основных и дополнительных образовательных программ и их элементов;

	образовательных программ и их элементов; владеть: - основы осуществления отбора педагогических и других технологий, в том числе информационно-коммуникационных, используемых при разработке основных и дополнительных образовательных программ и их элементов.
ОПК-3. Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов	
ОПК-3.1 Проектирует диагностируемые цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.	знать: - требования к результатам совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных; уметь: - проектировать диагностируемые цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями ФГОС; владеть: - навыками проектирования диагностируемых целей (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями ФГОС.
ОПК-3.2 Использует педагогически обоснованные содержание, формы, методы и приемы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся.	знать: - основы использования педагогически обоснованного содержания, форм, методов и приемов организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся; уметь: - использовать педагогически обоснованное содержание, форм, методов и приемов организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся; владеть: - навыками использования педагогически обоснованного содержания, форм, методов и приемов организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся.
ОПК-3.3 Формирует позитивный психологический климат в группе и условия для доброжелательных отношений между обучающимися с учетом их принадлежности к разным этнокультурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также различных (в том числе ограниченных) возможностей здоровья.	знать: - основы формирования позитивного психологического климата в группе и условия для доброжелательных отношений между обучающимися с учетом их принадлежности к разным этнокультурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также различных возможностей; уметь: - формировать позитивный психологический климат в группе и условия для доброжелательных отношений между обучающимися с учетом их принадлежности к разным этнокультурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также различных возможностей;

	владеть: - навыками формирования позитивного психологического климата в группе и условия для доброжелательных отношений между обучающимися с учетом их принадлежности к разным этнокультурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также различных возможностей.
ОПК-3.4 Управляет учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, оказывает помощь и поддержку в организации деятельности ученических органов самоуправления.	знать: - основы управления учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, оказания помощи и поддержку в организации деятельности ученических органов самоуправления; уметь: - управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, оказывать помощь и поддержку в организации деятельности ученических органов самоуправления; владеть: - навыками управления учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, оказания помощи и поддержку в организации деятельности ученических органов самоуправления.
ОПК-3.5 Осуществляет педагогическое сопровождение социализации и профессионального самоопределения обучающихся.	знать: - особенности осуществления педагогического сопровождения социализации и профессионального самоопределения обучающихся; уметь: - осуществлять педагогическое сопровождение социализации и профессионального самоопределения обучающихся; владеть: - навыками осуществления педагогического сопровождения социализации и профессионального самоопределения обучающихся.
ОПК-5. Способен осуществлять контроль и оценку формирования результатов образования обучающихся, выявлять и корректировать трудности в обучении	
ОПК-5.1 Осуществляет выбор содержания, методов, приемов организации контроля и оценки, в том числе ИКТ, в соответствии с установленными требованиями к образовательным результатам обучающихся.	знать: - основы осуществления выбора содержания, методов, приемов организации контроля и оценки, в том числе ИКТ, в соответствии с установленными требованиями к образовательным результатам обучающихся; уметь: - осуществлять выбор содержания, методов, приемов организации контроля и оценки, в том числе ИКТ, в соответствии с установленными требованиями к образовательным результатам обучающихся; владеть: - навыками осуществления выбора содержания, методов, приемов организации контроля и оценки, в том числе ИКТ, в соответствии с установленными требованиями к образовательным результатам обучающихся.
ОПК-5.2 Обеспечивает объективность и достоверность оценки образовательных результатов обучающихся.	знать: - основы объективности и достоверности оценки образовательных результатов обучающихся; уметь:

	- обеспечивать объективность и достоверность оценки образовательных результатов обучающихся; владеть: - навыками обеспечения объективности и достоверности оценки образовательных результатов обучающихся.
ОПК-5.3 Выявляет и корректирует трудности в обучении, разрабатывает предложения по совершенствованию образовательного процесса.	знать: - основы выявления и корректировки трудностей в обучении, разработке предложения по совершенствованию образовательного процесса; уметь: - выявлять и корректировать трудности в обучении, разрабатывает предложения по совершенствованию образовательного процесса; владеть: - навыками выявления и корректировки трудностей в обучении, разработки предложений по совершенствованию образовательного процесса.

ПК-3. Способен реализовывать образовательные программы различных уровней в соответствии с современными методиками и технологиями, в том числе информационными, для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса.

педагогический деятельность

ПК-3.1 Проектирует результаты обучения в соответствии с нормативными документами в сфере образования, возрастными особенностями обучающихся, дидактическими задачами урока.	знать: - основы проектирования результатов обучения в соответствии с нормативными документами в сфере образования, возрастными особенностями обучающихся, дидактическими задачами урока; уметь: - проектировать результаты обучения в соответствии с нормативными документами в сфере образования, возрастными особенностями обучающихся, дидактическими задачами урока; владеть: - навыками проектирования результатов обучения в соответствии с нормативными документами в сфере образования, возрастными особенностями обучающихся, дидактическими задачами урока.
ПК-3.2 Осуществляет отбор предметного содержания, методов, приемов и технологий, в том числе информационных, обучения истории и обществознанию, организационных форм учебных занятий, средств диагностики в соответствии с планируемыми результатами обучения.	знать: - основы отбора предметного содержания, методов, приемов и технологий, в том числе информационных, обучения истории и обществознанию, организационных форм учебных занятий, средств диагностики в соответствии с планируемыми результатами обучения; уметь: - осуществлять отбор предметного содержания, методов, приемов и технологий, в том числе информационных, обучения истории и обществознанию, организационных форм учебных занятий, средств диагностики в соответствии с планируемыми результатами обучения; владеть: - навыками отбора предметного содержания, методов, приемов и технологий, в том числе информационных, обучения истории и обществознанию, организационных форм учебных занятий, средств диагностики в соответствии с планируемыми результатами обучения.
ПК-3.3 Проектирует план-	знать:

конспект / технологическую карту урока физической культуры и основ безопасности жизнедеятельности.	- основы проектирования плана-конспекта / технологической карты урока физической культуры и основ безопасности жизнедеятельности; уметь: - проектировать план-конспект / технологическую карту урока физической культуры и основ безопасности жизнедеятельности; владеть: - навыками проектирования плана-конспекта / технологической карты урока физической культуры и основ безопасности жизнедеятельности.
ПК-3.4 Формирует познавательную мотивацию обучающихся к физической культуре и безопасности жизнедеятельности в рамках урочной и внеурочной деятельности.	знать: - особенности формирования познавательной мотивации обучающихся к физической культуре и безопасности жизнедеятельности в рамках урочной и внеурочной деятельности; уметь: - формировать познавательную мотивацию обучающихся к физической культуре и безопасности жизнедеятельности в рамках урочной и внеурочной деятельности; владеть: - навыками формирования познавательной мотивации обучающихся к физической культуре и безопасности жизнедеятельности в рамках урочной и внеурочной деятельности.
ПК-5. Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности.	

педагогический деятельность

ПК-5.1 Оказывает первую доврачебную помощь воспитанникам и обучающимся.	знать: - основы оказания первой доврачебной помощи воспитанникам и обучающимся; уметь: - оказывать первую доврачебную помощь воспитанникам и обучающимся; владеть: - навыками оказания первой доврачебной помощи воспитанникам и обучающимся.
ПК-5.2 Применяет меры профилактики детского травматизма.	знать: - основы применения мер профилактики детского травматизма; уметь: - применять меры профилактики детского травматизма; владеть: - навыками применения мер профилактики детского травматизма.
ПК-5.3 Применяет здоровьесберегающие технологии в учебном процессе.	знать: - здоровьесберегающие технологии в учебном процессе; уметь: - применять здоровьесберегающие технологии в учебном процессе; владеть: - навыками применения здоровьесберегающих технологий в учебном процессе.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Восьмой семестр	Девятый семестр
Контактная работа (всего)	104	56	48
Лекции	52	28	24

Практические	52	28	24
Самостоятельная работа (всего)	40	16	24
Виды промежуточной аттестации	36		36
Зачет		+	
Экзамен	36		36
Общая трудоемкость часы	180	72	108
Общая трудоемкость зачетные единицы	5	2	3

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание разделов дисциплины

Раздел 1. Основы легкой атлетики как вида спорта. Организация, проведение и элементарные правила соревнований по легкой атлетике:

Классификация и общая характеристика легкоатлетических видов спорта. Место и значение легкой атлетики в системе физической культуры. Задачи и содержание курса «Легкая атлетика» в системе подготовки специалистов физической культуры на факультете физической культуры педагогических вузов. Виды и характер соревнований по легкой атлетике. Деятельность судейской коллегии по легкой атлетике. Элементарные правила соревнований по легкой атлетике. Правила соревнований по бегу и ходьбе. Правила соревнований по прыжкам, метаниям, многоборью. Правила проведения соревнований в помещениях.

Раздел 2. Техника легкоатлетических видов спорта:

Классификация техники движений. Фазы, структуры, силы движений. Техника спортивной ходьбы и бега. Техника легкоатлетических прыжков. Техника легкоатлетических метаний.

Раздел 3. Методика обучения технике легкоатлетических видов спорта:

Основы методики обучения. Методика обучения технике спортивной ходьбы и бега. Методика обучения технике легкоатлетических прыжков. Методика обучения технике легкоатлетических метаний.

Раздел 4. Спортивная тренировка в легкой атлетике:

Основы спортивной тренировки. Управление процессом спортивной тренировки в легкой атлетике. Особенности управления учебно-тренировочным процессом в женской легкой атлетике.

5.2. Содержание дисциплины: Лекции (52 ч.)

Раздел 1. Основы легкой атлетики как вида спорта. Организация, проведение и элементарные правила соревнований по легкой атлетике (14 ч.)

Тема 1. Структура и содержание предмета «Легкая атлетика» (2 ч.)

Классификация и общая характеристика легкоатлетических видов спорта. Место и значение легкой атлетики в системе физической культуры. Задачи и содержание курса «Легкая атлетика» в системе подготовки специалистов физической культуры на факультете физической культуры педагогических вузов.

Тема 2. Структура и содержание предмета «Легкая атлетика» (2 ч.)

Классификация и общая характеристика легкоатлетических видов спорта. Место и значение легкой атлетики в системе физической культуры. Задачи и содержание курса «Легкая атлетика» в системе подготовки специалистов физической культуры на факультете физической культуры педагогических вузов.

Тема 3. Структура и содержание предмета «Легкая атлетика» (2 ч.)

Классификация и общая характеристика легкоатлетических видов спорта. Место и значение легкой атлетики в системе физической культуры. Задачи и содержание курса «Легкая атлетика» в системе подготовки специалистов физической культуры на факультете физической культуры педагогических вузов.

Тема 4. Организация, проведение и элементарные правила соревнований по легкой атлетике (2 ч.)

Виды и характер соревнований по легкой атлетике. Деятельность судейской коллегии по легкой атлетике. Элементарные правила соревнований по легкой атлетике. Правила соревнований

по бегу и ходьбе. Правила соревнований по прыжкам, метаниям, многоборью. Правила проведения соревнований в помещениях.

Тема 5. Организация, проведение и элементарные правила соревнований по легкой атлетике (2 ч.)

Виды и характер соревнований по легкой атлетике. Деятельность судейской коллегии по легкой атлетике. Элементарные правила соревнований по легкой атлетике. Правила соревнований по бегу и ходьбе. Правила соревнований по прыжкам, метаниям, многоборью. Правила проведения соревнований в помещениях.

Тема 6. Организация, проведение и элементарные правила соревнований по легкой атлетике (2 ч.)

Виды и характер соревнований по легкой атлетике. Деятельность судейской коллегии по легкой атлетике. Элементарные правила соревнований по легкой атлетике. Правила соревнований по бегу и ходьбе. Правила соревнований по прыжкам, метаниям, многоборью. Правила проведения соревнований в помещениях.

Тема 7. Организация, проведение и элементарные правила соревнований по легкой атлетике (2 ч.)

Виды и характер соревнований по легкой атлетике. Деятельность судейской коллегии по легкой атлетике. Элементарные правила соревнований по легкой атлетике. Правила соревнований по бегу и ходьбе. Правила соревнований по прыжкам, метаниям, многоборью. Правила проведения соревнований в помещениях.

Раздел 2. Техника легкоатлетических видов спорта (14 ч.)

Тема 8. Классификация техники движений. Фазы, структуры, силы движений (2 ч.)

Классификация техники движений. Фазы и части техники, структуры физического упражнения, силы воздействующие движений.

Тема 9. Техника спортивной ходьбы и бега (2 ч.)

Основы техники спортивной ходьбы. Техника спортивной ходьбы. Основы техники бега. Техника легкоатлетического бега. Техника бега на средние и длинные дистанции. Особенности техники бега на сверхдлинные дистанции. Особенности техники кроссового бега. Техника бега на короткие дистанции. Техника эстафетного бега. Техника барьерного бега. Техника бега с препятствиями.

Тема 10. Техника спортивной ходьбы и бега (2 ч.)

Основы техники спортивной ходьбы. Техника спортивной ходьбы. Основы техники бега. Техника легкоатлетического бега. Техника бега на средние и длинные дистанции. Особенности техники бега на сверхдлинные дистанции. Особенности техники кроссового бега. Техника бега на короткие дистанции. Техника эстафетного бега. Техника барьерного бега. Техника бега с препятствиями.

Тема 11. Техника легкоатлетических прыжков (2 ч.)

Основы техники прыжков. Техника различных видов легкоатлетических прыжков. Техника прыжков в длину с разбега. Техника прыжков в высоту с разбега. Техника тройного прыжка с разбега. Техника прыжков в высоту с шестом. Техника прыжков с места.

Тема 12. Техника легкоатлетических прыжков (2 ч.)

Основы техники прыжков. Техника различных видов легкоатлетических прыжков. Техника прыжков в длину с разбега. Техника прыжков в высоту с разбега. Техника тройного прыжка с разбега. Техника прыжков в высоту с шестом. Техника прыжков с места.

Тема 13. Техника легкоатлетических метаний (2 ч.)

Правила соревнований по техническим видам легкой атлетики. Состав и работа судей по техническим видам легкой атлетики. Судейская документация. Соревнования по легкоатлетическому многоборью, правила проведения. Состав и порядок проведения соревнований по легкоатлетическому многоборью. Планирование и подготовка соревнований. Работа судейской коллегии. Судейская документация.

Тема 14. Техника легкоатлетических метаний (2 ч.)

Правила соревнований по техническим видам легкой атлетики. Состав и работа судей по техническим видам легкой атлетики. Судейская документация. Соревнования по

легкоатлетическому многоборью, правила проведения. Состав и порядок проведения соревнований по легкоатлетическому многоборью. Планирование и подготовка соревнований. Работа судейской коллегии. Судейская документация.

Раздел 3. Методика обучения технике легкоатлетических видов спорта (12 ч.)

Тема 15. Основы методики обучения (2 ч.)

Обучение как педагогический процесс. Методические принципы обучения. Методы, средства и задачи обучения. Типовая схема обучения и последовательность изучения техники легкоатлетических видов спорта. Анализ, ошибки и оценки выполнения техники движений. Формы занятий по легкой атлетике. Меры безопасности в процессе обучения и профилактика травматизма.

Тема 16. Методика обучения технике спортивной ходьбы и бега (2 ч.)

Методика обучения технике спортивной ходьбы. Методика обучения технике бега на средние и длинные дистанции. Методика обучения технике бега на короткие дистанции. Методика обучения технике эстафетного бега. Методика обучения технике барьерного бега. Методика обучения технике бега на 3000 м с препятствиями

Тема 17. Методика обучения технике легкоатлетических прыжков (2 ч.)

Методика обучения технике прыжков в высоту с разбега. Методика обучения технике прыжков в длину с разбега. Методика обучения технике тройного прыжка с разбега. Методика обучения технике прыжков с шестом.

Тема 18. Методика обучения технике легкоатлетических прыжков (2 ч.)

Методика обучения технике прыжков в высоту с разбега. Методика обучения технике прыжков в длину с разбега. Методика обучения технике тройного прыжка с разбега. Методика обучения технике прыжков с шестом.

Тема 19. Методика обучения технике легкоатлетических метаний (2 ч.)

Методика обучения технике толкания ядра. Методика обучения технике метания диска. Методика обучения технике метания снаряда: малого мяча, гранаты, копья. Методика обучения технике метания малого мяча, гранаты. Методика обучения технике метания копья. Методика обучения технике метания молота.

Тема 20. Методика обучения технике легкоатлетических метаний (2 ч.)

Методика обучения технике толкания ядра. Методика обучения технике метания диска. Методика обучения технике метания снаряда: малого мяча, гранаты, копья. Методика обучения технике метания малого мяча, гранаты. Методика обучения технике метания копья. Методика обучения технике метания молота.

Раздел 4. Спортивная тренировка в легкой атлетике (12 ч.)

Тема 21. Основы спортивной тренировки (2 ч.)

Цель, задачи и принципы спортивной тренировки. Средства и методы спортивной тренировки. Виды спортивной подготовки. Периодизация спортивной тренировки. Нагрузка в тренировке легкоатлета. Этапы многолетней подготовки легкоатлета. Показатели тренированности легкоатлета. Методика развития функциональных возможностей легкоатлета.

Тема 22. Основы спортивной тренировки (2 ч.)

Цель, задачи и принципы спортивной тренировки. Средства и методы спортивной тренировки. Виды спортивной подготовки. Периодизация спортивной тренировки. Нагрузка в тренировке легкоатлета. Этапы многолетней подготовки легкоатлета. Показатели тренированности легкоатлета. Методика развития функциональных возможностей легкоатлета.

Тема 23. Управление процессом спортивной тренировки в легкой атлетике (2 ч.)

Организация, планирование и учет учебно-тренировочной деятельности.

Тема 24. Методика развития физических качеств легкоатлета (2 ч.)

Методика развития физических качеств легкоатлета. Развитие силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости и координации движений. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочных занятий по легкой атлетике. Подготовка организма занимающихся к соревновательной деятельности

Тема 25. Методика развития физических качеств легкоатлета (2 ч.)

Методика развития физических качеств легкоатлета. Развитие силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости и координации движений. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочных занятий по легкой атлетике. Подготовка организма занимающихся к соревновательной деятельности

Тема 26. Особенности управления учебно-тренировочным процессом в женской легкой атлетике (2 ч.)

Характеристика особенностей женского организма. Влияние занятий легкой атлетикой на женский организм. Методы и средства развития функциональных возможностей у женщин. Особенности планирования тренировочных нагрузок.

5.3. Содержание дисциплины: Практические (52 ч.)

Раздел 1. Основы легкой атлетики как вида спорта. Организация, проведение и элементарные правила соревнований по легкой атлетике (14 ч.)

Тема 1. Структура и содержание предмета «Легкая атлетика» (2 ч.)

Классификация и общая характеристика легкоатлетических видов спорта. Место и значение легкой атлетики в системе физической культуры. Задачи и содержание курса «Легкая атлетика» в системе подготовки специалистов физической культуры на факультете физической культуры педагогических вузов.

Тема 2. Структура и содержание предмета «Легкая атлетика» (2 ч.)

Классификация и общая характеристика легкоатлетических видов спорта. Место и значение легкой атлетики в системе физической культуры. Задачи и содержание курса «Легкая атлетика» в системе подготовки специалистов физической культуры на факультете физической культуры педагогических вузов.

Тема 3. Структура и содержание предмета «Легкая атлетика» (2 ч.)

Классификация и общая характеристика легкоатлетических видов спорта. Место и значение легкой атлетики в системе физической культуры. Задачи и содержание курса «Легкая атлетика» в системе подготовки специалистов физической культуры на факультете физической культуры педагогических вузов.

Тема 4. Организация, проведение и элементарные правила соревнований по легкой атлетике (2 ч.)

Виды и характер соревнований по легкой атлетике. Деятельность судейской коллегии по легкой атлетике. Элементарные правила соревнований по легкой атлетике. Правила соревнований по бегу и ходьбе. Правила соревнований по прыжкам, метаниям, многоборью. Правила проведения соревнований в помещениях.

Тема 5. Организация, проведение и элементарные правила соревнований по легкой атлетике (2 ч.)

Виды и характер соревнований по легкой атлетике. Деятельность судейской коллегии по легкой атлетике. Элементарные правила соревнований по легкой атлетике. Правила соревнований по бегу и ходьбе. Правила соревнований по прыжкам, метаниям, многоборью. Правила проведения соревнований в помещениях.

Тема 6. Организация, проведение и элементарные правила соревнований по легкой атлетике (2 ч.)

Виды и характер соревнований по легкой атлетике. Деятельность судейской коллегии по легкой атлетике. Элементарные правила соревнований по легкой атлетике. Правила соревнований по бегу и ходьбе. Правила соревнований по прыжкам, метаниям, многоборью. Правила проведения соревнований в помещениях.

Тема 7. Организация, проведение и элементарные правила соревнований по легкой атлетике (2 ч.)

Виды и характер соревнований по легкой атлетике. Деятельность судейской коллегии по легкой атлетике. Элементарные правила соревнований по легкой атлетике. Правила соревнований по бегу и ходьбе. Правила соревнований по прыжкам, метаниям, многоборью. Правила проведения соревнований в помещениях.

Раздел 2. Техника легкоатлетических видов спорта (14 ч.)

Тема 8. Классификация техники движений. Фазы, структуры, силы движений (2 ч.)

Классификация техники движений. Фазы и части техники, структуры физического упражнения, силы воздействующие движений.

Тема 9. Техника спортивной ходьбы и бега (2 ч.)

Основы техники спортивной ходьбы. Техника спортивной ходьбы. Основы техники бега. Техника легкоатлетического бега. Техника бега на средние и длинные дистанции. Особенности техники бега на сверхдлинные дистанции. Особенности техники кроссового бега. Техника бега на короткие дистанции. Техника эстафетного бега. Техника барьерного бега. Техника бега с препятствиями.

Тема 10. Техника спортивной ходьбы и бега (2 ч.)

Основы техники спортивной ходьбы. Техника спортивной ходьбы. Основы техники бега. Техника легкоатлетического бега. Техника бега на средние и длинные дистанции. Особенности техники бега на сверхдлинные дистанции. Особенности техники кроссового бега. Техника бега на короткие дистанции. Техника эстафетного бега. Техника барьерного бега. Техника бега с препятствиями.

Тема 11. Техника легкоатлетических прыжков (2 ч.)

Основы техники прыжков. Техника различных видов легкоатлетических прыжков. Техника прыжков в длину с разбега. Техника прыжков в высоту с разбега. Техника тройного прыжка с разбега. Техника прыжков в высоту с шестом. Техника прыжков с места.

Тема 12. Техника легкоатлетических прыжков (2 ч.)

Основы техники прыжков. Техника различных видов легкоатлетических прыжков. Техника прыжков в длину с разбега. Техника прыжков в высоту с разбега. Техника тройного прыжка с разбега. Техника прыжков в высоту с шестом. Техника прыжков с места.

Тема 13. Техника легкоатлетических метаний (2 ч.)

Основы техники метаний. Техника различных видов метаний. Техника толкания ядра. Техника метания копья. гранаты и малого мяча. Техника метания диска. Техника метания

Тема 14. Техника легкоатлетических метаний (2 ч.)

Основы техники метаний. Техника различных видов метаний. Техника толкания ядра. Техника метания копья. гранаты и малого мяча. Техника метания диска. Техника метания молота.

Раздел 3. Методика обучения технике легкоатлетических видов спорта (12 ч.)

Тема 15. Основы методики обучения (2 ч.)

Обучение как педагогический процесс. Методические принципы обучения. Методы, средства и задачи обучения. Типовая схема обучения и последовательность изучения техники легкоатлетических видов спорта. Анализ, ошибки и оценки выполнения техники движений. Формы занятий по легкой атлетике. Меры безопасности в процессе обучения и профилактика травматизма.

Тема 16. Методика обучения технике спортивной ходьбы и бега (2 ч.)

Методика обучения технике спортивной ходьбы. Методика обучения технике бега на средние и длинные дистанции. Методика обучения технике бега на короткие дистанции. Методика обучения технике эстафетного бега. Методика обучения технике барьерного бега. Методика обучения технике бега на 3000 м с препятствиями

Тема 17. Методика обучения технике легкоатлетических прыжков (2 ч.)

Методика обучения технике прыжков в высоту с разбега. Методика обучения технике прыжков в длину с разбега. Методика обучения технике тройного прыжка с разбега. Методика обучения технике прыжков с шестом.

Тема 18. Методика обучения технике легкоатлетических прыжков (2 ч.)

Методика обучения технике прыжков в высоту с разбега. Методика обучения технике прыжков в длину с разбега. Методика обучения технике тройного прыжка с разбега. Методика обучения технике прыжков с шестом.

Тема 19. Методика обучения технике легкоатлетических метаний (2 ч.)

Методика обучения технике толкания ядра. Методика обучения технике метания диска. Методика обучения технике метания снаряда: малого мяча, гранаты, копья. Методика обучения

технике метания малого мяча, гранаты. Методика обучения технике метания копья. Методика обучения технике метания молота.

Тема 20. Методика обучения технике легкоатлетических метаний (2 ч.)

Методика обучения технике толкания ядра. Методика обучения технике метания диска. Методика обучения технике метания снаряда: малого мяча, гранаты, копья. Методика обучения технике метания малого мяча, гранаты. Методика обучения технике метания копья. Методика обучения технике метания молота.

Раздел 4. Спортивная тренировка в легкой атлетике (12 ч.)

Тема 21. Основы спортивной тренировки (2 ч.)

Цель, задачи и принципы спортивной тренировки. Средства и методы спортивной тренировки. Виды спортивной подготовки. Периодизация спортивной тренировки. Нагрузка в тренировке легкоатлета. Этапы многолетней подготовки легкоатлета. Показатели тренированности легкоатлета. Методика развития функциональных возможностей легкоатлета.

Тема 22. Основы спортивной тренировки (2 ч.)

Цель, задачи и принципы спортивной тренировки. Средства и методы спортивной тренировки. Виды спортивной подготовки. Периодизация спортивной тренировки. Нагрузка в тренировке легкоатлета. Этапы многолетней подготовки легкоатлета. Показатели тренированности легкоатлета. Методика развития функциональных возможностей легкоатлета.

Тема 23. Управление процессом спортивной тренировки в легкой атлетике (2 ч.)

Организация, планирование и учет учебно-тренировочной деятельности.

Тема 24. Методика развития физических качеств легкоатлета (2 ч.)

Методика развития физических качеств легкоатлета. Развитие силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости и координации движений. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочных занятий по легкой атлетике. Подготовка организма занимающихся к соревновательной деятельности

Тема 25. Методика развития физических качеств легкоатлета (2 ч.)

Методика развития физических качеств легкоатлета. Развитие силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости и координации движений. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочных занятий по легкой атлетике. Подготовка организма занимающихся к соревновательной деятельности

Тема 26. Особенности управления учебно-тренировочным процессом в женской легкой атлетике (2 ч.)

Характеристика особенностей женского организма. Влияние занятий легкой атлетикой на женский организм. Методы и средства развития функциональных возможностей у женщин. Особенности планирования тренировочных нагрузок.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (разделу)

6.1 Вопросы и задания для самостоятельной работы

Восьмой семестр (16 ч.)

Раздел 1. Основы легкой атлетики как вида спорта. Организация, проведение и элементарные правила соревнований по легкой атлетике (8 ч.)

Вид СРС: Выполнение индивидуальных заданий

Подготовка к выполнению индивидуальных заданий по вопросам, включенным в модуль:

1. Классификация и общая характеристика легкоатлетических видов спорта.
2. Место и значение легкой атлетики в системе физической культуры.
3. Задачи и содержание курса «Легкая атлетика» в системе подготовки специалистов физической культуры на факультете физической культуры педагогических вузов.
4. Виды и характер соревнований по легкой атлетике.
5. Деятельность судейской коллегии по легкой атлетике.
6. Элементарные правила соревнований по легкой атлетике.
7. Правила соревнований по бегу и ходьбе.
8. Правила соревнований по прыжкам, метаниям, многоборью.

9. Правила проведения соревнований в помещениях.

Вид СРС: Подготовка к лекционным занятиям

Подготовка к лекционным занятиям, по вопросам, включенным в модуль:

1. Классификация и общая характеристика легкоатлетических видов спорта.
2. Место и значение легкой атлетики в системе физической культуры.
3. Задачи и содержание курса «Легкая атлетика» в системе подготовки специалистов физической культуры на факультете физической культуры педагогических вузов.
4. Виды и характер соревнований по легкой атлетике.
5. Деятельность судейской коллегии по легкой атлетике.
6. Элементарные правила соревнований по легкой атлетике.
7. Правила соревнований по бегу и ходьбе.
8. Правила соревнований по прыжкам, метаниям, многоборью.
9. Правила проведения соревнований в помещениях.

Вид СРС: Подготовка к практическим / лабораторным занятиям

Подготовка к практическим занятиям, по вопросам, включенным в модуль:

1. Классификация и общая характеристика легкоатлетических видов спорта.
2. Место и значение легкой атлетики в системе физической культуры.
3. Задачи и содержание курса «Легкая атлетика» в системе подготовки специалистов физической культуры на факультете физической культуры педагогических вузов.
4. Виды и характер соревнований по легкой атлетике.
5. Деятельность судейской коллегии по легкой атлетике.
6. Элементарные правила соревнований по легкой атлетике.
7. Правила соревнований по бегу и ходьбе.
8. Правила соревнований по прыжкам, метаниям, многоборью.
9. Правила проведения соревнований в помещениях.

Вид СРС: Подготовка к промежуточной аттестации

Подготовка к промежуточной аттестации по вопросам, включенным в модуль:

1. Классификация и общая характеристика легкоатлетических видов спорта.
2. Место и значение легкой атлетики в системе физической культуры.
3. Задачи и содержание курса «Легкая атлетика» в системе подготовки специалистов физической культуры на факультете физической культуры педагогических вузов.
4. Виды и характер соревнований по легкой атлетике.
5. Деятельность судейской коллегии по легкой атлетике.
6. Элементарные правила соревнований по легкой атлетике.
7. Правила соревнований по бегу и ходьбе.
8. Правила соревнований по прыжкам, метаниям, многоборью.
9. Правила проведения соревнований в помещениях.

Вид СРС: Подготовка к сдаче нормативов

Подготовка к сдаче нормативов включенным в модуль:

1. Бег 100 метров;
2. Бег 1000 метров;
3. Прыжок в длину с места, с разбега;
4. Метание малого мяча, гранаты;
5. Нормативы ОФП и ГТО.

Раздел 2. Техника легкоатлетических видов спорта (8 ч.)

Вид СРС: Выполнение индивидуальных заданий

Подготовка к лекционным занятиям, по вопросам, включенным в модуль:

1. Классификация техники движений.
2. Фазы, структуры, силы движений.
3. Техника спортивной ходьбы и бега.
4. Техника легкоатлетических прыжков.
5. Техника легкоатлетических метаний.

Вид СРС: Подготовка к практическим / лабораторным занятиям

Подготовка к практическим занятиям, по вопросам, включенным в модуль:

1. Классификация техники движений.
2. Фазы, структуры, силы движений.
3. Техника спортивной ходьбы и бега.
4. Техника легкоатлетических прыжков.
5. Техника легкоатлетических метаний.

Вид СРС: Подготовка к промежуточной аттестации

Подготовка к промежуточной аттестации по вопросам включенным в модуль:

1. Классификация техники движений.
2. Фазы, структуры, силы движений.
3. Техника спортивной ходьбы и бега.
4. Техника легкоатлетических прыжков.
5. Техника легкоатлетических метаний.

Вид СРС: Подготовка к сдаче нормативов

Подготовка и сдача контрольных нормативов:

1. Бег 100 метров.
2. Бег 1000 метров.
3. Прыжок в длину с места, с разбега.
4. Метание малого мяча, гранаты.
5. Нормативы ОФП и ГТО.

Девятый семестр (24 ч.)

Раздел 3. Методика обучения технике легкоатлетических видов спорта (12 ч.)

Вид СРС: Выполнение индивидуальных заданий

Подготовка к выполнению индивидуальных заданий по вопросам, включенным в модуль:

1. Основы методики обучения.
2. Методика обучения технике спортивной ходьбы и бега.
3. Методика обучения технике легкоатлетических прыжков.
4. Методика обучения технике легкоатлетических метаний.

Вид СРС: Подготовка к лекционным занятиям

Подготовка к лекционным занятиям, по вопросам, включенным в модуль:

1. Основы методики обучения.
2. Методика обучения технике спортивной ходьбы и бега.
3. Методика обучения технике легкоатлетических прыжков.
4. Методика обучения технике легкоатлетических метаний.

Вид СРС: Подготовка к практическим / лабораторным занятиям

Подготовка к практическим занятиям, по вопросам, включенным в модуль:

1. Основы методики обучения.
2. Методика обучения технике спортивной ходьбы и бега.
3. Методика обучения технике легкоатлетических прыжков.
4. Методика обучения технике легкоатлетических метаний.

Вид СРС: Подготовка к промежуточной аттестации

Подготовка к промежуточной аттестации по вопросам, включенным в модуль:

1. Основы методики обучения.
2. Методика обучения технике спортивной ходьбы и бега.
3. Методика обучения технике легкоатлетических прыжков.
4. Методика обучения технике легкоатлетических метаний.

Вид СРС: Подготовка к сдаче нормативов

Подготовка к сдаче нормативов:

1. Бег 100 метров.
2. Бег 1000 метров.
3. Прыжок в длину с места, с разбега.
4. Метание малого мяча, гранаты.
5. Нормативы ОФП и ГТО.

Раздел 4. Спортивная тренировка в легкой атлетике (12 ч.)

Вид СРС: Выполнение индивидуальных заданий

Подготовка к выполнению индивидуальных заданий по вопросам, включенным в модуль:

1. Основы спортивной тренировки.
2. Управление процессом спортивной тренировки в легкой атлетике.
3. Особенности управления учебно-тренировочным процессом в женской легкой атлетике.

Вид СРС: Подготовка к лекционным занятиям

Подготовка к лекционным занятиям, по вопросам, включенным в модуль:

1. Основы спортивной тренировки.
2. Управление процессом спортивной тренировки в легкой атлетике.
3. Особенности управления учебно-тренировочным процессом в женской легкой атлетике.

Вид СРС: Подготовка к практическим / лабораторным занятиям

Подготовка к практическим занятиям, по вопросам, включенным в модуль:

1. Основы спортивной тренировки.
2. Управление процессом спортивной тренировки в легкой атлетике.
3. Особенности управления учебно-тренировочным процессом в женской легкой атлетике.

Вид СРС: Подготовка к промежуточной аттестации

Подготовка к промежуточной аттестации по вопросам, включенным в модуль:

1. Основы спортивной тренировки.
2. Управление процессом спортивной тренировки в легкой атлетике.
3. Особенности управления учебно-тренировочным процессом в женской легкой атлетике.

Вид СРС: Подготовка к сдаче нормативов

Подготовка к сдаче нормативов:

1. Бег 100 метров.
2. Бег 1000 метров.
3. Прыжок в длину с места, с разбега.
4. Метание малого мяча, гранаты.
5. Нормативы ОФП и ГТО.

7. Тематика курсовых работ(проектов)

Курсовые работы (проекты) по дисциплине не предусмотрены.

8. Оценочные средства

8.1. Компетенции и этапы формирования

№ п/п	Оценочные средства	Компетенции, этапы их формирования
1	Предметно-технологический модуль	ПК-5, ОПК-5, ПК-3.
2	Психолого-педагогический модуль	ПК-3, ОПК-2, ОПК-3, ОПК-5.
3	Коммуникативный модуль	ОПК-2.
4	Модуль здоровья и безопасности жизнедеятельности	ПК-5, УК-7.
5	Предметно-методический модуль	ОПК-5, УК-7, ОПК-2, ПК-5, ОПК-3, ПК-3.
6	Модуль воспитательной деятельности	ОПК-3.

8.2. Показатели и критерии оценивания компетенций, шкалы оценивания

Шкала, критерии оценивания и уровень сформированности компетенции			
2 (не зачтено) ниже порогового	3 (зачтено) пороговый	4 (зачтено) базовый	5 (зачтено) повышенный
ОПК-2 Способен участвовать в разработке основных и дополнительных образовательных программ, разрабатывать отдельные их компоненты (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий)			
ОПК-2.1 Разрабатывает программы учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), программы			

дополнительного образования в соответствии с нормативно-правовыми актами в сфере образования.			
Не способен разрабатывать программы учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), программы дополнительного образования в соответствии с нормативно-правовыми актами в сфере образования.	В целом успешно, но бессистемно разрабатывает программы учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), программы дополнительного образования в соответствии с нормативно-правовыми актами в сфере образования.	В целом успешно, но с отдельными недочетами разрабатывает программы учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), программы дополнительного образования в соответствии с нормативно-правовыми актами в сфере образования.	Способен в полном объеме разрабатывать программы учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), программы дополнительного образования в соответствии с нормативно-правовыми актами в сфере образования.
ОПК-2.2 Проектирует индивидуальные образовательные маршруты освоения программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), программ дополнительного образования в соответствии с образовательными потребностями обучающихся.			
Не способен проектировать индивидуальные образовательные маршруты освоения программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), программ дополнительного образования в соответствии с образовательными потребностями обучающихся.	В целом успешно, но бессистемно проектирует индивидуальные образовательные маршруты освоения программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), программ дополнительного образования в соответствии с образовательными потребностями обучающихся.	В целом успешно, но с отдельными недочетами проектирует индивидуальные образовательные маршруты освоения программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), программ дополнительного образования в соответствии с образовательными потребностями обучающихся.	Способен в полном объеме проектировать индивидуальные образовательные маршруты освоения программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), программ дополнительного образования в соответствии с образовательными потребностями обучающихся.
ОПК-2.3 Осуществляет отбор педагогических и других технологий, в том числе информационно-коммуникационных, используемых при разработке основных и дополнительных образовательных программ и их элементов.			
Не способен осуществлять отбор педагогических и других технологий, в том числе информационно-коммуникационных, используемых при разработке основных и дополнительных образовательных программ и их элементов.	В целом успешно, но бессистемно осуществляет отбор педагогических и других технологий, в том числе информационно-коммуникационных, используемых при разработке основных и дополнительных образовательных программ и их	В целом успешно, но с отдельными недочетами осуществляет отбор педагогических и других технологий, в том числе информационно-коммуникационных, используемых при разработке основных и дополнительных образовательных	Способен в полном объеме осуществлять отбор педагогических и других технологий, в том числе информационно-коммуникационных, используемых при разработке основных и дополнительных образовательных программ и их элементов.

	элементов.	программ и их элементов.	
ОПК-3 Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов			
ОПК-3.1 Проектирует диагностируемые цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.			
Не способен проектировать диагностируемые цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.	В целом успешно, но бессистемно проектирует диагностируемые цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.	В целом успешно, но с отдельными недочетами проектирует диагностируемые цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.	Способен в полном объеме проектировать диагностируемые цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.
ОПК-3.2 Использует педагогически обоснованные содержание, формы, методы и приемы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся.			
Не способен использовать педагогически обоснованные содержание, формы, методы и приемы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся.	В целом успешно, но бессистемно использует педагогически обоснованные содержание, формы, методы и приемы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся.	В целом успешно, но с отдельными недочетами использует педагогически обоснованные содержание, формы, методы и приемы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся.	Способен в полном объеме использовать педагогически обоснованные содержание, формы, методы и приемы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся.
ОПК-3.3 Формирует позитивный психологический климат в группе и условия для			

доброжелательных отношений между обучающимися с учетом их принадлежности к разным этнокультурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также различных (в том числе ограниченных) возможностей здоровья.			
Не способен формировать позитивный психологический климат в группе и условия для доброжелательных отношений между обучающимися с учетом их принадлежности к разным этнокультурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также различных (в том числе ограниченных) возможностей здоровья.	В целом успешно, но бессистемно формирует позитивный психологический климат в группе и условия для доброжелательных отношений между обучающимися с учетом их принадлежности к разным этнокультурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также различных (в том числе ограниченных) возможностей здоровья.	В целом успешно, но с отдельными недочетами формирует позитивный психологический климат в группе и условия для доброжелательных отношений между обучающимися с учетом их принадлежности к разным этнокультурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также различных (в том числе ограниченных) возможностей здоровья.	Способен в полном объеме формировать позитивный психологический климат в группе и условия для доброжелательных отношений между обучающимися с учетом их принадлежности к разным этнокультурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также различных (в том числе ограниченных) возможностей здоровья.
ОПК-3.4 Управляет учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, оказывает помощь и поддержку в организации деятельности ученических органов самоуправления.			
Не способен управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, оказывает помощь и поддержку в организации деятельности ученических органов самоуправления.	В целом успешно, но бессистемно управляет учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, оказывает помощь и поддержку в организации деятельности ученических органов самоуправления.	В целом успешно, но с отдельными недочетами управляет учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, оказывает помощь и поддержку в организации деятельности ученических органов самоуправления.	Способен в полном объеме управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, оказывает помощь и поддержку в организации деятельности ученических органов самоуправления.
ОПК-3.5 Осуществляет педагогическое сопровождение социализации и профессионального самоопределения обучающихся.			
Не способен осуществлять педагогическое сопровождение социализации и профессионального самоопределения обучающихся.	В целом успешно, но бессистемно осуществлять педагогическое сопровождение социализации и профессионального самоопределения обучающихся.	В целом успешно, но с отдельными недочетами осуществляет педагогическое сопровождение социализации и профессионального самоопределения обучающихся.	Способен в полном объеме осуществлять педагогическое сопровождение социализации и профессионального самоопределения обучающихся.

		обучающихся.	
ОПК-5 Способен осуществлять контроль и оценку формирования результатов образования обучающихся, выявлять и корректировать трудности в обучении			
ОПК-5.1 Осуществляет выбор содержания, методов, приемов организации контроля и оценки, в том числе ИКТ, в соответствии с установленными требованиями к образовательным результатам обучающихся.			
Не способен осуществлять выбор содержания, методов, приемов организации контроля и оценки, в том числе ИКТ, в соответствии с установленными требованиями к образовательным результатам обучающихся.	В целом успешно, но бессистемно осуществляет выбор содержания, методов, приемов организации контроля и оценки, в том числе ИКТ, в соответствии с установленными требованиями к образовательным результатам обучающихся.	В целом успешно, но с отдельными недочетами осуществляет выбор содержания, методов, приемов организации контроля и оценки, в том числе ИКТ, в соответствии с установленными требованиями к образовательным результатам обучающихся.	Способен в полном объеме осуществлять выбор содержания, методов, приемов организации контроля и оценки, в том числе ИКТ, в соответствии с установленными требованиями к образовательным результатам обучающихся.
ОПК-5.2 Обеспечивает объективность и достоверность оценки образовательных результатов обучающихся.			
Не способен обеспечивать объективность и достоверность оценки образовательных результатов обучающихся.	В целом успешно, но бессистемно обеспечивать объективность и достоверность оценки образовательных результатов обучающихся.	В целом успешно, но с отдельными недочетами обеспечивает объективность и достоверность оценки образовательных результатов обучающихся.	Способен в полном объеме обеспечивать объективность и достоверность оценки образовательных результатов обучающихся.
ОПК-5.3 Выявляет и корректирует трудности в обучении, разрабатывает предложения по совершенствованию образовательного процесса.			
Не способен выявлять и корректировать трудности в обучении, разрабатывает предложения по совершенствованию образовательного процесса.	В целом успешно, но бессистемно выявляет и корректирует трудности в обучении, разрабатывает предложения по совершенствованию образовательного процесса.	В целом успешно, но с отдельными недочетами выявляет и корректирует трудности в обучении, разрабатывает предложения по совершенствованию образовательного процесса.	Способен в полном объеме выявлять и корректировать трудности в обучении, разрабатывает предложения по совершенствованию образовательного процесса.
ПК-3 Способен реализовывать образовательные программы различных уровней в соответствии с современными методиками и технологиями, в том числе информационными, для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса			
ПК-3.1 Проектирует результаты обучения в соответствии с нормативными документами в сфере образования, возрастными особенностями обучающихся, дидактическими задачами урока.			
Не способен проектировать результаты обучения в соответствии с	В целом успешно, но бессистемно проектирует результаты обучения в	В целом успешно, но с отдельными недочетами проектирует	Способен в полном объеме проектировать результаты обучения в соответствии с

нормативными документами в сфере образования, возрастными особенностями обучающихся, дидактическими задачами урока.	соответствии с нормативными документами в сфере образования, возрастными особенностями обучающихся, дидактическими задачами урока.	результаты обучения в соответствии с нормативными документами в сфере образования, возрастными особенностями обучающихся, дидактическими задачами урока.	нормативными документами в сфере образования, возрастными особенностями обучающихся, дидактическими задачами урока.
ПК-3.2 Осуществляет отбор предметного содержания, методов, приемов и технологий, в том числе информационных, обучения истории и обществознанию, организационных форм учебных занятий, средств диагностики в соответствии с планируемыми результатами обучения.			
Не способен осуществлять отбор предметного содержания, методов, приемов и технологий, в том числе информационных, обучения истории и обществознанию, организационных форм учебных занятий, средств диагностики в соответствии с планируемыми результатами обучения.	В целом успешно, но бессистемно осуществляет отбор предметного содержания, методов, приемов и технологий, в том числе информационных, обучения истории и обществознанию, организационных форм учебных занятий, средств диагностики в соответствии с планируемыми результатами обучения.	В целом успешно, но с отдельными недочетами осуществляет отбор предметного содержания, методов, приемов и технологий, в том числе информационных, обучения истории и обществознанию, организационных форм учебных занятий, средств диагностики в соответствии с планируемыми результатами обучения.	Способен в полном объеме осуществлять отбор предметного содержания, методов, приемов и технологий, в том числе информационных, обучения истории и обществознанию, организационных форм учебных занятий, средств диагностики в соответствии с планируемыми результатами обучения.
ПК-3.3 Проектирует план-конспект / технологическую карту урока физической культуры и основ безопасности жизнедеятельности.			
Не способен проектировать план-конспект / технологическую карту урока физической культуры и основ безопасности жизнедеятельности.	В целом успешно, но бессистемно проектирует план-конспект / технологическую карту урока физической культуры и основ безопасности жизнедеятельности.	В целом успешно, но с отдельными недочетами проектирует план-конспект / технологическую карту урока физической культуры и основ безопасности жизнедеятельности.	Способен в полном объеме проектировать план-конспект / технологическую карту урока физической культуры и основ безопасности жизнедеятельности.
ПК-3.4 Формирует познавательную мотивацию обучающихся к физической культуре и безопасности жизнедеятельности в рамках урочной и внеурочной деятельности.			
Не способен формировать познавательную мотивацию обучающихся к физической культуре и	В целом успешно, но бессистемно формирует познавательную мотивацию обучающихся к	В целом успешно, но с отдельными недочетами формирует познавательную мотивацию обучающихся к	Способен в полном объеме формировать познавательную мотивацию обучающихся к физической культуре и

безопасности жизнедеятельности в рамках урочной и внеурочной деятельности.	физической культуре и безопасности жизнедеятельности в рамках урочной и внеурочной деятельности.	физической культуре и безопасности жизнедеятельности в рамках урочной и внеурочной деятельности.	безопасности жизнедеятельности в рамках урочной и внеурочной деятельности.
ПК-5 Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности			
ПК-5.1 Оказывает первую доврачебную помощь воспитанникам и обучающимся.			
Не способен оказывать первую доврачебную помощь воспитанникам и обучающимся.	В целом успешно, но бессистемно оказывает первую доврачебную помощь воспитанникам и обучающимся.	В целом успешно, но с отдельными недочетами оказывает первую доврачебную помощь воспитанникам и обучающимся.	Способен в полном объеме оказывать первую доврачебную помощь воспитанникам и обучающимся.
ПК-5.2 Применяет меры профилактики детского травматизма.			
Не способен применять меры профилактики детского травматизма.	В целом успешно, но бессистемно применять меры профилактики детского травматизма.	В целом успешно, но с отдельными недочетами применять меры профилактики детского травматизма.	Способен в полном объеме применять меры профилактики детского травматизма.
ПК-5.3 Применяет здоровьесберегающие технологии в учебном процессе.			
Не способен применять здоровьесберегающие технологии в учебном процессе.	В целом успешно, но бессистемно применяет здоровьесберегающие технологии в учебном процессе.	В целом успешно, но с отдельными недочетами применяет здоровьесберегающие технологии в учебном процессе.	Способен в полном объеме применять здоровьесберегающие технологии в учебном процессе.
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности			
УК-7.1 Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.			
Не способен понимать оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.	В целом успешно, но бессистемно понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.	В целом успешно, но с отдельными недочетами понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.	Способен в полном объеме понимать оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.
УК-7.2 Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.			
Не способен определять личный	В целом успешно, но бессистемно	В целом успешно, но с отдельными	Способен в полном объеме определять

уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	недочетами определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.
--	--	---	---

УК-7.3 Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.

Не способен отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.	В целом успешно, но бессистемно умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.	В целом успешно, но с отдельными недочетами умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.	Способен в полном объеме отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.
--	--	--	---

УК-7.4 Демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.

Не способен демонстрировать применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.	В целом успешно, но бессистемно демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.	В целом успешно, но с отдельными недочетами демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.	Способен в полном объеме демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.
---	---	---	--

Уровень сформированности компетенции	Шкала оценивания для промежуточной аттестации		Шкала оценивания по БРС
	Экзамен (дифференцированный зачет)	Зачет	
Повышенный	5 (отлично)	зачтено	90 – 100%

Базовый	4 (хорошо)	зачтено	76 – 89%
Пороговый	3 (удовлетворительно)	зачтено	60 – 75%
Ниже порогового	2 (неудовлетворительно)	Не зачтено	Ниже 60%

8.3. Вопросы промежуточной аттестации

Восьмой семестр (Зачет, ОПК-2.1, ОПК-2.2, ОПК-2.3, ОПК-5.1, ОПК-5.2, ОПК-5.3)

1. Классифицировать и охарактеризовать легкоатлетические упражнения
2. Определить место и значение легкой атлетики в системе физического воспитания
3. Рассказать о возникновении и развитии легкой атлетики
4. Представить информацию о достижениях российских легкоатлетов на Олимпийских играх
5. Охарактеризовать основные принципы, применяемых в процессе обучения легкоатлетическим видам
6. Охарактеризовать методы обучения двигательным действиям
7. Дать характеристику специально-подводящих и специально-развивающих упражнений
8. Описать технику ходьбы и бега
9. Описать технику легкоатлетических прыжков
10. Описать технику метаний
11. Описать технику спортивной ходьбы
12. Проанализировать технику бега на средние дистанции
13. Проанализировать технику бега на 100 м.
14. Раскрыть особенности техники бега на 200 м.
15. Проанализировать технику прыжка в высоту способом «перешагивание»
16. Проанализировать технику прыжка в длину способом «согнув ноги»
17. Проанализировать технику метания малого мяча
18. Проанализировать технику толкания ядра «со скачка»
19. Раскрыть особенности выполнения «обгона снаряда» в толкании ядра и метании малого мяча
20. Проанализировать технику метания малого мяча в цель
21. Представить сравнительный анализ техники спортивной ходьбы и бега
22. Представить сравнительный техники бега по прямой и по виражу в беге на средние дистанции
23. Представить сравнительный выполнения «высокого» и «низкого» старта
24. Представить сравнительный техники бега на короткие и средние дистанции
25. Представить анализ техники низкого старта и стартового разбега в беге на 100 и 200 м.
26. Дать сравнительный анализ техники бега по прямой и по виражу в беге на короткие дистанции
27. Дать сравнительный анализ прыжка в длину и в высоту
28. Дать сравнительный анализ техники разбега и отталкивания в прыжках в длину и в высоту
29. Описать особенности эволюции техники прыжков в высоту
30. Представить сравнительный анализ техники предварительного разгона снаряда в толкании ядра способом «со скачка» и метания малого мяча с разбега
31. Раскрыть особенности судейства соревнований по бегу на средние и длинные дистанции
32. Описать состав судейской бригады на старте и их обязанности
33. Описать состав судейской бригады на финише и их обязанности
34. Раскрыть особенности судейства соревнований по прыжкам в высоту
35. Раскрыть особенности судейства соревнований по прыжкам в длину
36. Описать состав судейской бригады в прыжках в длину и их обязанности
37. Описать процедуру определения победителя в прыжках в длину (варианты)
38. Описать процедуру определения победителя в прыжках в высоту (варианты)

39. Описать и охарактеризовать состав судейской бригады в прыжках в высоту и их обязанности

40. Раскрыть особенности судейства соревнований по толканию ядра

41. Раскрыть особенности судейства соревнований по метанию малого мяча

42. Описать основные требования к местам соревнований в метаниях

43. Описать процедуру победителя в соревнованиях по толканию ядра

44. Описать процедуру определения победителя в соревнованиях по метанию мяча

45. Раскрыть содержание оздоровительной направленности легкой атлетики

46. Описать правила по технике безопасности

47. Раскрыть особенности методики обучения технике старта и стартового разгона в беге на короткие дистанции.

Девятый семестр (Экзамен, ОПК-3.1, ОПК-3.2, ОПК-3.3, ОПК-3.4, ОПК-3.5, ПК-3.1, ПК-3.2, ПК-3.3, ПК-3.4, ПК-5.1, ПК-5.2, ПК-5.3, УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3, УК-7.4)

1. Раскрыть принципы и правила составления школьной программы раздела «Легкая атлетика»

2. Описать особенности планирования раздела «Легкая атлетика» в школьной программе

3. Описать календарь соревнований, положение о соревнованиях по легкой атлетике

4. Описать особенности организации и проведение соревнований по легкой атлетике

5. Раскрыть содержание деятельности беговой бригады на соревнованиях по легкой атлетике (ее состав и обязанности)

6. Описать состав судейской коллегии на соревнованиях по легкой атлетике (ее состав и обязанности)

7. Описать особенности планирования и учета работы по легкой атлетике в школе

8. Раскрыть особенности строительства и оборудования простейшей школьной площадки для занятий по легкой атлетике

9. Раскрыть организационные и методические принципы работы учителя физической культуры по легкой атлетике

10. Описать задачи и содержание работы ДЮСШ по легкой атлетике

11. Описать особенности организации внеклассной работы по легкой атлетике в школе

12. Описать особенности управления процессом тренировки по легкой атлетике (текущая оценка состояния тренированности)

13. Описать особенности построения урока по легкой атлетике в школе

14. Описать особенности планирования многолетней тренировки по легкой атлетике

15. Раскрыть содержание круглогодичной тренировки в легкой атлетике и ее периодизация

16. Охарактеризовать стороны тренировочного процесса в легкой атлетике

17. Описать методы развития силы, быстроты и выносливости в легкой атлетике

18. Описать основные средства тренировки в легкой атлетике

19. Раскрыть содержание принципов спортивной тренировки

20. Описать цель и задачи спортивной тренировки

21. Описать современный уровень развития легкой атлетики в нашей стране

22. Раскрыть содержание основных этапов развития легкой атлетики в России

23. Представить описание классификаций легкоатлетических упражнений

24. Раскрыть значение легкой атлетики в системе физического воспитания (оздоровительное, прикладное, спортивное)

25. Раскрыть содержание методики обучения технике спортивной ходьбы

26. Раскрыть содержание методики обучения технике бега на средние и длинные дистанции

27. Раскрыть содержание методики обучения технике бега на короткие дистанции

28. Раскрыть содержание методики обучения технике эстафетного бега

29. Раскрыть содержание методики обучения технике прыжков с места (длина, тройной).

Правила соревнований по прыжкам с места

30. Раскрыть содержание методики обучения технике барьерного бега (на примере 110м с/б или 100м с/б) и правила соревнований в барьерном беге

31. Раскрыть содержание методики обучения технике метания диска с поворота и правила соревнований по метанию диска
32. Раскрыть содержание методики обучения технике прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание» и правила соревнований по прыжкам в высоту
33. Раскрыть содержание методики обучения технике толкания ядра со скачка и правила соревнований в толкании ядра
34. Раскрыть содержание методики обучения технике метания копья с разбега и правила соревнований в метании копья
35. Раскрыть содержание методики обучения технике тройного прыжка с разбега и правила соревнований в тройном прыжке
36. Раскрыть содержание методики обучения технике прыжка в высоту с разбега способами «перекидной» и «фосбюри-флоп» и их отличия
37. Раскрыть содержание методики обучения технике метания малого мяча с разбега
38. Раскрыть содержание методики обучения технике метания гранаты с разбега
39. Раскрыть содержание методики обучения технике прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги»
40. Раскрыть содержание методики обучения технике прыжка в длину способом «ножницы» и правила соревнований по прыжкам в длину
41. Описать основные правила при обучении технике легкоатлетических метаний
42. Представить последовательность изучения легкоатлетических видов
43. Раскрыть порядок использования методических приемов обучения в легкой атлетике
44. Описать особенности применения принципов обучения в легкой атлетике
45. Составить план обучения технике одного из прыжков (задачи, средства)
46. Составить план обучения технике одного из метаний (задачи, средства)
47. Раскрыть особенности составления конспекта урока по легкой атлетике в средней школе
48. Описать специальные упражнения при обучении и тренировке легкоатлетов
49. Раскрыть особенности техники и правил соревнований в эстафетном беге (4 x 400м, смешанные эстафеты)
50. Описать содержание фаз в метаниях
51. Раскрыть особенности техники спортивной ходьбы
52. Раскрыть особенности техники бега
53. Раскрыть особенности техники прыжков
54. Раскрыть особенности техники метаний
55. Описать технику бега на короткие дистанции, правила старта и финиша в беге
56. Описать технику бега на средние и длинные дистанции, правила соревнований по бегу
57. Описать технику барьерного бега (110 м и 100 м с/б) и правила соревнований по барьерному бегу
58. Описать технику эстафетного бега (4 x100 м) и правила соревнований в эстафетном беге
59. Описать технику прыжков в высоту с разбега и правила соревнований по прыжкам в высоту
60. Описать технику прыжков длину с разбега и правила соревнований по прыжкам в длину
61. Описать технику метания гранаты и правила соревнований по метанию гранаты
62. Описать технику метания малого мяча с разбега и правила соревнований по метанию малого мяча
63. Описать технику прыжков в длину и тройным с места и правила соревнований по прыжкам с места
64. Описать технику тройного прыжка с разбега и правила соревнований по тройному прыжку
65. Дать характеристику факторам, влияющим на дальность полета снаряда в метаниях
66. Охарактеризовать фазы в прыжках
67. Охарактеризовать фазу отталкивания в ходьбе, беге и прыжках
68. Описать сходство и различия между техникой ходьбы и бега

69. Описать технику и правила соревнований в спортивной ходьбе
70. Описать технику диска и правила соревнований по метанию диска
71. Описать технику ядра и правила соревнований по толканию ядра
72. Описать технику метания копья и правила соревнований по метанию копья

8.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Промежуточная аттестация проводится в форме экзамена /зачета.

Экзамен по дисциплине или ее части имеет цель оценить сформированность компетенций, теоретическую и практическую подготовку студента, его способность к творческому мышлению, приобретенные им навыки самостоятельной работы, умение синтезировать полученные знания и применять их при решении практических задач.

Зачет служит формой проверки усвоения учебного материала, готовности к практической деятельности и успешного решения студентами учебных задач.

При балльно-рейтинговом контроле знаний итоговая оценка выставляется с учетом набранной суммы баллов.

Собеседование (устный ответ) на зачете

Для оценки сформированности компетенции посредством собеседования (устного опроса) студенту предварительно предлагается перечень вопросов или комплексных заданий, предполагающих умение ориентироваться в проблеме, знание теоретического материала, умения применять его в практической профессиональной деятельности, владение навыками и приемами выполнения практических заданий.

При оценке достижений студентов необходимо обращать особое внимание на:

- усвоение программного материала;
- умение излагать программный материал научным языком;
- умение связывать теорию с практикой;
- умение отвечать на видоизмененное задание;
- владение навыками поиска, систематизации необходимых источников литературы по изучаемой проблеме;
- умение обосновывать принятые решения;
- владение навыками и приемами выполнения практических заданий;
- умение подкреплять ответ иллюстративным материалом.

Устный ответ на экзамене

При определении уровня достижений студентов на экзамене необходимо обращать особое внимание на следующее:

- дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос;
- показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном оперировании понятиями, умении выделить существенные и несущественные его признаки, причинно-следственные связи;
- знание об объекте демонстрируется на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей;
- ответ формулируется в терминах науки, изложен грамотным литературным языком, логичен, доказателен, демонстрирует авторскую позицию студента;
- теоретические постулаты подтверждаются примерами из практики.

Тестирование

При определении уровня достижений студентов с помощью тестового контроля ответ считается правильным, если:

- в тестовом задании закрытой формы с выбором ответа выбран правильный ответ;
- по вопросам, предусматривающим множественный выбор правильных ответов, выбраны все правильные ответы;
- в тестовом задании открытой формы дан правильный ответ;
- в тестовом задании на установление правильной последовательности установлена правильная последовательность;

– в тестовом задании на установление соответствия сопоставление произведено верно для всех пар.

При оценивании учитывается вес вопроса (максимальное количество баллов за правильный ответ устанавливается преподавателем в зависимости от сложности вопроса). Количество баллов за тест устанавливается посредством определения процентного соотношения набранного количества баллов к максимальному количеству баллов.

Критерии оценки

До 60% правильных ответов – оценка «неудовлетворительно».

От 60 до 75% правильных ответов – оценка «удовлетворительно».

От 75 до 90% правильных ответов – оценка «хорошо».

Свыше 90% правильных ответов – оценка «отлично».

Вопросы и задания для устного опроса

При определении уровня достижений студентов при устном ответе необходимо обращать особое внимание на следующее:

– дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос;

– показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном оперировании понятиями, умении выделить существенные и несущественные его признаки, причинно-следственные связи;

– знание об объекте демонстрируется на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей;

– ответ формулируется в терминах науки, изложен литературным языком, логичен, доказателен, демонстрирует авторскую позицию студента;

– теоретические постулаты подтверждаются примерами из практики.

Оценка за опрос определяется простым суммированием баллов:

Критерии оценки ответа

Правильность ответа – 1 балл.

Всесторонность и глубина (полнота) ответа – 1 балл.

Наличие выводов – 1 балл.

Соблюдение норм литературной речи – 1 балл.

Владение профессиональной лексикой – 1 балл.

Итого: 5 баллов.

Практические задания

При определении уровня достижений студентов при выполнении практического задания необходимо обращать особое внимание на следующее:

– задание выполнено правильно;

– показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном оперировании понятиями, умении выделить существенные и несущественные его признаки, причинно-следственные связи;

– умение работать с объектом задания демонстрируется на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей;

– ответ формулируется в терминах науки, изложен литературным языком, логичен, доказателен, демонстрирует авторскую позицию студента;

– выполнение задания теоретически обосновано.

Оценка за опрос определяется простым суммированием баллов:

Критерии оценки ответа

Правильность выполнения задания – 1 балл.

Всесторонность и глубина (полнота) выполнения – 1 балл.

Наличие выводов – 1 балл.

Соблюдение норм литературной речи – 1 балл.

Владение профессиональной лексикой – 1 балл.

Итого: 5 баллов.

Контрольная работа

Виды контрольных работ: аудиторные, домашние, текущие, экзаменационные, письменные, графические, практические, фронтальные, индивидуальные. Система заданий письменных контрольных работ должна:

- выявлять знания студентов по определенной дисциплине (разделу дисциплины);
- выявлять понимание сущности изучаемых предметов и явлений, их закономерностей;
- выявлять умение самостоятельно делать выводы и обобщения;
- творчески использовать знания и навыки.

Требования к контрольной работе по тематическому содержанию соответствуют устному ответу.

Также контрольные работы могут включать перечень практических заданий.

Критерии оценки ответа

Правильность ответа – 1 балл.

Всесторонность и глубина (полнота) ответа – 1 балл.

Наличие выводов – 1 балл.

Соблюдение норм литературной письменной речи – 1 балл.

Владение профессиональной лексикой – 1 балл.

Итого: 5 баллов.

Контекстная учебная задача, проблемная ситуация, ситуационная задача, кейсовое задание

При определении уровня достижений студентов при решении учебных практических задач необходимо обращать особое внимание на следующее:

- способность определять и принимать цели учебной задачи, самостоятельно и творчески планировать ее решение как в типичной, так и в нестандартной ситуации;
- систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы;
- точное использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы и задания;
- владение инструментарием учебной дисциплины, умение его эффективно использовать в постановке и решении учебных задач;
- грамотное использование основной и дополнительной литературы;
- умение использовать современные информационные технологии для решения учебных задач, использовать научные достижения других дисциплин;
- творческая самостоятельная работа на практических, лабораторных занятиях, активное участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий.

Критерии оценки ответа

Правильность ответа – 1 балл.

Всесторонность и глубина (полнота) ответа – 1 балл.

Наличие выводов – 1 балл.

Соблюдение норм литературной письменной и устной речи – 1 балл.

Владение профессиональной лексикой – 1 балл.

Итого: 5 баллов.

9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

Основная литература

1. Забелина, Л.Г. Легкая атлетика : учебное пособие : [16+] / Л.Г. Забелина, Е.Е. Нечунаева. – Новосибирск : Новосибирский государственный технический университет, 2010. – 59 с. Текст :электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=228993>

2. Кравчук, В.И. Легкая атлетика : учебно-методическое пособие : [16+] / В.И. Кравчук ; Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования, Кафедра физической культуры. – Челябинск : ЧГАКИ, 2013. – 184 с. Текст :электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=492142>

Дополнительная литература

1. Шулятьев, В. М. Физическая культура студента [Электронный ресурс] : учебное пособие / В. М. Шулятьев, В. С. Побыванец. – М. : РУДН, 2012. – 287 с. Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. : <http://www.biblioclub.ru>
2. Алхасов, Д.С. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам [Электронный ресурс] : сборник учебно-методических материалов : в 2 ч. / Д.С. Алхасов. - М; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - Ч. 2. - 342 с. Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. : <http://www.biblioclub.ru>
3. Алхасов, Д.С. Теория и история физической культуры (в таблицах и схемах) [Электронный ресурс] : методическое пособие / Д.С. Алхасов. - М; Берлин : Директ-Медиа, 2014. - 100 с. Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт].: <http://www.biblioclub.ru>
4. Евсеев, Ю. И. Физическая культура: учеб. пособие для студентов вузов / Ю. И. Евсеев. – 9-е изд., стер. – Ростов н/Д : Феникс, 2014. – 445 с.
5. Манжелей, И.В. Физическая культура: компетентностный подход [Электронный ресурс] / И.В. Манжелей, Е.А. Симонова. - М; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 183 с. Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. <http://www.biblioclub.ru>
6. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С.Е. Шивринский. – 2-е издание, исправленное и дополненное – Москва : Юрайт, 2020. – 202. – 189 с. Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – <https://urait.ru/viewer/teoriya-i-metodika-izbrannogo-vida-sporta-454001#page/2>

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. www.rusathletics.com - Легкая атлетика
2. <http://www.olympic.ru> - Олимпийский комитет России
3. <http://www.infosport.ru/press/fkvot> - Физическая культура: воспитание, образование, тренировка
4. <http://www.shkola-press.ru> - Физическая культура в школе
5. <https://www.fizkulturaisport.ru> - Теория и методика физического воспитания и спорта

11. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля)

При освоении материала дисциплины "Технологии физкультурно-спортивной деятельности: легкая атлетика" необходимо:

- спланировать и распределить время, необходимое для изучения дисциплины;
- конкретизировать для себя план изучения материала;
- ознакомиться с объемом и характером внеаудиторной самостоятельной работы для полноценного освоения каждой из тем дисциплины.

Сценарий изучения курса:

- проработайте каждую тему по предлагаемому ниже алгоритму действий;
- изучив весь материал, выполните итоговый тест, который продемонстрирует готовность к сдаче зачета.

Алгоритм работы над каждой темой:

- изучите содержание темы вначале по лекционному материалу, а затем по другим источникам;
- прочитайте дополнительную литературу из списка, предложенного преподавателем;
- выпишите в тетрадь основные категории и персоналии по теме, используя лекционный материал или словари, что поможет быстро повторить материал при подготовке к зачету;
- составьте краткий план ответа по каждому вопросу, выносимому на обсуждение на лабораторном занятии;
- выучите определения терминов, относящихся к теме;
- продумайте примеры и иллюстрации к ответу по изучаемой теме;
- подберите цитаты ученых, общественных деятелей, публицистов, уместные с точки зрения обсуждаемой проблемы;
- продумывайте высказывания по темам, предложенным к лабораторному занятию.

Рекомендации по работе с литературой:

- ознакомьтесь с аннотациями к рекомендованной литературе и определите основной метод изложения материала того или иного источника;
- составьте собственные аннотации к другим источникам на карточках, что поможет при подготовке рефератов, текстов речей, при подготовке к зачету;
- выберите те источники, которые наиболее подходят для изучения конкретной темы.

12. Перечень информационных технологий

Реализация учебной программы обеспечивается доступом каждого студента к информационным ресурсам – электронной библиотеке и сетевым ресурсам Интернет. Для использования ИКТ в учебном процессе используется программное обеспечение, позволяющее осуществлять поиск, хранение, систематизацию, анализ и презентацию информации, экспорт информации на цифровые носители, организацию взаимодействия в реальной и виртуальной образовательной среде.

Индивидуальные результаты освоения дисциплины студентами фиксируются в электронной информационно-образовательной среде университета.

12.1 Перечень программного обеспечения

1. Microsoft Windows 7 Pro
2. Microsoft Office Professional Plus 2010
3. 1С: Университет ПРОФ

12.2 Перечень информационно-справочных систем

1. Информационно-правовая система «ГАРАНТ» (<http://www.garant.ru>)
2. Справочная правовая система «Консультант Плюс» (<http://www.consultant.ru>)

12.2 Перечень современных профессиональных баз данных

1. Профессиональная база данных «Открытые данные Министерства образования и науки РФ» (<http://xn----8sblcdzzacvuc0jbg.xn--80abucjiibhv9a.xn--p1ai/opendata/>)
2. Электронная библиотечная система Znanium.com (<http://znanium.com/>)
3. Единое окно доступа к образовательным ресурсам (<http://window.edu.ru>)

13. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля)

Для проведения аудиторных занятий необходим стандартный набор специализированной учебной мебели и учебного оборудования, а также мультимедийное оборудование для демонстрации презентаций на лекциях. Для проведения практических занятий, а также организации самостоятельной работы студентов необходим компьютерный класс с рабочими местами, обеспечивающими выход в Интернет.

Индивидуальные результаты освоения дисциплины фиксируются в электронной информационно-образовательной среде университета.

Реализация учебной программы обеспечивается доступом каждого студента к информационным ресурсам – электронной библиотеке и сетевым ресурсам Интернет. Для использования ИКТ в учебном процессе необходимо наличие программного обеспечения, позволяющего осуществлять поиск информации в сети Интернет, систематизацию, анализ и презентацию информации, экспорт информации на цифровые носители.

Учебная аудитория для проведения учебных занятий.

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, курсового проектирования (выполнения курсовых работ) (430007, Республика Мордовия, г. Саранск, ул. Студенческая, д. 15 А, № 107).

Помещение оснащено оборудованием и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Автоматизированное рабочее место в составе (системный блок, монитор, клавиатура, мышь, коврик, проектор, интерактивный экран, лазерная указка), доска маркерная.

Учебно-наглядные пособия:

Презентации.

Лицензионное программное обеспечение:

– Microsoft Windows 7 Pro – Лицензия № 48751616 от 05.07.2011 г.

– Microsoft Office Professional Plus 2010 – Лицензия № 48751616 от 05.07.2011 г.

– 1С: Университет ПРОФ – Лицензионное соглашение № 10920137 от 23.03.2016 г.

Учебная аудитория для проведения учебных занятий.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

Универсальный спортивный зал (430007, Республика Мордовия, г. Саранск, ул. Студенческая, д. 11 Б, № 204).

Основное оборудование:

Мячи волейбольные, мячи волейбольные № 5, мячи футзальные, сетка волейбольная KV, стойка волейбольная, стойки для прыжков в высоту, антенны волейбольные, карманы для антенн волейбольные, конусы разделительные, мячи для мини-футбола, мячи футбольные, мячи баскетбольные, мячи гандбольные "Winner", планки для прыжков в высоту, сетки баскетбольные, стойки для прыжков в высоту с планкой, ядра для толкания 3,5 (ж), ядра для толкания 5,5 (м).

Стадион с твердым покрытием (430007, Республика Мордовия, г. Саранск, ул. Студенческая).

Основное оборудование:

Легкоатлетическое ядро (беговые дорожки, сектора для прыжков в длину, высоту, толкания ядра, яма "стипель-чез"), открытая баскетбольная площадка, открытая волейбольная площадка, футбольное поле стадиона, хоккейный корт, площадка для игры в мини-футбол, теннисный корт, площадка "Воркаут", площадка уличных тренажеров, скалодром, военизированная полоса препятствий, учебно-тренировочная пожарная вышка.